

## **CABARAN YANG DIHADAPI OLEH WARGA EMAS KETIKA MENGHADAPI WABAK COVID-19**

### *Challenges Faced by the Elderly during COVID-19*

Lim Beng See<sup>1\*</sup>, Juliana Rosmidah Jaafar<sup>2</sup> & Ngu Kee Shing<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Open University Malaysia, Menara OUM, Blok C, Kompleks Kelana Centre Point, Jalan SS7/19, Kelana Jaya, 47301 Petaling Jaya, Selangor Darul Ehsan, Malaysia

<sup>2</sup>Centre for Foundation and General Studies, Infrastructure University Kuala Lumpur (IUKL), Unipark Suria, Jalan Ikram-Uniten, 43000 Kajang, Selangor Darul Ehsan, Malaysia

<sup>3</sup>Sekolah Sukan Bukit Jalil, Kompleks Sukan Negara 57000 Kuala Lumpur Wilayah Persekutuan Kuala Lumpur, Malaysia

Email\* : [beng\\_see\\_lim@yahoo.com](mailto:beng_see_lim@yahoo.com)

*Received:* 22 November 2023; *Accepted:* 9 December 2023; *Published:* 31 December 2023

### **ABSTRAK**

COVID-19 yang terjadi telah menjejaskan gaya hidup rakyat Malaysia pada tahun 2020 dan warga emas juga tidak terkecuali daripada menerima impaknya. Virus ini telah mengancam rutin aktiviti harian semua individu. Kajian ini bertujuan meneneroka cabaran yang dihadapi oleh warga emas di Seputeh, Kuala Lumpur semasa pandemik COVID -19 dengan menemubual sepuluh (10) warga emas berusia 60 tahun dan ke atas. Ini adalah kajian kualitatif yang menggunakan analisis bertema untuk meneroka pengalaman berkaitan cabaran yang dihadapi oleh warga emas. Berdasarkan temu bual, didapati terdapat enam cabaran yang dihadapi oleh warga emas semasa pandemik; (1) menjaga kesihatan fizikal; (2) menjaga kesihatan mental dan psikologi; (3) kebolehcapaian terhad kepada perkhidmatan penjagaan kesihatan; (4) kekangan kewangan; (5) menggunakan alat teknologi; dan (6) dan memastikan keselamatan persekitaran. Kajian ini memberi implikasi kepada kepentingan sokongan sosial dan komuniti selain daripada jaminan kewangan kepada warga emas semasa krisis seperti pandemik. Sokongan sosial boleh digunakan untuk mengenalpasti strategi intervensi berkaitan risiko pengasingan sosial dan kesunyian dalam kalangan warga emas. Ini boleh dilakukan dengan pemantauan diri secara berkala melalui telekesihatan dan memahami kekangan warga emas dalam mempelajari teknologi. Kajian akan datang dicadangkan untuk meneroka strategi daya tindak yang dilakukan oleh warga emas semasa pandemik.

**Kata kunci:** warga emas, COVID-19, cabaran, kewangan, pengalaman

### **ABSTRACT**

*The COVID-19 has tremendously impacted the lifestyle of Malaysians in 2020 and the elderly has no exemption to that situation. The virus threats affected their routine activities and lifestyle. This study aimed to explore the challenges among the elderly in Seputeh, Kuala Lumpur during pandemic of COVID -19 by interviewing ten (10) participants aged 60 years old and above. This is a qualitative research method with thematic analysis was used to explore in-depth experience of the elderly. Based on the interview, the findings revealed six challenges that were faced by the elderly during pandemic: (1) Maintaining physical health; (2) Maintaining mental and psychological health; (3) Restricted accessibility to healthcare service; (4) Financial strain; (5) Adopting technology; and (6) Ensuring environmental safety. The implication of this study suggested the importance of social support from family and community, as well as financial security among elderly during the period of health crisis like pandemic. Social support could be promoted via intervention strategy to recognize and address the risk of social isolation and loneliness among elderly. It could involve self-monitoring via telehealth and understanding the barriers faced by elderly in learning technology. Future study could explore on the coping strategies by the elderly to overcome the challenges faced in the pandemic.*

**Keywords:** *elders, COVID-19, challenges, financial, experience*

### **PENGENALAN**

Konsep kesejahteraan melibatkan kepuasan objektif dan subjektif dalam pelbagai aspek kehidupan (Gopalakrishnan & David, 2018). Selalunya, dirujuk sebagai kualiti hidup (Ju, Shin, Kim, Hyun & Park, 2013). Sebelum wabak COVID-19, orang ramai secara amnya menikmati pelbagai jenis sumber yang mengekalkan kehidupan dan meningkatkan kehidupan. Bagaimanapun, selepas pengisytiharan COVID-19 sebagai pandemik oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), banyak negara menguatkuasakan penutupan, pengasingan diri dan penjarakan sosial sebagai langkah pencegahan untuk mengawal wabak malapetaka (Kucharski et al., 2020). Memandangkan pandemik menjangkaui ketidakpastian, ia telah mengubah banyak aspek kehidupan manusia secara global (Kissler et al., 2020). Ringkasnya, pandemik semasa COVID-19 telah mengubah aspek-aspek kehidupan rutin individu.

Kesan pertama COVID-19 dilaporkan memberi impak ke atas sistem penjagaan kesihatan yang membebankan kapasiti kemudahan penjagaan kesihatan yang menyebabkan kesan negatif ke atas kehidupan manusia (Khetrapal & Bhatia, 2020). Kedua, implikasi daripada penguncian, pengasingan sosial dan pemberhentian acara komuniti telah menimbulkan kebimbangan tentang "wabak kesepian" di kalangan warga tua (O'Sullivan et al., 2021). Secara radikalnya, kesan pandemik telah membawa kepada tingkah laku kesihatan dan gangguan kesihatan mental terutamanya di kalangan warga tua, justeru kesannya dicerminkan dalam kualiti hidup (Hall et al., 2021). Tambahan pula, kesan akibat pandemik yang mengganggu landskap ekonomi secara global telah menyebabkan tekanan ekonomi pada peringkat individu (Baldwin & DiMoura, 2020). Berdasarkan kesan yang dialami oleh warga emas semasa menjalani kehidupan dalam suasana COVID-19, maka adalah penting untuk meneroka cabaran ketika menghadapi wabak ini untuk memahami keadaan yang dihadapi oleh kumpulan ini.

## PERNYATAAN MASALAH

Pandemik COVID-19 yang belum pernah berlaku sebelum ini telah menimbulkan ancaman besar kepada penduduk warga emas, seperti risiko penyakit maut dan kematian yang lebih tinggi, akibat arahan perintah berkurung yang berpanjangan, maklumat salah yang berkaitan dengan COVID-19 (Liat et al., 2021). Memandangkan semua implikasi negatif ini, isu utama sekarang ialah memahami sejauh mana kesejahteraan warga emas telah terjejas, terutamanya dalam konteks cabaran sebenar yang mereka hadapi.

Banyak penyelidikan telah dijalankan untuk mengkaji kesan COVID-19 terhadap kesejahteraan warga emas. Akarturk (2020) dalam kajiannya menganalisis pelbagai cabaran yang dihadapi oleh warga emas dan cara mereka mengatasinya. Kajian berkenaan mendapati bahawa teknologi adalah alternatif yang berguna dalam mengurangkan kesan negatif pandemik. Ia berfungsi sebagai platform untuk hubungan sosial kepada kesunyian sederhana semasa pengasingan sosial. Selain itu, kemudahan teknologi telah membolehkan penyedia penjagaan kesihatan memberi perkhidmatan kepada warga emas melalui telekesihatan dan menghantar ubat kepada warga emas tanpa sentuhan fizikal (Tyrrell & Williams, 2020). Sementara itu, kajian mengenai kesejahteraan kewangan dalam kalangan warga emas di Malaysia semasa pandemik mendedahkan bahawa majoriti warga emas menghadapi simpanan yang tidak mencukupi dalam Kumpulan Wang Simpanan Pekerja (KWSP) dan ia memberi cabaran untuk meneruskan kehidupan dalam masa terdekat (Aziz et al., 2021). Selain itu, Khan, Khor dan Ramendran (2021) pula dalam kajian tinjauan literatur turut mencadangkan usaha pemulihan segera perlu ditumpukan kepada program bantuan ekonomi dan rancangan pekerjaan untuk warga emas di Malaysia bagi memenuhi sara hidup. Dalam masa krisis seperti wabak ini, ia menimbulkan ketakutan dan kebimbangan yang mendalam di kalangan warga tua apabila mereka terdedah kepada ancaman wabak.

Walaupun penyelidikan telah menyokong fakta bahawa kemudahan teknologi digunakan untuk sokongan sosial dan perkhidmatan perubatan, namun warga emas masih menghadapi cabaran tersendiri dalam hidup mereka, terutama dalam keadaan yang memberi kesan kepada aktiviti kehidupan (Barnes, 2020). Ini telah dicerminkan dalam Kajian secara *longitudinal* tentang penuaan (Zaninotto et al., 2020). Para penyelidik memerhatikan bahawa kelaziman gejala kemurungan yang ketara secara klinikal telah meningkat lebih daripada 100% pada Disember 2020 sejak sebelum pandemik COVID-19, dan kualiti hidup terus merosot apabila krisis COVID-19 melangkaui 2020. Tinjauan ke atas warga emas pada bulan Ogos 2020 oleh Pusat Kawalan dan Pencegahan Penyakit (Czeisler et al., 2020) juga melaporkan peningkatan dalam gangguan kecemasan, gangguan kemurungan dan gangguan berkaitan tekanan. Oleh itu, terdapat keperluan untuk memahami pengalaman sebenar warga tua dari perspektif mereka.

Menurut Martins (2020), telekesihatan walaupun telah diterima pakai secara meluas semasa wabak, sebenarnya ia tidak memberi manfaat kepada warga emas. Di negara maju seperti Amerika Syarikat, kajian itu membuktikan bahawa 40% daripada populasi warga tua tidak bersedia untuk menerima pakai kemudahan teknologi dalam penyelesaian kesihatan mereka (Lam et al., 2020). Keadaan yang sama dilaporkan di Malaysia di mana warga emas turut menerima kesan daripada perkembangan teknologi dalam kehidupan mereka (Ashaari, Norhisham & Rasit, 2021). Ini membayangkan penggunaan teknologi semasa wabak telah

meninggalkan golongan tua walaupun mereka merupakan golongan yang paling memerlukan sokongan dan bantuan. Lebih-lebih lagi, warga emas menghadapi tekanan yang kuat dalam status kewangan mereka berbanding kumpulan umur yang lain. Kajian *Rapid Assessment on Household Income Survey* (RaHIS) di Malaysia mendapati hampir satu pertiga isi rumah warga emas secara konsisten menghadapi kekurangan makanan dan keperluan semasa wabak (Laporan Program Pembangunan Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu, 2020). Senario yang sama juga berlaku di negara maju. Sebagai contoh, tinjauan di Amerika Syarikat melaporkan bahawa 19% daripada orang tua telah menggunakan semua atau sebahagian besar simpanan mereka atau kehilangan sumber pendapatan semasa wabak (Shrestha et al., 2021). Dapatan kajian-kajian lalu telah melaporkan warga emas menghadapi pelbagai cabaran semasa dalam situasi COVID-19 dan adalah satu keperluan untuk meneroka cabaran yang dihadapi oleh kumpulan ini. Melalui data yang diperolehi, program dan polisi yang menjaga kebajikan golongan warga emas dapat dirangka sejajar dengan imej Malaysia yang akan menjadi negara warga emas menjelang 2030.

## **OBJEKTIF KAJIAN**

Kajian ini bertujuan meneroka cabaran yang dihadapi oleh warga emas semasa pandemik COVID-19.

## **METODOLOGI**

### ***Reka Bentuk Kajian***

Reka bentuk penyelidikan kualitatif digunakan dalam kajian ini untuk memahami cabaran-cabaran yang dihadapi warga emas semasa wabak. Reka bentuk penyelidikan kualitatif dalam kajian ini adalah relevan kerana cabaran yang dihadapi oleh warga adalah unik dalam kalangan individu warga emas. Kajian ini menggunakan pendekatan temu bual dalam reka bentuk ini bagi menjawab objektif kajian.

### ***Persampelan Kajian***

Sampel dalam penyelidikan ini melibatkan sepuluh (10) informan warga emas yang berumur 60 tahun ke atas, mengikut definisi warga emas di Malaysia (Jabatan Perkhidmatan Awam, 2021). Kriteria inklusif bagi informan warga emas termasuk yang berikut:

- (a) berumur 60 tahun dan ke atas
- (b) boleh berkomunikasi dalam bahasa Inggeris, atau Bahasa Melayu atau Mandarin
- (c) sihat dari segi fizikal dan emosi

Informan dipilih berdasarkan melalui kaedah persampelan bertujuan dengan kriteria yang digariskan. Calon yang berpotensi diperolehi melalui perjumpaan bersemuka secara langsung di kawasan kejiranan. Individu yang berminat untuk turut serta dijemput untuk mengambil bahagian dalam kajian ini. Mereka diberi penjelasan tentang objektif kajian,

prosedur penyelidikan dan persetujuan termaklum. Kerahsiaan pemberi maklumat diaplikasi dalam borang makluman kajian ini.

### ***Lokasi Kajian***

Informan dalam kajian ini merupakan warga emas dari daerah Seputeh Kuala Lumpur. Daerah Seputeh, Kuala Lumpur merupakan sebuah kawasan perumahan yang kecil dan kebanyakan penduduknya adalah campuran dari kelas bawah hingga pertengahan, dan telah lama menetap di situ (Rafee, 2021).

### ***Instrumen Kajian***

Temu bual separa struktur disediakan berdasarkan kajian literatur dan diubah suai mengikut objektif kajian. Soalan-soalan yang berkaitan dengan cabaran warga emas menghadapi wabak COVID-19 yang dibina daripada tinjauan literatur. Kajian rintis berkaitan soalan temu bual telah dijalankan ke atas tiga orang sukarelawan warga emas sebelum sesi temu duga sebenar. Protokol temu bual disemak untuk memastikan objektif kajian dipenuhi.

### ***Analisis Data***

Kandungan temu bual telah ditranskripsikan untuk analisis tematik secara manual. Dalam kajian ini, analisis tematik manual digunakan untuk membuat kesimpulan tentang cabaran-cabaran yang dihadapi oleh warga tua semasa wabak. Setelah selesai setiap sesi temu bual, rakaman audio telah ditranskripsikan ke dalam teks dalam bahasa asalnya, seperti Bahasa Inggeris, Bahasa Melayu dan Mandarin. Teks Bahasa Inggeris dan Mandarin kemudiannya diterjemahkan ke dalam Bahasa Melayu untuk keselarasan dalam kajian ini.

## **DAPATAN KAJIAN**

Bahagian ini membentangkan profil demografi informan yang ditemu bual dan analisis data yang berkaitan cabaran yang dihadapi oleh warga emas semasa wabak COVID-19. Jadual 1 merupakan ringkasan kepada maklumat latar belakang kepada sepuluh (10) informan kajian ini.

### Jadual 1

#### Maklumat latar belakang Informan Warga Emas

Informan	Latar belakang
P1 (60, perempuan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Guru sambilan/ kesihatan baik/tinggal berseorangan/tahap pendidikan ijazah</li> </ul>
P2 (68, perempuan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pencen/mempunyai tekanan darah tinggi tahap sederhana/tinggal dengan keluarga/ tahap pendidikan ijazah</li> </ul>
P3 (65, Lelaki)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mempunyai perniagaan/ mempunyai tekanan darah tinggi tahap sederhana/tinggal dengan keluarga/ tahap pendidikan ijazah</li> </ul>
P4 (72, Lelaki)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pencen/gastrik, tekanan darah dan diabetes/ tinggal dengan keluarga/tahap pendidikan sekolah rendah</li> </ul>
P5 (67, Lelaki)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pemandu teksi/tahap kolesterol tinggi dan mempunyai tekanan darah tinggi/ tinggal dengan saudara-mara/ tahap pendidikan sekolah menengah</li> </ul>
P6 (60, Perempuan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tukang cuci sambilan/ tahap kesihatan baik/tinggal dengan keluarga/ tahap pendidikan sekolah rendah</li> </ul>
P7 (62, Perempuan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pembantu tadika/ tahap kolesterol tinggi dan mempunyai tekanan darah tinggi / tinggal dengan keluarga/ tahap pendidikan sekolah menengah</li> </ul>
P8 (69, Male)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pencen/ tekana darah tinggi tahap sederhana, kolesterol tahap tinggi dan diabetes/ tinggal dengan keluarga/ tahap pendidikan sekolah menengah</li> </ul>
P9 (76, Lelaki)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pencen/ sihat/tinggal berseorangan/ tahap pendidikan sekolah menengah</li> </ul>
P10 (72, Perempuan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pencen/ tahap kolesterol tinggi dan tekanan darah tinggi sederhana/ tinggal dengan keluarga/ tahap pendidikan sekolah menengah</li> </ul>

Berdasarkan kandungan temu bual, dapatan kajian mendapati terdapat enam cabaran yang dihadapi oleh warga emas semasa COVID-19 iaitu; (1) menjaga kesihatan fizikal; (2) menjaga kesihatan mental dan psikologi; (3) kebolehcapaian terhad kepada perkhidmatan

penjagaan kesihatan; (4) kekangan kewangan; (5) cabaran menggunakan alat teknologi; dan (6) keselamatan persekitaran. Perincian berkaitan cabaran yang dihadapi oleh informan kajian dihuraikan dalam sub-topik berikut;

### ***Cabaran Menjaga Kesihatan Fizikal***

Cabaran "mengekalkan kesihatan fizikal" dibina berdasarkan perkongsian daripada informan bahawa mereka terpaksa melakukan penjagaan kesihatan sendiri, pertambahan berat badan, mengurangkan aktiviti fizikal dan diet tidak sihat semasa COVID-19. Informan P1 (60, Perempuan) menerangkan keadaannya yang mencabar yang membawa kepada pertambahan berat badannya:

*“(Saya) tidak berani keluar rumah. Lebih baik ikut nasihat KKM (Kementerian Kesihatan Malaysia) untuk duduk di rumah. Tidak aktiviti boleh buat, jadi (saya) seronok menonton drama kegemaran saya dengan makanan ringan (ketawa). akhirnya saya menambah beberapa kilo (kilogram) dalam masa 2 bulan... tambahan pula, ruang di rumah kecil, tidak boleh bersenam seperti yang saya lakukan bersama kumpulan saya di taman permainan.”*

Informan P2 (68, Perempuan) berkongsi pengalamannya bahawa dietnya tidak seimbang semasa perintah berkurung:

*“Kami berkurung di rumah, kebanyakan masa (kami) menonton televisyen sahaja. Untuk dua minggu pertama perintah berkurung, saya kebanyakannya bertahan dengan makanan dalam tin. Saya tahu ia tidak baik untuk kesihatan, tetapi tidak pasti bagaimana untuk mendapatkan makanan segar seperti biasa.”*

### ***Cabaran dalam Menjaga Kesihatan Mental dan Psikologi***

Cabaran "mengekalkan kesihatan mental dan psikologi" dibina berdasarkan maklum balas daripada pemberi maklumat berkaitan status psikologi yang mereka anggap, lanjutan penerimaan tentang maklumat COVID-19, kebimbangan tentang kadar jangkitan COVID-19 yang tinggi dan pengasingan sosial. Apabila ditanya tentang perasaan mereka dan persepsi status psikologi semasa wabak, informan menekankan tentang kesunyian, dan tidak dapat bergaul dengan rakan-rakan dan rasa tertekan. Sebagai contoh, Informan P1 (60, Perempuan) yang tinggal bersendirian, menerangkan perasaannya:

*“Begitu bosan untuk menghadap dinding selama 24 jam setiap hari dan sudah sehari-hari. Tidak dapat bertemu rakan dan saudara mara untuk jangka masa yang begitu lama membuatkan saya berasa terasing dari dunia ... Kehidupan yang sunyi.”*

Sebagai tindak balas kepada soalan tentang sejauh mana penerimaan mereka tentang maklumat COVID-19, pemberi maklumat membangkitkan kebimbangan mengenai maklumat

COVID-19 yang terlampau dan ia telah menyebabkan kesusahan dan kegelisahan dalam diri mereka. Misalnya, Informan P7 (62, Perempuan) menerangkan pandangannya tentang maklumat COVID-19 yang membuatkan beliau rasa tertekan dengan situasi berkenaan:

*“Setiap hari (saya) menerima pelbagai jenis maklumat mengenai virus itu, daripada berita rasmi, radio, televisyen, rakan dan keluarga. Pada satu masa, pihak pengurusan bangunan terus menghantar makluman kepada penduduk, memberitahu kami bahawa virus itu boleh kekal lama pada permukaan yang menyentuh, terutamanya di lif, pemegang pintu dan semua kawasan umum. Itu membuatkan saya sangat tertekan tinggal di sana, tidak berani menyentuh butang lif atau mana-mana permukaan di luar rumah.”*

#### ***Cabaran dalam Kebolehcapaian Terhadap kepada Perkhidmatan Penjagaan Kesihatan***

Cabaran "kebolehcapaian terhadap kepada perkhidmatan penjagaan kesihatan" dibina berdasarkan persepsi pemberi maklumat tentang kapasiti terbeban kemudahan penjagaan kesihatan dan pengalaman pergi ke hospital. Majoriti informan menyatakan kebimbangan mereka bahawa kapasiti hospital terlalu sarat dengan pesakit COVID-19 dan perkhidmatan penjagaan kesihatan mungkin tidak tersedia untuk mereka. Sesetengah daripada mereka menyatakan kebimbangan berkaitan persepsi peribadi berkaitan kemungkinan pemberhentian ubat tanpa sumber alternatif. Informan P2 (68, Perempuan) berkongsi pengalamannya apabila dia perlu mengakses kemudahan penjagaan kesihatan:

*“Suami saya menjalani pembedahan beberapa minggu sebelum wabak itu dan dia memerlukan pemantauan dan rawatan tertutup selepas itu. Pelbagai kekangan timbul semasa kami ingin ke hospital dalam tempoh tersebut. Temu janji rawatan telah ditangguhkan kerana keadaan hospital yang berisiko tinggi dan juga kapasiti hospital yang tidak mencukupi. Kami berada dalam dilema sama ada untuk pergi ke hospital... sangat tertekan dan tidak pasti tentang keadaan...”*

Informan P4 (72, Lelaki) yang memerlukan susulan berkala di hospital kerana gastrik, darah tinggi dan kencing manis, menerangkan pengalamannya semasa wabak:

*“Petugas menasihatkan supaya menangguhkan temu janji jika tidak mendesak. (I) memahami keadaan mereka semasa masa genting itu. Jadi, saya fikir adalah lebih baik tidak mengambil risiko dan biarkan kakitangan perubatan menumpukan perhatian kepada kecemasan COVID-19... semuanya atas tanggungjawab kita sendiri...”*



### ***Cabaran dalam Kekangan Kewangan***

Cabaran "kekangan kewangan" dibina berdasarkan pengalaman pemberi maklumat, seperti pendapatan berkurangan, simpanan terpakai, kos perubatan yang tinggi dan perbelanjaan isi rumah yang meningkat. Informan P1 (60, Perempuan) yang merupakan guru tuisyen sambilan dan ibu bapa pelajar telah menghentikan perkhidmatannya semasa wabak:

*"Ia adalah satu kejutan kepada saya. Saya terpaksa menghentikan semua kelas tuisyen saya; ini bermakna tiada pendapatan (mengeluh). Saya tahu semua pelajar telah beralih ke sesi dalam talian, tetapi saya tidak bersedia untuk itu (mengguna pakai teknologi). . dan saya fikir saya tidak sepatutnya menjejaskan kemajuan pelajar."*

Manakala bagi Informan P6 (60, Perempuan) yang bekerja sebagai tukang cuci dari rumah ke rumah menjelaskan bahawa beliau berhadapan dengan kerjanya yang tidak dapat diteruskan berikutan kebimbangan orang ramai:

*"Saya tidak dapat meneruskan kerja saya; Orang ramai takut orang luar datang ke rumah mereka walaupun saya berada di sana untuk tujuan pembersihan. Perkhidmatan pembersihan saya adalah atas permintaan, pelanggan membayar saya selepas selesai pembersihan. Semua tugas pembersihan telah dibatalkan. Jadi, saya tidak mempunyai pendapatan pada masa itu... sukar bagi saya."*

### ***Cabaran Menggunakan Alat Teknologi***

Cabaran "mengguna pakai teknologi" dibina berdasarkan maklum balas informan tentang kesukaran menggunakan teknologi, buta teknologi, perasaan tidak senang hati, keliru dan tidak yakin menggunakan teknologi. Sebagai contoh, Informan P9 (76, Lelaki) yang tinggal bersendirian menerangkan pengalamannya dalam menggunakan teknologi untuk komunikasi:

*"Setakat ini saya menggunakan panggilan telefon sahaja. (Saya) tidak tahu tentang teknologi itu. Saya belajar daripada televisyen (program) orang menggunakan telefon untuk bercakap antara satu sama lain melalui panggilan video dan membeli barang, tetapi masih, saya tidak tahu lagi. . Kadang-kadang jika saya perlu memulakan panggilan video, saya terpaksa meminta bantuan jiran saya."*

Sementara itu, Informan P3 (65, Lelaki) yang merupakan pemilik perniagaan berkongsi bahawa adalah satu cabaran kepada beliau yang mana orang ramai meminta pembayaran melalui transaksi atas talian, sementara beliau tidak begitu biasa dengan keadaan berkenaan. Keadaan ini telah menjadi satu cabaran kepada beliau semasa wabak:

*"Semua orang di sekeliling saya mula bercakap tentang menggunakan e-dompot dan bukannya wang tunai, terutamanya untuk memastikan perniagaan terus bertahan... Saya mencuba dengan jenis transaksi yang berbeza untuk beberapa lama sehingga saya mendapat keyakinan secara perlahan. Entah bagaimana, saya masih keliru tentang prosedur."*

### **Cabaran dalam Memastikan Keselamatan Persekitaran**

Cabaran "memastikan keselamatan persekitaran" dibina berdasarkan perkongsian daripada pemberi maklumat bahawa mereka menemui beberapa orang jahil yang gagal mematuhi Prosedur Operasi Standard (SOP), yang menimbulkan risiko tinggi jangkitan di kalangan masyarakat dan memburukkan lagi wabak itu. Sebagai contoh, Informan P4 (72, Lelaki) berkongsi pemerhatiannya semasa wabak:

*"Seorang pekerja warga asing di salah sebuah kedai runcit berhampiran tidak memakai topeng mukanya dengan betul... setiap kali saya perasan perkara itu, saya ingatkan dia."*

Informan P2 (68, Perempuan) berkongsi kebimbangannya tentang keselamatan awam yang mana beliau mempersepsikan kesedaran orang ramai yang masih rendah dan bersikap tidak acuh apabila berada di tempat awam:

*"Sesetengah orang tidak ambil peduli tentang (SOP). Setibanya di kedai runcit berhampiran, saya dapati beberapa orang berkumpul dengan begitu rapat. Orang ramai itu seolah-olah tidak menyedari virus di udara... tetapi itu kelihatan menakutkan bagi orang lain. "*

### **PERBINCANGAN DAN IMPLIKASI KAJIAN**

Dapatan kajian ini mendedahkan enam cabaran yang dihadapi oleh warga emas semasa wabak. Cabaran yang dikenalpasti adalah: (1) menjaga kesihatan fizikal; (2) menjaga kesihatan mental dan psikologi; (3) kebolehcapaian terhad kepada perkhidmatan penjagaan kesihatan; (4) kekangan kewangan; (5) menggunakan teknologi; (6) memastikan keselamatan persekitaran.

Semasa pandemik, orang awam telah mengalami akses terhad ke ruang awam, seperti taman, gim, kawasan riadah luar dan kumpulan senaman sosial. Akibatnya, tahap aktiviti fizikal secara amnya terjejas. Tahap aktiviti fizikal yang berkurangan disebabkan terutamanya oleh peningkatan dalam masa duduk dan pengurangan dalam tugas metabolik yang setara.. Kajian ini juga mendedahkan bahawa mengekalkan kesihatan fizikal dikekang oleh keadaan persekitaran tempat tinggal, seperti ruang rumah yang terhad, bilangan penghuni, dan kesesuaian kawasan untuk aktiviti fizikal. Kajian lampau telah menunjukkan bahawa tahap aktiviti yang berkurangan di kalangan warga tua merupakan faktor penting untuk kehilangan

kekuatan otot, mobiliti, keseimbangan, kebebasan berfungsi, peningkatan kemurungan dan akibatnya, peningkatan isu masalah mental dalam kalangan warga tua (Cesari et al., 2015).

Semasa pandemik, beberapa kajian lalu turut melaporkan bahawa sekatan, kuarantin dan perintah berkurung telah menjejaskan kualiti hidup penduduk secara global, di mana pengurangan ketara dalam tahap aktiviti fizikal membawa kepada penurunan dalam kecergasan fizikal dan peningkatan gaya hidup yang tidak aktif (Martinez et al., 2020). Kajian pemerhatian baru-baru ini juga mendapati bahawa dalam tempoh perintah berkurung selama enam minggu berturut-turut, menyebabkan peningkatan ketara dalam masa tingkah laku tidak aktif yang berkaitan dengan kesan negatif terhadap kesihatan (Richardson et al., 2021). Kesan gabungan faktor-faktor ini membawa kepada kemerosotan fungsi dan fizikal pada warga tua.

Dalam konteks emosi negatif, kajian ini mendapati kebanyakan warga emas merasa bimbang dengan keadaan berkenaan dan keadaan ini bukan sahaja memberikan kesan kepada kesejahteraan diri, malah turut mengganggu aktiviti harian mereka. Selain rasa bimbang, warga emas dalam kajian ini turut berkongsi mereka berhadapan dengan suasana bosan dan kesunyian semasa dalam tempoh berkurung berikutan COVID-19. Dalam kajian terdahulu yang dilakukan oleh Lucchetti dan rakan-rakan (2021), mereka melaporkan bahawa warga emas cuba melibatkan diri dengan aktiviti keagamaan bagi mengatasi kebosanan semasa wabak ini. Dapatan ini mencadangkan bahawa bagi warga emas, penglibatan dalam aktiviti berbentuk spiritual dan kerohanian memberikan kesan positif dalam membantu mereka menjalani kehidupan semasa wabak ini berlaku.

Selain itu, kajian ini turut mendapati keadaan kewangan yang dihadapi oleh warga emas menjadi satu cabaran kepada mereka semasa COVID-19. Umumnya, semasa berlaku COVID-19, antara kebimbangan orang awam adalah berkaitan status kewangan dan warga emas juga tidak terkecuali daripada mengalami perasaan sedemikian. Kebimbangan terhadap keadaan kewangan ini adalah berikutan terdapat warga emas yang tinggal bersendirian dan tidak mahu bergantung harap kepada anak-anak lain. Keadaan ini turut berlaku di negara-negara lain sebagaimana yang dilaporkan oleh kajian-kajian lalu (Goswami & Deshmukh, 2018; de Paiva Santos et al., 2019). Dalam kajian-kajian berkenaan, status kewangan dilihat lemah sehingga mendatangkan krisis peribadi kepada seseorang.

Kajian ini turut melaporkan bahawa warga emas menilai tahap kesedaran orang ramai yang masih rendah semasa tempoh pandemik ini berlaku. Pematuhan kepada Prosedur Operasi Standard (SOP) orang ramai yang dipersepsikan rendah dan sikap sambal lewa yang ditunjukkan oleh orang ramai memberikan tekanan kepada warga emas. Mereka melihat keadaan ini sebagai satu keadaan yang menakutkan dan tidak mengambil berat tentang keadaan orang lain. Sikap mementingkan diri yang ditunjukkan oleh orang awam memberi kesan emosi kebimbangan kepada warga emas di mana mereka turut sedia maklum dengan keadaan diri mereka jika terkena virus ini. Warga emas dalam kajian ini yang mengakui bahawa mereka turut menghidap pelbagai penyakit dan dikhuatiri menyumbang kepada masalah yang lebih besar jika terkena dengan virus COVID-19.

Dapatan kajian ini memberi implikasi berkaitan program-program pengukuhan kesedaran warga emas terhadap aplikasi atas talian yang dapat memberikan manfaat kepada golongan ini. Dalam dunia kini yang mana teknologi semakin berkembang, adalah menjadi satu keperluan untuk warga emas diperkasakan dengan pengetahuan berkaitan transaksi urusan atas talian, kebolehan mencapai maklumat-maklumat di internet berkaitan

telekesihatan serta penjagaan sendiri. Usaha-usaha untuk memperkukuhkan kesedaran ini boleh dilakukan oleh pihak-pihak berkaitan seperti bank yang memberikan informasi untuk melayari perbankan atas talian dengan selamat. Selain itu, penyebaran informasi telekesihatan boleh dilakukan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia yang mana memberikan maklumat berkaitan aplikasi dalam telefon pintar yang membolehkan warga emas mencapai informasi rekod sendiri dimana mereka tidak perlu ke hospital untuk mendapatkan ubat-ubatan di samping khimat nasihat kesihatan atas talian.

Implikasi kajian ini turut merangkumi jaminan kewangan melalui peluang-peluang pekerjaan yang bersesuaian dengan keadaan warga emas oleh pihak-pihak tertentu seperti majikan premis makanan segera, restoran, pusat tuisyen atau rumah ibadat. Dalam kajian ini didapati bahawa warga emas turut menghadapi kekangan kewangan dan dengan memberikan peluang pekerjaan sambil keadaan ini dijangka dapat memberi sokongan dalam status kewangan warga emas. Selain daripada faedah dalam bentuk material (kewangan), penglibatan dalam pekerjaan sambil akan memberikan manfaat psikologi kepada kumpulan ini. Mereka dapat berkenalan dan meluaskan jaringan sosial sedia ada. Dalam masa yang sama, keadaan ini dapat meningkatkan keyakinan diri warga emas melalui interaksi dengan individu lain dan sekaligus dijangka dapat mempertingkatkan kesejahteraan diri mereka.

## **KESIMPULAN**

Secara keseluruhan, kajian ini meneroka cabaran-cabaran yang dihadapi oleh warga emas semasa COVID-19. Cabaran-cabaran berkenaan merangkumi keadaan diri mereka sendiri, kewangan, perkhidmatan kesihatan, teknologi dan persepsi terhadap rasa selamat apabila berada dalam keadaan ramai orang. Melalui pemahaman berkaitan cabaran yang dihadapi oleh warga emas, program-program yang boleh membantu golongan ini boleh dibangunkan untuk menjaga kesejahteraan mereka. Kajian akan datang dicadangkan untuk meneliti strategi daya tindak yang dilakukan oleh warga emas dalam usaha mengatasi cabaran yang dihadapi.

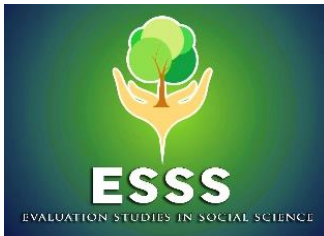
## **PENGHARGAAN**

Penghargaan dalam penghasilan kertas kerja ini diberikan kepada Open University Malaysia berdasarkan data yang diperolehi dalam projek tahun akhir pelajar program Psikologi dan kepada semua yang terlibat dalam proses pengumpulan bahan kajian.

## RUJUKAN

- Akarturk, B. (2020). Mental Health of the Older People During Covid-19 Pandemic. *European Proceedings of Health*. <https://doi.org/10.15405/eph.20101.7>
- Ashaari, M. F., Norhisham, N. A. S., & Rasit, R. M. (2021). Sorotan Kajian Penggunaan Media Sosial dalam Kalangan Warga Emas di Malaysia. *BITARA International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences*, 4(2), 1-12.
- Aziz, N. A. B., Mustapha, S. Z., Hassim, N. H., & Shaari, N. F. (2021). Improving Social Security among Older Persons In Malaysia During Covid-19 By Applying Best Practices from other Countries. *International Journal Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(8): 1568–1578.  
<https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v11-i8/10685>
- Baldwin, R., & Di Mauro, B. W. (2020). Economics in the time of COVID-19: A new eBook. *VOX CEPR Policy Portal*, 2(3).
- Barnes, S. J. (2020). Information Management Research and Practice in the Post-COVID-19 World. *International Journal of Information Management*, 102175.  
<https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2020.102175>
- Cesari M., Vellas B., Hsu F. C., Newman A.B., Doss H., King A.C., et al. (2015). A Physical Activity Intervention to Treat the Frailty Syndrome in Older Persons- Results from the LIFE P Study. *Journals Gerontology - Ser A Biol Sci Med Sci*, 70(2), 216–222.
- Czeisler, M. É., Lane, R. I., Petrosky, E., Wiley, J. F., Christensen, A., Njai, R., Weaver, M. D., Robbins, R., Facer-Childs, E. R., Barger, L. K., Czeisler, C. A., Howard, M. E., & Rajaratnam, S. M. W. Mental Health, Substance Use, and Suicidal Ideation During the COVID-19 Pandemic - United States. *Morbidity And Mortality Weekly Report*, 14;69(32), 1049-1057. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6932a1>
- de Paiva Santos, R., Gonçalves, A. M., Pereira, B. C., Caliari, T. M., Araujo, W. C. T., Pereira, D. S., & Weeks, L. E. (2019). Elderly People Living Alone. *Fisioterapia Brasil*, 20(3), 448-459.
- Gopalakrishnan, N., David, B. (2018). Quality of Life in Older Ages. *British Medical Bulletin*, 85, 113–126. <https://doi.org/10.1093/bmb/ldn003>
- Goswami, S., & Deshmukh, P. R. (2018). How “Elderly Staying Alone” Cope Up With Their Age and Deteriorating Health: A Qualitative Exploration from Rural Wardha, Central India. *Indian Journal of Palliative Care*, 24(4), 465.
- Hall, G., Laddu, D. R., Phillips, S. A., Lavie, C. J., Arena, R. (2021). A Tale of Two Pandemics: How Will Covid-19 and Global Trends in Physical Inactivity and Sedentary Behavior Affect One Another? *Program Cardiovasc*, 64, 108-110.  
<https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.04.005>
- Jabatan Perkhidmatan Awam. (2021). Definition of senior citizens in Malaysia. Diakses pada 22 Ogos 2021, dari [http:// www.jpapencen.gov.my/english/senior\\_citizen.html](http://www.jpapencen.gov.my/english/senior_citizen.html)
- Ju, H., Shin, J. W., Kim, C.-w., Hyun, M.-h., & Park, J.-w. (2013). Mediation Effect of Meaning n Life on the Relationship between Optimism and Well-Being in Community Elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 56(2), 309-313.  
<https://doi.org/10.1016/j.archger.2012.08.008>

- Khan, M. A., Khor, S. C., & Ramendran, C. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on the Financial Well-being among Older Adults in Malaysia. *International Journal of Management, Economics and Social Sciences*, 10(2-3), 140 – 155.  
<https://doi.org/10.32327/IJMESS/10.2-3.2021.9>
- Khetrapal, S., & Bhatia, R. (2020). Impact of COVID-19 Pandemic on Health System & Sustainable Development Goal 3. *The Indian Journal of Medical Research*, 151(5), 395–399. [https://doi.org/10.4103/ijmr.IJMR\\_1920\\_20](https://doi.org/10.4103/ijmr.IJMR_1920_20)
- Kissler, S. M., Tedijanto, C., Goldstein, E., Grad, Y. H., Lipsitch, M. (2020). Projecting the Transmission Dynamics of Sars-Cov-2 Through the Post pandemic Period. *Science*, 368, 860-868. <https://doi.org/10.1126/science.abb5793>
- Kucharski, A. J., Klepac, P., Conlan, A. J. K., Kissler, S. M., Tang, M. L., Fry, H., Gog, J. R., & Edmunds, W. J. (2020). Effectiveness of Isolation, Testing, Contact Tracing, and Physical Distancing on Reducing Transmission of Sars-Cov-2 in Different Settings: A Mathematical Modelling Study. *Lancet Infection Disease*, 20, 1151-1160.  
[https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30457-6](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30457-6)
- Lam, K., Lu, A. D., Shi, Y., Covinsky, K. E. (2020). Assessing Telemedicine Unreadiness among Older Adults in the United States during the COVID-19 Pandemic. *JAMA Internal Medicine*, 180(10), 1389-1391.  
<https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2020.2671>
- Laporan Program Pembangunan Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (2020) Diakses pada 15 Ogos 2021, dari <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2023-02/UNDP-RBAP-The-Onset-of-a-Pandemic-2022.pdf>
- Liat, A., Alison, C., Manfred, D., Becca, R. L., Shevaun, D. N., Klaus, R., Clemens, T., & Hans Werner, W. (2021). Aging in Times of the COVID-19 Pandemic: Avoiding Ageism and Fostering Intergenerational Solidarity. *The Journal of Gerontology*, 76(2), 49-52. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa051>
- Lucchetti, G., Góes, LG., Amaral, S. G., Ganadjian, G. T., Andrade, I., Almeida, P., do Carmo, V. M., & Manso, M. (2021). Spirituality, Religiosity and the Mental Health Consequences of Social Isolation during Covid-19 Pandemic. *International Journal Social Psychiatry*, 67(6), 672-679. <https://doi.org/10.1177/0020764020970996>
- Martinez, E. Z., Silva, F. M., Morigi, T. Z., Zucoloto, M. L., Silva, T. L., & Joaquim, A. G. (2020). Physical Activity in Periods of Social Distancing Due To Covid-19: A Cross-Sectional Survey. *Cienc e Saude Coletiva*, 25, 4157–4168.
- Martins, V. J. (2020). The Effects of COVID-19 among the Elderly Population: A Case for Closing the Digital Divide. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1-7.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.577427>
- O'Sullivan, R., Lawlor, B., Burns, A., & Leavey, G. (2021). Will the Pandemic Reframe Loneliness and Social Isolation?. *The Lancet Healthy Longevity*, 2(2), e54-e55.
- Rafee, H. (2021). Cover Story: Steady growth in Seputeh. *The Edge Malaysia*, August 31, 2021. Diakses pada 15-April 2020 dari  
<https://www.theedgemarkets.com/article/cover-story-steady-growth-seputeh>



- 
- Richardson, D. L., Duncan, M. J., Clarke, N. D., Myers, T. D., & Tallis, J. (2021). The influence of COVID-19 Measures in the United Kingdom on Physical Activity Levels, Perceived Physical Function and Mood in Older Adults: A Survey-Based Observational Study. *Journal of Sports Science*, 39(8), 887–899.
- Shrestha, N., Shad, M. Y., Ulvi, O., Khan, M. H., Karamehic-Muratovic, A., Nguyen, U. S. D., .. & Haque, U. (2020). The impact of COVID-19 on globalization. *One Health*, 11, 100180, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.onehlt.2020.100180>
- Tyrrell, C. J., & Williams, K. N. (2020). The paradox of social distancing: Implications for Older Adults in the Context of COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), 1-4.
- Zaninotto, P., Iob, E., Demakakos, P., & Steptoe, A. (2020). Immediate and Longer-Term Changes in the Mental Health and Well-being of Older Adults in England During the COVID 19 Pandemic. *JAMA Psychiatry*, 79(2), 151–159. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2021.3749>