

Mendepani Cabaran Negara Menua dan Warga Emas Aktif: Satu Alternatif

Siti Nor Awang¹, Nikmatul Adha Nordin², Rosilawati Zainol², Faizah Ahmad³ & Atikah Razali⁴

¹School of Distance Education, University Science Malaysia, Penang.

²Centre for Sustainable Planning And Real Estate, Faculty of Built Environment, Universiti Malaya, Kuala Lumpur.

³FA Planning Consultant, Malaysia.

⁴School of Professional and Continuing Education, University of Technology Malaysia.

Corresponding Author

Siti Nor Awang
School of Distance Education
University Science Malaysia.
Email: sitinora@usm.my

Abstract

Malaysia is currently experiencing a notable increase in its population, which is anticipated to reach a critical threshold by the year 2030, when it is expected to be designated as an ageing nation. This transition signifies that, within less than a decade, Malaysia will officially be classified as an ageing nation, necessitating thorough preparations for this demographic shift. The study was conducted at *Modern Pondok Baitul Maab*, a senior citizens' settlement that offers residents opportunities to engage in a lifestyle focused on religious activities. The primary objective of this research is to identify practical solutions and promote sustainable living among senior citizens in Malaysia, in light of the nation's ageing demographic. To gain insights into the benefits of gardening activities for the physical and social well-being of residents, the research employed a range of methods, including focus group discussions (FGDs), collaborative mapping, and surveys. The findings indicate that group gardening activities not only contribute to physical well-being through active movement but also significantly enhance social interactions among residents, fostering a sense of community and belonging. Additionally, providing facilities tailored to the needs of senior citizens can foster the development of an inclusive and productive community. The establishment of settlements that integrate both physical and spiritual resources presents a viable approach for Malaysia in addressing the challenges associated with an ageing population.

Keywords

Ageing nation, active ageing, older adults, modern hut, Senior Citizen Policy

Pengenalan

Penuaan penduduk adalah salah satu daripada empat arah aliran mega yang mencirikan penduduk dunia pada hari ini. Ia melibatkan pertumbuhan penduduk, penuaan penduduk, urbanisasi dan migrasi antarabangsa. Setiap satu daripada arah aliran mega ini terus memberi kesan yang besar dan berpanjangan terhadap pembangunan mampan dalam dekad-dekad yang akan datang (WHO, 2019). Penuaan penduduk merupakan salah satu dari arah aliran mega yang memerlukan setiap negara membuat persediaan. Malaysia tidak terkecuali kerana pada masa kini ia sedang mengalami fasa peralihan penting dalam sejarah demografi apabila pola penduduknya sedang menuju ke arah sebuah 'Negara Menua'. Penuaan populasi merujuk kepada peningkatan peratusan golongan penduduk berusia 65 tahun ke atas dalam sesuatu negara. Ini adalah fenomena global yang turut dialami oleh banyak negara lain khususnya negara maju seperti Jepun, United Kingdom, Amerika Syarikat dan lain-lain.

Negara yang mempunyai 15 peratus golongan tua atau warga emas dikelaskan sebagai ‘*ageing nation*’ atau negara menua. Rata-rata negara di seluruh dunia menunjukkan peningkatan warga tua dengan kadar yang berbeza-beza, namun sebahagian besar menunjukkan peningkatan yang agak ketara. Peningkatan jumlah warga tua di seluruh dunia dipengaruhi oleh banyak faktor, dan antara faktor utama adalah penambahbaikan sistem kesihatan awam yang diperkenalkan diseluruh dunia menjelang Abad ke 20 (WHO, 2011).

Sama seperti negara lain di seluruh dunia, Malaysia turut menerima kesan peningkatan bilangan warga tua melalui pengenalan sistem kesihatan awam dan menekankan bekalan air bersih, pemakanan seimbang, suntikan pencegahan penyakit berjangkit seperti cacar, polio, dan *small pox*. Hal ini telah berjaya mengurangkan pelbagai jenis penyakit berjangkit, yang seterusnya menyumbang kepada jangka hayat yang lebih panjang dan mengurangkan kadar kematian penduduk. Lanjutan dari pengenalan sistem kesihatan awam ini telah berlaku perubahan pola demografi yang memperlihatkan peningkatan jangka hayat yang lebih tinggi yang menyumbang kepada peningkatan jumlah warga emas di negara ini (WHO, 2011; Tengku Aizan, 2015). Jabatan Perangkaan Malaysia (2022) meramalkan negara dijangka mencapai status negara menua menjelang tahun 2030 apabila penduduk berusia 60 tahun ke atas mencapai 15.3 peratus daripada keseluruhan populasi. Kesan langsung peningkatan bilangan warga emas diseluruh dunia menyebabkan permintaan tinggi terhadap penjagaan sosial dan kesihatan kepada golongan warga emas, dan ini menyebabkan masyarakat secara global mula mempromosikan dan memberi tumpuan kepada penuaan aktif. Sehubungan itu WHO telah mengambil pendekatan yang lebih komprehensif dengan memperkenalkan program ‘Bandar Mesra Warga Emas’ (WHO, 2007).

Walaubagaimanapun, kajian berhubung dengan penuaan aktif ini masih kurang dilakukan; khususnya di Malaysia. Makalah ini dihasilkan dengan menggunakan pendekatan kualitatif bertujuan untuk mengetengahkan satu perspektif yang komprehensif dengan membincangkan satu bentuk pendekatan yang boleh diberi pertimbangan oleh pihak berkepentingan dalam usaha mendepani cabaran Negara Menua menjelang 2030. Pengalaman yang dilalui oleh warga emas di salah sebuah organisasi wakaf berkonsepkan pondok moden boleh dijadikan salah satu alternatif mendepani negara menua. Ini kerana ia menyediakan ruang dan peluang kepada warga tua yang masih aktif secara fizikal menghabiskan usia emas mereka dengan cara yang bermanfaat.

Ulasan Literatur

Warga Emas di Malaysia

Kebanyakan penulisan dalam bidang gerontologi menyatakan golongan manusia yang mencapai umur 60 tahun adalah dikategorikan sebagai ‘tua’ dan mereka adalah sebahagian dari kumpulan penduduk sesebuah negara (Prakash, 1999). Namun, di Malaysia pengelasan oleh Jabatan Perangkaan telah menetapkan usia 65 tahun sebagai tua. Di seluruh dunia jumlah golongan tua juga dikenali dengan warga emas meningkat setiap tahun (WHO, 2020), dan Malaysia turut memperlihatkan pola yang sama. Laporan Jabatan Perangkaan pada tahun 1991 mendapati sejumlah 3.7

peratus penduduk Malaysia adalah terdiri dari golongan tua. Jumlah ini meningkat kepada 3.9 peratus pada tahun 2000, dan seterusnya melonjak kepada 4.2 peratus atau 1.2 juta orang pada tahun 2008. Data 2015 menunjukkan peratus golongan tua di Malaysia telah mencapai 5.9 peratus. Kumpulan penduduk warga emas yang berumur 60 tahun ke atas direkodkan adalah sebanyak 3.4 juta atau 10.4 peratus daripada keseluruhan penduduk dalam rekod Banci Malaysia 2020 (Jabatan Perangkaan Malaysia, 2021). Komposisi penduduk berumur 60 tahun dan lebih pada 2024 meningkat kepada 11.6 peratus berbanding 11.3 peratus pada 2023. Manakala komposisi bagi penduduk berumur 65 tahun dan lebih meningkat kepada 7.7 peratus pada 2024 berbanding 7.4 peratus pada 2023 (Jabatan Perangkaan, 2024).

Pertambahan bilangan golongan tua ini bukan hanya dilihat menerusi kejayaan polisi kesihatan awam semata-mata. Sebaliknya, ia perlu disusuli dengan penelitian lanjut oleh pelbagai pihak; khususnya kerajaan bagi memastikan isu-isu berkaitan penjagaan, kebajikan dan penjagaan golongan ini diberi perhatian sewajarnya. Antara isu utama yang sering dihadapi oleh golongan warga emas ini adalah berkaitan kesihatan, kewangan dan kesunyian. Isu-isu lain yang sering dialami oleh golongan tua ini turut melibatkan pendidikan, budaya, kurang kesedaran tentang kesihatan, dan kurang interaksi sosial, dan semua ini menyumbang kepada kualiti hidup yang rendah. Justeru, isu ini tidak harus dikesampingkan malah perlu diambil langkah awal bagi memastikan warga emas dapat meneruskan kehidupan dalam suasana yang sejahtera.

Menyedari hakikat bahawa Malaysia akan mencapai negara menua pada tahun 2030, Dasar Warga Emas telah digubal di Malaysia semenjak 1995 dan telah diluluskan oleh kerajaan pada Januari 2011. Falsafah dasar warga emas bertujuan mengiktiraf warga tua atau warga emas yang terdiri dari pelbagai latar belakang dan mempunyai hak menikmati kehidupan yang sejahtera, dihormati dan boleh terus menyumbang kepada pembangunan negara. Selain itu, Dasar Warga Tua Negara juga memperlihatkan komitmen kerajaan untuk mendepani realiti negara menua. Antara langkah yang mendapat perhatian kerajaan adalah bagi mewujudkan warga emas yang berdikari, bermartabat diri dan dihormati dengan mengoptimumkan potensi diri melalui penuaan sihat, positif, aktif, produktif dan menyokong usaha untuk meningkatkan kesejahteraan hidup dalam pembangunan negara (Jabatan Kebajikan Masyarakat, 2017).

Prinsip yang diguna pakai dalam menggubal dasar ini diadaptasi daripada prinsip PBB ke atas warga emas menerusi *Madrid International Plan of Action on Ageing* (MIPAA). Prinsip tersebut; (i) menggunakan pendekatan perkembangan sepanjang hayat; (ii) mengiktiraf hak untuk mendapat keperluan asas yang berkualiti; (iii) mengutamakan kesaksamaan peluang untuk mengakses pelbagai sumber; (iv) meningkatkan martabat diri dan berdikari; (v) mengeratkan hubungan antara generasi; (vi) meningkatkan penyertaan dan penglibatan; dan (vii) mengukuhkan kerjasama dan perkongsian tanggungjawab (WHO, 2015). Dalam masa yang sama Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) turut memberi penekanan kepada kumpulan warga tua yang masih aktif dan semenjak 2002 WHO telah memperkenalkan *Active Aging: a Policy Framework*. Kerangka polisi penuaan aktif ini telah mengenal pasti enam penentu utama penuaan aktif; ekonomi, tingkah laku, peribadi, sosial, kesihatan, perkhidmatan kesihatan, dan persekitaran fizikal. Mendasari prinsip yang dipersetujui di MIPAA, beberapa negara termasuk Malaysia turut berusaha mengorak langkah

untuk membuat persediaan bagi menghadapi situasi sebenar menjelang tahun 2030 (ESCAP, 2022).

Penuaan aktif

Penuaan aktif merupakan satu konsep yang agak baru di Eropah berbanding di Amerika Syarikat. Walaupun konsep ini diperkenalkan sekitar lewat 1990 an, ia telah diguna pakai oleh Amerika Syarikat seawal tahun 1960 an (Walker, 2002). Di rantau Asia, konsep ini kelihatan masih sangat baru diperkatakan oleh para sarjana dalam bidang gerontologi. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) mendefinisikan penuaan aktif sebagai “... *the process of optimizing opportunities for health, participation, and security in order to enhance quality of life as people age*” (WHO 2002, p:12). Penuaan aktif menekankan kepada usaha-usaha mengoptimumkan peluang kesihatan, penyertaan, dan keselamatan bagi meningkatkan kualiti hidup apabila usia meningkat. Warga emas aktif adalah individu yang walaupun berada dalam usia lanjut, tetap kekal berfungsi dari segi fizikal, mental, dan sosial, serta terus mengambil bahagian dalam aktiviti yang memberi manfaat kepada diri mereka sendiri dan masyarakat. Perkataan aktif ini membawa maksud meneruskan penglibatan atau penyertaan dalam pelbagai bidang merangkumi; sosial, ekonomi, budaya, spirituil, dan *civic affair*, begitu juga dari segi fizikalnya masih aktif atau masih boleh bekerja (Boulton-Lewis et al. 2006).

Penuaan aktif boleh difahami sebagai proses mengoptimumkan peluang dan penglibatan warga emas dalam keluarga mahupun dalam masyarakat ke arah mendayaupayakan mereka untuk meningkatkan kesejahteraan hidup. Ini merangkumi kualiti hidup dan skop jaringan sosial yang dibentuk untuk mencapai tingkat kesejahteraan baik. Selain itu, peranan timbal balik dan hubungan antara generasi yang sedia ada perlu diperkukuhkan dan dipertahankan sepanjang hayat.

Zaidi et al. (2013, p. 6) menjelaskan penuaan aktif sebagai ‘*the situation where people continue to participate in the formal labour market as well as engage in other unpaid productive activities (such as care provision to family members and volunteering) and live healthy, independent and secure lives as they age*’. Sehubungan itu, penglibatan golongan tua selepas mencapai umur bersara samada dalam pasaran kerja atau dalam lingkungan keluarga dan masyarakat disamping untuk meneruskan kehidupan berdikari dan kekal sihat menjadi inisiatif utama idea utama penuaan aktif.

Indikator penuaan aktif ini boleh dikelompokkan kepada empat domain: (1) Pekerjaan - golongan tua wajar diberi peluang dalam pasaran pekerjaan, (2) Penyertaan dalam masyarakat - untuk memastikan golongan tua ini dilibat sama dengan masyarakat walaupun selepas mereka bersara, (3) Berdikari, sihat, dan menjalani kehidupan yang selamat - untuk memperkasakan warga emas menguruskan kehidupan sendiri selama mungkin, dan (4) *Capacity and enabling environment* yang merujuk kepada keupayaan dan kebolehan golongan warga emas disediakan ruang dan peluang sesuai dengan keperluan untuk kekal aktif (Zaidi et al., 2013).

Penuaan aktif boleh dilihat sebagai satu fasa kehidupan yang dilalui oleh sebahagian daripada warga tua yang sihat tubuh badan, tidak berpenyakit kronik, dan mampu mengurus diri sendiri. Golongan tua yang mempunyai ciri-ciri ini wajar diberi peluang dan ruang untuk meneruskan kehidupan samada menyumbang dari segi ekonomi, sosial, atau politik bersesuaian dengan kapasiti yang mereka miliki. Partisipasi sosial mereka atau ‘*social participation*’ dalam bentuk formal dan tidak

formal berupaya memperkukuhkan nilai dan norma masyarakat (Lindstrom, 2005). Partisipasi sosial yang dimaksudkan termasuklah perhubungan dan interaksi yang dibentuk dengan pasangan, anak-anak, ahli keluarga, rakan-rakan, jiran tetangga juga menerusi aktiviti sosial dan kerja-kerja sukarela (Del Bono et al., 2007). Sokongan sosial dan penglibatan dalam aktiviti riadah memainkan peranan penting dalam meningkatkan kualiti hidup warga emas. Hubungan sosial yang positif serta penglibatan dalam aktiviti luar boleh membantu mereka merasa dihargai dan mengelakkan perasaan terasing (Aidanajwa, 2023). Pentingnya, partisipasi sosial ini bukan sekadar membawa kebaikan kepada diri mereka semata-mata, malah keluarga, masyarakat dan negara turut mendapat manfaat dari segi sosial dan ekonomi daripadanya.

Pada masa kini, mereka yang tergolong dalam penuaan aktif mempunyai pilihan sendiri untuk meneruskan kehidupan mereka. Antaranya adalah Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE), merupakan organisasi yang dibentuk semenjak 2012 di bawah kelolaan Jabatan Kebajikan Masyarakat. Pusat ini menyediakan kemudahan kepada warga emas menjalankan aktiviti harian dalam komuniti. Ia merupakan satu perkhidmatan bercorak *reaching out* dan *developmental* kepada warga emas. Program ini turut memberi keutamaan kepada warga emas daripada keluarga berpendapatan rendah yang aktif dan produktif untuk meningkatkan kualiti hidup. Pelbagai aktiviti berbentuk keagamaan, rekreasi, terapi, pemulihan dan pendidikan kesihatan dijalankan di PAWE. Namun, PAWE hanya menyediakan perkhidmatan kepada warga emas yang sihat dan berdikari dan tinggal bersama ahli keluarga. Mereka perlu dihantar ke pusat pada waktu pagi dan dijemput pulang oleh ahli keluarga pada sebelah petang, dan di seluruh Malaysia terdapat 59 buah PAWE (JKM, 2018).

Selain itu, ada di antara warga emas di negara ini yang masih aktif memilih untuk tinggal di pondok-pondok yang menawarkan peluang untuk mendalami ilmu agama dan mempraktikkan amalan Islam secara lebih teratur dan berdisiplin. Pada dasarnya institusi pondok bukan merupakan perkara baru di Malaysia, sebaliknya ia telah mula wujud seawal Abad ke 18 sehingga Abad ke 20 yang berkonsepkan mendapatkan perlindungan dan dalam masa sama berpeluang mendalami ilmu agama di samping melakukan amal ibadat secara teratur (Ishak & Shafie, 1998; Ab. Rahim & Mohd Nor, 2020). Namun, pada hari ini konsep penubuhan pondok ini telah diolah, diubah suai dan diperbaharui beberapa aspek selari dengan kehendak dan keperluan semasa masyarakat. Pelbagai pendekatan baru yang disesuaikan dengan konsep pondok tradisional dilakukan pada masa kini bagi memenuhi keperluan warga emas.

Berdasarkan data dan informasi yang dinyatakan jelas menunjukkan bahawa bilangan dan bentuk pusat jagaan yang sedia ada di Malaysia jauh daripada mencukupi bagi mendepani tahun 2030. Jumlah warga emas di negara ini pada tahun 2018 adalah seramai 2.1 juta orang. Tidak dinafikan mereka ini terbahagi kepada pelbagai kategori; sihat aktif, sihat tidak aktif, uzur berdikari, dan uzur serta perlu penjagaan. Malah, ada yang mempunyai perlindungan sosial dan ada yang tidak memiliki sebarang perlindungan sosial seperti pencen dan Kumpulan Wang Simpanan Pekerja (KWSP). Bagi yang tidak memiliki perlindungan sosial, mereka akan tergolong sebagai miskin kerana tidak mempunyai sebarang sumber pendapatan.

Apakah perancangan telah dilakukan atau polisi telah digubal untuk mengurus tadbir warga emas yang kian bertambah bilangannya. Walaupun terdapat kajian oleh Aishah dan Katiman (2012), Khadijah Alavi (2010) dan Nik Norliati (2016)

menemukan dapatan bahawa tinggal bersama anak-anak adalah menjadi pilihan utama ibu bapa apabila mereka meningkat usia tua, perubahan pola tinggal bersama anak kini telah mula memperlihatkan perubahan di kebanyakan negara di rantau Asia yang cukup sinonim dengan idea '*filial piety*', termasuk Malaysia. Ibubapa yang telah bersusah payah mendidik dan membesarkan anak-anak semenjak kecil sehingga dewasa, dan segala jasa bakti mereka tidak harus dilupakan. Justeru, sebagai balasan anak-anak perlu melakukan timbal balas ke atas jasa ibu bapa yang diberikan selama ini.

Menjaga ibubapa yang telah mencapai usia emas adalah salah satu bentuk timbal balas yang dikenali sebagai '*filial peity*', dan ianya menjadi asas dan pegangan kebanyakan masyarakat Asia kerana ia memaparkan sikap dan perlakuan anak terhadap ibubapa di mana mereka perlu mempunyai sikap tanggungjawab, menghormati, dan menjaga orang tua (Liu et al., 2000). Namun, perubahan yang melanda kesan langsung dan tidak langsung kemodenan dan teknologi turut memberi kesan kepada pelbagai aspek seperti pola demografi, peluang pendidikan, peluang pekerjaan, penghijrahan dan sebagainya kepada masyarakat.

Kajian di negara ini menunjukkan anak-anak, khususnya anak perempuan, berperanan menjaga ibubapa yang lanjut usia (Aishah & Katiman, 2012; Khadijah Alavi, 2010; Nik Norliati, 2016). Namun, trend penjagaan ibubapa lanjut usia oleh anak-anak mula memperlihatkan perubahan apabila golongan muda pada masa kini menceburkan diri dalam pelbagai bidang pekerjaan dan tinggal berjauhan daripada ibubapa telah membataskan budaya yang diamalkan sekian lama ini untuk diteruskan.

Selain itu, kajian oleh Nur Shakiran et al. (2017) terhadap 1153 lelaki dan wanita berusia 40-59 tahun menunjukan 84 peratus daripada responden yang dikaji memilih untuk tinggal di rumah sendiri berbanding tinggal dengan ahli keluarga, jiran, institusi penjagaan warga emas formal dan tidak formal bagi meneruskan kehidupan pada usia emas mereka. Pemilihan ini memperlihatkan kecenderungan ibubapa pada masa depan untuk tinggal bersama pasangan atau bersendirian menjadikan anak-anak bukan lagi menjadi pihak yang berperanan menjaga ibu-bapa yang lanjut usia cukup jelas.

Kedadaan ini tentunya akan mempengaruhi perancangan dan polisi pihak kerajaan memandangkan peningkatan jumlah warga tua di Malaysia. Pengaturan kehidupan merupakan isu yang paling sensitif untuk dibincangkan kerana ia bukan sahaja melibatkan aspek penjagaan sosial tetapi melibatkan aspek emosi dan juga psikologi warga tua itu sendiri. Selain aspek pengaturan kehidupan warga tua, aspek kesihatan warga tua juga perlu diberi perhatian kerana ia mempengaruhi kesejahteraan hidup warga tua (Nik Norliati, 2018). Selain itu, peningkatan bilangan warga tua juga menimbulkan pelbagai implikasi sosioekonomi dan politik kepada negara; contohnya peningkatan kos penjagaan kesihatan warga tua (Tabata, 2005).

Sehubungan itu, makalah ini dihasilkan dengan hasrat mengemukakan alternatif kepada kerajaan mahu pun bukan kerajaan bagi menilai kemungkinan untuk mengembang-luaskan alternatif ini bersandarkan satu kajian yang dilakukan terhadap golongan warga tua yang masih aktif di salah sebuah organisasi bukan kerajaan yang membangunkan tanah wakaf yang diberi nama Baitul Maab. Alternatif ini berkonsepkan pondok moden yang memberi ruang kepada warga tua aktif untuk meneruskan kehidupan mereka. Baitul Maab bukan sekadar menyediakan penginapan,

malah menyediakan perkhidmatan sosial lain untuk penghuni di sini. Apa yang ditawarkan oleh Baitul Maab ini mungkin boleh dilihat sebagai satu pilihan yang mempunyai potensi yang boleh ditambah baik bagi menghadapi cabaran negara menua.

Metodologi Kajian

Perbincangan kumpulan berfokus (FGD) telah digunakan untuk mendapat maklumat berkaitan aktiviti, peluang dan keinginan penghuni di kawasan kajian. Pendekatan ini membolehkan para peserta berinteraksi dan berbincang tentang topik yang dibincangkan secara bebas, serta sesuai digunakan dalam pelbagai konteks kajian (Krueger & Casey, 2015; Morgan, 1997). FGD ini melibatkan 55 orang penghuni Baitul Maab, yang terdiri daripada warga tua lelaki dan wanita. Para peserta dipilih berdasarkan senarai nama yang diberikan oleh pentadbir pusat ini dan persetujuan mereka diperolehi sebelum FGD dilaksanakan. Para peserta diajukan soalan berhubung dengan keinginan mereka sebagai individu dan keinginan atau hasrat sebagai ahli masyarakat di pusat terbabit dalam usaha meningkat dan menambah baik keperluan sedia ada bersesuaian dengan keperluan mereka sebagai warga tua yang masih aktif. Mereka juga diberi peta kawasan pusat ini dan diminta untuk membuat lakaran atau sekurang-kurangnya memberi pandangan berhubung dengan hasrat dan keinginan masing-masing. Tempoh perbincangan dijalankan selama satu jam empat puluh lima minit. Sebelum sesi FGD dilakukan, penyelidik telah membuat lawatan sebanyak tiga kali untuk membina *rappport* atau hubungan baik dan tinjauan awal ke kawasan kajian. Setiap kali lawatan dijalankan pemerhatian tidak turut serta dijalankan, serta temu bual turut dilakukan kepada informan yang terdiri daripada penghuni Baitul Maab, pengurus dan juga kakitangannya. Penggunaan fotografi juga turut digunakan di dalam kajian ini untuk meneliti suasana sebelum dan selepas kajian dijalankan. Kajian ini dilakukan untuk tempoh dua tahun dan sepanjang tempoh tersebut aktiviti yang dicadangkan oleh penghuni di sini telah dilaksanakan; khususnya aktiviti berkebun dan bercucuk tanam.

Dapatan Kajian

Tanah kawasan kediaman warga tua aktif ini adalah tanah persendirian yang diwakafkan. Konsep pembinaan Baitul Maab adalah pondok moden yang menyediakan penginapan untuk warga tua yang masih aktif. Terdapat empat blok bangunan di kawasan ini, dua blok khusus untuk kediaman, satu blok pentadbiran, asrama anak yatim dan satu blok surau (lihat Plate 1). Kawasan ini dilengkapi dengan kemudahan asas seperti bekalan air bersih dan bekalan elektrik, di samping persekitaran yang lapang. Walaubagaimanapun, tidak terdapat laluan khas pejalan kaki kepada penghuni untuk pergi dan balik ke surau walaupun laluan ke surau adalah laluan yang paling kerap digunakan oleh penghuni di sini.



Plate 1 Pelan Konsep Baitul Maab

Kawasan sekitar Baitul Maab mempunyai kawasan lapang yang agak luas dan tidak digunakan sepenuhnya untuk keperluan penghuni di sini. Surau menjadi kawasan yang sering dikunjungi. Penghuni menghabiskan sebahagian besar masa mereka setiap hari. Tidak terdapat kawasan lain yang boleh digunakan untuk melakukan kegiatan bersama penghuni lain atau kawasan untuk mereka bertemu dan menghabiskan masa lapang bersama. Juga, tidak terdapat kawasan rekreasi yang disediakan untuk warga emas di sini (Rujuk Plate 2 dan Plate 3). Jelasnya, kawasan ini dibangunkan dengan tumpuan khusus kepada penyediaan kawasan untuk warga emas melakukan aktiviti keagamaan semata-mata. Penelitian secara visual juga mendapati terdapat kawasan tidak berturap yang agak luas di hadapan blok kediaman warga emas di pusat ini. Permukaan tanahnya ditutupi dengan batu-batu kecil. Keadaan ini kurang selamat untuk warga emas menggunakannya sebagai laluan utama pergi dan balik ke surau dan ke kawasan bangunan pentadbiran (rujuk Plate 4 dan Plate 5).



Plate 2: Aktiviti Berkebun di Sekitar Kediaman



Plate 3: Tempat Berkumpul Sementara Warga Emas

Plate 4 :Kawasan Halaman Kediaman
Warga Emas

Plate 5: Laluan pejalan kaki yang tidak berturap.

Analisis hasil perbincangan kumpulan berfokus yang dilakukan memperlihatkan warga emas aktif di pusat ini menyatakan hasrat dan keinginan mereka untuk diberi pertimbangan kepada kemudahan infrastruktur asas seperti dalam Jadual 1. Pelan di dalam Rajah 1 pula menggambarkan keinginan penghuni Baitul Maab.

Cadangan: Pelan Tindakan Penuaan Aktif

Berdasarkan penemuan kajian dan analisis perbincangan berkumpulan yang dijalankan serta pemerhatian visual di kawasan kajian, para pengkaji berpendapat adalah sangat wajar warga emas di sini diberikan kemudahan fizikal atau infrastruktur fizikal yang bersesuaian agar mereka boleh terus kekal aktif. Justeru, selaku penyelidik yang menyedari kepentingan kehidupan yang sihat dan aktif telah menawarkan pelan tindakan bagi membantu menyediakan *edible garden* kepada penghuni di sini. *Edible*

garden ini diberi nama *Taman Herba dan Sayuran*. Ia bertujuan menyediakan ruang kepada warga emas yang masih aktif untuk menanam herba dan sayuran yang boleh dimakan dan digunakan untuk merawat dan mencegah penyakit.

Jadual 1 Hasil Perbincangan Kumpulan Berfokus (FGD) Bersama Penghuni dan Cadangan Penambahbaikan Yang diinginkan

Infrastruktur Fizikal	Justifikasi
Dewan serba guna	Satu kawasan untuk melakukan sebarang majlis seperti kenduri atau jamuan.
Padang permainan	Untuk kemudahan anak yatim yang tinggal di dalam kawasan yang sama juga untuk kegunaan anak-anak ahli keluarga yang datang melawat.
Kafe	Untuk kemudahan mereka berkumpul bersama rakan-rakan tanpa perlu keluar dari kawasan kediaman.
Kawasan bercucuk tanam	Satu kawasan untuk mereka melakukan kegiatan bercucuk tanam dan untuk kekal aktif.
Parkir Fasa 2	Parkir yang lebih luas untuk penghuni dan pelawat.
Kedai serba guna	Kedai yang menyediakan barangan keperluan asas tanpa perlu keluar ke bandar berhampiran.
Rumah inap	Rumah inap yang menyediakan penginapan untuk ahli keluarga yang datang melawat ahli keluarga.
Pintu masuk dengan kawalan pengawal keselamatan	Memastikan keselamatan kesemua penghuni terjaga.
Laluan berbumbung	Memudahkan penghuni dan lebih selamat dan selesa.
Kawasan refleksologi	Untuk memastikan mereka kekal sihat di samping dapat beriadah.
Kawasan rehat	Untuk bertemu dengan menghabiskan masa lapang dengan rakan-rakan setempat.
Perkhidmatan kesihatan/klinik kecil	Untuk memastikan penghuni boleh mendapatkan rawatan dan ubatan bagi penyakit yang ringan.
Kolam ikan	Menjadikan kawasan ini lebih ceria dan cantik.

Setelah perbincangan dengan pihak pengurusan wakaf dilakukan dan kata sepakat ditemui maka satu kawasan yang sesuai telah dikenal pasti untuk merealisasikan cadangan tersebut. Plate 6 dan 7 menunjukkan perlaksanaan cadangan yang diusulkan. Bagi fasa kedua; iaitu selepas sesi FGD dijalankan, sejumlah 30 orang warga emas yang sihat dan aktif, serta bersedia untuk terlibat bekerjasama dengan pihak pengurusan, ahli kumpulan penyelidik dan Jabatan Pertanian telah menjayakan pelan tindakan ini. Gerak kerja awal dilakukan secara bergotong-royong bermula dari membersihkan kawasan, menyediakan tapak dan menanam. Aktiviti berkebun yang dilakukan termasuk menyiram, menggembur, merumput dan membaja. Kerja-kerja ini memerlukan tenaga dan pergerakan fizikal, dan warga emas yang terlibat memperlihatkan kesungguhan untuk menjayakan projek ini. Akhirnya kawasan yang sebelumnya ditumbuhi dengan rumput rampai dan kelihatan tidak terurus seperti pada

Plate 6 telah berubah kepada kawasan yang ditanami dengan pelbagai sayuran dan tumbuhan herba kelihatan tumbuh subur seperti pada Plate 7.

Rajah 1: Ilustrasi Keinginan Warga Emas

Focus Group Discussion Findings

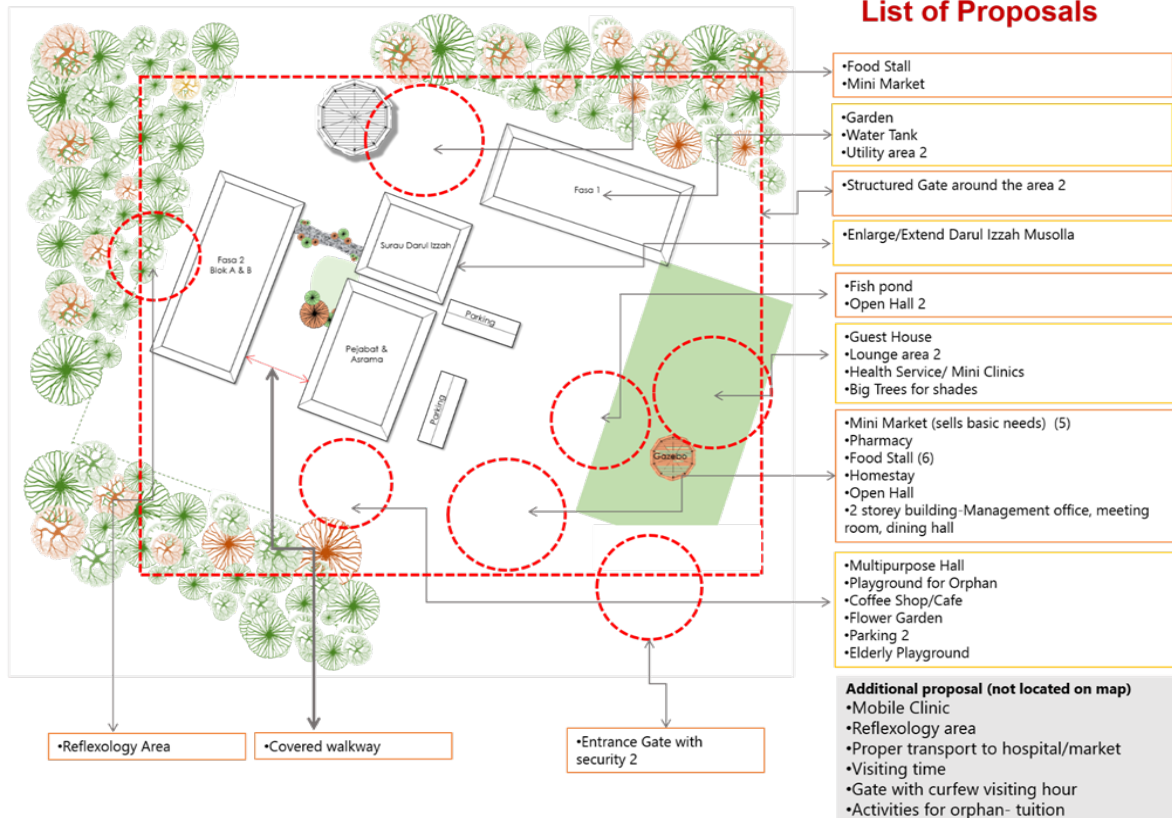


Plate 6 : Kawasan yang dikenal pasti untuk dijadikan 'edible garden'



Plate 7: Kawasan yang telah berubah menjadi 'edible garden'.

Pelaksanaan *Taman Herba dan Sayuran* ini mempunyai pelbagai manfaat fizikal kepada warga emas yang menghuni di Baitul Maab ini. Antaranya pergerakan dan fleksibiliti mereka menjadi lebih baik dan keseimbangan badan juga semakin baik. Ada juga yang menyatakan aktiviti berkebun seumpama melakukan fisioterapi, yang menyumbang kepada penurunan berat badan mereka. Selain itu, aktiviti berkebun ini turut menyumbang kepada beberapa manfaat sosial. Misalnya, lebih 90 peratus responden berpendapat bahawa aktiviti ini membentuk rasa kebersamaan, membina hubungan dengan rakan baru, dan menghindari mereka daripada perasaan dipinggirkan oleh keluarga dan masyarakat.

Kesimpulan

Peningkatan jumlah warga emas yang semakin meningkat di negara ini menjadi petanda bahawa Malaysia mula menuju ke arah negara menua seperti Jepun dan Eropah, dan penanda arasnya adalah bilangan warga emas mencapai 15 peratus dari jumlah penduduk sesebuah negara. Implikasi negara menua bukan sekadar melibatkan sektor ekonomi dengan bilangan tenaga kerja aktif berkurangan dan produktiviti menurun, malah dari segi sosial turut meningkatkan kos penjagaan, rawatan dan sokongan kesihatan yang tinggi kepada negara. Sehubungan itu, bagi menghadapi cabaran negara menua di Malaysia langkah-langkah awal perlu diambil dan dirancang dengan teliti supaya isu ini dapat ditangani apabila tiba masanya.

Pengenalan sistem pondok moden seperti Baitul Maab boleh dijadikan salah satu alternatif kepada warga emas yang sihat dan aktif untuk meneruskan kehidupan dengan baik. Sistem ini bukan sahaja menyediakan tempat tinggal yang selesa dan selamat bagi warga emas, tetapi juga menekankan aspek sosial dan fizikal yang penting untuk mengekalkan gaya hidup yang sihat. Pondok moden menawarkan persekitaran yang kondusif untuk warga emas berinteraksi, berkongsi pengalaman, serta terlibat dalam aktiviti yang dapat meningkatkan kesejahteraan mental dan fizikal mereka. Bersandarkan sokongan sosial, kemudahan fizikal moden dan penjagaan kesihatan yang bersesuaian, warga emas dapat mengekalkan kehidupan berdikari dan aktif, sekali gus mengurangkan pergantungan kepada keluarga atau institusi penjagaan tradisional. Sistem ini juga dapat membantu mengurangkan tekanan demografi terhadap ekonomi negara dengan memastikan warga emas kekal produktif dan terlibat dalam komuniti. Inisiatif seperti ini mencerminkan pendekatan yang lebih inklusif dan berkesan dalam menangani isu populasi menua, selaras dengan aspirasi negara untuk membina masyarakat yang sejahtera dan harmoni.

Penghargaan

Geran ini dibiayai oleh Universiti Malaya Living Lab - LL008-15SUS Developing A Strategic Framework and Guideline for Eco-Resilience Neighbourhood for Active Ageing yang diketuai oleh Dr. Nikmatul Adha Nordin

Rujukan

- Ab Rahim, A., & Mohd Nor, M. R. (2020). Institusi pengajian pondok di Selangor: Kajian terhadap sejarah dan perkembangan. *Online Journal of Research in Islamic Studies*, 7(2), 1-12. <https://ijie.um.edu.my/index.php/RIS/article/view/27350>.
- Aidanajwa, S. (2023). Active ageing, spirituality and quality of life: Implications on the design of elderly residential care facilities in Malaysia (Doctoral thesis). Universiti Utara Malaysia.
- Aishah Haji Mohamed, & Katiman Rostam. (2012). Menjaga ibu bapa usia lanjut: Satu kajian ke atas pengalaman anak dewasa di Malaysia. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 7(1), 12-23.
- Boulton-Lewis, G. M., Buys, L., & Lovie-Kitchin, J. (2006). Learning and active aging. *Educational Gerontology*, 32(4), 271–282.
- Del Bono, E., Sala, E., Hancock, R., Gunnell, C., & Parisi, L. (2007). *Gender, older people and social exclusion: A gendered review and secondary analysis of the data*. Essex, UK: Institute for Social and Economic Research.
- Ishak, S., & Shafie, F. (1998). *Pondok sebagai satu pilihan tempat tinggal di kalangan orang tua*. Sintok: Penerbit Universiti Utara Malaysia.
- Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM). (2018). *Laporan Statistik Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE)*. Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat.
- Jabatan Kebajikan Masyarakat, (2017), Portal Rasmi <https://www.jkm.gov.my/jkm/index.php?r=portal/left&id=WjFUdFBURTV0Zis0NNxYm05Qk9XQT09>, diakses pada 18 Oktober, 2024.
- Khadijah Alavi, Rahim M. Sail, Khairuddin Idris, & Asnarulkhadi Abu Samah. (2010). Pengalaman penjagaan ibu bapa tua oleh anak dewasa: Satu kajian dalam kalangan penduduk Melayu bandar berpendapatan rendah. *Akademika*, 78(Jan-April), 77-87.
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2015). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research* (5th ed.). Sage Publications.
- Liu, J.-H., Ng, S. H., Weatherall, A., & Loong, C. (2000). Filial piety, acculturation, and intergenerational communication among New Zealand Chinese. *Basic and Applied Social Psychology*, 22(3): 213–223. https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2203_8
- Lindstrom, M. (2005). *Social participation and health-related behaviours in a changing society*. Lund University, Department of Community Medicine.
- Morgan, D. L. (1997). *Focus Groups as Qualitative Research* (2nd ed.). Sage

Publications.

Nik Norliati Fitri Md Nor. (2018). "Trend Penuaan Penduduk: Satu Sorotan Karya". *Journal of Social Science and Humanities*. Vol 13 (2): 116-130.

Nik Norliati Fitri Md Nor & Suriati Ghazali. (2016). "Peranan Anak Lelaki sebagai Penjaga Utama Warga Tua Melayu di Luar Bandar: Kajian Kes di Daerah Jerantut, Pahang. *Jurnal Geografi*. 4 (1): 25-34.

Nur Shakiran Akmal Ismail, et al. (2017). Kesejahteraan hidup warga emas: Perancangan berasaskan gender. *GEOGRAFIA Online Malaysia Journal of Society and Space*, 13(3), 75-85.

Prakash, B. (1999). Elderly care and its implications in the changing social structure. *Journal of Social Issues*, 55(3), 579-596. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00187>

Tabata, H. (2005). Care for the elderly: A global perspective. *Journal of Aging & Social Policy*, 17(1), 23-35. https://doi.org/10.1300/J031v17n01_02

Tengku Abdul Hamid, T. A. (2015). *Population ageing in Malaysia: A mosaic of issues, challenges and prospects*. Serdang: Universiti Putra Malaysia Press.

Tengku Aizan, H. (2015). *Population ageing in Malaysia: A mosaic of issues, challenges, and prospects*. Serdang: Universiti Putra Malaysia Press.

Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International Social Security Review*, 55(1), 121-139.

World Health Organization. (2020). *World Population Ageing 2019*, Geneva: WHO.

_____. (2011). *Global health and ageing*. Geneva: WHO.

_____. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: WHO.

Zaidi, A., Gasior, K., Hofmarcher, M. M., Lelkes, O., Marin, B., Rodrigues, R., & Zolyomi, E. (2013). *Active ageing index 2012: Concept, methodology and final results*. Vienna: European Centre for Social Welfare Policy and Research.