

MENYONGSONG ERA PENDUDUK TUA DI INDONESIA

Sita Dewi¹, Bertha Elvy Napitupulu², Dwi Listyowati³

¹Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Jayakarta

²Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Jayakarta

³Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Jayakarta

Sitadewi.27@gmail.com, bertha.napitupulu@yahoo.com, dwilist.2661@yahoo.com

ABSTRAK

Era penduduk tua adalah kondisi di suatu Negara yang populasi penduduk usia 65+ nya telah lebih dari 10 %. Diperkirakan Indonesia akan memasuki era penduduk tua di tahun 2035. Indonesia harus bersiap diri dalam menghadapi era penduduk tua.

Kata kunci : penduduk tua

Abstract: Aging population is the condition in the state that population age 65 and over is more than 10 %. It is projected that Indonesia will enter the aging population by 2035. Indonesia must prepare to face this era of aging population.

Key word : aging population

I. PENDAHULUAN

Menurut hasil Sensus Penduduk Indonesia tahun 2010 jumlah penduduk Indonesia adalah sebanyak 237.556.363 orang yang terdiri dari 119.507.580 penduduk laki-laki dan 118.048.783 jumlah penduduk perempuan. Indonesia menempati posisi ke 4 jumlah penduduk terbesar di dunia.

Struktur umur penduduk Indonesia sejak Sensus Penduduk tahun 1971 hingga sensus penduduk thn 2010 telah mengalami perubahan. Pada tahun 1971 struktur umur Penduduk Indonesia menunjukkan penduduk muda, dimana penduduk usia 0-14 thn jumlahnya lebih dari 40%, ini karena tingkat kelahiran masih tinggi dari usia harapan hidup masih belum tinggi, sehingga yang mencapai usia tua adalah sedikit, Tetapi seiring dengan suksesnya program Keluarga Berencana, dan meningkatnya usia harapan hidup struktur penduduk berubah. Tingkat kelahiran sudah dapat ditekan, tidak lagi tinggi, sedangkan tingkat kesehatan semakin baik sehingga usia harapan hidup meningkat. Maka pada sensus penduduk Indonesia, tahun 2010 struktur penduduknya antara muda dan tua, yaitu usia 0-14 thn sudah kurang dari 40%, sedangkan yang berusia tua (65) tahun masih kurang 10%, yang paling banyak adalah yang usia produktif.

Pada saat persentase penduduk usia produktif (15-16 thn) tinggi maka pada saat itu suatu negara masuk ke era bonus demografi. Indonesia pada saat ini berada di era bonus demografi, karena

presentase penduduk usia produktifnya tinggi yaitu $\pm 66\%$. Mestinya di era bonus demografi Indonesia dapat mencapai masa keemasannya, yaitu melesat menjadi negara maju dengan tingkat pertumbuhan ekonomiyang tinggi, karena banyanya sumber daya manusia produktifnya.

Setelah masa bonus demografi (2015 – 2035) Indonesia akan memasuki masa penduduk usia tua dimana persentase penduduk tua (65+) lebih dari 10%. Hal itu tercapai karena kesehatan yang semakin baik sehingga usia harapan hidup semakin meningkat, sedangkan kelahiran semakin sedikit. Menghadapi penduduk tua, tentu berbeda dengan menghadapi penduduk muda ataupun penduduk produktif. Tentunya Indonesia perlu mempersiapkan diri untuk menghadapi penduduk tua yang jumlahnya menjadi banyak di tahun yang akan datang.

II. PENDUDUK INDONESIA DARI TAHUN 1971 HINGGA TAHUN 2010, DAN TAHUN SESUDAHNYA

2.1 Struktur Penduduk Indonesia

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia, komposisi adalah susunan dan struktur adalah susunan dan himpunan dari unsur yang berhubungan dalam sebuah sistem ataupun objek. Secara umum bila kita membicarakan struktur maka dapat ditarik pula kita membicarakan komposisi karena sama-sama menandakan susunan

Komposisi penduduk menandakan susunan, dimana komposisi penduduk adalah pengelompokan penduduk atau susunan penduduk di suatu wilayah atau negara berdasarkan kriteria tertentu, misalnya berdasarkan umur, jenis kelamin, pekerjaan, agama dan sebagainya, (Muhmmad Ridhoni, 2015). Struktur penduduk dikhususkan kepada komposisi penduduk berdasarkan umur dan jenis kelamin, dimana bila digambarkan dalam grafik akan menjadi piramida penduduk. Piramida penduduk dapat dikelompokkan menjadi tiga yaitu :

Piramida penduduk muda/ekspansif

Piramida penduduk antara muda dan tua/konstruktif

Piramida penduduk tua/stasioner

(Omas Bulan Samsir, 2018)

Piramida penduduk muda/ekspansif terjadi di negara-negara berkembang, dimana tingkat kelahiran tinggi, jumlah yang lahir lebih banyak dibanding yang mati. Tapi yang hidup, tidak mencapai usia tua karena angka harapan hidupnya belum tinggi. Maka piramida ini berbentuk segita, alas lebar tetapi semakin kecil di atasnya

Piramida penduduk antara muda dan tua /konstruktif, terjadi di negara-negara berkembang yang mulai maju dibanding dari negara-negara berkembang lainnya. Tingkat kelahiran sudah turun, jumlah yang lahir tidak lagi banyak. Yang mati juga sedikit dan angka harapan hidup sudah lebih tinggi, sehingga sudah lebih banyak yang mencapai umur yang lebih tua. Piramida ini alasnya sudah lebih pendek dari pada tengahnya. Tengah hamper rata, dan mengerucut di atas.

Piramidanya penduduk tua/stasioner, terjadi di negara-negara yang sudah maju. Tingkat kelahiran sangat rendah, kematian rendah dan angka harapan hidup tinggi, sehingga banyak yang mencapai umur tua. Piramidanya hampir rata untuk semua golongan umur, kecuali untuk golongan umur yang sangat tua.

Struktur penduduk di Indonesia mengalami perubahan dari sensus tahun 1971 ke sensus tahun 2010. Berdasarkan sensus 1971 struktur penduduk Indonesia masih merupakan piramida penduduk muda/ekspansif . Harto Nurdin\, 1981 menyatakan bahwa ciri piramida penduduk muda adalah bila penduduk usia 0-14 thn $\geq 40\%$, usia 15 -64 thn $\leq 55\%$ dan yang usia 65+ $\leq 5\%$. Berdasarkan sensus 1971, 44% penduduk Indonesia ada pada usia 0-14 thn, 54% penduduk Indonesia ada pada usia 15-64 thn dan hanya sekitar 2% berusia 65+ thn.

Karena suksesnya program keluarga berencana, dan kesehatan yang lebih baik maka, tingkat kelahiran di Indonesia mulai turun di tahun

1990. Akibatnya jumlah kelahiran menjadi sedikit, dan angka harapan hidup menjadi lebih meningkat. Ini berakibat ke perubahan struktur penduduk Indonesia. Berdasarkan sensus penduduk Indonesia tahun 2010 piramida penduduk Indonesia telah berubah dari yg ekspansif menjadi konstruktif, dimana penduduk usia 0-14 tahun adalah 29%, penduduk usia 15-64 tahun adalah 66% dan yang 5% adalah penduduk yang usia 65+. Indonesia telah memasuki era bonus demografi dimana rasio ketergantungannya rendah dan dapat dikatakan Indonesia telah berubah menjadi negara berkembang yang mulai maju.

Struktur penduduk Indonesia terus akan berubah, dan diprediksi setelah tahun 2035 Indonesia akan masuk penduduk tua/stasioner dimana menurut Harto Nurdin, 1981, penduduk tua mempunyai ciri yang berusia 0-14 tahun $\leq 30\%$, yang berusia 15-64 tahun $\geq 60\%$ dan yang berusia 65+ $\geq 10\%$. Di tahun 2035 diperkirakan penduduk Indonesia usia 0-14 tahun adalah 21,5%, usia 15-64 tahun sebanyak 68% dan sisanya sebanyak 11% adalah usia 65+. Di tahun 2035 , Indonesia mulai meninggalkan era bonus demografi dan menuju era penduduk tua.

2.2 Penduduk Lanjut Usia di Indonesia

Definisi penduduk lanjut usia atau biasa di sebut lansia berbeda-beda di setiap negara. Untuk negara-negara maju yang disebut lansia adalah penduduk yg telah berusia 65 tahun ke atas. Sedangkan untuk negara berkembang yang disebut lansia adalah penduduk yang telah berusia 60 tahun atau lebih. Defenisi ini sesuai yang dikeluarkan oleh United of Nation . Indonesia mendefinisikan penduduk usia lanjut adalah sebagai penduduk yang telah berusia 60 tahun atau lebih

Menjadi tua adalah proses yang alami yang dapat dialami oleh setiap penduduk . Menjadi tua di tandai oleh mulai menurunnya fungsi-fungsi tubuh baik secara fisik maupun mental . Misalnya mulai cepat merasa lelah, tidak lagi bisa mengangkat beban berat (fisik), ataupun mulai pikun (mental).

Lansia terbagi menjadi 3 kelompok yaitu lansia muda, yaitu mereka yang berumur 60- 69 tahun, lansia menengah, mereka yang berumur 70- 79 tahun dan lansia lanjut, mereka yang berumur 80 tahun dan lebih

Usia harapan hidup di Indonesia semakin meningkat dari tahun ke tahun, karena adanya perbaikan di sektor kesehatan. Di tahun 2010 , usia harapan hidup di Indonesia adalah 69,81 tahun, meningkat menjadi 70,90 thn di thn 2015, dan meningkat lagi menjadi 71,70 tahun di tahun

2017. Artinya semakin banyak orang Indonesia yang dapat mencapai usia 70 tahun atau lebih.

Sesuai dengan kelompok lansia yang ada, lansia muda 60-69 tahun masih memiliki kondisi fisik dan mental yang baik dibanding dengan lansia menengah yang berusia 70-79 tahun, apalagi dibanding dengan lansia lanjut yang berusia 80+.

Dari hasil riset kesehatan dasar 2007, 20% lansia lanjut lebih sudah kesulitan berjalan dan memorinya sudah menurun (pikun). Tetapi untuk lansia muda kurang dari 5% yang kesulitan berjalan sedangkan memori turun kurang dari 1%. Tentunya bila para lansia kondisi fisik maupun mental sudah tidak baik (kesulitan berjalan dan juga pikun) maka lansia tersebut sudah tidak dapat mengurus dirinya sendiri. Untuk lansia muda ada 1% yang tidak dapat mengurus dirinya sendiri. Untuk lansia menengah ada sekitar 2% yang tidak dapat mengurus dirinya sendiri, sedangkan lansia lanjut, lebih dari 7% yang tidak dapat mengurus dirinya sendiri. (Sri Moertiningsih Adioetomo, 2018)

Lansia di Indonesia masih banyak yang bekerja. Mereka bekerja karena untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka sendiri, selain secara fisik dan mental mereka masih sehat. (Sita Dewi, 1998).

Jumlah lansia di Indonesia, dari tahun ke tahun, meningkat karena adanya perbaikan di sektor kesehatan yang menyebabkan usia harapan hidup meningkat. Hingga SUPAS 2015 lansia di Indonesia ada 8,5% dari jumlah penduduk di Indonesia dan persentase lansia akan terus meningkat. Diperekirakan, di tahun 2020, persentase lansia ada sekitar 10%, dan terus berlanjut peningkatannya sampai 2035, akan terdapat 15,8% lansia.

Karena Indonesia mendefinisikan lansia adalah 60+, maka seolah-olah di tahun 2020 pun Indonesia telah masuk ke era penduduk tua. Padahal era penduduk tua ditandai dengan lansia yg berusia 65+ telah lebih 10% dari jumlah penduduk. Bila ini yang dimaksud, maka Indonesia akan memasuki era penduduk tua sesudah era bonus Demografi berakhir yaitu di tahun 2035.

III. PERSIAPAN INDONESIA DALAM MENYONGSONG ERA PENDUDUK TUA

Jumlah lansia di Indonesia terus bertambah, di tahun 2035 diprediksi lansia di Indonesia adalah lebih dari 10%. Sejak tahun inilah era penduduk tua di Indonesia di mulai, Penduduk tua atau lansia terbagi 3, yaitu lansia muda, lansia menengah dan lansia lanjut. Karena usia harapan hidup di Indonesia telah mencapai lebih dari 70 tahun maka akan terdapat tidak hanya

lansia muda, tetapi juga lansia menengah yang jumlahnya banyak. Dengan banyaknya penduduk tua di Indonesia, rasio ketergantungan kembali akan meningkat.

Penduduk tua atau lansia di tahun 2035 nanti adalah mereka-mereka yang sekarang berusia 45 tahun atau lebih, Mereka ini adalah orang-orang yang masih produktif, berpendidikan dan melek teknologi informasi. Maka lansia di masa yang akan datang atau pada saat Indonesia di era penduduk tua, adalah lansia yang kesehatannya lebih baik, yang pendidikannya lebih tinggi dan yang mengerti teknologi informasi.

Indonesia harus bersiap-siap menghadapi era penduduk tua di tahun 2035 nanti, dengan memperhatikan lansia yang ada di tahun 2035, yaitu lansia yang kesehatannya lebih baik, yang pendidikannya lebih tinggi dan yang mengerti teknologi informasi.

Di era penduduk tua nanti ada baiknya lansianya adalah lansia yang mandiri. Mandiri dalam mengurus dirinya sendiri, mandiri secara social dan mandiri secara ekonomi. Lansia harus mandiri dalam mengurus dirinya sendiri, karena kesibukkan anak-anak mereka, yang membuat anak-anak mereka tidak punya waktu untuk mengurus orang tuanya. Mandiri secara social, artinya lansia harus tetap dapat bersosialisasi dengan sesama lansia ataupun dengan kelompok penduduk lainnya. Mandiri secara ekonomi, artinya lansia dapat mencukupi kebutuhan hidup mereka sendiri.

Ada baiknya pemerintah Indonesia mulai menyusun kebijakan yang memperhatikan lansia. Indonesia bias berkaca ke Negara-negara maju yang sekarang ini telah memasuki era penduduk tua, yaitu Negara-negara di Eropa Barat seperti Jerman, Belanda, Finlandia dan yang lainnya. Negara-negara Eropa Barat yang tergabung dalam Uni Eropa telah banyak yang memasuki era penduduk tua. Di Asia, Jepang dan Tiongkok adalah contoh Negara yang juga telah memasuki era penduduk tua.

Negara-negara maju yang telah memasuki era penduduk tua mempunyai kendala dan kebijakan mengurus penduduk tua yang berbeda. Negara-negara yang tergabung dalam Uni Eropa merasakan kekurangan tenaga kerja begitu mereka memasuki era penduduk tua. Jumlah kelahiran yang semakin sedikit sementara yang mencapai usia lebih dari 65 tahun semakin banyak. Negara-negara di Uni Eropa usia harapan hidupnya telah mencapai 77,8 tahun. Sebetulnya dengan adanya Uni Eropa, tenaga kerja dari Negara-negara Eropa manapun dapat dengan bebas bekerja di negara-

negara Eropa manapun. Sehingga tenaga kerja tidak menjadi masalah. Tetapi ternyata kondisi negara-negara Eropa ini hampir seragam, yaitu sudah memasuki era penduduk tua, sehingga negara-negara di Uni Eropa menjadi kekurangan tenaga kerja. Jadi Uni Eropa mulai membuka pintu bagi para pekerja dari luar Eropa dan membuka pintu bagi imigran dari luar Eropa. Tetapi ternyata ini juga menimbulkan masalah, karena para pekerja dari luar Eropa dan juga para imigran pendidikan dan keahliannya tidak sesuai dengan yang dibutuhkan di negara-negara Uni Eropa.

Dengan meningkatnya persentase lansia di Uni Eropa, maka ada peningkatan biaya pensiun, peningkatan biaya perawatan kesehatan, peningkatan tunjangan lain, yang semuanya telah mencapai 26,7 % dari total domestic bruto (Kompas, Minggu 16 September 2018). Porsi terbesar adalah untuk biaya perawatan kesehatan. Apalagi persentase penduduk sangat tua atau lansia lanjut mulai meningkat. Uni Eropa mensiasati pengurangan beban anggaran untuk lansia ini, dengan mengubah usia pensiun menjadi 64-65 tahun dari sebelumnya yang 59-64 tahun. Peningkatan usia pensiun bertujuan agar penduduk lebih lama dapat menabung sebagai bentuk dana pensiunnya.

Selain biaya perawatan kesehatan dan biaya pensiun, Uni Eropa juga menyiapkan infrastruktur yang ramah bagi lansia, seperti disiapkannya perawat untuk merawat lansia, perumahan untuk lansia, serta kebutuhan peningkatan kualitas hidup. Uni Eropa juga mendorong lansianya agar tetap produktif.

Di kawasan Asia, Jepang dan Tiongkok adalah contoh negara yang telah memasuki era penduduk tua. Jepang mempunyai 27,8% penduduk usia 65+. Di tahun 2017 usia harapan hidup di Jepang telah mencapai lebih dari 83 tahun. Berarti di Jepang makin banyak lansia lanjut atau penduduk sangat tua, penduduk yang berusia 80+. Jepang mengalami krisis tenaga kerja. Tetapi Jepang begitu ketat terhadap imigran atau pencari kerja di sana. Jepang mengandalkan kemajuan teknologi untuk menutup kekurangan tenaga kerjanya. Jepang juga menyediakan dana untuk perawatan kesehatan dan rumah-rumah jompo bagi tempat tinggal lansia.

Tiongkok menghadapi populasi yang menua akibat kebijakan satu anak (Kompas, Sabtu 15 September 2018). Banyak penduduk berusia tua atau 65+ tetapi angkatan kerjanya yaitu penduduk usia 15-64 tahunnya menurun drastis. Tiongkok juga menghadapi masalah lebih banyak lansia laki-laki dibanding lansia perempuan. Dengan memasuki era penduduk tua dan berkurangnya

angkatan kerja di sana, Tiongkok menghadapi penurunan pertumbuhan ekonomi. Untuk itu pemerintah Tiongkok sekarang membatalkan kebijakan satu anak dan penundaan usia perkawinan.

Sekarang kita lihat kondisi di Indonesia. Kapan Indonesia akan memasuki era penduduk tua. Ada perbedaan pendapat tentang era penduduk tua di Indonesia. Definisi lansia di Indonesia adalah penduduk yang berusia 60 tahun atau lebih., sehingga berdasarkan proyeksi penduduk, jumlah penduduk usia 60+ mencapai lebih dari 10 % di tahun 2020 dan akan menjadi sekitar 11 % di tahun 2025. Seakan-akan Indonesia telah memasuki era penduduk tua, mulai tahun 2020. Tetapi bila kita ambil definisi lansia secara umum adalah penduduk yang telah berusia 65 tahun atau lebih, maka diprediksi Indonesia baru akan memasuki era penduduk tua pada tahun 2035. Terlepas dari perbedaan definisi usia lansia dan kapan tepatnya Indonesia akan memasuki era penduduk tua, Indonesia tetap harus bersiap-siap menyongsong era penduduk tua. Kondisi Indonesia berbeda dengan Uni Eropa ataupun Jepang dan Tiongkok. Indonesia mempunyai karakteristik penduduk sendiri.

Indonesia bias mencontoh negara-negara maju yang telah memasuki era penduduk tua untuk membuat kebijakan-kebijakan yang sesuai dengan penduduk tua tetapi juga harus mempertimbangkan kondisi dan karakteristik penduduk di Indonesia. Sesuai dengan budayanya, orang tua masih dirawat oleh keluarganya dalam hal ini adalah anaknya. Tetapi seiring dengan berjalannya waktu, sekarang ini anak sudah tidak lagi mengurus orang tuanya, jadi para orang tua ini harus hidup sendiri atau dibawa ke panti jompo. Selama ini panti jompo identik dengan tempat penampungan bagi mereka yang tua dan terlantar (Kompas, Minggu 12 Agustus 2018). Sehingga member kesan menakutkan bagi lansia. Indonesia harus menyiapkan lebih banyak panti jompo yang sekarang ini istilahnya diperhalus menjadi senior living atau elderly apartemen ataupun adult daycare. Panti jompo yang sekarang adalah elderly apartemen mempunyai fasilitas seperti apartemen pada umumnya. Luas lengkap dengan kamar mandi, saluran televisi kabel dan juga wifi. Di tempat ini juga disediakan fasilitas kesehatan, seperti adanya perawat dan dokter yang mengontrol kesehatan lansia. Di tempat ini lansia dapat berinteraksi dengan sesama lansia, sehingga lansia merasa nyaman dan mendapat perhatian serta tidak merasa kesepian. Memang untuk membangun hunian seperti ini dibutuhkan dana yang tidak

sedikit. Sementara ini panti jompo yang merupakan elderly apartemen baru dibangun oleh pihak swasta.

Selain menyiapkan hunian bagi para penduduk usia lanjut, pemerintah Indonesia juga harus menyiapkan dana untuk tunjangan lansia dan dana untuk perawatan kesehatan lansia. Bila lansia tersebut adalah bekas/pensiunan aparatur sipil negara, maka masalah tunjangan lansia sudah tidak perlu lagi difikirkan. Tetapi masih banyak lansia yang bukan pensiunan aparatur sipil negara. Untuk saat ini pemerintah propinsi DKI Jakarta telah mempunyai dana untuk tunjangan lansia yang diwujudkan dalam bentuk Kartu Lansia Jakarta (KLJ) yang merupakan dana kesejahteraan bagi lansia yang ada di Jakarta. Proinsi-propinsi lain di Indonesia yang belum punya perhatian ke lansia, mungkin dapat mengikuti jejak pemerintah propinsi DKI Jakarta yang mulai memperhatikan lansia. Untuk tunjangan kesehatan, tampaknya masih digabung dengan tunjangan kesehatan secara umum, yaitu di Kartu Indonesia Sehat.

Fasilitas public yang ada di Indonesia ada baiknya mulai dibuat ramah terhadap lansia. Misalnya jembatan penyeberangan orang, jangan hanya disediakan tangga yang tinggi sehingga menyulitkan lansia untuk menggunakan jembatan tersebut. Tetapi ada baiknya disediakan tangga berjalan atau bahkan lift. Begitu pula akses untuk ke transportasi public seperti ke stasiun kereta api atau ke halte bus. Yang ada di propinsi DKI Jakarta saat ini adalah transportasi kereta komuter dan bus transjakarta yang telah menyediakan bangku prioritas untuk lansia, ibu membawa balita dan para disabilitas.

Mengingat lansia terbagi 3 yaitu lansia muda, lansia menengah, dan lansia lanjut, maka lansia muda (60 – 69 tahun) dan lansia menengah (70-79 tahun) yang kesehatannya relative masih baik, masih dapat dikaryakan, sehingga mereka masih dapat produktif atau menghasilkan. Berdasarkan data tahun 2015, persentase lansia Indonesia yang masih bekerja adalah lebih dari 50 %. Jadi tidak ada salahnya lansia tetap bekerja atau produktif. Tentunya jenis pekerjaan yang diberikan kepada mereka bukan yang banyak mengurus tenaga (fisik).

Pemerintah Indonesia juga sudah mulai mengundurkan usia pensiun untuk aparatur sipil negara golongan tertentu, dari umur 55 tahun menjadi 58 tahun bahkan 60 tahun. Ini berarti masa produktif seseorang menjadi lebih lama, sehingga orang tersebut dapat menyimpan lebih banyak dana untuk hari tuanya.

Sayangnya persiapan-persiapan menyongsong era penduduk tua ini, baru tampak di

kota besar di Inonesia (seperti Jakarta). Padahal sebagian besar penduduk Indonesia justru tidak tinggal di kota besar. Pemerintah Indonesia harus melakukan pemerataan penyediaan dana untuk perawatan kesehatan lansia, kesejahteraan lansia dan pembangunan fasilitas umum yang ramah untuk lansia. Jangan hanya memperhatikan kondisi lansia yang ada di kota saja, tetapi juga kondisi lansia yang ada di desa.

Diharapkan ini benar akan terwujud die era penduduk tua di Indonesia pada tahun 2035 nanti karena Dewan Perwakilan Rakyat sedang menyiapkan undang-undang tentang kelanjutan. Semoga undang-undang yang ada benar-benar pro lansia dan dapat diterapkan sehingga era penduduk tua di Indonesia berjalan dengan baik. Pada saat itu lansia Indonesia adalah lansia yang sehat, bahagia dan berdaya.

REFERENSI

- [1] Adioetomo, Sri moertiningsih, Lilis H Mis Cich, Asmanedi, Soerani Toersila-Ningsih, *Menjadi Lansia : Antara Anugearh dan Tantangan*, dalam buku Memetik Bonus Demografi : Membangun Manusia Sejak Dini ; Depok : Rajawali Pers ,2018.
- [2] Badan Pusat Statistik, *Sensus Penduduk Indonesia 2010* ; Jakarta Badan Pusat Statistik, 2012
- [3] Badan Pusat Statistik, *Survei Penduduk Antar Sensus 2015* ; Jakarta Badan Pusat Statistik, 2015
- [4] Harian Kompas, Minggu 12 Agustus 2018, *Nyala Semangat Usia Senja*.
- [5] Harian Kompas, Minggu 12 Agustus 2018, *Taman Bermain Kaum Tua*.
- [6] Harian Kompas, Jum'at 24 Agustus 2018, *Perempuan Lansia Retan Diskriminasi*.
- [7] Harian Kompas, Sabtu 15 September 2018, *China Hadapi Populasi yang Menua*.
- [8] Harian Kompas, Minggu 16 September 2018, *Tantangan Penuaan di Eropa*.
- [9] <https://kbbi.web.id>
- [10] Nurdin, Harto, *Struktur dan Persebaran Penduduk* dalam buku Dasar-Dasar Demografi ; Jakarta : Lembaga Demografi Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia, 1981
- [11] Pemerintah Provinsi DKI Jakarta. *Subidi Warga Lansia Hingga Siswa*, Desember 2018.

- [12] Ridhoni, Muhammad, *Kita Berbagi : Pengertian Komposisi Penduduk, Struktur Penduduk dan Hubungan Demografi dengan Aspek Ekonomi , Antropologi, Politik, Geografi, Kebijakan Pemerintahan dan Sosiologi*. Edhoniedo.blogspot.com ,2015.
- [13] Samsir Omas Bulan, *Gambaran Penduduk Indonesia: Kini , Masalalu dan Yang Akan Datang dalam buku Memetik Bonus Demografi : Membangun Manusia Sejak Dini ; Depok, Rajawali Pers , 2018*