

**BAB II**  
**TINJAUAN UMUM TENTANG STRATEGI, BIMBINGAN**  
**MANASIK HAJI DAN LANJUT USIA**

**A. STRATEGI**

1. Pengertian Strategi

Kata “strategi” berasal dari bahasa Yunani yaitu *strategos*, yang terbentuk dari kata *stratos* yang berarti *militer* dan *-ag* yang berarti *memimpin* (Grant, 1997:11). Definisi klasik tentang strategi yang semula berasal dari kalangan militer mengatakan bahwa strategi adalah cara yang terbaik untuk mempergunakan dana, daya dan peralatan yang tersedia untuk memenangkan suatu pertempuran. Dewasa ini istilah strategi tidak lagi dipergunakan hanya oleh kalangan militer, akan tetapi juga oleh berbagai organisasi non militer. Dengan demikian konsepsi strategi merupakan salah satu alat yang tersedia bagi manajemen puncak untuk menghadapi segala perubahan yang terjadi, baik sifatnya eksternal maupun yang sifatnya internal (Siagian, 1994 :16-17).

Menurut Chandler, strategi merupakan alat untuk mencapai tujuan perusahaan dalam kaitannya dengan tujuan jangka panjang, program tindak lanjut, serta prioritas alokasi sumber daya (Rangkuti, 2008:3). Sedangkan Jauch dan Glueck mendefinisikan strategi adalah rencana yang disatukan, menyeluruh dan terpadu yang mengaitkan keunggulan strategi perusahaan dengan tantangan

lingkungan dan yang dirancang untuk memastikan bahwa tujuan utama perusahaan dapat dicapai melalui pelaksanaan yang tepat oleh perusahaan (Jatmiko, 2003:5). Sejalan dengan pendapat tersebut Vancil mengemukakan bahwa:

Strategi sebuah organisasi, atau sub unit sebuah organisasi lebih besar yaitu sebuah konseptualisasi yang dinyatakan atau yang diimplikasi oleh pemimpin organisasi yang bersangkutan, berupa:

- a. Sasaran-sasaran jangka panjang atau tujuan-tujuan organisasi tersebut.
- b. Kendala-kendala luas dan kebijakan-kebijakan, yang atau ditetapkan sendiri oleh sang pemimpin, atau yang diterimanya dari pihak atasannya, yang membatasi skope aktivitas-aktivitas organisasi yang bersangkutan.
- c. Kelompok rencana-rencana dan tujuan-tujuan jangka pendek yang telah ditetapkan dengan ekspektasi akan diberikannya sumbangsih mereka dalam hal mencapai sasaran-sasaran organisasi tersebut (Akdon, 2007:13).

Strategi adalah pola tindak manajemen untuk mencapai tujuan badan usaha. Tujuan bisa jangka panjang, yaitu yang ingin dicapai dalam kurun waktu lebih dari 1 tahun (1-5 tahun yang akan datang), atau tujuan jangka pendek, yaitu yang ingin dicapai dalam kurun waktu 1 tahun atau kurang. Ada pula tujuan strategi, yaitu target yang ingin dicapai agar posisi dan daya saing bisnis makin

kuat. Di samping itu ada tujuan finansial, yaitu target yang ditentukan manajemen bertalian dengan kinerja finansial (Reksohadiprojo, 2003:1).

Berdasarkan tinjauan beberapa konsep tentang strategi di atas, maka strategi dapat didefinisikan sebagai berikut ini:

- a. Alat bagi organisasi untuk mencapai tujuan-tujuannya.
- b. Seperangkat perencanaan yang dirumuskan oleh organisasi sebagai hasil pengkajian yang mendalam terhadap kondisi kekuatan dan kelemahan internal serta peluang dan ancaman eksternal.
- c. Pola arus dinamis yang diterapkan sejalan dengan keputusan dan tindakan yang dipilih oleh organisasi (Akdon, 2007:15).

## 2. Jenis-jenis Strategi

### a. Strategi Pertumbuhan atau *Ekspansi*

Motivasi untuk tumbuh adalah persepsi manajer. Kebanyakan manajer percaya bahwa "*organisasi yang tumbuh adalah organisasi yang sehat*", selama organisasi mengalami pertumbuhan, berarti menggambarkan bahwa manajemen organisasi sangat efektif, selain itu pertumbuhan menjamin kelangsungan organisasi dalam jangka panjang, atau dengan kata lain organisasi harus tumbuh jika ingin *survive*.

Terdapat beberapa jenis strategi yang dikategorikan ke dalam strategi pertumbuhan, yaitu:

### 1) Strategi Konsentrasi

Strategi konsentrasi adalah strategi perusahaan yang memfokuskan pada bisnis produk/jasa tunggal, atau sejumlah kecil produk/jasa yang sangat berkaitan. Strategi konsentrasi diterapkan apabila suatu perusahaan mengonsentrasikan pada perluasan penjualan pada bisnis semula. Strategi pertumbuhan konsentrasi mendorong peningkatan kinerja perusahaan, seperti kemampuan untuk menilai kebutuhan pasar, mengetahui perilaku pembeli, sensitivitas konsumen terhadap perubahan harga, dan efektivitas promosi (RD Jatmiko, 2003 : 117).

### 2) Strategi Integrasi Vertikal

Integrasi vertikal terjadi apabila suatu bisnis atau perusahaan bergerak ke wilayah yang melayani pasokan bahan baku (*up-stream industry*) atau mendekati produk / jasa ke arah pelanggan (*downstream industry*). Alasannya untuk menjamin kelancaran pasokan bahan baku, meningkatkan keuntungan secara keseluruhan aktivitas produksi dan operasi, serta untuk menjamin kualitas produk akhir.

### 3) Strategi Diversifikasi

Diversifikasi terjadi apabila suatu organisasi bergerak ke arah bidang usaha yang menghasilkan produk / jasa yang

secara jelas berbeda dari bisnis semula. Strategi diversifikasi merupakan alternatif strategi yang mempunyai resiko besar dan salah satu yang memiliki derajat sinergi paling rendah. Namun demikian, strategi diversifikasi merupakan salah satu strategi yang populer dan seringkali membuahkan hasil yang memuaskan bagi organisasi (RD Jatmiko, 2003:121-122).

b. Strategi Stabilitas

Strategi stabilitas berarti bahwa organisasi tetap melanjutkan pekerjaan atau aktivitas yang sama dengan sebelumnya. Asumsi strategi stabilitas bahwa lingkungan eksternal tidak akan mengalami perubahan yang signifikan pada jangka pendek. Alasan memilih strategi stabilitas karena kinerja perusahaan atau organisasi sudah baik dan akan menerima resiko kegagalan bila merubah strategi saat kinerja perusahaan sangat memuaskan (RD Jatmiko, 2003 : 126).

c. Strategi Penciutan

Strategi penciutan adalah strategi yang diterapkan oleh suatu perusahaan karena perusahaan tersebut merasa bahwa strateginya tidak sesuai dengan sasaran atau misi dasarnya. Strategi penciutan merupakan strategi yang tidak populer bagi kebanyakan manajer dan perusahaan, sebab orang-orang bisnis umumnya mengharapkan keberhasilan melalui pertumbuhan.

Alasan perusahaan memilih strategi penciutan, karena perusahaan memiliki permasalahan finansial, tidak dapat meramalkan masa depan dengan baik, dan pemilik telah merasa lelah dan memprediksi bisnisnya tidak akan berkembang dengan baik (RD Jatmiko, 2003 : 128).

d. Strategi Kombinasi

Strategi kombinasi digunakan apabila suatu korporasi/organisasi perusahaan dalam waktu bersamaan menerapkan strategi yang berbeda untuk setiap unit bisnis. Kebanyakan organisasi multi bisnis atau multi produk menggunakan beberapa jenis strategi kombinasi, khususnya apabila organisasi multi bisnis tersebut melayani beberapa pasar yang berbeda (RD Jatmiko, 2003:132)

## **B. BIMBINGAN MANASIK HAJI**

### 1. Bimbingan Manasik Haji

Bimbingan adalah petunjuk (penjelasan) cara mengerjakan sesuatu, tuntunan (KBBI, 2005). Istilah bimbingan dalam bahasa Indonesia akan muncul dua pengertian yang mendasar, yaitu:

- a. Memberikan informasi, yaitu menyajikan pengetahuan yang dapat digunakan untuk mengambil suatu keputusan, atau memberikan sesuatu sambil memberikan nasehat.

- b. Mengarahkan, menuntun ke suatu tujuan. Tujuan itu mungkin hanya diketahui oleh pihak yang mengarahkan, mungkin perlu diketahui oleh kedua belah pihak (Winkel dan Hastuti, 2004:27).

Bimbingan merupakan pemberian pertolongan atau bantuan. Tetapi sekalipun bimbingan merupakan pertolongan, namun tidak semua pertolongan dapat disebut sebagai bimbingan. Bimbingan merupakan suatu pertolongan yang menuntun. Hal ini mengandung pengertian bahwa di dalam memberikan bimbingan, apabila keadaan menuntut, adalah kewajiban dari pembimbing untuk memberikan bimbingan secara aktif, yaitu memberikan arah kepada yang dibimbingnya (Walgito, 2005:4).

Manasik berarti ritus atau ibadah haji, yang intinya berisi tentang informasi tentang ibadah haji itu sendiri, yang merupakan rangkaian ibadah dalam Islam (Su'ud, 2003:77). Manasik haji adalah hal-hal yang berhubungan dengan ibadah haji, seperti ihram, tawaf, sa'i dan wukuf (KBBI, 2005:708).

Menurut pengertian etimologi, haji atau al-hajju dalam bahasa arab berarti menyengaja, ziarah. Kata hajja Al-Ka'bata, Mahmud Yunus mengartikan "menyengaja, ziarah ke Ka'bah" (Farid, 1999:44). Jadi haji menurut bahasa adalah menuju ke suatu tempat berulang kali atau menuju kepada sesuatu yang dibesarkan (Ash Shiddieqy, 2007:2).

Sedangkan haji dalam pengertian terminologi, Al-Bahi Al-Khuli mendefinisikan: “Haji adalah menuju Ka’bah Baitullahi Al-Haram untuk melakukan apa yang diwajibkan dalam ibadah haji”. Dr. Fuad M. Fachruddin juga mendefinisikan: “Haji adalah menuju Baitullah Al-Haram bagi tiap-tiap orang Islam yang mampu untuk menunaikan ibadah itu dengan syarat-syarat yang tidak memberatkan kepergiannya itu hingga ia dapat sampai ke tempat tersebut dalam keadaan serba sempurna”. Dari definisi-definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa haji adalah bepergian ke Mekah (Baitullah) pada waktu-waktu tertentu untuk melaksanakan bentuk-bentuk ibadah tertentu pula, semata-mata karena Allah (Farid, 1999:45).

Selain persiapan fisik dan hati yang ikhlas, persiapan dalam bentuk bimbingan haji telah menjadi kebutuhan yang tak bisa diremehkan. Bahkan, kegiatan ini seolah tak bisa dipisahkan dari ibadah haji itu sendiri. Bimbingan manasik haji ibarat "sekolah" bagi calon jamaah haji. Di situlah hal ihwal pelaksanaan ibadah haji akan disampaikan secara lengkap dan detail. Bimbingan manasik haji merupakan suatu petunjuk/penjelasan cara mengerjakan ibadah haji dan sebagai tuntunan mengenai hal-hal yang berhubungan dengan rukun, wajib, sunnah haji serta ibadah-ibadah yang berkaitan dengan ibadah haji dan dilaksanakan sebelum berangkat ke Tanah Suci (Rasyid, 2011:12).

Bimbingan manasik haji adalah serangkaian petunjuk mengenai cara melaksanakan ibadah haji sesuai syari'at oleh orang yang menguasai manasik haji dan/atau yang telah mengikuti orientasi pembimbing ibadah haji oleh pemerintah maupun suatu kelompok (Dirjen Penyelenggaraan Haji dan Umrah, 2012: 1).

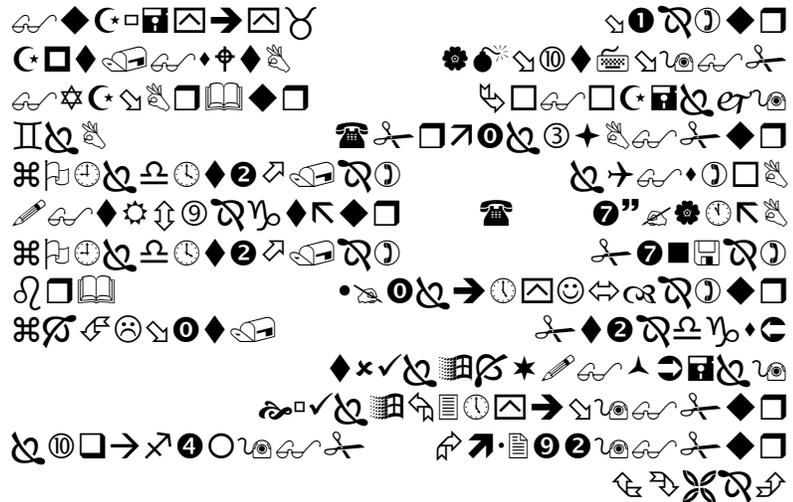
Bimbingan manasik haji merupakan pemberian penjelasan mengerjakan ibadah haji oleh para pembimbing yang berkompeten yaitu tentang syarat, rukun dan wajib haji serta ibadah lain yang berhubungan dengan haji (Dokumen KBIH: 2011).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa bimbingan manasik haji berarti petunjuk (penjelasan) cara mengerjakan sesuatu yang berhubungan dengan ibadah haji, seperti ihram, tawaf, sa'i dan wukuf serta ibadah-ibadah lain yang berkenaan dengan ibadah haji dan dilaksanakan sebelum berangkat ke Tanah Suci. Tujuan dari diadakannya manasik haji adalah untuk mempermudah calon jemaah haji dalam memahami tentang ibadah haji baik secara teoritis maupun praktis sehingga diharapkan dapat melaksanakan ibadah haji dengan baik dan benar.

## 2. Dasar Hukum Ibadah Haji

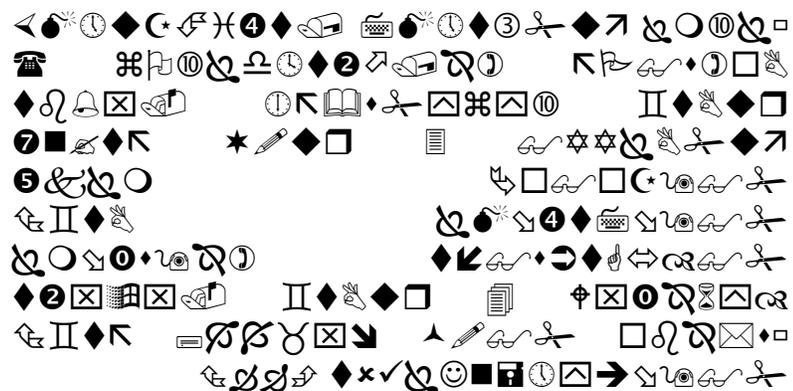
Adapun dalil-dalil yang berkenaan dengan ibadah haji adalah sebagai berikut:

a. QS. Al-Baqarah ayat 125



Artinya: Dan (ingatlah), ketika Kami menjadikan rumah itu (Baitullah) tempat berkumpul bagi manusia dan tempat yang aman. dan Jadikanlah sebahagian maqam Ibrahim tempat shalat. dan telah Kami perintahkan kepada Ibrahim dan Ismail: "Bersihkanlah rumah-Ku untuk orang-orang yang thawaf, yang i'tikaf, yang ruku' dan yang sujud". (QS. Al-Baqarah:125)

b. QS. Ali Imran ayat 97



Artinya: Padanya terdapat tanda-tanda yang nyata, (di antaranya) maqam Ibrahim, Barangsiapa memasukinya (Baitullah itu) menjadi amanlah dia; mengerjakan haji adalah kewajiban manusia terhadap Allah, Yaitu (bagi) orang yang sanggup Mengadakan perjalanan ke Baitullah. Barangsiapa mengingkari (kewajiban haji), Maka Sesungguhnya Allah Maha

*Kaya (tidak memerlukan sesuatu) dari semesta alam.  
(QS. Ali Imran:97)*

c. QS. Al Hajj ayat 27

وَمَنْ يُرِيدْ حَاجًّا فَلْيُرِيدْهُ مِنْ أَجْنَابٍ مُرِيدِينَ  
مَنْ أَرَادَ الْحَجَّ فَلْيُعِجِّلْ فَإِنَّهُ قَدْ يَمْرُضُ الْمَرِيضُ  
وَتَضِلُّ الرَّاحِلَةُ وَتَكُونُ الْحَاجَّةُ (رواه أحمد والطبري وابن ماجه والبيهقي)

*Artinya: Dan berserulah kepada manusia untuk mengerjakan haji, niscaya mereka akan datang kepadamu dengan berjalan kaki, dan mengendarai unta yang kurus yang datang dari segenap penjuru yang jauh. (QS. Al Hajj:27)*

d. Hadits

مَنْ أَرَادَ الْحَجَّ فَلْيُعِجِّلْ فَإِنَّهُ قَدْ يَمْرُضُ الْمَرِيضُ  
وَتَضِلُّ الرَّاحِلَةُ وَتَكُونُ الْحَاجَّةُ (رواه أحمد والطبري وابن ماجه والبيهقي)

*Artinya: Barang siapa hendak mengerjakan ibadah haji, maka hendaklah dikerjakan dengan segera, karena dia mungkin akan sakit, akan hilang kendaraannya dan timbul kebutuhan-kebutuhan yang lain. (HR. Ahmad, Ath Thabari, Ibnu Majah dan Al Baihaqi)*

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ  
يَقُولُ: مَنْ جَاءَ حَاجًّا يُرِيدُ وَجْهَ اللَّهِ غَفَرَ اللَّهُ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ  
وَمَا تَأَخَّرَ. (رواه أبو نعيم)

*Artinya: Dari Abdullah bin Mas'ud, yang menyatakan bahwa ia telah mendengar Rasulullah SAW bersabda, "Barang siapa melaksanakan ibadah haji semata-mata karena mengharapkan ridha Allah, niscaya Allah akan mengampuni dosa-dosa yang telah dan akan dikerjakannya. (HR. Abu Nu'aim)*

### 3. Macam-Macam Haji

Ditinjau dari cara pelaksanaannya, ibadah haji dibedakan dalam tiga jenis yaitu:

- 1) Haji Ifrad, yaitu pelaksanaannya dengan cara terpisah antara haji dan umrah, dimana masing-masing dikerjakan sendiri, dalam waktu berbeda tetapi tetap dalam satu musim haji. Pelaksanaan ibadah haji dilakukan terlebih dahulu, selanjutnya melakukan umrah dalam satu musim haji atau waktu haji.
- 2) Haji Qiran, yaitu melaksanakan ibadah haji dan umrah secara bersamaan. Dengan cara ini, berarti seluruh pekerjaan umrahnya sudah tercakup dalam pekerjaan haji.
- 3) Haji Tamattu, yaitu melakukan umrah terlebih dahulu dan setelah selesai baru melakukan haji. Banyak jemaah yang memilih Haji Tamattu karena relatif mudah, selesai thawaf dan sa'i langsung bertahallul agar terbebas dari larangan selama ihram (Gayo, 2007:29).

### 4. Syarat, Rukun dan Wajib Haji

#### a. Syarat Haji

Syarat haji ialah ketentuan-ketentuan yang harus dimiliki oleh seseorang untuk melaksanakan ibadah haji. Para ulama hukum Islam (Fuqaha) telah bersepakat bahwa syarat-syarat wajib ibadah haji adalah: Islam, baligh, berakal, merdeka, mampu/Istitho'ah. (Yusuf, 1985:3)

Jika seseorang telah memenuhi syarat-syarat haji di atas, tetapi hingga wafat ia belum menunaikan ibadah haji, maka keluarganya wajib untuk menggantikannya. Adapun biayanya diambilkan dari harta peninggalannya sebelum dibagikan kepada ahli waris. Karena kewajiban membayar hutang kepada Allah SWT sama dengan kewajiban membayar hutang kepada sesama manusia. Jika ia telah mampu untuk menunaikan ibadah haji, namun ia tidak mengerjakannya, maka ia pun telah ‘berhutang haji’ kepada Allah, sehingga ia wajib membayarnya. Dan keluarganya yang mempunyai kewajiban (tanggung jawab) untuk menyelesaikan (membayar) hutangnya orang yang telah meninggal itu kepada Allah (Rasyid, 2011:26).

b. Rukun Haji

Rukun haji adalah hal-hal yang harus dikerjakan oleh orang-orang yang menunaikan ibadah haji, jika hal-hal tersebut ditinggalkan maka akan menyebabkan haji orang yang bersangkutan menjadi tidak sah karena tidak dapat diganti dengan membayar *dam*. Adapun rukun-rukun haji ada 6 (enam), yaitu:

- a) Memakai pakaian ihram sejak dari miqat, disertai dengan niat melaksanakan ibadah haji. Hal ini hanya dapat dilakukan pada bulan haji, yakni sejak bulan Syawwal hingga detik-detik menjelang pelaksanaan ibadah haji.

- b) Wukuf (berdiam) di Padang Arafah walaupun hanya sebentar, yang waktunya dimulai sejak tergelincirnya matahari pada tanggal 9 Dzulhijjah hingga menjelang terbitnya fajar tanggal 10 Dzulhijjah (Hari Raya Idul Adha).
  - c) Thawaf Ifadhah (mengelilingi Ka'bah sebanyak 7 kali).
  - d) Sa'i atau berjalan antara Bukit Shafa dan Bukit Marwah sebanyak 7 kali.
  - e) Tahallul, yaitu mencukur rambut atau memotong rambut kepala minimal 3 helai.
  - f) Tertib di antara rukun-rukun haji (Rasyid, 2011:27).
- c. Wajib Haji

Wajib haji adalah hal-hal yang harus dikerjakan oleh orang-orang yang menunaikan ibadah haji, yang jika hal-hal tersebut ditinggalkan, maka ibadah haji orang yang bersangkutan menjadi tidak sempurna dan ia diwajibkan untuk menggantinya dengan membayar *dam*. Adapun wajib haji itu ada 5 (lima), yaitu:

- a) Memakai pakaian ihram yang disertai dengan niat melakukan haji di tempat ihram yang lazim disebut miqat makani.
- b) Mabit (berdiam) di Muzdalifah pada tengah malam Hari Raya Idul Adha meskipun hanya sebentar.

- c) Mabrit (berdiam) di Mina pada beberapa malam hari Tasyriq, yakni tanggal 11, 12 dan 13 Dzulhijjah. Bagi yang mengambil nafar awal cukup dua malam. Namun yang mengambil nafar tsani, maka wajib bermalam selama tiga malam.
- d) Melontar jumrah ‘Aqabah pada Hari Raya Idul Adha dan melontar jumrah ‘Ula, Wustha dan ‘Aqabah pada hari-hari Tasyriq.
- e) Menghindari hal-hal yang diharamkan bagi orang yang sedang ihram (Rasyid, 2011:29).

#### 5. Larangan Ketika Sedang Ihram Haji

Ibadah haji merupakan suatu ibadah yang sangat khusus dan istimewa. Maka ketika kita telah berniat untuk melakukan ibadah haji, kita harus dengan ikhlas melepas segala sesuatu yang bersifat duniawi, bahkan hal-hal yang halal untuk kita di luar ibadah haji pun kita harus ikhlas untuk meninggalkannya. Selama menunaikan ibadah haji terutama ketika memakai pakaian ihram ada hal-hal yang harus kita tinggalkan, karena diharamkan bagi orang yang sedang ihram. Hal-hal itu secara garis besar adalah:

- a. Bagi Pria
  - a) Memakai pakaian yang dijahit atau yang bertangkup.
  - b) Memakai sepatu yang menutupi mata kaki.

- c) Menutup kepala dengan sesuatu yang melekat, seperti topi, peci dan sebagainya. Adapun menutup kepala dengan sesuatu yang tidak melekat seperti payung maka hal itu diperbolehkan.
- b. Bagi Wanita
    - a) Memakai kaos tangan.
    - b) Menutup muka (memakai cadar).
- c. Bagi Pria dan Wanita
    - a) Memakai wangi-wangian.
    - b) Memotong kuku dan mencukur atau mencabut rambut.
    - c) Berburu, mengganggu ataupun membunuh binatang, kecuali binatang yang membahayakan.
    - d) Memotong ataupun mencabut pepohonan di Tanah Haram.
    - e) Menikah, menikahkan ataupun meminang wanita.
    - f) Bercumbu atau bersetubuh.
    - g) Mengucapkan kata-kata kotor, berdebat dan bertengkar.
6. Hikmah dan Manfaat Ibadah Haji
- 1) Meningkatkan iman dan taqwa kepada Allah SWT.
  - 2) Memperoleh *maghfirah* atau ampunan dari dosa dan noda.
  - 3) Terkabulnya do'a dan permohonan.
  - 4) Memperoleh kesuksesan hidup dan balasan surga.
  - 5) Mempersatukan dan mempersaudarakan umat Islam (Rasyid, 2011: 90).

## C. CALON JEMAAH HAJI LANJUT USIA

### 1. Calon Jemaah Haji Lanjut Usia

Calon jemaah haji adalah seorang muslim yang memiliki niat menunaikan ibadah haji dan kemampuan secara fisik untuk menjalani ritual peribadatan dan menyediakan pembiayaan perjalanan (Tim Peneliti Puslitbang Kehidupan Keagamaan, 2007:12). Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode di mana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Bila seseorang yang sudah beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin (Hurlock, 1980:380).

Lanjut usia merupakan suatu anugerah. Menjadi tua dengan segenap keterbatasannya, pasti akan dialami oleh seseorang apabila ia berumur panjang. Kapan seseorang dikategorikan lanjut usia? Para ahli membedakannya menjadi dua macam usia, yaitu: usia kronologis dan usia biologis. Usia kronologis dihitung dengan tahun kalender. Di Indonesia, dengan usia pensiun 56 tahun, mungkin dapat dipandang sebagai batas seseorang mulai memasuki lanjut usia, namun dalam perkembangan selanjutnya menurut Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 dinyatakan bahwa usia 60 tahun ke atas adalah yang paling layak disebut lanjut usia. Usia biologis adalah usia yang sebenarnya, di mana biasanya

ditarapkan kondisi pematangan jaringan sebagai indeks usia biologis (Tamher dan Noorkasiani, 2009:1).

## 2. Pembagian Lanjut Usia

Apa yang disebut lanjut usia atau lansia? WHO (*World Health Organization* atau Badan Kesehatan Dunia) membagi lanjut usia sebagai berikut:

- a. 45-60 tahun, disebut *middle age* (setengah baya, wreda madya)
- b. 60-75 tahun, disebut *elderly* (lanjut usia, wreda utama)
- c. 75-90 tahun, disebut *old* (tua atau wreda prawasana)
- d. >90 tahun, disebut *very old* (tua sekali, wreda wasana)

Pemerintah Indonesia menentukan bahwa yang disebut lanjut usia (lansia) adalah orang yang berusia 60 tahun ke atas. Mereka mendapatkan fasilitas tertentu, antara lain mendapatkan potongan 25-30% untuk berbagai layanan, seperti biaya perjalanan naik kereta api atau pesawat terbang, mereka yang sudah mencapai usia 60 tahun, dibuatkan KTP seumur hidup (Suparto, 2000:11).

## 3. Perubahan pada Lanjut Usia

Menurut Elisabeth B. Hurlock (1980), pada lansia terjadi perubahan-perubahan fungsi indera, kemampuan motorik dan mental. Perubahan fungsi indera antara lain sebagai berikut:

- a. Penglihatan

Ada penurunan yang konsisten dalam kemampuan untuk melihat obyek pada tingkat penerangan rendah dan menurunnya

sensitifitas terhadap warna. Orang berlanjut usia pada umumnya menderita *presbyopia* atau tidak dapat melihat jarak jauh dengan jelas, yang terjadi karena elastisitas lensa berkurang.

b. Pendengaran

Orang yang lanjut usia kehilangan kemampuan mendengar bunyi nada tinggi, sehingga akibat dari berhentinya pertumbuhan organ berasal yang berakibat matinya rumah siput dalam telinga (*chochia*), walaupun mereka pada umumnya tetap mendengar suara yang lebih rendah dari nada C sejelas orang yang lebih muda. Dalam hal ini pria lebih banyak kehilangan pendengaran daripada wanita.

c. Perasa

Perubahan penting dalam alat perasa pada lanjut usia adalah sebagai akibat dari berhentinya pertumbuhan syaraf perasa yang terletak di lidah dan di permukaan bagian dalam pipi. Syaraf perasa yang berhenti tumbuh ini semakin banyak gejala bertambahnya usia.

d. Penciuman

Daya penciuman menjadi kurang tajam sejalan dengan pertumbuhan sel dalam hidung berhenti dan sebagiannya lagi karena semakin tebalnya bulu rambut pada hidung (Uhbiyati, 2009:176).

Dalam bidang kemampuan motorik, Belian mengemukakan sebagai berikut:

a. Kekuatan

Penurunan kekuatan paling nyata adalah kelenturan otot-otot tangan bagian depan dan otot-otot yang menopang tegaknya tubuh. Orang lanjut usia lebih cepat capek dan memerlukan waktu yang lama untuk memulihkan keletihan daripada orang muda.

b. Kecepatan

Penurunan kecepatan dalam bergerak bagi orang lanjut usia dapat dilihat dari tes terhadap waktu reaksi dan keterampilan dalam bergerak seperti dalam menulis dengan tangan.

c. Belajar keterampilan baru

Pada waktu lanjut usia orang percaya bahwa belajar keterampilan baru akan menguntungkan kepribadian mereka, mereka lebih lambat dalam belajar, dan hasilnya cenderung kurang memuaskan.

d. Kekakuan

Orang lanjut usia cenderung menjadi canggung dan kagok, yang menyebabkan sesuatu yang dibawa dan dipegangnya tumpah dan jatuh, hal itu bukan karena tidak dilakukan dengan hati-hati dan dikerjakan secara tidak teratur. Kerusakan dalam keterampilan motorik terjadi dengan susunan terbalik, terhadap keterampilan yang dipelajari, dimana keterampilan yang lebih dulu dipelajari

justru lebih dulu dilupakan dan keterampilan yang baru dipelajari lebih cepat dilupakan (Uhbiyati, 2009:177).

Sedangkan mengenai perubahan mental pada lanjut usia menurut Elisabeth B. Hurlock adalah sebagai berikut:

a. Belajar

Orang yang lanjut usia berhati-hati dalam belajar, memerlukan waktu yang lebih banyak untuk mengintegrasikan jawaban mereka, kurang mampu mempelajari hal-hal yang baru tidak mudah diintegrasikan dengan masa lalu dan hasilnya kurang tepat bila dibandingkan dengan orang muda.

b. Berfikir dalam memberi argumentasi

Secara umum terdapat penurunan kecepatan dalam mencapai kesimpulan, baik dalam alasan induktif maupun deduktif. Sebagian dari hal ini, merupakan dari sikap yang terlalu hati-hati dalam mengungkapkan alasan yang gradasinya cenderung meningkat sejalan dengan pertumbuhan usia.

c. Kreatifitas

Kapasitas atau keinginan yang diperlukan untuk berfikir kreatif bagi orang lanjut usia lebih berkurang. Dengan demikian prestasi kreativitas dalam menciptakan hal-hal penting pada orang lanjut usia secara umum relatif kurang dibanding mereka yang masih muda.

d. Ingatan

Orang lanjut usia cenderung lemah dalam mengingat hal-hal yang baru dipelajari dan sebaliknya baik terhadap hal-hal yang telah lama dipelajari. Sebagian hal ini disebabkan oleh fakta bahwa mereka tidak terlalu termotivasi dengan kuat untuk mengingat sesuatu, sebagian disebabkan kurangnya perhatian, dan sebab lain adalah kurangnya pendengaran yang jelas serta apa yang didengarnya berbeda dengan yang diucapkan orang.

e. Mengingat kembali

Dalam hal ini kemampuan mengingat kembali lebih banyak dipengaruhi oleh faktor usia pemahaman obyek yang ingin diungkapkan kembali. Oleh karena itu, orang lanjut usia lebih memilih menggunakan tanda-tanda, simbol, gerakan (kinestetik), untuk membantu mengingat kembali.

f. Mengenang

Kecenderungan untuk mengenang sesuatu yang terjadi pada masa lalu meningkat semakin tajam sejalan dengan bertambahnya usia. Seberapa besar kecenderungan seseorang dalam mengingat kembali masa lalunya terutama tergantung pada kondisi hidup seseorang pada lanjut usia. Makin senang kehidupan seseorang pada lanjut usia makin kecil waktu yang digunakan untuk mengenang masa lalu dan sebaliknya.

g. Rasa humor

Pendapat umum yang sudah klise tetapi banyak dipercaya orang, bahwa orang lanjut usia kehilangan rasa dan keinginannya terhadap hal yang lucu-lucu. Pendapat seperti ini benar dalam hal kemampuan mereka untuk membaca komik berkurang, dan perhatian terhadap komik yang dapat mereka baca bertambah dengan bertambahnya usia.

h. Perbendaharaan kata

Menurunnya perbendaharaan kata yang dimiliki orang lanjut usia menurun sangat kecil, karena mereka secara konstan menggunakan sebagian besar kata yang pernah dipelajari pada masa anak-anak dan remajanya. Sedang untuk belajar kata-kata pada lanjut usia lebih jarang dilakukan.

i. Kekerasan mental

Kekerasan mental sangat tidak bersifat universal bagi lanjut usia. Hal ini bertentangan dengan pendapat klise yang mengatakan bahwa orang lanjut usia mempunyai mental yang keras. Apabila kekerasan mental terjadi selama usia madya, hal ini cenderung menjadi semakin tampak sejalan dengan bertambahnya usia, yang umumnya karena orang lanjut usia lebih lambat dan lebih sulit dalam belajar daripada yang pernah dilakukan sebelumnya dan mereka percaya bahwa nilai-nilai dan cara-cara lama dalam melakukan sesuatu lebih baik daripada cara dan nilai yang baru. Uraian ini bukan merupakan suatu pengertian yang kaku, tetapi

lebih merupakan keputusan dengan alasan-alasan yang secara hati-hati disusun dan diungkapkan (Hurlock, 1980: 394).

#### 4. Problematika Lanjut Usia

Lanjut usia pada umumnya mengalami berbagai gejala akibat terjadinya penurunan fungsi biologis, psikologis, sosial, dan ekonomi. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan, termasuk kesehatannya. Proses menua di dalam perjalanan hidup manusia merupakan hal wajar yang akan dialami semua orang yang dikaruniai umur panjang. Hanya saja kecepatan proses tersebut bergantung pada masing-masing individu yang bersangkutan. Perkembangan lansia yang diharapkan mencakup penyesuaian terhadap penurunan kekuatan dan kesehatan fisik, penyesuaian terhadap pensiun (bagi mereka yang bekerja di sektor formal) dan penurunan penghasilan, penyesuaian terhadap kematian pasangan atau kerabat, membangun suatu perkumpulan dengan sekelompok seusia, mengambil dan beradaptasi terhadap peran sosial dengan cara yang fleksibel, serta membuat pengaturan hidup atau kegiatan fisik yang menyenangkan.

Di sisi lain, permasalahan yang berkaitan dengan perkembangan kehidupan lansia antara lain:

- a. Secara individu, pengaruh proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah, baik secara fisik biologis, mental, maupun sosial ekonomi. Semakin lanjut usia seseorang, maka kemampuan

fisiknya akan semakin menurun, sehingga dapat mengakibatkan kemunduran pada peran-peran sosialnya. Hal ini mengakibatkan pula timbulnya gangguan dalam hal mencukupi kebutuhan hidupnya, sehingga dapat meningkatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain.

- b. Semakin lanjut usia seseorang, maka kesibukan sosialnya akan semakin berkurang. Hal ini dapat mengakibatkan berkurangnya integrasi dengan lingkungannya yang dapat memberikan dampak pada kebahagiaan seseorang.
- c. Sebagian para lanjut usia masih mempunyai kemampuan untuk bekerja. Permasalahannya adalah bagaimana memfungsikan tenaga dan kemampuan mereka ke dalam situasi keterbatasan kesempatan kerja.
- d. Masih ada sebagian dari lanjut usia dalam keadaan terlantar, selain tidak mempunyai bekal hidup dan pekerjaan/penghasilan, mereka juga tidak mempunyai keluarga/sebatang kara.
- e. Dalam masyarakat tradisional biasanya lanjut usia dihargai dan dihormati, sehingga mereka masih dapat berperan dan berguna bagi masyarakat. Akan tetapi, dalam masyarakat industri ada kecenderungan mereka kurang dihargai, sehingga mereka terisolir dari kehidupan masyarakat.
- f. Berdasarkan pada sistem kultural yang berlaku, maka mengharuskan generasi tua/lansia masih dibutuhkan sebagai

pembina agar jati diri budaya dan ciri-ciri khas Indonesia tetap terpelihara kelestariannya.

- g. Oleh karena kondisinya yang semakin menurun, maka lanjut usia memerlukan tempat tinggal atau fasilitas perumahan yang khusus (Tamher dan Noorkasiani, 2009:5).