

**WARGA EMAS: PERBINCANGAN USIA WARGA EMAS MELALUI ISLAM DAN BARAT SERTA PROSES PENUAANNYA**

Shah Rizul Izyan Zulkipli  
Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia  
E-Mel:  
[izyanzulkipli@usim.edu.my](mailto:izyanzulkipli@usim.edu.my)

Noornajihan Jaafar  
[noornajihan@usim.edu.my](mailto:noornajihan@usim.edu.my)

**ABSTRAK**

Penuaan merupakan suatu proses fitrah yang akan di lalui oleh semua manusia. Pelbagai bilangan usia yang di bentangkan oleh barat dan cendekiawan Islam untuk mendefinisikan usia tua. Malah terdapat perbezaan pandangan mengenai penuaan melalui kaca mata Islam dan Barat. Hakikatnya, usia tua bukanlah suatu perkara yang negatif dan pasif tetapi merupakan usia emas yang perlu di rebut oleh setiap manusia untuk di isi dengan perkara yang bermanfaat. Oleh itu, kajian ini di lakukan bagi menghimpun berkenaan usia tua yang di bawa oleh barat dan cendekiawan Islam bertujuan melihat perbezaan dan persamaan dari dua sudut kaca mata tersebut. Kajian yang berbentuk perpustakaan ini penting bagi memahami cara pandang barat dan Islam tentang usia tua. Hasil kajian menunjukkan bahawa, barat meletakkan usia emas bermula ketika 65 tahun, manakala Islam pula meletakkan seawal 40 tahun sebagai permulaan usia tua. Tambahan lagi terdapat banyak kalimah dalam Bahasa Arab yang menunjukkan perbezaan setiap perkembangan warga emas. Kajian ini penting bagi memberi satu pandangan yang baru dan positif dalam memandangkan fasa penuaan sebagai fasa emas yang perlu di rancang dan hargai setiap detiknya.

**kata kunci :** warga emas, usia warga emas emas,

**Pendahuluan:**

Secara umumnya, warga emas di takrifkan sebagai mereka yang berusia 60 tahun ke atas berdasarkan definisi World Assembly on Aging sekitar tahun 1982 di Vienna. Manakala, Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB) mengklasifikasikan “negara tua” berdasarkan kepada majoriti jumlah penduduknya. Indikator yang di gunakan PBB ialah penduduk yang berusia 65 tahun ke atas bagi Negara Maju dan 60 tahun bagi negara sedang membangun.

Oleh kerana Malaysia masih berada di negara membangun maka usia tua bagi warga emas di kategorikan pada usia 60 tahun (Surina Nayan, 2006; Sabitha, 1996 dan Khadija Alavi (2011). Nor Raudah (2015) mengatakan bahawa negara maju meletakkan usia 65 tahun sebagai permulaan usia tua adalah disebabkan taraf ekonomi, pendidikan, taraf kesihatan yang lebih baik, kemudahan perubatan yang lebih mantap yang akhirnya menyebabkan jangka hayat menjadi lebih panjang berbanding dengan negara yang sedang membangun. Definisi ini juga di persetujui oleh Zabidi et al., (2016) dengan kenyataan bahawa, usia 65 adalah merupakan had umur yang realistik untuk digelar sebagai warga emas.

## Perbincangan Usia Warga Emas Menurut Islam dan Barat.

Warga emas daripada sudut Islam dan Barat mempunyai kaca mata serta matlamat yang berbeza. Al-Quran umpamanya telah memberi peringatan kepada manusia yang di beri usia lanjut untuk memperbanyakkan amal ibadat serta terus belajar. Ini berikutan umat Islam beriman dan percaya dengan adanya hari kebangkitan dan pembalasan. Justeru, umat Islam digalakkan untuk berlumba-lumba menggunakan usia yang ada untuk memperbanyakkan amal kebaikan berbeza dengan non Muslim. Walau bagaimanapun, persamaan dapat dicapai pada setiap agama dan bangsa terhadap warga emas dalam aspek menyeru agar warga emas berada dalam kualiti hidup yang baik di akhir usia mereka.

### Usia Warga Emas Menurut Pandangan Islam

Dalam bahasa Arab, terdapat istilah yang berbeza untuk merujuk kepada fasa-fasa dalam proses pembangunan manusia, dari baligh, remaja, dewasa hingga tua. Menariknya, menurut al-Thalibi (2000), seseorang yang berumur lebih dari 60 tahun membawa beberapa istilah khusus mengikut tahap perkembangan mereka. *الرجل*, *شماط*, *شاب*, *الرجل*, *تلب*, *هدج*, *مج*, *دب*, *دلق*, *توجه*, *كبر*, *شاخ*, *شمط*, *شاب*, *الرجل*, dalam mendefinisikan *شيخ* atau orang tua, Ibrahim al Anis et al. (1972) dalam Al Mu'jam Al Wasit menegaskan bahawa *شيخ* atau orang tua ialah mereka yang berumur lebih dari 50 tahun dan antara peringkat *كهل* dan *هزم*. Selain itu, istilah *هزم* ditakrifkan sebagai orang yang terlalu tua, lemah dari segi fizikal dan mental.

Manakala perkataan 'kibar' disebut enam kali dalam al-Quran manakala 'syaikhun' dan 'ajuz' disebut empat kali. (Fuad al-Baqi, 2002). Kronologi dalam surah ar-Rum 30:54 telah di susun bermula dari kehidupan seorang bayi yang lemah dan berakhir juga dalam keadaan lemah iaitu usia tua.

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً ۚ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ ۗ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Maksudnya: Allah yang menciptakan kamu bermula dengan keadaan lemah, selepas berkeadaan lemah itu Ia menjadikan kamu kuat. Setelah itu Ia menjadikan kamu lemah pula serta tua beruban. Ia menciptakan apa yang dikehendaki- Nya, dan Dialah jua yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.(Ar-Rum:54)

Menurut al-Marāghi (2001) ayat ini menjelaskan kekuasaan Allah SWT dalam mengawasi manusia sehingga berlaku perubahan pada setiap tahap peringkat perkembangan manusia. Peringkat perkembangan manusia yang dimaksudkan ialah daripada lemah iaitu bayi kepada kuat menjadi dewasa dan setelah kuat kembali menjadi lemah kembali iaitu usia tua.

Begitu juga menerusi surah Yassin 36:68 Allah mengingatkan manusia yang di beri usia yang panjang dengan ayat sedemikian:

وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ ۗ أَفَلَا يَعْقِلُونَ

Maksudnya : Dan barang siapa kami panjangkan umurnya nescaya kami kembalikan dia kepada kejadiannya. maka apakah mereka tidak memikirkannya.( Yassin:68)

Ayat ini menggambarkan seorang hamba yang di panjangkan usianya namun di tarik kekuatan fizikalnya (Ibn Kathir, 1997) Sementara itu, as-Sa'diy (2002) menjelaskan, usia tua adalah

seperti keadaan yang di kembali semula ke usia bayi, iaitu keadaan yang lemah dari sudut fikiran dan juga fizikal. Beliau menambah, kelemahan serta usia lanjut seorang anak Adam itu haruslah di manfaatkan ucapan, daya fikir mereka untuk taat kepada Rabb mereka.

Said An Nursi dalam Risalah An Nur menyatakan bahawa kelemahan dan kedaifan yang terdapat pada waktu tua sebenarnya adalah jalan untuk mencari rahmat Ilahi serta inayah Rabbani. Malah beliau turut menyebut bahawa Allah merahmati orang-orang tua kerana kedaifan dan kelemahan mereka. Ini kerana meskipun dalam lemah dan daif mereka masih ruku' menyembah Allah. Seperti dalam sabda Rasulullah SAW :

لولا شبابٌ حُضِعَ وشيوخٌ رُكِعَ وأطفالٌ رُضِعَ وبهائمٌ رُتِعَ لَصَبَّ عليكم العذابُ

“ jika bukan kerana adanya orang muda yang khusyuk, orang-orang tua yang banyak rukuk, dan bayi yang menyusu, nescaya akan di timpakan bala kepada kamu “.

Selain itu, al-Qurthubi berkata, “Syaikh” (orang yang tua) adalah orang yang telah melewati 40 tahun, malah Ibn Qayyim (1971) turut mengatakan, setelah usia 40 tahun, kekuatan dan fungsi organ tubuh mulai menurun. Dan kemerosotan ini berlaku secara berperingkat sebagaimana dahulu perkembangan bayi juga turut berlaku secara peringkat. Allah juga menyatakan bahawa sangat rugi barang siapa yang di beri usia lanjut namun tidak digunakan dengan baik seperti dalam surah at-Tin 95 :7

ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ

Maksudnya: Kemudian (jika ia panjang umur sehingga tua atau menyalahgunakan kelengkapan itu), Kami kembalikan dia ke serendah-rendah peringkat orang-orang yang rendah(at-tin:7)

Secara umumnya, ulama Islam banyak membahaskan mengenai usia tua serta pembahagiannya. Seperti yang di nukilkan oleh Elmi Baharudin (2013) ahli tafsir menyatakan warga emas adalah mereka yang berumur 50 tahun dan terdapat perubahan secara perlahan-lahan kepada akal dan fizikal sedikit demi sedikit hingga ke peringkat umur 75 tahun ke atas Hamka (1999). Selain itu, beliau menyatakan pada peringkat umur tersebut, warga emas akan kembali seperti akal kanak-kanak dengan ingatan yang sudah kurang berfungsi dengan baik. Keadaan ini disebabkan oleh masalah kesihatan dan lemahnya tubuh badan serta uzur .

Selain itu, Abu Hayyan (1993) menyebut, warga emas ialah mereka yang telah lemah pancaindera yang diperlihatkan dengan kelemahan pada perkataan dan fikiran mereka terutamanya terhadap daya ingatan mereka terhadap sesuatu perkara. Manakala al-‘Alūsī (1994) pula menyatakan, warga emas adalah mereka yang telah lemah kekuatan fizikal, telah rosak pancaindera seperti mana di waktu mereka kanak-kanak dahulu.

Al-Tabarī (2001) juga menyatakan warga emas adalah mereka yang telah berumur 75 tahun ke atas dan akan beransur-ansur menjadi bodoh seperti di zaman kanak-kanak. Begitu juga pandangan Al-Razī (2000: 62)<sup>67</sup> tentang usia tua adalah perpindahan manusia daripada sempurna kepada kekurangan, daripada kuat kepada lemah, muda kepada tua, daripada sakit

kepada uzur dan daripada akal sempurna kepada pelupa. Namun begitu, terdapat juga warga tua yang hebat dan sentiasa berfikiran jauh ketika di usia tua. Mereka terus-menerus mengasah pemikiran mereka sehingga menyebabkan akal fikiran, emosi dan rohaniah mereka menjadi cerdas.

Al-Syihab al-Din (1994) mengatakan, warga emas ini akan kembali menjadi lemah fizikal, dan rosak panca indera seperti mana pada waktu mereka kanak-kanak dahulu. Seterusnya, Abdullah Hadad (1984) memetik pandangan Ibn al-Jauzi yang mendefinisikan usia tua kepada dua peringkat umur iaitu peringkat tua dan peringkat tua bangka. Pada usia peringkat tua adalah warga tua yang berumur 50 hingga umur 70 tahun dan peringkat tua bangka pula adalah warga emas yang berumur 70 tahun hingga ke akhir hayat. Pembahagian usia tua ini turut di perakui oleh WHO Pertubuhan Kesihatan Sedunia (W.H.O) membahagikan tua kepada 3 peringkat iaitu peringkat awal (50 hingga 65 tahun), peringkat pertengahan (65 hingga 75 tahun) dan peringkat akhir (75 tahun ke atas).

Secara keseluruhannya dapat di simpulkan manusia akan mulai mengalami kemerosotan bermula usia 50 an. Ketidakupayaan yang di huraikan oleh ulama Islam adalah dari sudut fizikal, pemikiran dan ingatan serta juga emosi iaitu psikologi. Namun begitu, para ulama mengingatkan manusia untuk menggunakan tenaga yang ada untuk terus beribadah dan bersedia untuk menghampiri kematian.

#### Warga Emas Menurut Pandangan Barat

Manakala di negara barat, warga emas diberi beberapa istilah, antaranya ialah "*elderly, old adult, dan senior citizen*". Kerajaan dan ahli gerontologi terkemuka mengikuti perwakilan lazim warga tua dan menggambarkan menjadi tua sebagai proses menjadi "lemah, dan rapuh" (Fealy et al., 2012) John Shaw (1974) menyifatkan bahawa, peringkat umur warga tua adalah lingkungan umur 66 tahun ke atas. Rogers (1979) dalam kajiannya, bersetuju dengan pandangan Neugarten yang mentakrifkan usia tua kepada tiga pentakrifan iaitu awal tua (young old), pertengahan tua (middle old) dan terlalu tua (old-old). Warga tua yang berada pada peringkat usia awal tua ialah mereka yang telah berusia 55 tahun hingga 65 tahun serta masih mampu melakukan kerja dan masih boleh menyumbangkan sesuatu kepada masyarakat. Warga tua yang berada pada peringkat pertengahan usia tua ialah mereka yang berusia 65 tahun hingga 75 tahun. Kebiasaannya mereka ini telah bersara dari sektor pekerjaan dan mempunyai taraf kesihatan yang agak baik serta mampu untuk memperbaiki nasib mereka. Manakala warga emas yang berada pada peringkat usia terlalu tua ialah mereka yang berumur melebihi 75 tahun ke atas. Kebiasaannya takrifan ketiga ini telah nyanyuk, kesihatan yang kurang baik serta kurang memberi sumbangan kepada masyarakat.

Kurt Wolff (1959) pula berpendapat, terdapat beberapa tanda yang menyebabkan seseorang itu dianggap tua antaranya terdapat peningkatan tisu penghubung dalam sesuatu organisma, terdapat pengurangan bahan ilestik pada tisu penghubung, kehilangan elemen-elemen sel dalam sistem saraf, berlaku pengurangan bilangan secara normal sel yang berfungsi atau normal, berlakunya peningkatan kadar lemak dalam badan, pengurangan dalam denyutan jantung di bawah keadaan rehat.

Berbeza dengan (Ana Aslan, 1982) yang mendefinisikan Usia tua adalah bermula pada masa yang sama dengan kehidupan. Apabila berhenti pembesaran seseorang ketika dewasa, maka kemerosotan fungsional secara beransur-ansur akan berlaku disebabkan kehilangan sel aktif dalam diri seseorang. Beliau menyatakan adalah tidak wajar bahawa usia tua dikatakan bermula pada umur 60 tahun.

Secara umumnya, klasifikasi umur tua adalah berbeza mengikut tempat, budaya, masa dan pandangan masyarakat. Contohnya di zaman dahulu, masyarakat Melayu akan mengira umur seseorang dengan melihat kepada usia pokok kelapa yang ditanam sewaktu kelahirannya. Terdapat juga masyarakat yang mengira berdasarkan kepada perkiraan umur yang relavan mengikut fungsinya dalam masyarakat setempat. Maka dalam konteks masyarakat Malaysia hari ini, pentakrifan usia tua dianggap telah tua sekiranya telah bersara dari bidang pekerjaan (Elmi, 2013). Bagi kakitangan kerajaan, umur persaraan mereka adalah 57 tahun ke atas dan kakitangan swasta persaraan mereka di usia 60 tahun ke atas. Justeru, warga emas di Malaysia dianggap tua sekiranya telah melepasi usia persaraan dan telah pencen. Bahkan Taib Osman (1995) yang menyatakan perkiraan usia tua mengikut masyarakat Melayu lama tidak semestinya dikira mengikut kronologi umur biasa.

### **Proses Penuaan Yang Akan Berlaku Ke Atas Manusia Setelah Menginjak Usia Emas**

Dalam al-Quran Allah dalam surah Ghafir : 67 menceritakan bagaimana perubahan manusia dari muda kepada usia tua. Malah dalam hadith juga Rasulullah ﷺ ada menyebut bahawa penghuni di syurga usia nya sekitar 30 sehingga 33 tahun dan tiada orang tua di dalam nya

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ " يَدْخُلُ أَهْلُ الْجَنَّةِ الْجَنَّةَ جُرُودًا مُرْدًا مُكْحَلِينَ أَبْنَاءَ ثَلَاثِينَ أَوْ ثَلَاثِينَ وَثَلَاثِينَ سَنَةً "

Maksudnya: sesungguhnya nabi SAW bersabda :Penduduk syurga akan masuk syurga dalam keadaan jurdan, murdan, bercelak, di usia 30 atau 33 tahun. [HR Tirmidhi]

Hadith ini menunjukkan bahawa, usia muda merupakan suatu nikmat dan saat yang sangat di cintai oleh manusia dan sebolehnya tidak mahu berganjak ke usia tua. Namun setiap manusia harus menerima, bersedia serta merancang untuk menempuh hari tua. Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia (2008), proses penuaan adalah merupakan satu proses semula jadi di mana berlakunya perubahan fizikal, sosial dan psikologi. Proses penuaan ini tidak semestinya dikaitkan dengan penyakit. Ini kerana ianya merupakan satu proses sepanjang hayat yang berlaku dari ketika seseorang insan itu di lahirkan.

Berikut adalah perubahan yang akan di rasai oleh setiap manusia menginjak usia 33 tahun dan seterusnya :

#### **Kemerosotan Fizikal**

Dari sudut fizikal, warga emas akan mengalami proses kehilangan serta gangguan pada post mitotik (neuron) dalam badan. Ahli gerontologi Cary S. (1997) menganggap, proses menjadi tua adalah lanjutan daripada proses kehidupan manusia dan benda-benda hidup yang lain dengan adanya permulaan sudah pastinya akan diakhiri dengan kematian. Menurut Seow Ta Wee dan Shalini (2014), antara perubahan fizikal yang mungkin berlaku ketika menginjak usia

tua adalah rambut akan perlahan-lahan mengeluarkan uban, badan menjadi bongkok, kulit menjadi semakin nipis, mudah pecah, kering dan berkedut.

Selain itu, saluran darah manusia juga mula menjadi lebih tebal, fungsi buah pinggang juga turut berkurangan serta kelenjar prostat (lelaki) semakin membesar. Paru-paru warga emas juga akan semakin kurang berfungsi serta mengalami perubahan deria rasa. Pergerakan usus semakin lambat, sakit sendi (osteoarthritis) serta otot menjadi kurang kuat. Keadaan mata perlahan-lahan menjadi terbenam dan berkedut, mata berselaput, penglihatan dan pendengaran menjadi semakin berkurangan. Warga emas akan mengalami reaksi saraf lebih perlahan, sistem pertahanan tubuh berkurangan serta mudah sakit. Putus haid bagi wanita dan masalah kurang hormone androgen bagi lelaki.

Kemerosotan fizikal ini sudah pasti memberi kesan kepada emosi dan tingkah laku warga emas. Meskipun pelbagai usaha dari sudut teknologi kecantikan, kesihatan dan sebagainya, manusia tetap tidak boleh lari dari fitrah melalui proses penuaan. Namun, setiap manusia haruslah bertanggungjawab menjaga amanah iaitu tubuh badan dengan menjaga kesihatan bagi menjalani ibadah dengan baik. Namun begitu, kajian (IPH, 2015) menunjukkan, warga emas di Malaysia mengamalkan gaya hidup tidak aktif atau dikenali dengan istilah “sedentary”. Keadaan ini telah menjadi kelaziman dalam kalangan warga emas di Malaysia. Malah semakin meningkat usia, semakin kurang aktiviti fizikal yang dilakukan. Paling ketara adalah kumpulan yang tertua, iaitu 70% warga emas yang berumur 75 tahun di klasifikasikan sebagai tidak aktif. Poh et al., (2010) melaporkan, hasil kajian MANS menyatakan hanya 1/3 daripada peserta kajian melakukan senaman, manakala 74% daripada baki seharian telah digunakan untuk aktiviti tidak aktif, seperti berbaring dan tidur (Poh et al., 2010).

Seperti yang di jangka, warga emas dalam kalangan lelaki telah diklasifikasikan sebagai individu yang mempunyai tahap aktiviti fizikal aktif berbanding dengan wanita. Kenyataan ini di sokongan daripada perolehan data NHMS (2006), iaitu lebih ramai wanita kurang aktif berbanding dengan lelaki (Chan et al., 2014). Namun kajian juga membuktikan bahawa, lelaki yang tinggal sendirian mempunyai tahap tekanan darah yang tinggi berbanding dengan mereka yang tidak tinggal bersendirian. Bahkan, lelaki tua yang bercerai mempunyai kadar bunuh diri 3.3 kali lebih tinggi berbanding dengan yang tidak bercerai (Lauer & Lauer, 2002). Ini memberi gambaran bahawa, warga emas yang tinggal bersendirian menghadapi tekanan yang lebih tinggi berbanding yang tinggal berteman samaada dengan pasangan mahupun anak-anak.

## **ii Perubahan Psikologi**

Elemen psikologi merupakan elemen yang penting dan harus di selami oleh anak dan orang muda dalam menyantuni warga emas. Ini kerana, menurut Seow Ta We dan Shalini (2014), perubahan emosi yang berlaku setelah menginjak usia emas adalah kurang keyakinan diri, kekecewaan, kesunyian, sikap rendah diri dan keresahan. Warga emas mudah menjadi lebih sensitif, mementingkan diri, mudah berubah emosi serta degil. Malah menurut nya lagi, warga emas seolah-olah menjadi seperti kanak-kanak yang berusia 2-4 tahun.

Dalam hal ini, ahli biologi iaitu Kurt Wolff (1959) telah bersetuju dengan pandangan ahli psikologi iaitu Gitelson yang menjelaskan, warga tua adalah golongan yang mudah terdedah kepada masalah emosi yang kurang stabil yang ditandai dengan beberapa tanda seperti; (1) Pengurangan ingatan peristiwa semasa; (2) Ketajaman ingatan peristiwa lepas terutama semasa kehidupan yang berjaya; (3) Sikap yang tegas sebagai kompensasi aspek rasa tidak selamat; (4) Kemuraman yang melampau kerana rasa tersisih dan keseorangan; (5) Sangat sensitif serta

suka merungut dan sikap paranoid; dan (6) Kegelisahan kerana kematian semasa terutamanya kehilangan sanak- saudara.

Dalam memahami perkembangan emosi manusia, Erikson (1964) menghuraikan lapan prinsip perkembangan emosi setiap peringkat individu dari bayi sehingga ke peringkat akhir hayat. Dalam setiap peringkat, terdapat konflik emosi yang spesifik dan sekiranya individu tersebut gagal mengatasi konflik yang di hadapi maka akan membawa kesan kepada masalah penyesuaian psikologikal.

Menurut Erik Erikson (1964), usia warga emas yang usia 60 tahun dan ke atas merupakan fasa peringkat kesepaduan iaitu lawannya adalah putus asa. Pada peringkat ini, seseorang individu akan menjadi lebih bijaksana dan celik akal berkenaan falsafah hidupnya. Apabila dia dapat menunaikan segala tanggungjawab yang di amanahkan dengan sempurna semasa hidupnya, dia akan mendapat keamanan secara dalaman. Maka, tahap kepercayaan adalah tinggi dan dia gembira melihat perkembangan generasi baru. Selepas warga emas tersebut membuat refleksi berkaitan kehidupannya samada kejayaan mahupun kegagalannya mereka akan dapat membuat penilaian berkaitan kehidupan diri sendiri.

Sebaliknya, warga emas yang tidak dapat menerima erti kegagalan dalam kehidupan akan merasa putus asa kerana mereka percaya kehidupan sekarang adalah singkat dan tidak ada masa lagi untuk memulakan kembali hidup baru. Individu yang menghadapi konflik dalam peringkat ini adalah mereka yang masih tidak ada falsafah hidup yang kukuh.

### **iii Penurunan daya Kognitif**

Selain dari perubahan fizikal, psikologi ada satu lagi perubahan yang ketara yang berlaku pada warga emas adalah perubahan kognitif. Sebagai contoh pelupa, mudah keliru, nyanyuk, kemurungan dan kurang daya ingatan terutama perkara baru yang berlaku. Secara umumnya, warga emas mempunyai daya tumpuan kurang dan masalah kesihatan memberikan kesan kemurungan yang teruk dan seterusnya menjejaskan kesihatan fizikal (ZamZam et al., 2009).

### **Perbezaan Pandangan Barat Dan Islam Berkenaan Penuaan.**

Elmi baharuddin (2007) dalam kajiannya, memetik pandangan Shura Saul yang menyatakan terdapat pelbagai stigma masyarakat tentang warga emas dalam masyarakat. Antaranya adalah seperti berikut:

Warga tua telah dianggap stereotaip iaitu mempunyai sifat negatif seperti berfikir dan bergerak perlahan, menjadi beban kepada masyarakat, keluarga dan diri sendiri tetapi penyelidikan membuktikan tidak ada pengurangan pengambilan kepada pekerja tua.

Secara biologi, umur tua sentiasa disertai dengan kesakitan tetapi namun ini semua bergantung kepada individu.

Secara psikologi pula, salah anggap termasuk hilang ingatan, tidak berupaya belajar dan membuat kerja baru. selain itu warga emas juga di anggap kurang keupayaan membuat keputusan atau menyelesaikan masalah.

Salah anggap masyarakat bahawa warga emas senang marah, tidak sabar dan selalu pelupa. Dalam keadaan sebenar, program motivasi dan kaunseling telah disambut secara positif oleh warga tua.

Salah anggap terhadap warga emas yang mengalami alam keanak-anakan kali kedua adalah tidak adil kerana mereka bukan budak-budak lagi. Salah anggap masyarakat umum bahawa warga tua yang tidak produktif telah dibuktikan salah kerana ramai yang masih bekerja sepenuh masa atau sambilan dalam kerjaya kebajikan.

Stigma ini boleh di kaitan dengan teori barat seperti *Psychodynamic theory*, *Cognitive theory*, *Activity theory*, *Disengagement theory*, *Psychosocial theory*, *Existential and Interactionist theory* and *Gerotranscendence theory* yang merupakan teori yang di gunakan oleh sarjana Barat dalam perkembangan hidup warga emas. Keseluruhan teori ini meneroka pelbagai aspek penuaan. Namun terdapat Teori gerotranscendence (Tornstam, 1989) yang menunjukkan bahawa penuaan tidak semestinya sesuatu yang negatif seperti yang diramalkan oleh beberapa teori (Teori Penuaan), bahkan ianya menjadi perubahan positif. Teori ini juga di persetujui oleh Sharifah Meriam (2015) yang menyifatkan konsep "*conscious ageing*" atau "penuaan sedar" menyokong nilai-nilai autonomi, keperibadian, ekspresi, dan transendensi diri.

Secara dasarnya, konsep *conscious ageing* yang di uar-uarkan oleh Barat, Moody (2003) merupakan perkara yang sudah lama terdapat dalam ajaran Islam. Ini kerana, apabila warga emas itu menerima hakikat bahawa mereka sudah memasuki ke fasa penuaan maka mereka faham dan bersedia bahawa kematian semakin menghampir. Bahkan Islam selalu menyeru umatnya untuk bersedia dengan kematian dengan persiapan bekal akhirat. Kematian bukan pilihan, tetapi kepastian. Justeru, warga emas yang mempunyai "kesedaran penuaan" akan bersedia untuk melakukan ibadat bagi menuju akhirat. Perkara ini telah nyatakan dalam al-Quran, surah Ghafir ayat 67 :

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْقَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا ۗ وَمِنْكُمْ مَّنْ يُتَوَقَّىٰ مِنْ قَبْلِ ۗ  
وَلِتَبْلُغُوا أَجَلًا مُّسَمًّىٰ وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ

Dia lah yang menciptakan kamu dari tanah, kemudian dari (setitis) air benih, kemudian dari sebuku darah beku, kemudian dari seketul daging; kemudian Ia mengeluarkan kamu berupa kanak-kanak; kemudian kamu (dipelihara) hingga sampai ke peringkat umur dewasa; kemudian kamu (dipanjangkan umur) hingga sampai menjadi tua. Dan (dalam pada itu) ada di antara kamu yang dimatikan sebelum itu. (Allah melakukan kejadian yang demikian) supaya kamu sampai ke masa yang ditentukan (untuk menerima balasan); dan supaya kamu memahami (hikmat-hikmat kejadian itu dan kekuasaan Tuhan).( Ghafir :67)

Meskipun warga emas sinonim dengan keterbatasan fizikal, lemah dan sebagainya namun Allah menyeru agar Muslim untuk sentiasa kuat dan tidak berputus asa. Hal ini di teladani oleh sahabat nabi Abu Talhah yang sudah uzur namun tidak menjadikan lemah sebagai alasan untuk tidak ke medan jihad meskipun beliau di halang oleh anak-anak dengan berkata "bukankah Allah berfirman dalam surah at Taubah ayat 9:41 :

انْفِرُوا خِفَافًا وَثِقَالًا وَجَاهِدُوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ۗ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ

Maksudnya: Pergilah kamu beramai-ramai (untuk berperang pada jalan Allah), sama ada dengan keadaan ringan (dan mudah bergerak) ataupun dengan keadaan berat (disebabkan berbagai-bagai tanggungjawab); dan berjihadlah dengan harta benda dan jiwa kamu pada jalan Allah (untuk membela Islam). Yang demikian amatlah baik bagi kamu, jika kamu mengetahui.



Perkara ini menunjukkan bahawa penghujung usia warga emas itu tidak boleh berlalu dalam keadaan lesu dan berserah seolah-olah menunggu hari kematian menjemput tiba. Isu kematian dan makna hidup penting bagi warga emas. Justeru, warga emas yang mempunyai kesedaran akan kematian serta menerima hakikat penuaan, akan menunjukkan kurang takut dan lebih bersedia dengan amal ibadat. Malah mereka memandang penuaan sebagai kerehatan dari kesibukan dunia serta mengurus keluarga sewaktu muda dahulu. Ini di kuatkan lagi dengan kenyataan Wadensten (2005) yang mendapati, bahawa warga emas lebih gemar bersendirian untuk muhasabah diri dan berehat di hujung usia mereka.

### **Kesimpulan :**

Terdapat banyak pendapat mengenai usia penuaan, namun penuaan bermula ketika usia 33 tahun di mana sel badan manusia mula mengalami kemerosotan. Perkara ini selari dengan usia ahli syurga yang di nyatakan iaitu sekitar 30-33 tahun. Maka manusia seharusnya bersedia bukan sahaja dari sudut ibadah, malah kesihatan dan modal usia masa yang di berikan Allah kepada kita. Usia yang di gunakan haruslah bermanfaat dan perancangan di hari tua juga harus di lakukan agar usia emas yang bakal di lalui penuh dengan kerehatan dari urusan dunia dan ketenangan untuk beribadah kepada Allah.

### **Rujukan :**

al-Quran

Abd Al-Rahman Bin Nasir Al-Sa'diy. 2002. *Taisir Al-Karim Al-Rahman Fi Tafsir Kalam Al-Mannan*. Dar Al-Salam. Taisrul Karîmir Rahmân P.644

Abdul Razak, Ahmad Zabidi. 2018. "*Pembangunan Insan Yang Berterusan: Asas Inisiatif Pembinaan Model Pembelajaran Sepanjang Hayat Warga Emas*", international Conference On Aqidah, Dakwah And Syariah 2016 (Irsyad 2016).

Abu Hayyān, Muhammad Yūsuf Al-Shahid. 1993. *Tafsir Al-Bahr Al-Muhit*.

Al-Alūsi, Al-Syihāb Al-Din Al-Sayyid Muhammad. 1994. *Rūh Al-Macani Fi Tafsir Al-Karim*. Beirut: Dar Al-Makrifah.

Al-Marāghī, Ahmad Mustafā Al-Marāghī. 2001. *Tafsīr Al- Marāghī. Pent: Muhammad Thalib*: Jilid 12. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa Dan Pustaka.

Al-Qur'ān Al-Azim Wa Sabca Al-Mathāni. Beirūt, Lubnān: Dār Al-Kutub Al-Ilmiyyah Jilid 7, 8, 11, 15 Dan 21.

Al-Qurtubi, Abu cAbd Allah Muhammad Ahmad. 1996M. *al-Jāmic Li ahkām al-Qur'ān*. Cet: ke-2. Jilid 9 dan 15. al-Qāhirah: Dār al-Hadith

al-Rāzi, Fakhr al-Din Muhammad Umar. 2000. *al-Tafsir al-Kabir aw Mafātih al-Ghayb*. Jilid 1, 2, 3, 6, 8, 15, 16, 20 dan 21. Beirūt, Lubnān: Dār al-Kutub al-cIlmiyyah.

al-Razī, Fakhr al-Dīn Muhammad Ibn c Umar. 2000M/1421H. *al-Tafsīr al-Kabīr aw Mafātīh al-Ghaiyb*. Jilid 20. Bairūt, Lubnān: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah. p. 62.

al-Tabari, Abu Jacfar Muhammad Jarir. (1992). *Tafsir al-Tabari al-Musamma Jāmic al-Bayān Fi Ta'wil al-Qur'ān*. Jilid 1, 3, 7 dan 8. Beirūt, Lubnān: Dār al-Kutub al-cIlmiyyah.

Ana Aslan 1982. *Misteri Mekanisme Menjadi Tua*. Kurier, Desember: 9.

Bediuzzaman Said Nursi. 2015. *Risalah An Nur, Risalah Untuk Warga Tua*, Kuala Lumpur, Malaysia. 'P.65

Butler, R.N. 1974. "Successful aging and the role of Life Review". *Journal of the American Geriatrics society*, 22,529-535.

Cary S. Kart. 1997. *The Realities Of Aging An Introduction To Gerontology*. Edisi Dorothy Rogers. 1986. *The Adult Years: An Introduction To Aging*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.

Elmi Baharuddin. 2013. *Kecerdasan Ruhaniah Dan Amalan Agama Warga Tua Di Rumah Kebajikan*. Thesis Phd, Bangi : UKM

Erik.H.Erikson. 1993. *Childhood and Society*. New York, United States

Fealy G., Mcnamara, M., Treacy, M.P., & Lyons, I. 2012. "Constructing Ageing And Age Identities: A Case Study Of Newspaper Discourses". *Ageing Society.*, 32(01), 85–102.

Ibrahim Anis, Atiyah al-Sawalihi, Ab. Halim Muntasar, Muhammad Khalfullah Ahmad (Dr.). 1972. *al- Mu'jam al-Wasit, al-Juz 'u al-Awal, al-Tab'ah al-Thaniyah*, Kaherah

Ismail Bin 'Umar Bin Kathir Al-Qarashi Al-Dimasyqi. 1997. *Tafsir Al-Quran Al-Ke-5*. Printed In The United States Of America

Khadijah Alavi, Rahim M Sail, Khairuddin Idris, Asnarulkhadi Abu Samah, C. C. .2011. "Keperluan Sokongan Emosional Dalam Kalangan Anak Dewasa Yang Menjaga Warga Tua". *EBANGI* (2011), 6(1), 102–114.

Kurt Wolff, M.D. 1959. *The Biology, Sociological And Psychological Aspects Of Aging*. Westport: Greenwood Press, Publishers.

Lauer RH, Lauer JC. 2002. *Social Problems And The Quality Of Life*. 8th Ed. Mcgraw Hill, Meriam, S., Akil, S., & Abdullah, S. 2015. *Understanding Life At The Old Folk ' S Home*, (1963), 94–100.

Moody, H.R. 2003. "Conscious Aging: A strategy for positive change in later life. In J.L. Ronch & J.A Goldfield (Eds) *Mental Wellness in aging: Strength based approaches*"113(pp. 139-160) Winnipeg: Health Professions Press.

Muhammad Fuad 'Abd Al-Baqi. 2002. *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Quran*

Nayan, S. 2006." *Keprihatinan Yang Luntur Terhadap Warga Emas "*. *Jurnal Intelek*.

Nor Raudah Siren. 2015. Psikologi Dan Penerimaan Warga Emas Di Kompleks Warga Emas Al-Jenderami. Universiti Malaya.

Poh, B k., Safiah, M.Y., Tahir, A., Siti Haslinda .,N., Siti Norazlin, N., Norimah, A.K., & Fatimah, S. 2010. "*Physical Activity Pattern And Energy Expenditure Of Malaysian Adults: Findings From The Malaysian Adult Nutrition Survey (MANS)*". Malaysian Journal Of Nutrition, 16(1).

Sabitha Marican. 2005. *Kaedah Penyelidikan Sains Sosial*. Kuala Lumpur: Printice Hall.

Salim Ied Al Hilali, 2005. *Syarh Riyâdhis Shâlihîn*. Darul Ibn Juzi, Riyad

Seaw Ta Wee Dan Shalini Sanmargaraja. 2014. *Isu Penuaan Dan Fasiliti Di Rumah Orang Tua, Melaka*: UTHM.

Taib Osman. 1995. *Warga Tua Mengikut Masyarakat Tradisi*. Berita Harian: 26  
Julai."Always Learning: Staying Mentally Active In Retirement With U3A".Retire Savvy  
UK. 27 January 2015. Retrieved 28 September 201

Wadensten B. 2005. "*Introducing Older People To The Theory Of Gerotranscendence*".  
Journal Of Advanced Nursing. 52,4,381388.

Zamzam, R., Thambu, M., Midin, M., Omar, K., & Kaur, P. 2009. "*Psychiatric Morbidity Among Adult Patients In A Semi-Urban Primary Care Setting In Malaysia*". International Journal Of Mental Health Systems, 3(1), 13.