



**Kementerian Koordinator
Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan
Republik Indonesia**

Siaran Pers Nomor: 275/HUMAS PMK/X/2022

Wujudkan Penuaan Aktif, Pemerintah Perkuat Konsep Ketahanan Lanjut Usia

KEMENKO PMK - Perempuan lanjut usia terus memberikan kontribusi yang berarti bagi kehidupan politik, sipil, ekonomi, sosial dan budaya.

Namun kontribusi dan pengalaman mereka sebagian besar kurang terlihat dan diabaikan, dibatasi oleh hal-hal yang kurang menguntungkan terkait isu gender yang terakumulasi sepanjang siklus hidup.

Hal tersebut disampaikan oleh Asisten Deputi Pemberdayaan Disabilitas dan Lanjut Usia Kemenko PMK Ricky Radius Siregar pada Seminar Hari Lanjut Usia Internasional (HLUIN) 2022, di Kantor Kemenko PMK, Rabu (2/11).

“Oleh karena itu, ketahanan perempuan lanjut usia dalam menghadapi ketidaksetaraan sepanjang hayat di lingkungan sosial dan ekonomi harus menjadi pembelajaran kita,” kata Ricky.

Lanjutnya, pada RPJMN 2020-2024, pemerintah telah menyusun strategi guna mengantisipasi kondisi Indonesia yang telah memasuki ageing population.

Wujud antisipasinya antara lain dengan penyiapan terkait kelanjutusiaan pada berbagai aspek untuk menciptakan penduduk lansia yang sehat dan produktif, melalui Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan.

“Pemerintah menargetkan pada tahun 2024 telah ada sistem perawatan jangka panjang yang terintegrasi untuk lansia,” jelas Ricky.

Sebagai gambaran, populasi dunia saat ini berada pada era penduduk menua (ageing population). Terdapat 727 juta orang berusia 65 tahun ke atas pada tahun 2020 (UN 2022). Jumlah tersebut diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 milyar di tahun 2050.

Selama lima puluh tahun terakhir persentase penduduk lansia di Indonesia meningkat dari 4,5% pada tahun 1971 menjadi sekitar 10,7% pada tahun 2020. Angka tersebut diproyeksikan akan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 19,9% pada tahun 2045.

Fenomena ini bisa menjadi bonus demografi kedua. Bonus demografi kedua dideskripsikan sebagai keadaan suatu negara atau wilayah ketika proporsi dari penduduk yang berusia tua semakin banyak.

“Namun mereka yang dikategorikan penduduk usia lanjut ini masih produktif dan masih memberikan sumbangan bagi perekonomian negara,” tambahnya.

Menurut Ricky, perempuan lanjut usia yang tangguh dan memiliki kontribusi harus menjadi perhatian bersama, sejalan dengan nilai utama Gerakan Nasional Revolusi Mental (GNRM), yakni, integritas, etos kerja dan gotong royong.

“Tantangan kedepan, tentu tidak mudah terutama dalam mempersiapkan agar para lansia tidak menjadi beban, namun harus menjadi potensi,” tuturnya.

Oleh karena itu segala bentuk kebijakan dibuat untuk mengantisipasi sedini mungkin agar para lansia tetap sehat, mandiri dan produktif di usia senja mereka.

"Dalam rangka mengubah paradigma penuaan penduduk dari beban menjadi potensi, telah berkembang beberapa konsep antara lain 'Penuaan Sukses (successful ageing) dan 'Penuaan Aktif' (active ageing)," ungkap Ricky.

Pada seminar tersebut mengangkat tema "Ketahanan Lansia Seiring di Era Perubahan Dunia" dan sub tema "Ketahanan dan Kontribusi Lansia Perempuan" yang diisi oleh tujuh narasumber dan terbagi ke dalam dua sesi.

Pada sesi pertama dimoderatori oleh Lilis Heri Mis Cich perwakilan dari Lembaga Demografi FEB UI membahas tentang Kondisi dan Peran Perempuan Lansia dalam Strategi Nasional Kelanjutusiaan yang disajikan oleh Dinar Dana Kharisma selaku Perencana Ahli Madya Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional. Menurutnya, Stranas tersebut dapat disosialisasikan ke berbagai daerah di Indonesia.

"Stranas kelanjutusiaan ini perlu ada peraturan perundangan turunannya dan disosialisasikan kembali ke berbagai daerah di Indonesia, sehingga memudahkan dalam implementasinya," jelasnya.

Selanjutnya seminar membahas terkait perlindungan dan pemberdayaan perempuan lansia yang disajikan oleh Valentina Gintings selaku Asisten Deputi Perlindungan Hak Perempuan Dalam Rumah Tangga dan Rentan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. Ia menjelaskan terdapat lima prinsip dasar perlindungan lansia.

"Terdapat lima prinsip dasar perlindungan lansia yaitu kemandirian, partisipasi, perlindungan, pengembangan kualitas diri, dan pemenuhan harkat dan martabat," sebutnya.

Sesi pertama diakhiri oleh pembahasan terkait kesehatan dan manajemen stres untuk ketahanan lansia yang disampaikan oleh Martina Wiwie Nasrun selaku Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Dosen Martina menjelaskan bagaimana mengelola stres hingga para lansia terhindar dari risiko yang lebih buruk.

"Ada beberapa keterampilan dalam manajemen stres yaitu dimulai dari mengamati diri sendiri (self-observation), membentuk ulang pikiran (cognitive restructuring), latihan relaksasi (relaxation training), dan penyelesaian masalah (problem solving)," jelasnya.

Memasuki sesi kedua yang membahas tentang pengembangan kapasitas caregiver informal yang dipaparkan oleh Melda Gloria Manurung, selaku Dokter di Puskesmas Kecamatan Cakung, Jakarta Timur. Ia berharap adanya pelatihan untuk para caregiver informal.

"Kegiatan pelatihan dan layanan kesehatan lansia berjalan dengan adanya komitmen yang didukung dengan surat keputusan. Maka dari itu, untuk menjaga keberlangsungan program tersebut perlu dilakukan kerjasama dengan berbagai kemitraan," tuturnya.

Kemudian dilanjutkan oleh pemateri dari IPB Silver College, Clara M. Kusharto yang membahas tentang Ketahanan Lanjut Usia Perempuan pada Masa Pandemi. Ia menjelaskan bagaimana upaya dan aktivitas lansia perempuan dalam menjaga ketahuannya saat pandemi.

"Kita dapat melakukan komunikasi/pertemuan daring secara rutin setiap bulan melalui zoom meeting, yang bersifat tematik terkait kegiatan yang bermanfaat untuk lansia. Selain itu, beragam upaya untuk

menjaga kesehatan lansia, seperti mengonsumsi makanan yang bergizi, dan olah raga teratur, bahkan mengonsumsi obat herbal seperti yang berasal dari daun kelor," ucapnya.

Sesi kedua ditutup oleh duet pemateri yang mewakili generasi muda dari Duta GenRe Jakarta Selatan Sarah Fitria yang membahas tentang pandangan generasi muda terhadap lansia, dan Gaitsha Putri Afisabrin yang menceritakan tentang kegiatan yang dilakukan anak muda bersama lansia di organisasi Cerita Lansia. Ia menjelaskan tantangan para generasi muda saat ini terkait isu kelanjutusiaan.

"Oleh karena itu, ini masih merupakan tantangan untuk peningkatan sosialisasi kepada generasi muda terkait isu kelanjutusiaan, sehingga dapat mencegah terjadinya ageism, dan adanya stereotype negatif terhadap lansia," ujarnya

**Bagian Humas dan Perpustakaan,
Biro Hukum, Informasi dan Persidangan,
Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan
roinfohumas@kemenkopmk.go.id
www.kemenkopmk.go.id
Twitter@kemenkopmk
IG: kemenko_pmk**