

[Home](#) [Opini](#)

Ramadhan dan Hari Kesehatan Lansia

Selasa, 29 Mei 2018

*dr.Hardisman, MHID, PhD***Oleh: dr.Hardisman, MHID, PhD**

Kulitnya keriput, suara tidak lagi garang, mata sudah kabur, pendengaran sudah mulai menghilang, gerakan tangan sering gemetar, dan langkah gontai betopang tongkat. Begitulah potret kehidupan orang tua kita yang sudah lanjut usia (Lansia), diatas 60 tahun.

Suatu periode kehidupan yang sebagian kita akan sampai kepadanya. Pada saat ini kondisi fisik sudah lemah dan untuk kebutuhan sehari-hari saja tidak dapat memenuhinya sehingga selalu butuh bantuan orang lain. Suatu saat jika kita sampai pada kondisi ini, maka di saat itulah kita menyadari bahwa usia Lansia membutuhkan segala bentuk kemudahan dan pertolongan.

Pertambahan umur, setelah mencapai puncak kekuatan fisik pada usia 30-40 tahun, maka selanjutnya akan mengalami penurunan fungsi.

Proses penurunan fungsi fisik merupakan proses penuaan yang alamiah, yang diterangkan oleh Allah subhanahu wataala dalam Al-Quran (QS Yaasin [36]:68, Al-Hajj [22]:5, An-Nahl [16]:70, dan Ar-Ruum [30]:54). Ayat-ayat ini menjelaskan, proses kehidupan manusia dari lahir kemudian tumbuh dan berkembang, namun selanjutnya setelah mencapai puncak umurnya akan mengalami proses penuaan dengan penurunan fungsi-fungsi fisik.

Bahkan adiantara manusia itu ada yang sampai kepada titik terlemah hingga tidak hanya fisiknya yang lemah dan tidak berfungsi sebagaimana layaknya, akan tetapi juga sangat lemah proses pikirnya hingga tidak mengetahui apa-apa (pikun).

Bulan Mei, setiap tanggal 29 diperingati sebagai "Hari Lansia Nasional" sebagai wadah untuk meningkatkan kepedulian (awareness) terhadap akses kebutuhan, kesehatan dan kesejahteraan Lansia.

Hari Lansia memang didasari atas kesadaran bahwa Lansia memerlukan perhatian khusus untuk memenuhi kebutuhannya. Perhatian ini mesti ditanamkan mulai dari kehidupan dalam keluarga, lingkungan masyarakat terkecil, hingga dalam tatanan dan layanan publik yang lebih luas. Tahun ini bertepatan Bulan Ramadhan yang merupakan bulan Rahmat maka sejatinya nilai-nilai itu akan jauh lebih ditingkatkan.

Belajar dari prinsip-prinsip ibadah Ramadhan, telah mengajarkan kepada kita bahwa bagi Lansia ada kemudahan atau afirmatif dalam melaksanakan ibadah.

Puasa Ramadhan adalah sebuah kewajiban, namun bagi Lansia yang lemah fisiknya maka kewajiban itu sudah gugur baginya (QS Al-Baqarah [2]:184-185). Begitu juga pada ibadah shalat, meskipun jelas syarat dan rukunnya dengan gerakan dan tatacara yang diatur dengan jelas, namun tatkala kondisi fisik sangat lemah, maka semua kewajiban itu hilang. Begitulah prinsip-prinsip afirmatif dalam ibadah yang dapat diambil hikmahnya, dan kemudian dapat diterapkan dalam kehidupan yang lebih luas.

Pada tatanan keluarga, momen Ramadhan menjadikan setiap Muslim untuk melihat petunjuk-petunjuk yang agung dalam al-Quran dan hadits, bagaimana seharusnya berakhlak mulia kepada kedua orang tua, terutama lagi yang sudah Lansia. Lebih dari sekedar momen hari peringatan, namun Islam mewajibkan setiap umatnya untuk memberikan bakti yang ikhlas dan kemudahan kepada keduanya. Namun tentunya, momen peringatan hari Lansia tidaklah salah, jika dijadikan sebuah waktu pengingat tatkala ada yang terlupa akan kewajiban-kewajiban itu.

Islam mengajarkan bahwa berbuat baik kepada kedua orang tua adalah kewajiban utama (QS Al-Ahqaf [45]:15, Luqman [31]:4). Bahkan kewajiban itu beriringan dengan tauhid kepada Allah subhanahu wataala (QS An-Nisa [4]:36), yang Ridha Allah subhanahu wataala mengiringi Ridha keduanya (HR At-Tirmidzi, dan juga Al-Bukhari dalam Al-Adabul Mufrad, no.2).

Dalam hal ini, Islam mengajarkan tatkala keduanya sudah Lansia, akses dan kemudahan haruslah lebih banyak diberikan kepadanya, maka disaat itulah pengorbanan seorang anak sangat diperlukan. Oleh karenanya, memberikan perhatian pada orang tua yang sudah Lansia terutama yang sudah lemah fisik dan psikisnya (pikun), bakti dan kesabaran dinilai dalam agama melebihi dari hijrah dan jihad (HR Al-Bukhari, dalam Al-Adabul-Mufrad hadits no.13, 19 & 20).

Saat ini, kesabaran dan perhatian kepada orang tua tetaplah harus secara mulia, dengan perkataan yang menyenangkan (QS Al-Isra [17]:23). Nilai-nilai berbakti kepada orang tua yang diterapkan dengan baik dalam keluarga akan menciptakan Lansia yang sehat paripurna, sesuai dengan umurnya.

Kedua, dalam lingkungan sosial yang lebih luas Islam sangat menekankan bahwa ada kewajiban menghormati orang yang lebih tua dan mendahulukan mereka (HR muttafaqun alaihi, dalam Al-Lulu wal Marjan no.1396, juga dalam Bulughulmaram Kitab Jawami Bab Akhlak).

Bahkan lebih tegas Rasulullah shalallahu alaihi wasallam pernah bersabda, bahwa tidaklah termasuk umatnya yang tidak menyayangi anak kecil dan juga tidak memuliakan orang yang lebih tua (HR At-Tirmidzi). Kedua hadits ini, dalam penerapan yang lebih luas akan terlihat harus diimplementasikan dalam memberikan kemudahan untuk kesejahteraan Lansia. Penerapan kemudahan yang afirmatif dalam lingkungan bermasyarakat bagi Lansia akan mendorong terciptanya Lansia yang sehat dan sejahtera.

Penerapan kemudahan yang afirmatif bagi Lansia di negara-negara berkembang terutama Indonesia masih jauh dari yang diharapkan.

Pada skala Nasional telah ada Permenkes nomor 67 tahun 2015 tentang "Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia." Pada regulasi ini telah diatur adanya layanan kesehatan khusus bersifat afirmatif bagi Lansia melalui Posyandu Lansia serta kemudahan yang mesti didapatkan oleh Lansia dalam layanan kesehatan dasar.

Namun afirmasi ini masih belum berlanjut dengan kemudahan lain misalnya kemudahan sistim rujukan ke Fasilitas Kesehatan Tingkat Lanjut (FKTL) atau Rumah Sakit, belum adanya layanan akses khusus Lansia di RS Pemerintah ataupun Swasta dan lainnya. Kita telah lebih maju pada aspek substansi layanan mediknya, seperti adanya layanan Geriatrik dan berkembangnya unit Psikosomatik, namun pada aspek sistim layanan masih belum berkembang.

Namun jika dilihat pada sektor layanan publik lainnya, kemudahan akses bagi Lansia masih belum berkembang. Akses kemudahan yang afirmatif pada layanan kesehatan masih jauh lebih baik dari layanan kesehatan publik lainnya.

Kekurangan ini adalah karena memang belum optimalnya kebijakan dan regulasi yang ada, fasilitas publik yang belum mendukung, dan yang lebih penting adalah aspek perilaku yang belum sadarnya setiap orang untuk lebih peduli memberikan afirmasi kemudahan bagi Lansia. Jika berkaca pada negara-negara maju, ada kemudahan yang afirmatif bagi warga negara senior (Lansia) yang tidak hanya pada layanan kesehatan, tetapi juga dalam hal transportasi, parking, belanja di supermarket dan lainnya.

Melalui semangat nilai-nilai mulia di Bulan Ramadhan, maka seyogyanya mendorong terciptanya kesehatan dan kesejahteraan Lansia. Pada level keluarga, nilai bakti pada orang tua menjadikan anak-anaknya memberikan yang terbaik bagu kesehatan dan kesejahteraan orang tuanya.

Pada level sosial, maka seharusnya menumbuhkan nilai-nilai akhlak kepedulian terhadap Lansia, dengan memberikan kemudahan bagi mereka dalam setiap ruang publik, seperti pada pusat perbelanjaan, sarana transportasi dan jalan raya. Pada tatanan pemangku kebijakan, selayaknyalah menjadi pemikiran kedepan untuk melahirkan kebijakan dan peningkatan fasilitas publik yang ramah untuk kesejahteraan Lansia. Kita yang muda hari ini, suatu saat akan menjadi Lansia. Kemudahan apa yang kita ciptakan hari ini, boleh jadi kitalah yang memanfaatkannya di masa datang. (*)

****/ Penulis adalah Dosen Fakultas Kedokteran Unand, Ketua Program Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat.***

Editor/Sumber: Ikhlas Bakri



[Ikuti Terus Minangkabaunews Melalui Sosial Media]

REKOMENDASI



Final Liga Champions 2018, Mohamed Salah Tetap Berpuasa?



Aku Bangga Menjadi Anak Minangkabau, Bag. 2



Teror Bom Surabaya Melibatkan Anak, Komnas PA: Ini Kejahatan Kemanusiaan yang Keji



Cegah Pemalsuan Uang, BI Sumbar Sosialisasikan Gerakan Nasional Non Tunai di Pariaman



Ratusan Massa Serikat Buruh Indonesia Pasaman Barat Demo di DPRD dan Kantor Bupati

Selengkapnya

TERPOPULER



Napi yang Tewas Saat Kerusuhan di Mako Brimob Ternyata Warga Nagari Gasan Gadang Padang Pariaman



Brimob Patroli Tanya Kaos #2019GantiPresiden, Ini Kata Fadli Zon



Breakingnews : Benda Dicurigai Bom di Masjid Ikhsan Tanah Datar, Sumbar, Polisi Siaga



Inilah Potensi Penyebab Kanker Melanoma yang Merenggut Nyawa Menantu Hatta Rajasa



Komnas HAM Nilai Poin Melibatkan TNI dalam Revisi UU Terorisme Tidak Diperlukan, Mengapa?

Selengkapnya

VIDEO



Heboh Video Pemuda Menantang dan Ancam Tembak Jokowi, Ini Cuplikannya



Heboh Video Oknum Polisi Tampar Perempuan Hingga Pingsan, Ternyata Ini Faktanya



Video Viral Intimidasi Oknum Massa Kaos #2019GantiPresiden pada Wanita dan Anak di CFD Jakarta



Video Perlakuan Polisi ini Terhadap Pengendara yang Langgar Lalu Lintas Jadi Perhatian Netizen



Ditanya Jamaah Apakah Rakyat Menanggung Utang Negara? Begini Jawaban Ustadz Somad

Selengkapnya

FOLLOW US



Masukkan kata pencarian

Cari

Desktop Version

Berita Foto

Redaksi

Disclaimer

Info Iklan

Logo

Kontak

Pedoman Media Siber

COPYRIGHT © 2018 MINANGKABAUNews.COM
Visitor: 2782851