

MEMAHAMI KEBUTUHAN KESEJAHTERAAN PADA MASA LANSIA

Aufa Rahma Hilya¹, Ramadan Lubis², Muhammad Lutfi Khoiri³,
Alifiya Naura⁴, Fitri Fauziah Harahap⁵, Rabiatal Adawiyah⁶
aufarahmahilya@gmail.com¹, ramadanlubis@uinsu.ac.id², khoirimlutfi@gmail.com³,
alifiyanaura48@gmail.com⁴, fitripauziahhrp@gmail.com⁵, rabia.adawiyah615@gmail.com⁶
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

ABSTRAK

Kebutuhan dasar manusia merupakan unsur-unsur yang dibutuhkan oleh manusia yang bertujuan untuk mempertahankan kehidupan dan kesehatan. Menurut Abraham Maslow kebutuhan dasar manusia terdiri dari kebutuhan fisiologis, kebutuhan keamanan dan keselamatan, kebutuhan mencintai dan dicintai, kebutuhan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri. Demensia merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami penurunan atau gangguan kognitif yang terjadi secara perlahan yang pada akhirnya akan mengalami penurunan kemampuan sehingga dapat mengganggu aktivitas dan menyebabkan kurang terpenuhinya kebutuhan dasar pada lansia seiring dengan bertambahnya usia. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai frekuensi dari pemenuhan kebutuhan dasar manusia pada lansia demensia di Posyandu lansia Kelurahan Tembalang.

Kata Kunci: Lansia, Kebutuhan.

ABSTRACT

Basic human needs are elements needed by humans which aim to maintain life and health. According to Abraham Maslow, basic human needs consist of physiological needs, security and safety needs, love and being loved needs, self-esteem needs, and self-actualization needs. Dementia is a condition where a person experiences cognitive decline or impairment that occurs slowly, which in the end will experience a decrease in ability so that it can interfere with activities and cause the elderly to lack basic needs as they get older. The aim of this research was to obtain an overview of the frequency of fulfilling basic human needs among elderly people with dementia at the Posyandu for elderly people in Tembalang Village.

Keywords: Elderly, Needs.

PENDAHULUAN

Allah Swt Menciptakan manusia pada dasarnya dalam keadaan Fitrah atau suci, sebagaimana yang dinyatakan (Rasulullah SAW) setiap manusia dilahirkan dalam keadaan Suci, kemudian setiap manusia yang di lahirkan ke muka bumi ini tentu saja memiliki kebutuhan-kebutuhan untuk dirinya sendiri, mulai dari bayi yang baru saja lahir hingga manusia yang meninggal dunia.

Lansia adalah tahap akhir dari siklus hidup manusia, dimana manusia tersebut pastinya akan mengalami perubahan baik secara fisik maupun mental. Proses penuaan merupakan proses alami yang dapat menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada jaringan tubuh yang dapat mempengaruhi fungsi, kemampuan badan dan jiwa (Setiati dkk, 2000). Proses penuaan otak yang merupakan bagian dari proses degenerasi menimbulkan berbagai gangguan neuropsikologis. Salah satu masalah kesehatan yang paling umum terjadi pada kelompok lansia adalah demensia.

Menurut UU RI No.12 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia. Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia diatas 60 tahun. Sementara menurut WHO, kelompok Lansia meliputi mereka yang berusia 60-74 tahun, Lansia tua berusia 75-90 tahun, serta

Lansia sangat tua diatas usia 90 tahun. Kelompok Lansia di dunia masih tergolong cukup besar berdasarkan penggolongan usia tersebut (Belia Ananda: 2018).

Fasilitas yang mendukung upaya kesejahteraan lansia pun telah dibuat di berbagai wilayah Indonesia, termasuk DKI Jakarta. Misalnya Posyandu Lansia sebagai wahana pelayanan bagi kaum Lansia, yang dilakukan dari, oleh dan untuk kaum usila yang menitikberatkan pada pelayanan promotif dan preventif, tanpa mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitatif (Notoatmodjo, 2007).

Dapat atau tidak terpenuhinya kebutuhan manusia mejadi permasalahan dalam kesejahteraan sosial. Menurut Zastrow (Miftachul Huda, 2009: 74), kesejahteraan sosial pada dasarnya dapat dipahami dalam dua konteks yang lain, yakni sebagai sebuah institusi (institution) dan sebagai sebuah disiplin akademik (academic discipline). Sebagai institusi, kesejahteraan sosial dapat dipahami sebagai pelayanan maupun pertolongan untuk memenuhi kebutuhan masyarakat. Panti werdha sebagai suatu lembaga kesejahteraan sosial didirikan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan masyarakat (lansia) di lingkungannya.

Sedangkan Kesejahteraan sosial menurut PP Nomor 43 Tahun 2004, yaitu: Kondisi terpenuhinya kebutuhan material, spiritual, dan sosial warga negara agar dapat hidup layak dan mampu mengembangkan diri, sehingga dapat melaksanakan fungsi sosialnya (Kartikasari: 2023).

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kesejahteraan sosial adalah usaha yang dilakukan seseorang atau lembaga dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan dan meningkatkan taraf hidup masyarakat.

Menurut Abraham Maslow, individu dapat sehat optimal apabila kebutuhan dasarnya dapat terpenuhi yang mencakup kebutuhan fisik, keamanan dan kenyamanan, cinta dan kasih sayang, harga diri serta aktualisasi diri (Sumijatun dkk, 2005). Lansia demensia mengalami peningkatan bantuan untuk memenuhi kebutuhan dan aktifitas sehari ± hari. Peran keluarga disini sangat penting karena keluarga merupakan sumber dukungan terbesar yang berguna untuk membantu memenuhi kebutuhan dasar manusia pada lansia.

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini mengenai pemahaman kebutuhan kesejahteraan pada masa lansia meliputi teknis wawancara langsung dengan seorang lansia.

Pemaparan Metode Penelitian

- Wawancara

Kegiatan penelitian ini menggunakan metode kualitatif yaitu dengan mengumpulkan beberapa data melalui teknik wawancara. Penelitian ini dimulai dengan pertemuan bersama seorang lansia yang berusia 64 tahun dengan melontarkan beberapa pertanyaan umum yang berisi mengenai pemahaman kebutuhan kesejahteraan pada masa lansia. Pemaparan lebih lanjut dengan metode penelitian melalui kegiatan observasi sebagai berikut:

Nama	: Sri Hartati
Tempat Pelaksanaan	: Jl. Tangkul No. 14 D, Indra Kasih.
Waktu Pelaksanaan	: Sabtu, 13 April 2024

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sehat merupakan salah satu kebutuhan yang harus dipenuhi oleh semua orang, tak terkecuali para lansia. Banyaknya kegiatan yang juga dilakukan oleh para lansia bisa saja membuat kesehatannya menjadi menurun. Pemeliharaan kesehatan tidak hanya dilakukan saat masih muda, justru dengan semakin bertambahnya usia, pemeliharaan kesehatan

menjadi semakin dibutuhkan. Pemenuhan kebutuhan kesehatan bagi lansia salah satunya dengan adanya program posyandu lansia. Kegiatannya adalah cek kesehatan, kegiatan olahraga, pengembangan keterampilan dan pengelolaan dana sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pemenuhan kebutuhan lansia beserta kendala yang dihadapi dan solusi pemecahan masalahnya.

Pada masa lansia tentu saja mengalami penurunan kesehatan pada tubuhnya. Responden mengatakan kesehatan yang menurun pada dirinya yaitu: (1). Pada mata, responden tidak dapat melihat sesuatu dengan jarak jauh, solusi dari penyakit ini responden melakukan pemeriksaan pada mata di salah satu rumah sakit mata. (2). Lalu mengalami penyakit Penurunan pada sendi lutut, sehingga sulitnya berjalan untuk memenuhi kebutuhan pada penyakit ini responden pernah melakukan suntik pada dengkulnya, setelah melakukan itu responden lebih mudah untuk berjalan dan rasa sakit pada dengkulnya menurun. (3). Hypertensi, sehingga sering mengalami pusing pada kepala, solusi dalam penyakit ini yaitu responden sering mengkonsumsi obat-obatan hyopertensi. (4). Pembengkakan pada jantung, sehingga jika merasa kelelahan maka dadanya sesak dan sulit bernafas, untuk solusi pada penyakit ini responden melakukan control di salah satu rumah sakit.

Kebutuhan Nutrisi yang baik pada lansia dapat mencegah malnutrisi, mendukung fungsi fisik, mengurangi resiko penyakit kronik, mendukung kesehatan mental serta mencegah disabilitas. Untuk mendapatkan nutrisi yang baik, lansia harus mengkonsumsi makanan seimbang. Kebutuhan gizi lansia tidak bisa disamakan satu sama lain. Artinya beberapa lansia mungkin membutuhkan lebih sedikit nutrisi tertentu, tapi lebih banyak jenis nutrisi lain. Hal ini dipengaruhi oleh faktor kesehatan dari masing-masing lansia. Namun, umumnya kebutuhan nutrisi pada lansia akan mengalami penurunan karena adanya penurunan dari massa tubuh dan kecepatan metabolisme.

Responden menyebutkan bahwa dirinya termasuk memiliki asupan gizi yang cukup karena sehari-hari responden makan dengan teratur yaitu 1 hari 3 kali, lalu asupan atau makanan yang ia makan juga memenuhi kriteria 4 sehat 5 sempurna, dikarenakan setiap hari responden selalu memakan sayur-sayuran beserta lauknya, kemudian pada bulan ramadhan saat melakukan sahur responden selalu minum vitamin c setelah makan sahur lalu juga minum minuman bergizi seperti energen, lalu tidak lupa minum air putih sebanyak 2 gelas, tetapi pada saat berbuka puasa responden jarang lupa akan kalori pada makanan yang beliau makan, beliau memakan semua makanan berbuka yang di hidangkan. Lalu, setelah sholat isya responden tidak lupa untuk minum vitamin c nya kembali, dan juga banyak minum air putih kurang lebih 2 gelas.

Kehidupan ekonomi dapat dikategorikan dari keuangan, pendapatan, produksi dan konsumsi (termasuk transportasi dan lain lain serta tabungan) dalam rangka memenuhi kebutuhan hidup. (R. Hayuni, 2004: 11). Dalam penelitian ini, Kehidupan ekonomi lansia dalam pengasuhan keluarga dibagi menjadi tiga hal yaitu: keuangan, pendapatan dan konsumsi. Lansia Lingkungan tangkul pada umumnya sudah tidak bekerja lagi. Mereka menopang kehidupan ekonominya dengan pemberian keluarga. Selain itu, lansia juga ada yang dapat bantuan dari program pemerintah yang bernama PKH (Program Keluarga Harapan) dan pihak swasta terkadang memberi bantuan beras yang tidak tentu datangnya.

Responden mengatakan bahwa dirinya bergantung pada anak-anaknya, sedangkan suaminya baru saja tidak bekerja sebagai buruh kasar dikarenakan kondisi tubuh dan energinya sudah tidak seperti dulu lagi yaitu sudah menurun stamina pada dirinya, responden juga mengatakan bahwa beliau sangat bersyukur karena anak-anaknya dapat memenuhi semua kebutuhan mulai dari kebutuhan primer, kebutuhan sekunder, maupun kebutuhan tersiernya.

Kehidupan lansia dalam penelitian ini membahas mengenai interaksi lansia dengan keluarga dan masyarakat. Lansia cenderung sering berinteraksi dengan keluarga. Anggota keluarga yang sering berinteraksi yaitu anak yang mengasuh. Anak dari lansia sering mengajak komunikasi menanyakan kemauan lansia dan kondisi lansia. Anak lansia juga sering memberikan semangat agar lansia tetap kuat dan tidak usah bersedih. Untuk lansia yang masih sehat, cenderung suka mengajak komunikasi juga terhadap setiap anggota keluarga. (Habil, R, 2021). Biasanya lansia bertanya tentang kondisi anak-anaknya dan cucunya. Namun, untuk lansia yang sakit sebagian besar berkomunikasi mengenai hal yang penting saja terkait kebutuhannya saat itu. Bahkan ada lansia yang berkomunikasi menggunakan bahasa isyarat karena lansia bicaranya sudah tidak jelas lagi. Lansia sangat senang berinteraksi dengan keluarga karena dengan begitu dapat mengurangi kebosanan hidup lansia. Untuk waktu interaksi, setiap ada kesempatan pasti lansia berinteraksi dengan keluarga. Sedangkan lokasi berinteraksi dilakukan di dalam rumah dan di sekitar pekarangan. Akan tetapi, pada lingkup pertemanan lansia sudah menurun drastis hingga tidak ada sama sekali, oleh karena itu, responden juga merasa kesepian dan rindu pada teman-teman sebayanya. Sebagian besar teman sebayanya meninggal dunia dan jika masih hidup kehilangan kabarnya masing-masing. Maka dari itu responden juga mengatakan bahwa anak dan cucu-cucunya lah yang menjadi teman baginya pada saat lansia ini.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pemenuhan kebutuhan dasar manusia pada masa lansia sangatlah penting untuk terus dijaga agar kualitas hidupnya tetap terjamin. Kebutuhan akan sandang, pangan, papan, kesehatan dan interaksi sosial perlu diperhatikan. Pada lansia dengan kondisi demensia, pemenuhan kebutuhan akan semakin meningkat karena mereka membutuhkan lebih banyak bantuan. Oleh karena itu, dukungan dari keluarga dan fasilitas kesejahteraan lansia seperti posyandu sangat ditentukan untuk memastikan lansia dapat memenuhi kebutuhannya dengan baik.

Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan harus disesuaikan dengan kondisi masing-masing lansia. Tidak semua lansia memerlukan pemenuhan kebutuhan yang sama. Faktor usia, tingkat kesehatan, ekonomi dan sosial menentukan berbagai kebutuhan yang harus dipenuhi. Oleh sebab itu, upaya pemenuhan kebutuhan pada lansia perlu dilakukan secara individual dan terintegrasi untuk mencapai tujuan kesejahteraan masa tua yang berkualitas. Dengan demikian, kualitas hidup lansia dapat terus terjaga.

DAFTAR PUSTAKA

- Anandha, B. (2018). Skripsi. Upaya Kebutuhan Lansia di Panti Wargatama Kabupaten Ogan Ilir. Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Sriwijaya.
- Habil, D. (2019). Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia Pada Lansia Dimensia Oleh Keluarga. *Jurnal Nursing Studies*.7 (3), 11- 15.
- Kartikasari, R. (2023). Kehidupan Ekonomi, Sosial, dan Kesehatan Lansia dalam Pengasuhan Keluarga di Lingkungan IV Kota Galang. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*.1 (1).
- Miftachul Huda. (2009). *Pekerja sosial dan Kesejahteraan Sosial: Sebuah Pengantar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Nafisadilah, A. (2016). Skripsi. Upaya Lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Kesehatan di Posyandu Lansia Cipto Usodo Kelurahan Betgaslor Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Semarang.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
- R, Hayuni. (2004). *Kehidupan Ekonomi Masyarakat dan Kebijakan Ekonomi*. Wacana Kinerja.7

(3), 11- 15.

Setiati, dkk. (2000). Pedoman Praktis Perawatan Kesehatan (Edisi 1). Jakarta: FK UI.

Sumijatun, dkk. (2005). Gambaran Kebutuhan Dasar Manusia pada Lansia di Kelurahan Cawang Jakarta.