

AGING-IN-PLACE DAN KESUNYIAN DALAM KALANGAN WARGA EMAS WANITA KUBANG PASU, KEDAH

AGING-IN-PLACE AND LONELINESS AMONG ELDERLY WOMEN IN KUBANG PASU, KEDAH

Nurzalyna Mohamed Zaki¹
Kalthum Hassan²
Nur Syakiran Akmal Ismail³

¹Pusat Pengajian Kerajaan, Universiti Utara Malaysia (UUM), Malaysia, (Email: zalynazaki@gmail.com)

²Pusat Pengajian Kerajaan, Universiti Utara Malaysia (UUM), Malaysia, (Email: kalthum@uum.edu.my)

³Pusat Pengajian Kerajaan, Universiti Utara Malaysia (UUM), Malaysia, (Email: nsai@uum.edu.my)

Article history

Received date : 14-11-2021

Revised date : 15-11-2021

Accepted date : 26-12-2021

Published date : 28-12-2021

To cite this document:

Mohamed Zaki, N., Hassan, K., & Ismail, N. S. (2021). Aging-In-Place dan Kesunyian dalam Kalangan Warga Emas Wanita Kubang Pasu, Kedah. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 6(42), 136 - 147.

Abstrak: *Peningkatan bilangan warga emas di dalam masyarakat menuntut perhatian daripada semua pihak. Antara aspek yang perlu diberikan fokus adalah aspek susun atur kehidupan warga emas di masa hadapan. Warga emas lebih selesa menghabiskan kehidupan hari tua di kediaman mereka sendiri atau aging-in-place. Namun apabila menginjak tua, kadang-kala kediaman sendiri memberikan cabaran kepada warga emas dan salah satunya adalah cabaran emosi dalam mengharungi kesunyian. Terdapat beberapa kajian yang telah menyatakan bahawa warga emas yang tinggal bersendirian di kediaman sendiri cenderung untuk mengalami gejala kesunyian. Walaubagaimanapun, kajian ini mendapat bahawa warga emas yang mempunyai kesihatan dan keupayaan tubuh badan yang baik serta mempunyai aktiviti rutin kurang merasa sunyi, malahan terdapat responden yang langsung tidak merasakan kesunyian. Kajian ini mendapatkan data melalui kaedah kualitatif dengan menemubual responden warga emas dalam kalangan wanita Melayu di Daerah Kubang Pasu, Kedah. Kajian ini memberikan input kepada penggubal dasar dalam merangka rancangan yang menyokong aging-in-place di masa hadapan.*

Kata kunci: *Warga emas, aging-in-place, kesunyian*

Abstract: *The increasing number of the elderly in the community demands attention from all parties. Among the aspects that need to be given focus is the aspect of their living arrangement in the future. The elderly are more comfortable spending their old age life in their own homes or aging-in-place. But when stepping into old age, sometimes the home itself pose a challenge to the elderly and one of it is the emotional challenge in overcoming loneliness. There are several studies that have stated that elderly who live alone in their own homes tend to experience loneliness. However, this study found that the elderly who have good health and physical ability and have routine activities feel less lonely. In fact, there are respondents who*

do not feel lonely at all. The study data were obtained through qualitative methods through respondents' interview among Malay women in Kubang Pasu, Kedah. This study provides input to policymakers in formulating plans that will support aging-in-place in the future.

Keywords: *Elderly, aging-in-place, loneliness*

Pengenalan

Malaysia mengalami peningkatan bilangan emas di Malaysia setiap tahun seperti negara-negara lain. Menurut laporan Quick Facts Kementerian Pembangunan Wanita Keluarga dan Masyarakat (2014), Malaysia merekodkan kira-kira dua juta jumlah warga emas di Malaysia pada tahun 2008 dan meningkat kepada kira-kira 2.5 juta pada tahun 2013. Menerusi ucapan Timbalan Menteri Kesihatan, Malaysia dijangka menjadi negara tua menjelang tahun 2030 dengan populasi warga emas sebanyak 15 peratus daripada populasi (Bernama, 2018). Walaupun Malaysia belum mencapai status negara tua, namun tempoh masa yang diambil untuk mencatatkan peratusan 14 peratus daripada 7 peratus adalah singkat jika dibandingkan dengan negara-negara maju. Sebagai contoh, Perancis mengambil masa 115 tahun, Sweden selama 85 tahun dan Amerika Syarikat selama 69 tahun untuk menjadi status negara tua daripada status negara sedang menua (United Nations, 2013). Justeru, kerajaan Malaysia telah menggariskan keperluan yang perlu diberi perhatian berkaitan warga emas melalui dasar-dasar dan pelan tindakan.

Dasar berkenaan warga emas pertama di Malaysia adalah pada tahun 1995 melalui Dasar Warga Tua Negara dan menerima penambahbaikan kepada Dasar Warga Emas Negara (DWEN) 2011. Bagi pelan tindakan pula, Pelan Tindakan Dasar Warga Tua Negara pertama adalah pada tahun 1999 dan ditambah baik pada tahun 2011 dengan Pelan Tindakan Warga Emas Negara (PTWEN). Antara prinsip dasar yang terdapat di dalam DWEN 2011 adalah bagi meningkatkan martabat diri warga emas dan mempromosikan kehidupan berdikari (Dasar Warga Emas Negara, 2011). Kehidupan berdikari di rumah sendiri di sokong oleh kerajaan melalui PTWEN 2011 di mana strategi kedua PTWEN adalah bagi memperkukuhkan skim perlindungan sosial untuk warga emas. Melalui tindakan jangka sederhana, pihak berwajib menasarkankan membangun dan memperluaskan sistem penjagaan berasaskan komuniti setempat kepada warga emas. Antara program yang dicadangkan adalah dengan membekalkan makanan ke rumah warga emas dan perkhidmatan bantuan di rumah. Di masa hadapan, warga emas diharapkan dapat menghabiskan kehidupan hari tua mereka di rumah mereka sendiri. Ia dapat dilihat dengan strategi ketiga PTWEN iaitu memastikan warga emas hidup dalam persekitaran yang selamat dan mesra warga emas. Program jangka sederhananya menetapkan untuk membangun dan menetapkan standard keselamatan dalam rumah untuk warga emas, mewujudkan satu mekanisme keselamatan dalam rumah yang berhubung terus dengan perkhidmatan kecemasan dan bagi jangka masa panjang kerajaan menggalakkan pembinaan rumah yang dilengkapi dengan teknologi yang membolehkan warga emas hidup berdikari (Pelan Tindakan Warga Emas Negara, 2011).

Walau bagaimanapun, semakin usia menjangkau tua, rumah sendiri tidak sentiasa praktikal untuk didiami tambahan pula berseorangan. Meskipun rumah sendiri memberikan ruang untuk individu merasa selesa, dapat mengekalkan hubungan, imej diri, identiti, kuasa dan kepunyaan (Cristoforetti, Gennai & Rodeschini, 2011), namun terdapat beberapa risiko yang dihadapi oleh warga emas terutamanya yang tinggal bersendirian dan salah satu daripadanya adalah risiko

kesunyian. Warga emas berisiko mengalami kesunyian berikutan perubahan yang berlaku dalam kehidupan mereka seperti keluar dari sektor pekerjaan, berjauhan dengan anak-anak atau kehilangan pasangan (Zakaria, Alavi & Subhi, 2013). Malahan terdapat beberapa kajian yang telah menyatakan bahawa kesunyian merupakan satu kelaziman dalam kalangan warga emas (Gierveld & van Tilburg, 2006; Vanderweele, Hawkley & Cacioppo, 2012).

Walaupun masyarakat stereotaip mengaitkan kesunyian dengan warga emas, namun beberapa kajian seperti kajian meta-analisis Pinquart dan Sorensen (2001) menunjukkan bahawa hanya sekitar 5 peratus ke 15 peratus, 33 peratus (Newall et al., 2009), 3 peratus di negara-negara Nordic dan sekitar 30 peratus di negara Selatan Eropah (Aartsen & Jylha, 2011) dan 23.1 peratus di Sepanyol (Losada et al., 2012) warga emas yang dilaporkan kerap merasa sunyi. Teh, Tey dan Ng (2014) yang melakukan kajian ke atas 1791 warga emas di Malaysia menyatakan hanya sekitar 20.9 peratus responden sering merasa sunyi. Hal ini menunjukkan hanya sebilangan kecil warga emas merasakan kesunyian.

Beberapa kajian lain pula telah membuktikan bahawa warga emas yang tinggal di kawasan luar bandar lebih merasa sunyi berbanding warga emas bandar (Walters, Breeze, Wilkinson, Price, Bulpitt & Fletcher, 2004; Vakili et. al., 2017). Teh et al. (2014) pula menyatakan bahawa kesunyian lebih kerap dirasai oleh warga emas yang tiada pasangan, tiada pendidikan formal dan tidak mempunyai pendapatan tetap. Manakala warga emas yang kurang merasa sunyi merupakan mereka yang mendapat sokongan emosi dan kewangan dari anak-anak dan sentiasa melibatkan diri dalam aktiviti keagamaan dan sosial. Oleh itu, kajian ini berhasrat untuk melihat sejauh mana kesunyian menjadi satu masalah kepada warga emas wanita pinggir bandar di daerah Kubang Pasu, Kedah yang AIP.

Aging-in-Place (AIP)

Aging-in-Place (AIP) merupakan gabungan dua bidang kajian iaitu geografi dan gerontologi. Sarjana tersohor yang mempelopori bidang kajian ini adalah Stephen Golant seawal tahun 1972 dengan penulisannya mengenai ruang dan warga emas di Toronto dan perkaitannya dengan pola demografi tempatan, taburan populasi, pengangkutan awam, isu perumahan dan tahap aktiviti. Kemudian, pada tahun 1984, beliau menghasilkan "*A Place to Grow Old: The meaning of environment in old age*" yang menggabungkan dan membincangkan elemen geografi, ekologi dan psikologi dalam perspektif warga emas (Andrews & Phillips, 2004).

Meneruskan kehidupan di rumah sendiri merupakan salah satu faktor penyumbang kepada kualiti hidup warga emas (Karakaya, Bilgin, Ekici, Kose & Otman, 2009; Safavi, 2015). Kehidupan di rumah sendiri memberikan kepuasan kehidupan kepada warga emas kerana boleh meneruskan kehidupan secara berdikari dan menjauhi perasaan negatif kerana mempunyai autonomi ke atas kehidupan harian mereka (Kiik & Nuwa, 2020). Kebiasaan dengan persekitaran dan ruang adalah sangat penting dalam memastikan kualiti kehidupan dan kesejahteraan warga emas dicapai. Pengalaman perjalanan kehidupan mereka merupakan antara elemen yang perlu dikekalkan apabila mereka menjalani kehidupan hari tua (Fung, 2020). Kajian Bosch-Farre et al. (2020) melakukan temubual kumpulan fokus bersama 71 warga emas mendapati bahawa kesemua responden bersetuju bahawa meneruskan kehidupan di rumah sendiri merupakan penyumbang utama kualiti kehidupan mereka.

Justeru, penuaan di rumah sendiri bukan sahaja dapat meningkatkan kualiti kehidupan warga emas, namun turut menyumbang kepada penuaan yang sihat dan aktif. Di kebanyakan negara

maju, AIP merupakan inisiatif utama kerajaan bagi warga emas seperti di United Kingdom (Sixsmith & Sixsmith, 2008) dan New Zealand (Wiles, Allen, Palmer, Hayman, Keeling & Kerse, 2009). AIP juga dapat mengurangkan kos kerajaan dalam menampung perbelanjaan bagi menguruskan institusi warga emas (Sixsmith et al., 2014).

Terdapat beberapa kajian yang menyatakan bahawa warga emas mempunyai keinginan untuk berpindah daripada rumah asal mereka seperti kajian oleh Hillcoat-Nalletamby dan Ogg (2014). Namun, menurut mereka, warga emas yang mempunyai masalah kesihatan adalah lebih tinggi keinginan untuk berpindah. Warga emas yang mempunyai masalah dengan isu penyelenggaraan rumah dan bentuk fizikal rumah yang membataskan keupayaan fizikal mereka juga berniat untuk berpindah. Namun, sekiranya hubungan warga emas dengan jiran adalah baik walaupun mempunyai masalah yang telah dinyatakan, kemungkinan mereka untuk berpindah adalah rendah. Hal ini berikutan sokongan dan bantuan yang boleh diberikan oleh jiran kepada mereka menyebabkan mereka merasa selesa dan selamat.

Kajian oleh Coleman, Kearns dan Wiles (2016) juga mendapati bahawa warga emas lebih memilih untuk tinggal di rumah sendiri selama yang mungkin, namun menghadapi kekangan dalam memelihara keadaan fizikal rumah kerana masalah kewangan. Bagi membolehkan rumah kekal didiami oleh warga emas, pengubahsuaian juga perlu dilakukan seperti kedudukan tangga. Namun, kekangan kewangan menjadi tekanan kepada warga emas dan menyebabkan mereka terpaksa berpindah.

Kesunyian Warga Emas

Selain daripada cabaran dengan fizikal rumah, terdapat beberapa kajian menyatakan bahawa warga emas berhadapan dengan isu emosi apabila tinggal di rumah sendiri terutamanya apabila berseorangan, iaitu masalah kesunyian (Jennifer Yeh & Lo, 2004; van den Berg, Kemperman, de Klejin & Borgers, 2016; van Hees, Horstman, Jansen & Ruwaard, 2017). Kesunyian merupakan satu pengalaman yang dirasai apabila seseorang merasa terasing, berlainan upaya dan merasa kehilangan seseorang di dalam kehidupan. Kesunyian tidak dapat didefinisikan oleh hanya satu maksud, ia membawa pelbagai tanggapan termasuk dalam kalangan sarjana. Peplau dan Perlman (1982) mengambil pandangan sarjana-sarjana lain pada era tersebut dan menyimpulkan bahawa kesunyian adalah disebabkan oleh kekurangan yang berlaku dalam hubungan sosial individu. West, Kellner dan Moore-West (1986) pula menerangkan kesunyian sebagai satu rasa kesedihan yang dialami oleh individu disebabkan oleh keperluan yang tidak dapat dipenuhi terutamanya dari aspek hubungan sosial.

Kesunyian bersifat subjektif dan tidak sama antara satu individu dengan yang lainnya dan berlainan dengan pengasingan sosial. Kesunyian merupakan pengalaman negatif dan tidak menyenangkan kepada sesiapa pun. Rosedale (2007) pula telah merangkumkan definisi kesunyian daripada pandangan sarjana-sarjana dan turut mengambil kira pandangan daripada sudut kitab agama. Beliau menyatakan bahawa kesunyian sering berkait rapat daripada kekurangan yang ada pada diri individu dan masalah kesihatan yang dihadapi. Walaubagaimanapun penjelasan yang diutarakan oleh sarjana mengenai kesunyian, ianya mungkin dapat disimpulkan seperti yang terkandung dalam penulisan Reichmann (1959), kesunyian ialah satu pengalaman yang menyakitkan dan menakutkan sehingga sesiapa pun akan melakukan segala-galanya untuk mengelakkan daripada menghadapi situasi sedemikian.

Kesunyian sering dikaitkan dengan warga emas dalam banyak kajian lampau (rujuk Creecy, Berg & Wright, 1985; Golden et al., 2009; Luanaigh & Lawlor, 2008). Kesunyian dalam kalangan warga emas telah diberi penekanan awal oleh para pengkaji seperti Harris (1975) yang telah melakukan survei terhadap warga emas Amerika Syarikat mengenai masalah yang dihadapi oleh mereka. Dapatannya menunjukkan kesunyian merupakan masalah keempat yang dianggap serius oleh warga emas di samping kesihatan yang meruncing, masalah kewangan dan isu keselamatan. Malahan, Creecy et. al. (1985) pula menyatakan melalui kajian mereka bahawa walaupun warga emas boleh melakukan pelbagai aktiviti selepas tahap kesihatan merosot, kekurangan pendapatan ataupun kehilangan pasangan, ianya adalah hampir mustahil bagi mengelakkan rasa kesunyian. Justeru, beberapa kajian awal telah menunjukkan bahawa warga emas amat terdedah kepada gejala kesunyian. Bowling, Edelmann, Leaver dan Hoekel (1989) juga berpendapat bahawa kesunyian dalam kalangan warga emas adalah berikutan keadaan kesihatan yang menurun dan mengehadkan aktiviti sosial mereka. Faktor umur semata-mata bukan punca utama warga emas merasa sunyi. Separuh daripada 662 responden warga emas kajian mereka juga menyatakan bahawa mereka langsung tidak merasa sunyi.

Maka, jelas bahawa warga emas adalah golongan yang paling terdedah dengan kesunyian berbanding individu lain memandangkan penurunan keupayaan mereka dalam menguruskan kehidupan harian, peningkatan morbiditi dan berhadapan dengan kehilangan pasangan dan kerenggangan hubungan dengan anak-anak (Vakili, Mirzaei & Modarresi, 2017). Tambahan pula proses modenisasi telah menjarakkan hubungan hubungan kekeluargaan dan hubungan kemasyarakatan menyebabkan warga emas kian merasa terpinggir. Simmons (1945) dan Cowgill (1972) antara sarjana terawal yang membincangkan perkaitan modenisasi dan warga emas. Kedua-duanya bersependapat bahawa kesejahteraan kehidupan warga emas lebih tinggi sebelum era modenisasi. Menurut Cowgill (1972), empat aspek dalam kehidupan mengalami perubahan dan memberi kesan ke atas kehidupan warga emas iaitu teknologi, ekonomi dan teknologi industri, urbanisasi dan pendidikan. Dua aspek terakhir yang dinyatakan telah menyebabkan anak-anak tinggal berjauhan dengan ibu bapa kerana peluang pekerjaan yang lebih baik dari pekerjaan tradisional di kampung halaman. Malahan Chow dan Bai (2011) menyatakan bahawa warga emas lebih merasa tertekan akibat berjauhan dan diabaikan oleh anak-anak berbanding tekanan akibat ketidakupayaan mereka menguruskan kehidupan di era moden.

Menurut Thomas dan Blanchard (2009), tanpa interaksi sosial dan peneman, warga emas akan merasa sunyi, tidak berupaya dan kebosanan. Menurut mereka, ketiga-tiga situasi ini adalah situasi yang sama dirasakan oleh warga emas yang tinggal di institusi. Maka, walaupun menua di rumah sendiri, namun kesejahteraan mereka adalah bersamaan dengan penuaan di institusi dan kesunyian berlebihan akan menyebabkan penurunan fungsi mental dan fizikal (Stephoe, Shankar, Demakakos & Wardle, 2013).

Walaupun begitu, sarjana menemui pelbagai faktor yang menyumbang kepada kesunyian dan berlainan antara satu individu tua dengan yang lainnya. Kajian Victor, Scambler, Bowling dan Bond (2005) menyatakan dari sudut sosiodemografi, kesunyian lebih dirasakan oleh wanita, warga emas yang tinggal berseorangan, berusia lebih 75 tahun, mempunyai masalah kesihatan, kekurangan dari segi kewangan dan sosial. Manakala Adams, Sanders dan Auth (2004) pula mengaitkan situasi kehilangan pasangan, kurang interaksi bersama rakan dan kurang rakaian dan aktiviti sosial sebagai faktor penyebab kesunyian. Dapatan kedua-dua kajian ini disokong

oleh Victor dan Bowling (2012) melalui kajian longitudinal terhadap warga emas mengenai kesunyian. Warga emas cenderung merasa sunyi apabila kematian pasangan, tinggal berseorangan, kurang interkasi sosial dan kemerosotan kesihatan fizikal.

Berdasarkan sorotan kajian-kajian lampau mengenai kesunyian warga emas, ianya dapat dijelaskan bahawa warga emas amat terdedah kepada kesunyian dan sering dikaitkan dengan imteraksi sosial dan peneman. Bertepatan dengan perbincangan yang telah dilakukan, kajian ini memberikan pandangan secara kualitatif mengenai pengalaman warga emas wanita di Kedah bagi menambah input ke dalam bidang ilmu sedia ada.

Metodologi

Kajian ini menggunakan kaedah kualitatif dalam mengumpulkan data kajian bagi menjawab persoalan dan objektif kajian seperti berikut:

1. Adakah *AIP* bersendirian di kawasan luar bandar menyebabkan warga emas merasa sunyi?

Kajian ini mendapatkan data melalui temubual mendalam separa berstruktur bersama lapan orang warga emas wanita yang *AIP* di kawasan luar bandar. Sebelum memilih warga emas untuk dijadikan responden, pengkaji perlu memastikan bahawa responden mempunyai keupayaan dalam menjawab soalan secara temubual. Menurut Huppert, Johnson dan Nickson (2000), kajian yang melibatkan warga emas perlu melalui proses penyaringan bagi mengelakkan masalah seperti lupa dan tidak berupaya menjawab soalan. Ingatan responden diuji dengan beberapa soalan yang digunapakai daripada *Mini-Mental State Examination* (MMSE) seperti:

- i) Apakah bulan dan tahun semasa?
- ii) Dimanakah anda berada sekarang? Negeri, daerah dan pekan?
- iii) Menguji ingatan dengan menyuruh mengulang tiga objek yang disebutkan; oren, kunci dan sikat. (Pengulangan selepas beberapa minit)

Sekiranya warga emas tersebut gagal menjawab salah satu soalan yang diberikan, maka individu terbabit tidak diambil sebagai responden kajian. Responden terdiri daripada warga emas wanita Melayu yang berusia antara 63 hingga 85 tahun dan tinggal di Daerah Kubang Pasu secara bersendirian. Tembual diadakan di kediaman warga emas bagi membolehkan penyelidik melakukan pemerhatian terhadap kediaman warga emas. Latar belakang ringkas setiap responden adalah seperti berikut:

Jadual 1: Latar belakang responden

Res.	Umur	Status perkahwinan	Tahun tinggal di rumah semasa	Keadaan kesihatan
1.	73 tahun	Balu (10 tahun)	Lebih 30 tahun	Bertongkat Diabetes
2.	70 tahun	Balu (5 tahun)	Lebih 30 tahun	Peparu rosak Darah tinggi Jantung
3.	67 tahun	Bujang	Lebih 30 tahun	Masalah penglihatan (20% penglihatan)
4.	72 tahun	Balu (17 tahun)	20 tahun	Darah tinggi
5.	70 tahun	Balu (14 tahun)	18 tahun	Darah tinggi

6.	65 tahun	Berkahwin (Tidak tinggal bersama suami)	10 tahun	Diabetes Darah tinggi
7.	85 tahun	Balu (20 tahun)	Lebih 30 tahun	Masalah lutut
8.	63 tahun	Berkahwin (Tidak tinggal bersama suami)	10 tahun	Diabetes

Dapatan Kajian

1. Adakah AIP bersendirian di kawasan luar bandar menyebabkan warga emas merasa sunyi?

Dapatan kajian ini menemukan satu perspektif yang agak menarik kerana majoriti responden tidak merasa sunyi meskipun tinggal berseorangan di usia tua. Daripada sejumlah lapan responden yang ditemubual, hanya seorang responden mengakui merasa sunyi dan mengharapkan dia mempunyai peneman.

“Sunyi. Sunyi sungguh-sungguh lah. Dulu tok sebelah (jiran) ni ada, kurang lah sunyi. La ni, dia pi duduk rumah anak dia dah, tak dak sapa. Kalau tak, dok pi berjalan petang-petang sembang. Sunyi sungguh la ni. Ada kawan sembang pun takpa dah.” - (R1)

Namun, kesunyian yang dirasai oleh R1 berkemungkinan disebabkan keterbatasan fizikal yang dialaminya. Beliau berhadapan dengan masalah pada bahagian peha yang pernah patah pada tahun 2017 dan sehingga kini pergerakannya perlu dibantu dengan tongkat berkaki empat. R1 juga menyatakan bahawa dia tidak dapat menghadiri aktiviti khusus untuk warga emas walaupun aktiviti tersebut dilakukan di dewan yang hanya terletak 300 meter dari rumahnya kerana kesukaran untuk berjalan. Dapatan ini selari dengan kajian oleh Dykstra (1999), Tilvis, Pitkala, Jolkkonen, dan Strandberg (2000), Routasalo dan Pitkala (2003) dan Seyfzadeh, Hagihatian dan Mohajerani (2017) yang menyatakan bahawa kesihatan tubuh badan yang baik dapat membantu warga emas daripada merasa sunyi. Walaupun Zebhauser et al (2014) menyatakan bahawa kekurangan fizikal tidak mempengaruhi kesunyian, namun mereka menyimpulkan bahawa bantuan yang diterima daripada orang sekeliling membolehkan mereka meneruskan aktiviti sosial mereka. Namun, seperti yang dinyatakan oleh F1:

“Nak pi aktiviti macam mana, berjalan pun lambat (...) Siapa nak bawa? Anak nak bawa pi hospital check doktor pun tak dan (tak sempat). Dia keluar pagi balik malam.”

Walaupun R1 mempunyai anak yang tinggal berdekatan dengan rumahnya, namun anaknya hanya menziarahnya sekali dalam sebulan. Kebanyakan masa dihabiskan secara bersendirian tanpa peneman. Responden lain pula tidak menyatakan rasa sunyi malahan rasa selesa tinggal berseorangan di rumah sendiri pada usia tua walaupun kurang upaya penglihatan. Menurut R3:

“Tak sunyi. Tu rumah dekat (merujuk kepada rumah jiran). Depa dok ada. Kadang depa mai, kadang anak menekan ada mai (...) Ada apa-apa di surau makcik jalan kaki pi.”

Walaupun tinggal berseorangan dan kurang upaya penglihatan, kesunyian bukan satu masalah bagi R3 kerana kedudukan rumah yang berdekatan dengan jiran tetangga. Selain itu, masalah penglihatan tersebut tidak menghalang R3 untuk menghadiri sebarang aktiviti yang diadakan di kawasan kampung dan turut menyatakan bahawa beliau sentiasa menghadiri solat terawikh secara berjemaah di surau kampungnya tanpa dibantu sesiapa untuk ke sana. Hal ini menyokong dapatan oleh van den Berg et. al. (2016) yang menyatakan bahawa warga emas yang tinggal di kediaman yang hampir dengan jiran tetangga merasa kurang sunyi. Mereka juga menambah bahawa warga emas luar bandar kurang merasa sunyi kerana hubungan kejiwaan yang masih utuh menjadi amalan masyarakat luar bandar. Ia dibuktikan dengan pernyataan dari R3 bahawa jiran-jiran terdekat membantunya membeli barangan keperluan harian dan sentiasa mengambil tahu tentang keadaan dirinya. R2, R4, R5, R6, R7 dan R8 juga tidak merasa sunyi berseorangan di rumah mereka.

“Nak sunyi apa. Rumah kita. Sunyi-sunyi kita pi la berjalan, sembang-sembang. Tak sunyi. Kalau sunyi pasang TV. Makcik suka tengok Gerak Khas. Tak pernah tinggal. Dok sorang selesa. Tak gaduh sapa (merujuk kepada tidak menyusahkan sesiapa).” – (R2)

“Tak lah sunyi sangat. Petang-petang Dhani (anak lelaki) singgah hantar kuih. Makcik buat air teh, sembang dulu baru dia balik. Malam lepas isya’ dah tidur. Takde sunyi.” – (R4)

“Tak sunyi. Ada budak-budak tu balik (merujuk kepada anak dan cucu), riuh-rendah. Nak pakai bilik air pun bergaduh. Dah balik depa tu, tenang. Dah tua kita lagi nak sorang-sorang.” – (R5)

Kesimpulan Dan Rumusan

Kajian ini menyimpulkan bahawa walaupun kesunyian sering dikaitkan dengan warga emas, namun ia satu perasaan yang dapat dielakkan. Kajian ini menemui bahawa rumah yang didiami warga emas memainkan peranan dalam mengatasi kesunyian. Selain itu, kesihatan yang baik juga dapat membantu warga emas agar tidak merasa sunyi kerana keupayaan fizikal dan mental membolehkan mereka terlibat dengan pelbagai aktiviti. Kajian ini juga menyokong kajian lampau yang menyatakan bahawa warga emas yang mempunyai masalah kognitif lebih terdedah dengan kesunyian berbanding yang berhadapan masalah pendengaran atau penglihatan. Ia disokong oleh kajian ini melalui perbincangan mengenai R1 dimana responden yang mengalami keterbatasan fizikal adalah lebih sunyi berbanding responden yang tidak dapat melihat dengan sempurna.

Justeru, tinggal bersendirian di rumah sendiri bukan penyebab warga emas merasa sunyi, namun kurang interaksi sosial bersama orang sekeliling yang menyebabkan kesunyian. Melalui kajian ini, ianya dapat disimpulkan bahawa warga emas yang tinggal bersendirian tidak benar-benar merasa sunyi kerana mereka berupaya mengatasi kesunyian tersebut dengan melakukan aktiviti seperti menonton televisyen, mengayuh basikal, berbual bersama jiran tetangga dan lain-lain. Malah, terdapat responden yang tidak merasakan sunyi kerana keupayaannya memandu kenderaan sendiri dan terdapat rakan-rakan untuk melakukan aktiviti masa lapang.

Statistik yang dikemukakan oleh Malaysian Research Institute on Ageing (MyAgeing) Universiti Putra Malaysia mendapati bahawa 77.6 peratus warga emas di Malaysia tidak ingin berpindah dari rumah mereka (The Star, 2017). Manakala Ismail et. al. (2017) pula menemui bahawa 83.8 peratus individu berusia 40 hingga 59 tahun mahu menghabiskan usia tua di rumah sendiri. Hal ini membuktikan bahawa AIP adalah satu susun atur kehidupan yang dikehendaki oleh kebanyakan orang sama ada yang telah memasuki usia warga emas ataupun individu dewasa. Maka, kerajaan seharusnya berusaha menjadikan AIP satu pilihan susun atur utama warga emas di Malaysia melalui dasar-dasar yang bersesuaian. AIP bukan sahaja dapat meningkatkan kualiti kehidupan warga emas, malah dapat menjimatkan perbelanjaan kerajaan dalam mengelolakan institusi penjagaan warga emas.

Walaupun kajian ini tidak dapat mewakili pengalaman kesunyian warga emas wanita di Malaysia secara keseluruhannya, namun kajian ini mempamerkan situasi kesunyian yang dirasakan oleh warga emas wanita luar bandar secara mendalam. Kajian ini juga telah menemui satu dapatan yang tidak selari dengan kebanyakan dapatan yang menyatakan warga emas wanita luar bandar sering terdedah dengan gejala kesunyian.

Rujukan

- Aartsen, M., & Jylha, M. (2011). Onset of loneliness in older adults: Results of a 28 year prospective study. *European Journal of Ageing*, 8(1), 31 – 38.
- Adams, K. B., Sanders, S., & Auth, E. A. (2004). Loneliness and depression in independent living retirement communities: risk and resilience factors. *Aging & mental health*, 8(6), 475-485.
- Andrews, G. J., & Phillips, D. R. (2004). *Geographical studies in ageing. Progress and connections to social gerontology*. Dlm Andrews, G. J., & Phillips, D. R. (Eds.). *Ageing and place* (Vol. 9). Routledge.
- Bernama. (2018). Populasi warga tua dijangka meningkat kepada 5.6 juta menjelang 2030. Diakses daripada <https://www.astroawani.com/berita-malaysia/populasi-warga-tua-dijangka-meningkat-kepada-56-juta-menjelang-2030-167161>
- Bosch-Farré, C., Malagón-Aguilera, M. C., Ballester-Ferrando, D., Bertran-Noguer, C., Bonmatí-Tomàs, A., Gelabert-Vilella, S., & Juvinyà-Canal, D. (2020). Healthy Ageing in Place: Enablers and Barriers from the Perspective of the Elderly. A Qualitative Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6451.
- Bowling, A. P., Edelman, R. J., Leaver, J., & Hoekel, T. (1989). Loneliness, mobility, well-being and social support in a sample of over 85 year olds. *Personality and Individual Differences*, 10(11), 1189-1192.
- Chow, N., & Bai, X. (2011). Modernization and its impact on Chinese older people's perception of their own image and status. *International Social Work*, 54(6), 800 – 815.
- Coleman, T., Kearns, R. A., & Wiles, J. (2016). Older adults' experiences of home maintenance issues and opportunities to maintain ageing in place. *Housing Studies*, 31(8), 964-983.
- Cowgill, D. O. (1972). *Ageing and modernization*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Creedy, R. F., Berg, W. E., & Wright, R. (1985). Loneliness among the elderly: A causal approach. *Journal of Gerontology*, 40(4), 487-493.
- Cristoforetti, A., Gennai, F., & Rodeschini, G. (2011). Home sweet home: The emotional construction of places. *Journal of Aging Studies*, 25, 225 – 232.
- Dasar Warga Emas Negara. (2011). Diakses daripada https://www.kpwkm.gov.my/kpwkm/uploads/files/Dokumen/Dasar/Dasar%20Warga%20Emas_2011.pdf

- Dykstra P. A. (1999). Differential indicators of loneliness among elderly. The importance of type of partner relationship, partner history, health, socioeconomic status and social relations. *Tijdschrift Voor Gerontologie En Geriatrie*, 30(5), 212 – 225.
- Fung, J. C. (2020). Place Familiarity and Community Ageing-with-Place in Urban Neighbourhoods. In *Building Resilient Neighbourhoods in Singapore* (pp. 129-151). Springer, Singapore.
- Gierveld, J. D. J., & Tilburg, T. V. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on aging*, 28(5), 582-598.
- Golden, J., Conroy, R. M., Bruce, I., Denihan, A., Greene, E., Kirby, M., & Lawlor, B. A. (2009). Loneliness, social support networks, mood and wellbeing in community-dwelling elderly. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A journal of the psychiatry of late life and allied sciences*, 24(7), 694-700.
- Harris, L. (1975). *The myth and realities of aging America*. Washington, DC: National Council on the Aging.
- Hillcoat-Nallétamby, S., & Ogg, J. I. M. (2014). Moving beyond ‘ageing in place’: older people's dislikes about their home and neighbourhood environments as a motive for wishing to move. *Ageing & Society*, 34(10), 1771-1796.
- Huppert, F. A., Johnson, T., & Nickson, J. (2000). High prevalence of prospective memory impairment in the elderly and in early-stage dementia: Findings from a population-based study. *Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, 14(7), S63-S81.
- Ismail, N. S. A., Abdullah, N., Hassan, K., Samsudin, S., Zakuan, U. A. A., Yusof, R., & Zaki, N. M. (2017). Kesejahteraan hidup warga emas: Perancangan berasaskan gender (Well-being among the elderly: Gender-based planning). *Geografia-Malaysian Journal of Society and Space*, 13(3).
- Jennifer Yeh, S. C., & Lo, S. K. (2004). Living alone, social support, and feeling lonely among the elderly. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 32(2), 129-138.
- Karakaya, M. G., Bilgin, S. Ç., Ekici, G., Köse, N., & Otman, A. S. (2009). Functional mobility, depressive symptoms, level of independence, and quality of life of the elderly living at home and in the nursing home. *Journal of the American Medical Directors Association*, 10(9), 662-666.
- Kiik, S. M., & Nuwa, M. S. (2020). Quality of life of the elderly: a comparison between community-dwelling elderly and in social welfare institutions. *MEDISAINS*, 18(1), 9-13.
- Losada, A., Márquez-González, M., García-Ortiz, L., Gómez-Marcos, M. A., Fernández-Fernández, V., & Rodríguez-Sánchez, E. (2012). Loneliness and mental health in a representative sample of community-dwelling Spanish older adults. *The Journal of psychology*, 146(3), 277-292.
- Lunaigh, C. Ó., & Lawlor, B. A. (2008). Loneliness and the health of older people. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A journal of the psychiatry of late life and allied sciences*, 23(12), 1213-1221.
- Newall, N. E., Chipperfield, J. G., Clifton, R. A., Perry, R. P., Swift, A. U., & Ruthig, J. C. (2009). Causal beliefs, social participation, and loneliness among older adults: A longitudinal study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(2-3), 273-290.
- Pelan Tindakan Warga Emas Negara. (2011). Diakses daripada [https://www.kpwkm.gov.my/kpwkm/uploads/files/Dokumen/Dasar/PTWEN%20\(final\).pdf](https://www.kpwkm.gov.my/kpwkm/uploads/files/Dokumen/Dasar/PTWEN%20(final).pdf)

- Peplau, L., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. Dlm Peplau, L.A., & Perlman D. (Eds.). *Loneliness: A source book of current theory, research and therapy*. New York City: Wiley.
- Pinquart, M., & Sorensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic Applied Social Psychology*, 23(4), 245 – 266.
- Quick Facts KPWKM. (2014). Diakses daripada https://www.kpwkm.gov.my/kpwkm/uploads/files/Muat%20Turun/QUICK_FACTS_KPWKM_2014.pdf
- Reichmann, F. F. (1959). Loneliness. *Psychiatry*, 22(1), 1-15.
- Rosedale, M. (2007). Loneliness: An exploration of meaning. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 13(4), 201-209.
- Routasalo, P., Pitkala, K. H. (2003). Loneliness among older people. *Reviews in Clinical Gerontology*, 13(4), 303 – 311.
- Seyfzadeh, A., Hagighatian, M., & Mohajerani, A. (2017). The relationship between social isolation and health among the Tehranian elderly. *J Educ Community Health*, 4(3), 19 – 25.
- Simmons, L. W. (1945). *The role of the aged in primitive society*. New Haven, Conn.: Yale University Press.
- Sixsmith, A., & Sixsmith, J. (2008). Ageing in place in the United Kingdom. *Ageing International*, 32(3), 219-235.
- Sixsmith, J., Sixsmith, A., Fange, A. M., Naumann, D., Kucsera, C., Tomsone, S., Haak, M., Dahlin-Ivanoff, S., & Woolrych, R. (2014). Healthy ageing and home: The perspectives of very old people in five European countries. *Social science & medicine*, 106, 1-9.
- Steptoe, A., Shankar, A., Demakakos, P., & Wardle, J. (2013). Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(15), 5797-5801.
- Teh, J. K. L., Tey, N. P., & Ng, S. T. (2014). Family support and loneliness among older persons in multiethnic Malaysia. *The scientific world journal*, 2014.
- The Star. (2017, July 9). *Senior citizens prefer to 'age in place'*. Diakses daripada <https://www.thestar.com.my/news/nation/2017/07/09/senior-citizens-prefer-to-age-in-place>
- Thomas, W., & Blanchard, J. (2009). Moving beyond place: Aging in community. *Generations*, 33(2), 12-17.
- Tilvis, R., Pitkala, K., Jolkkonen, J., & Strandberg, T. (2000). Feelings of loneliness and 10-year cognitive decline in the aged population. *Lancet*, 356, 77 – 78.
- United Nations. (2013). *World population ageing 2013*. Diakses daripada <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2013.pdf>
- Vakili, M., Mirzaei, M., & Modarresi, M. (2017). Loneliness and its related factors among elderly people in Yazd. *Elderly Health Journal*, 3(1), 10-15.
- Vakili, M., Mirzaei, M., & Modarresi, M. (2017). Loneliness and its related factors among elderly people in Yazd. *Elderly Health Journal*, 3(1), 10-15.
- van den Berg, P., Kemperman, A., de Kleijn, B., & Borgers, A. (2016). Ageing and loneliness: the role of mobility and the built environment. *Travel Behaviour and Society*, 5, 48-55.
- van den Berg, P., Kemperman, A., de Kleijn, B., & Borgers, A. (2016). Ageing and loneliness: the role of mobility and the built environment. *Travel Behaviour and Society*, 5, 48-55.

- van Hees, S., Horstman, K., Jansen, M., & Ruwaard, D. (2017). Photovoicing the neighbourhood: Understanding the situated meaning of intangible places for ageing-in-place. *Health & place*, 48, 11-19.
- VanderWeele, T. J., Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2012). On the reciprocal association between loneliness and subjective well-being. *American Journal of Epidemiology*, 176(9), 777-784.
- Victor, C. R., & Bowling, A. (2012). A longitudinal analysis of loneliness among older people in Great Britain. *The Journal of psychology*, 146(3), 313-331.
- Victor, C. R., Scambler, S. J., Bowling, A. N. N., & Bond, J. (2005). The prevalence of, and risk factors for, loneliness in later life: a survey of older people in Great Britain. *Ageing & Society*, 25(6), 357-375.
- Walters, K., Breeze, E., Wilkinson, P., Price, G. M., Bulpitt, C. J., & Fletcher, A. (2004). Local area deprivation and urban-rural differences in anxiety and depression among people older than 75 years in Britain. *American journal of public health*, 94(10), 1768-1774.
- West, D. A., Kellner, R., & Moore-West, M. (1986). The effects of loneliness: A review of the literature. *Comprehensive Psychiatry*, 27, 351 – 363.
- Wiles, J. L., Allen, R. E., Palmer, A. J., Hayman, K. J., Keeling, S., & Kerse, N. (2009). Older people and their social spaces: A study of well-being and attachment to place in Aotearoa New Zealand. *Social Science & Medicine*, 68(4), 664-671.
- Zakaria, S. M., Alavi, K., & Subhi, N. (2013). Risiko kesunyian dalam kalangan warga tua di Rumah Seri Kenangan. *Jurnal Psikologi dan Pembangunan Manusia*, 1(1), 49 – 56.
- Zebhauser, A., Baumert, J., Emeny, R. T., Ronel, J., Peters, A., & Ladwig, K. H. (2015). What prevents old people living alone from feeling lonely? Findings from the KORA-Age-study. *Ageing & mental health*, 19(9), 773-780.