

# Bersediaakah kita menghadapi usia tua?

"SEMUA yang berada di dalam dewan ini sila tutup mata. Apa yang kamu perlu lakukan adalah cuba bayangkan dalam masa 10 minit keadaan hari tua anda atau apa sahaja yang terfikir dalam fikiran apabila disebut perkataan 'tua'..."

Kelantangan suara wanita berjauhan kurung yang berdiri di depan dewan berkeluasan kira-kira 70 meter persegi ini berjaya menarik perhatian audiens yang pada awalnya agak riuh rendah dengan celoteh sesama mereka.

"Muka kami akan berkedut". "Kita tidak cantik lagi dan jalan pun terbongkok-bongkok".

"Kalau tua nanti, kita akan sakit. Entah-entah terantar di atas katil," itu antara reaksi spontan yang diberikan peserta dalam kalangan wanita dan lelaki berusia lebih 40 tahun sebaik sahaja tampon itu tamat.

Terkejut dengan jawapan diberikan, Felo Penyelidik Kanan, Institut Penyelidikan Penuaan Malaysia, Dr. Jariah Masud yang mengendalikannya kursus pra-persaraan itu berkata senario berkenaan jelas menunjukkan masih ramai di luar sana ambil 'remeh' akan kepentingan perancangan persediaan hari tua mereka.

Walhal dalam lingkungan umur sedemikian rupa, mereka sepatutnya sudah begitu maklum mengenai dan adalah tidak sewajarnya pandangan sebegini dilontarkan, kata Jariah kepada Bernama dalam satu temu bual baru-baru ini.

## TIDAK FIKIR

"Ia antara jawapan yang kerap kali saya terima apabila mengadakan kursus pra-persaraan. Semuanya negatif apabila diminta untuk membayangkan hari tua mereka dan tidak ada satu pun jawapan perihal kesejahteraan hari tua seperti hidup dalam keadaan sihat dan berkemampuan.

"Mereka lebih bimbang keadaan diri yang tidak cantik dan muka berkedut. Walhal, itu bukanlah keutamaannya. Keadaan ini sangat membimbangkan kerana pada usia 40 tahun adalah sepatutnya mereka sudah jelas dengan perancangan persediaan menghadapi usia emas," katanya.

## KERISALUAN WANITA INI SANGAT BERSAS

Sebagai individu penting yang terlibat dalam penyelidikan kesejahteraan hidup warga emas, isu-isu seperti orang tua hidup melarat, terpaksa bekerja keras kerana tidak ada pendapatan, dihantar ke rumah penjagaan orang tua disebabkan anak tidak mahu jaga, bukanlah asing bagi Jariah.

Berhadapan situasi itu setiap hari, beliau berkata permasalahan yang mengugut kualiti hari tua seseorang individu berpunca daripada sikap masyarakat yang tidak mahu ambil peduli akan kepentingan perancangan usia emas.

Akibatnya, pelbagai implikasi menin-

pa mereka seperti mana kisah tragis warga emas yang banyak dilaporkan di dada akhbar mahupun media elektronik sedemikian seseorang itu sebenarnya boleh memilih untuk tua dalam keadaan gembira atau sebaliknya.

## NEGARA MENUA

"Ia bukanlah sekadar hasil pementauan daripada kursus pra-persaraan semata-mata. Malah, ia juga berdasarkan dapada kajian khusus yang dilakukan mengenai sikap masyarakat terhadap perancangan hari tua mereka.

"Boleh dikatakan, kebanyakan hasil kajian saya mendapati kira-kira 50 hingga 60 peratus orang muda langsung tidak pernah fikir hari tua mereka. Walhal, mereka sepatutnya kena fikir bagaimana keadaan apabila berusia 65 tahun nanti sejak awal lagi.

"Adakah hidup bersendirian, mempunyai masalah kesihatan dan kurang upaya kewangan? Kalau dibiarkan begini, isu permasalahan yang membelauggu warga emas pada hari ini akan berulang kepada golongan muda berkenaan dan ini sangat membimbangkan," katanya.

Peringatan ini ada kebenarannya kerana bilangan warga emas semakin meningkat apatah lagi Malaysia sekarang berada dalam transisi menuju negara menua, sekali gus membawa erti jelas bahawa senario ini tidak lagi boleh dipandang sebelah mata sahaja.

Negara menua berlaku apabila pertusuan penduduk warga emas berumur lebih 60 tahun mencecah 15 peratus daripada jumlah penduduk, berdasar daripada takrifan Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB).

Ia suatu realiti yang tidak dapat dielakkan bahkan penuaan penduduk bukan hanya berlaku di negara ini tetapi seantero dunia turut sama berhadapan cabaran menanganinya.

## LEBIH PANTAS

Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), jumlah penduduk dunia berumur 60 tahun dan ke atas dijangka berjumlah dua bilion pada 2050, iaitu peningkatan daripada 900 juta pada 2015. Manakala Malaysia sebagai sebuah negara membangun, difahamkan akan mencapai penuaan penduduk dalam masa terdekat.

Kelajuan Malaysia mencapai status negara tua adalah lebih pantas berbanding negara maju. Ini kerana, Malaysia mengambil masa hanya 23 tahun untuk mengandakkan jumlah penduduk warga emasnya daripada tujuh peratus kepada 14 peratus berbanding negara maju.

Sedangkan negara Perancis misalnya mengambil masa 115 tahun untuk perubahan yang sama manakala tempoh kepar-tasan penuaan penduduk negara Sweden adalah 85 tahun.

Atas faktor itu, PBB (pada 2009) ada mengunjurkan bahawa Malaysia akan



mencapai status negara tua menjelang tahun 2030 apabila penduduk berumur lebih 60 tahun mencapai 15 peratus daripada jumlah penduduk.

"Berdasarkan daripada data Jabatan Perangkaan, menunjukkan bahawa umur rakyat Malaysia kini lebih panjang dengan jangka hayat lelaki ialah 72 tahun sementara wanita 77 tahun.

"Peningkatan jangka hayat dan bilangan warga emas adalah hasil daripada kemajuan teknologi perubatan, penurunan kadar ketelahan dan kadar kematian," kata Jariah.

## BUDAYA MENYIMPAN

Dengan peningkatan jangka hayat ini, bermaksud lebih ramai akan hidup lebih panjang sekali gus mendedahkan mereka kepada pelbagai kos kehidupan dan kesihatan yang kian meningkat.

Disebabkan itulah, pelbagai saranan dikemukakan termasuk oleh kerajaan yang mengingatkan masyarakat akan kepentingan persediaan awal bagi menghadapi keadaan apabila Malaysia mencapai status negara menua.

Apatah lagi, situasi kehidupan di peringkat tua adalah bergantung kepada perjalanan dan perancangan hidup semasa zaman muda. Biar pun demikian, apa yang menyediakan adalah sikap tidak ambil peduli masyarakat terhadap masa depan mereka termasuklah dari sudut amalan budaya menabung.

"Berdasarkan kajian saya iaitu Tingkah Laku Simpanan yang melibatkan 969 responden mendapati 92 peratus daripadanya mempunyai akaun simpanan sejak kecil. Bagaimanapun, hanya 50 peratus sahaja menyimpan secara sistematik.

"Alasan mereka, ada wang lebih baharu boleh simpan. Ini salah kerana faedah menabung adalah menyimpan secara tetap setiap bulan walaupun ia hanyalah jumlah yang kecil. Bukanlah sedikit lamalama jadi bukt," katanya.

Budaya yang menginginkannya gaya hidup mewah menyebabkan kebanyakan generasi muda hari ini boros membelanjanya sehingga gagal menabung untuk hari tua mereka. Ini terbukti hasil daripada bebera-

pa kajian yang dijalankan oleh banyak pihak.

Contohnya, kajian Institut Kewangan Asia (AIF) mendapati golongan belia negara ini sering menambah hutang pada awal usia sementara kira-kira 40 peratus lagi membelanjanya lebih daripada kemampuan dan hidup dalam masalah kewangan berpanjangan.

## KESELAHTERAAN WARGA EMAS

Kehidupan seperti ini amat bertsiko sebenarnya kerana ia tidak menjamin jaminan kesejahteraan kehidupan hari tua mereka. Apatah lagi, kebanyakan individu hari ini begitu terdedah dengan risiko kesihatan sama ada penyakit ringan ataupun berbahaya disebabkan gaya hidup tidak sihat.

"Sekiranya diagnosis penyakit diabetes pada umur 40 tahun, bermakna mereka perlu mendapatkan rawatan sepanjang hayat kerana penyakit ini tidak boleh sembuh. Semua ini melibatkan duit dan sebab itulah penting ada simpanan.

"Kita tidak boleh harapkan duit per-saraan Kumpulan Wang Simpanan Pekerja (KWSP) sahaja kerana kebanyakan kes mendapat wang itu salah dibelanjakan atau ia tidak mencukupi. Kita kena ada simpanan lain dan insurans," katanya.

Masalahnya, ramai bergantung harap untuk mendapatkan rawatan di hospital kerajaan semata-mata sehingga menyebabkan berlakunya kesesakan luar biasa. Sekiranya ini berterusan, ia adalah satu keadaan amat membimbangkan kerana negara dalam transisi menuju negara menua dan pastinya ini akan memarahkan lagi bebanan kerajaan.

Masyarakat harus sedar tidak boleh bergantung sepenuhnya kepada kerajaan atau anak kerana belum tentu akan dilaga mereka nanti. Disebabkan itulah, amat penting persediaan awal seperti wang simpanan mencukupi dan polisi insurans kesihatan bagi menghadapi kehidupan usia emas yang lebih sejahtera.

Lagipun, pastinya tiada siapa daripada kita yang mahu hidup melarat ataupun menjadi antara seorang penghuni rumah kebajikan warga emas. -BERNAMA