

**PERBEDAAN *EMPTY NEST SYNDROME* PADA PRIA DAN WANITA  
DEWASA MADYA DI DESA SERAI WANGI KECAMATAN TALANG  
MUANDAU**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau  
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Strata Satu Psikologi*



**YUNI YULIA**

**178110172**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**PEKANBARU**

**2021**

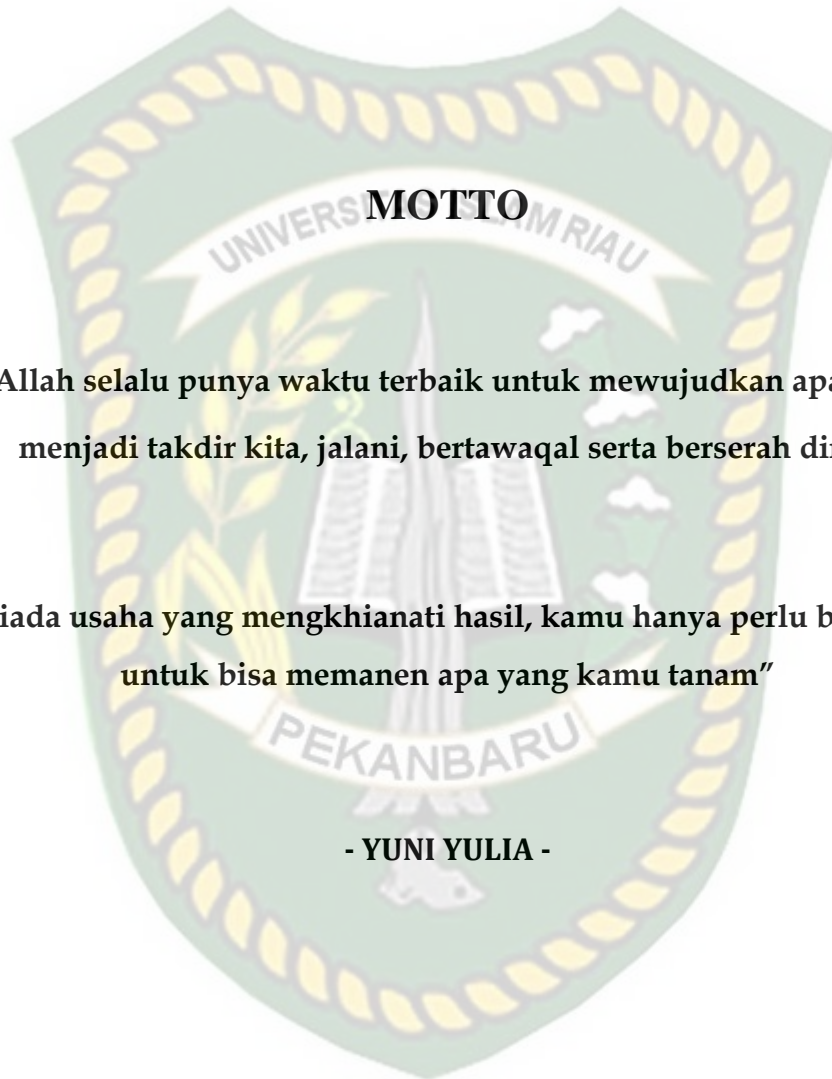


## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Atas segala ridho ALLAH SWT skripsi ini saya persembahkan untuk keluarga tercinta :

**Bapak, Mamak, Abang-Abang dan Adik**

Semoga kelulusan ini dapat memberikan manfaat bagi banyak orang.



## **MOTTO**

**“Allah selalu punya waktu terbaik untuk mewujudkan apa yang menjadi takdir kita, jalani, bertawaqal serta berserah diri.”**

**“Tiada usaha yang mengkhianati hasil, kamu hanya perlu bersabar untuk bisa memanen apa yang kamu tanam”**

**- YUNI YULIA -**

## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum warahmatullah wabarakatuh*

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya dalam penulisan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di Desa Serai Wangi Kecamatan Talang Muandau**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu upaya untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar sarjana strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam proses penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan ribuan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H Syafrinaldi, SH., MCL, selaku rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan selaku Dosen Penasehat Akademik.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Yulia Herawati, S.Psi, M.A selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
7. Bapak Didik Widiatoro, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan sekaligus Pembimbing skripsi yang selalu sabar dan memotivasi penulis dalam proses penyelesaian skripsi.

8. Bapak/ibu dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dimana penulis tidak dapat menyebutkan satu persatu. Penulis sangat mengucapkan ribuan terima kasih atas upaya bapak dan ibu dalam memberikan ilmu yang bermanfaat selama proses perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
9. Terima kasih kepada kedua orang tua (Rusdi dan Nurlela) yang selalu mencintai, memberikan kasih sayang serta selalu memberikan dukungan penuh dalam proses penyelesaian skripsi ini, serta anggota keluarga lainnya yaitu abang dan kakak (Nurdiyanto dan Isma Suci Hardiyanti), abang kedua dan kakak (Adi Prayetno dan Yuliani), adik tercinta (Alia Sari) yang selalu memberikan dukungan penuh secara fisik dan psikis dalam mendapatkan gelar sarjana.
10. Terima kasih kepada sahabat-sahabat seperjuangan Dian Indriani, Ella Indrito Pohan, Ikri Malwalini, Ingga Rahmayani, Mirna Karmisa, Nurhalimah, Nur Rismiasih, Rapiani Syafitri, Sri Junila Sari, Sri Mulyani Indrawati yang telah memberikan semangat, membantu dalam segala hal dan memberikan dukungan penuh dalam proses penyelesaian skripsi ini.
11. Terima kasih kepada Evy Perawati, Ayu Kharisma dan Muhammad Ricko Frandika yang telah memberikan motivasi dan dukungan penuh baik secara fisik maupun psikis serta membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.
12. Kepada bapak-bapak dan ibu-ibu di Desa Serai Wangi terimakasih telah bersedia menjadi subjek penelitian dan memudahkan proses penyelesaian skripsi ini.
13. Kepada semua pihak terkait, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan, motivasi dan segala hal yang telah memudahkan penulis dalam proses pengerjaan skripsi ini sehingga sampai pada titik mendapatkan gelar sarjana strata satu (S1) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Penulis berharap semoga skripsi ini sangat bermanfaat bagi orang banyak.

Semoga ALLAH SWT memberi pahala dan kebaikan yang berlipat-lipat kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun dari segala pihak upaya untuk menyempurnakan skripsi ini.

Pekanbaru, 2021

Yuni Yulia



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	11
1.3 Tujuan Penelitian.....	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
2.1 Pengertian <i>Empty Nest Syndrome</i> .....	13
2.2 Aspek-Aspek <i>Empty Nest Syndrome</i> .....	16
2.3 Faktor-Faktor <i>Empty Nest Syndrome</i> .....	17
2.4 Perbedaan <i>Empty Nest Syndrome</i> Pada Pria dan Wanita Dewasa Madya...	18
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1 Identifikasi Variabel .....	20
3.2 Definisi Operasional.....	21
3.3 Subjek Penelitian .....	21
3.3.1 Populasi Penelitian .....	21
3.3.2 Sampel Penelitian.....	22
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	22

3.4	Metode Pengumpulan Data .....	23
3.5	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	25
3.5.1	Validitas .....	25
3.5.2	Reliabilitas .....	26
3.6	Metode Analisis Data .....	26
3.6.1	Uji Normalitas .....	26
3.6.2	Uji Homogenitas .....	27
3.6.3	Uji Hipotesis .....	27
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>		
4.1	Prosedur Penelitian .....	28
4.1.1	Orientasi Kancanah Penelitian .....	28
4.1.2	Pengembangan Alat Ukur Penelitian .....	28
4.2	Pelaksanaan Penelitian .....	31
4.3	Hasil Penelitian .....	32
4.3.1	Deskripsi Data Penelitian .....	32
4.4	Hasil Analisis Data .....	36
4.4.1	Uji Normalitas .....	36
4.4.2	Uji Homogenitas .....	37
4.4.3	Uji Hipotesis .....	37
4.4.4	Pembahasan .....	39
<b>BAB V PENUTUP</b>		
5.1	Kesimpulan .....	43
5.2	Saran .....	43
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>45</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala Empty Nest Syndrome Sebelum Try Out.....	24
Tabel 4.1 <i>Blue Print</i> Skala Empty Nest Syndrome Setelah Try Out .....	31
Tabel 4.2 Deskripsi Data Penelitian.....	33
Tabel 4.3 Rumus Kategorisasi.....	34
Tabel 4.4 Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan Pria <i>Empty Nest Syndrome</i> .....	35
Tabel 4.5 Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan Wanita <i>Empty Nest Syndrome</i> .....	36
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas Skala Empty Nest Syndrome pada Pria dan Wanita.....	37
Tabel 4.7 Uji Homogenitas Empty Nest Syndrome.....	38
Tabel 4.8 Hasil Uji <i>Independent Sample T-test</i> .....	39
Tabel 4.9 <i>Group Statistic</i> .....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN I Kartu Bimbingan .....</b>
<b>LAMPIRAN II Uji bahasa .....</b>
<b>LAMPIRAN III Uji validitas isi .....</b>
<b>LAMPIRAN IV Skala Uji Coba .....</b>
<b>LAMPIRAN V Reliabilitas dan daya beda aitem .....</b>
<b>LAMPIRAN VI Kuisioner penelitian .....</b>
<b>LAMPIRAN VII Skoring data penelitian .....</b>
<b>LAMPIRAN VIII Output SPSS .....</b>

**PERBEDAAN *EMPTY NEST SYNDROME* PADA PRIA DAN WANITA  
DEWASA MADYA DI DESA SERAI WANGI KECAMATAN TALANG  
MUANDAU**

**YUNI YULIA  
178110172**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**ABSTRAK**

Orang tua yang memasuki usia dewasa madya (40 – 60 tahun) akan mengalami berbagai krisis yang disebabkan oleh perubahan fisik yang menurun, menopause, perceraian, kepergian anak dari rumah karena menikah, bekerja atau bersekolah jauh dari rumah. Pada masa ini, orang tua akan merasakan kesedihan, kekosongan dan kesepian karena anak sudah tumbuh dewasa, hidup mandiri dan tidak tinggal dirumah lagi, hal tersebut biasa dikenal dengan sindrom sarang kosong atau *empty nest syndrome*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di desa serai wangi kecamatan talang muandau. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis komparatif. Sampel pada penelitian ini berjumlah 83 orang ayah dan ibu yang berdomisili di desa serai wangi yang berusia 40 – 60 tahun dan memiliki anak yang sudah tidak tinggal dirumah karena menikah, bekerja atau bersekolah jauh dari rumah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *Non Probability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala *empty nest syndrome* yang dibuat berdasarkan konsep teori dari (Mbaeze and Ukwandu, 2011) dengan jumlah aitem sebanyak 27 aitem, dengan nilai reliabilitas  $\alpha = 0,898$ . Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *independent sample t-test* dengan nilai  $t = -3,576$  dan sig sebesar 0,001 ( $p < 0.005$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan *empty nest syndrome* yang signifikan pada pria dan wanita dewasa madya di desa serai wangi kecamatan talang muandau. *Empty nest syndrome* pada wanita lebih tinggi dari pada pria dimana mean *empty nest syndrome* wanita sebesar 74,45 sedangkan mean pada pria sebesar 61,20.

Kata kunci : *Empty nest syndrome*, pria dan wanita, dewasa madya.

***DIFFERENCES OF EMPTY NEST SYNDROME IN MEN AND WOMEN IN  
ADULTS IN SERAI WANGI VILLAGE, TALANG MUANDAU DISTRICT***

**YUNI YULIA**

**178110172**

**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

**RIAU ISLAMIC UNIVERSITY**

**ABSTRACT**

*Parents who enter middle adulthood (40-60 years) will experience various crises caused by declining physical changes, menopause, divorce, the departure of children from home due to marriage, work or school away from home. At this time, parents will feel sadness, emptiness and loneliness because the child has grown up, lives independently and does not live at home anymore, this is commonly known as empty nest syndrome. This study aims to determine the differences in empty nest syndrome in middle-aged men and women in the Serai Wangi Village, Talang Muandau District. This research is a comparative quantitative research. The sample in this study amounted to 83 fathers and mothers who live in the village of Serai Fragrant aged 40-60 years and have children who no longer live at home because they are married, work or go to school far from home. The sampling technique used is Non Probability Sampling with Purposive Sampling technique. The data collection method used an empty nest syndrome scale based on the theoretical concept of (Mbaeze and Ukwandu, 2011) with a total of 27 items, with a reliability value of = 0.898. Statistical analysis used in this study was independent sample t-test with a value of  $t = -3.576$  and a sig of 0.001 ( $p < 0.005$ ). This shows that there is a significant difference in empty nest syndrome in middle-aged men and women in the Serai Wangi Village, Talang Muandau District. Empty nest syndrome in women is higher than in men where the mean empty nest syndrome for women is 74.45 while the mean for men is 61.20.*

*Keywords: Empty nest syndrome, men and women, middle adulthood.*

## الاختلافات في متلازمة العش الفارغ لدى الرجال والنساء متوسط البلوغ في قرية سيراي وانجي بمقاطعة توالانج موانداو

يوني يوليا

١٧٨١١٠١٧٢

كلية علم النفس  
الجامعة الإسلامية الرياوية

الملخص

الآباء والأمهات الذين يدخلون مرحلة البلوغ المتوسطة (العمر ٤٠-٦٠ عاما) سوف تشهد العديد من التغيرات الجسدية الناجمة عن مختلف الأزمات، انقطاع الطمث، الطلاق، خروج الأطفال من المنزل بسبب الزواج أو العمل أو المدرسة بعيداً عن المنزل. في هذا الوقت، سيشعر الآباء والأمهات بالحزن والفراغ والوحدة لأن الطفل نشأ ويعيش بشكل مستقل ولم يعد يعيش في المنزل بعد الآن، وهذا ما يُعرف باسم متلازمة العش الفارغ. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد الاختلافات في متلازمة العش الفارغ لدى الرجال والنساء متوسط البلوغ في قرية سراي وانجي بمقاطعة توالانج موانداو. هذا البحث هو بحث كمي مقارنة بلغت العينة في هذا البحث ٨٣ من الآباء والأمهات الذين يعيشون في قرية سيراي وانجي الذين تتراوح أعمارهم بين ٤٠-٦٠ عاما ولديهم أطفال لم يعودوا يعيشون في المنزل لأنهم متزوجون أو يعملون أو يذهبون إلى المدرسة بعيداً عن المنزل. تقنية أخذ العينات المستخدمة هي أخذ العينات غير عينة الاحتمالية مع تقنية أخذ العينات الهادفة. استخدمت طريقة جمع البيانات مقياس متلازمة العش الفارغ بناءً على المفهوم النظري لـ (مبايز وأوكواندو، ٢٠١١) بإجمالي ٢٧ عنصراً، بقيمة موثوقية  $\alpha = 0,05$ . كان التحليل الإحصائي المستخدم في هذا البحث هو اختبار-ت لعينة مستقلة بقيمة  $t = 3,576$  وسق. بقيمة  $0,001$  ( $p < 0,005$ ). هذا يدل على الاختلافات في متلازمة العش الفارغ على وجود معنوي لدى الرجال والنساء متوسط البلوغ في قرية سيراي وانجي بمقاطعة توالانج موانداو. تكون متلازمة العش الفارغ عند النساء أعلى منها عند الرجال حيث يكون متوسط متلازمة العش الفارغ للنساء ٧٤,٤٥ بينما المتوسط عند الرجال ٦١,٢٠.

الكلمات الرئيسية: متلازمة العش الفارغ، الرجال والنساء، متوسط البلوغ.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Menurut Koerner dan Fitzpartick (dalam Lestari, 2012) keluarga adalah sekumpulan manusia yang hidup bersama dalam sebuah rumah yang biasanya memiliki ikatan darah, ikatan perkawinan dan ikatan lainnya. Keluarga didefinisikan pada pemenuhan tugas-tugas dan fungsi-fungsinya, yang mencakup merawat dan menjaga, bersosialisasi pada anak, memberikan dukungan baik dalam emosi atau pun materi, dan pemenuhan tugas-tugas lainnya.

Pada umumnya, fungsi-fungsi keluarga yang dijalankan seperti merawat anak, menyelesaikan masalah dan saling peduli terhadap anggota keluarga substansinya tidak berubah dari masa ke masa. Keluarga pada umumnya terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak. Ayah memiliki peran sebagai pemimpin dan kepala rumah tangga, yang bertanggung jawab dalam mencari nafkah dan melindungi keluarganya. Ibu memiliki peran sebagai ibu rumah tangga yang merawat dan mengurus rumah. Peran anak dalam keluarga yaitu belajar, membantu orang tua, dan patuh terhadap orang tua (Lestari, 2012).

Ketika orang tua memiliki anak, mereka memiliki beberapa kewajiban yang harus dilakukan seperti mengasuh dan merawat anak dengan baik, membimbing dan menasehati anak, memenuhi kebutuhan pendidikan, materi

dan agama. Hal ini akan terus berjalan hingga anak tumbuh dewasa dan bisa membangun rumah tangga nya sendiri. Pada saat anak sudah tumbuh dewasa, kebanyakan orang tua akan mulai memasuki usia dewasa madya atau dewasa tengah (Santrock, 2011).

Dalam tahapan perkembangan manusia, orang tua akan melewati masa dewasa madya atau dewasa tengah yang berkisar antara umur 40 – 60 (Hurlock, 2013). Di masa ini, manusia akan melewati berbagai macam krisis dan permasalahan karena adanya transisi kehidupan. Beberapa permasalahan yang biasanya muncul pada masa dewasa tengah atau dewasa madya seperti perubahan fisik yang mengakibatkan dewasa tengah cepat lelah, kematian orang tua, *menopause*, perceraian, kepergian anak dari rumah, berbagai permasalahan anak yang dewasa dan tanggung jawab pengasuhan. Usia dewasa madya yaitu 40 – 60 tahun cenderung mengalami *empty nest syndrome* karena adanya transisi kehidupan yang membuat penurunan kemampuan fisik sehingga tidak bisa banyak melakukan kegiatan dan pada usia dewasa madya biasanya anak akan tumbuh menjadi dewasa dan ia akan meninggalkan rumah untuk hidup mandiri, sehingga orang tua akan tinggal berdua dirumah dan hal tersebut dapat memicu terjadi nya *empty nest syndrome* (Papalia, S. Olds, dan Feldman, 2009).

Mengantarkan anak menuju dewasa merupakan salah satu fase kehidupan yang akan dialami manusia, dimana anak yang dewasa akan lebih mandiri dan bisa menjalankan kehidupan nya sendiri sebagaimana mestinya. Seperti dijelaskan dalam Hurlock (2013) dewasa awal merupakan masa

peralihan dari remaja akhir dimana pada usia tersebut individu berada pada masa produktif dan menghabiskan waktu lebih banyak di luar rumah, mengembangkan karir dan menjalin serta membangun hubungan dengan orang lain. Sebagai pribadi yang dewasa anak akan menjalankan kehidupan yang baru yang lebih menantang, sehingga anak akan cenderung mencari pengalaman dan mengeksplor dirinya dengan banyak bepergian dan melakukan kegiatan diluar rumah.

Ketika sudah beranjak dewasa, anak akan meninggalkan rumah baik karena menikah atau karena kuliah dan bersekolah jauh dari rumah. Para orang tua biasanya mengalami penyesuaian baru karena ketidakhadiran sang anak. Keadaan ini biasanya dikenal dengan *empty nest* atau sarang kosong. Menurut Santrock (2011) *Empty nest* biasanya diibaratkan sebagai sebuah sarang burung yang kosong karena sudah ditinggalkan oleh anak-anak nya yang sudah beranjak dewasa dan bisa menghidupi dirinya sendiri.

Berdasarkan teori perkembangan Erik Erikson (dalam Santrock, 2011), individu cenderung mengalami *empty nest syndrome* ketika berusia paruh baya yaitu 40-60 tahun. Hal tersebut dikarenakan pada usia ini kebanyakan anak-anak sudah beranjak dewasa, hidup mandiri dan mulai meninggalkan rumah. Sehingga banyak hal negatif yang terjadi ketika ibu maupun ayah yang mengalami fase ini tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku (Santrock, 2011).



Menurut Hurlock (2013) *empty nest* atau masa sepi adalah masa ketika anak-anak sudah tidak tinggal bersama orang tua nya lagi. *Empty nest syndrome* biasanya dimulai pada usia 40-an dimana setelah bertahun-tahun hidup bersama dengan keluarga, orang tua harus menyesuaikan diri untuk hidup berdua sebagai pasangan suami istri. Sedangkan Menurut Mbaeze dan Ukwandu (2011) *empty nest syndrome* adalah suatu gangguan psikologis dan patologis yang terjadi ketika anak-anak telah beranjak dan tumbuh dewasa sehingga mereka beranjak meninggalkan rumah.

Sejatinya, pada masa dewasa tengah atau dewasa madya ayah dan ibu memiliki banyak waktu luang yang bisa digunakan untuk menekuni kembali hobi nya yang sempat tertunda karena sibuk mengurus anak dan keluarga, bisa kembali bernostalgia dan bermesraan berdua, menikmati masa-masa hidup dengan tenang (Papalia, Olds, dan Feldman, 2009). Beberapa orang tua biasanya merasakan kesedihan karena ia merasa bahwa peran nya sebagai orang tua sudah tidak dibutuhkan lagi, merasakan kesepian karena tidak ada lagi anak-anak yang tinggal dirumah, dan merasa sudah tidak ada yang akan diurusnya lagi, sehingga ia merasakan kekosongan dalam keluarga dan pernikahan nya tersebut. Ayah dan ibu juga merasakan kesedihan yang terkadang tidak dikenali, karena kepergian anak untuk belajar atau menikah merupakan suatu peristiwa yang normal (Dharmawati, 2016).

Desa serai wangi merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Talang Muandau Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau. Terdiri dari 2 Dusun, 4 RW dan 13 RT. Sarana pendidikan yang ada di desa tersebut hanya sampai

jenjang SMA (Sekolah Menengah Atas), sedangkan untuk jenjang perguruan tinggi belum tersedia, oleh sebab itu banyak anak-anak yang bersekolah maupun melanjutkan pendidikan di kota. Desa Serai Wangi hanya memiliki 1 sekolah di tiap jenjang nya, dari TK, SD, SMP, SMA, sehingga anak-anak dari desa serai wangi tidak memiliki pilihan lain untuk melanjutkan pendidikan di desa tersebut. Banyak anak-anak yang melanjutkan pendidikan di kota atau di luar desa, biasanya mulai dari jenjang SMA anak-anak akan mulai keluar dari desa dan memilih pendidikan di kota yang lebih beragam.

Desa tersebut memiliki akses yang cukup jauh dari kota, sehingga dalam urusan pekerjaan juga masih terbatas. Pada umumnya setelah tamat dari sekolah baik SMP maupun SMA, anak-anak di desa Serai Wangi akan mencari pekerjaan diluar desa. Karena banyaknya anak-anak yang mencari pekerjaan atau melanjutkan pendidikan diluar desa dan merantau, sehingga orang tua biasanya hanya tinggal berdua, dengan anak bungsu nya atau dengan anak nya yang masih kecil. Pada masa ini, orang tua akan cenderung merasakan kesepian karena anak nya sudah tidak tinggal dirumah lagi dan memicu terjadinya *empty nest syndrome*.

Berdasarkan hasil survey singkat yang peneliti sebarakan kepada 10 orang responden, 5 orang pria dan 5 orang wanita dewasa madya yang berdomisili di desa serai wangi, didapatkan hasil dimana responden wanita cenderung merasakan kesepian dan kebingungan hendak melakukan apa karena kegiatannya yang sedikit, tetapi anak tetap memberikan perhatian kepada orang tua nya dan responden juga merasa bahagia melihat anak nya

sudah hidup mandiri. Sedangkan pada responden pria mereka cenderung kesepian tetapi tidak merasa bingung dan bosan karena kegiatan mereka cenderung banyak, perhatian anak juga tetap ada dan responden merasa bahagia melihat anak nya hidup mandiri.

Peneliti melakukan wawancara singkat kepada 2 orang subjek yang merupakan pasangan ayah dan ibu yang berdomisili di Desa Serai Wangi yang memiliki dua orang anak yang sudah menikah dan tidak tinggal dirumah dan satu orang anak yang sedang berkuliah di luar kota dan hanya tinggal bertiga dengan anak bungsu nya. Dari wawancara yang telah dilakukan bisa diambil beberapa kesimpulan mengenai bagaimana *empty nest syndrome* yang dirasakan oleh mereka.

Subjek pertama yang peneliti wawancarai merupakan seorang ibu berusia 50 tahun dan merupakan ibu rumah tangga, subjek diduga mengalami *empty nest syndrome* berdasarkan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa subjek merasa kan kesepian ketika anak-anak nya sudah tidak tinggal dirumah, terkadang merasa sedikit sedih ketika teringat dahulu sering menghabiskan waktu bersama, sedih melihat anak nya punya banyak kesibukan dan waktu istirahat nya yang hanya sedikit. Tetapi subjek tidak merasa bosan dan melakukan banyak kegiatan dan kesibukan agar teralihkan rasa kehilangan dan kesepian nya.

Subjek juga merasa bahagia dan bangga melihat anak nya yang sudah tumbuh dewasa dan bertanggung jawab dengan kehidupan nya sekarang.

Subjek merasa lebih jarang marah dan kesal karena penyebab ia marah yaitu anak-anaknya sudah jarang berada dirumah, tetapi terkadang menangis ketika hendak tidur ketika mengingat anak nya yang sudah berumah tangga dan belajar jauh dari rumah. Subjek merasa anak nya harus sering memberi kabar dan berkomunikasi dengan nya agar ia tidak merasa khawatir dan merasa diperhatikan.

*Empty nest syndrome* biasanya lebih sering dialami oleh wanita karena peran nya sebagai ibu rumah tangga yang banyak menghabiskan waktunya dirumah dengan anak (Suardiman, 2011). Seperti hasil wawancara pada subjek pertama, dimana subjek sebagai seorang ibu lebih merasakan kehilangan, kekosongan dan kesepian karena ibu lebih banyak menghabiskan waktu bersama anak nya, sehingga banyak *moment* atau kenangan yang teringat ketika ia sudah tidak lagi berada dirumah.

Subjek kedua merupakan seorang ayah yang berusia 55 tahun, dari hasil wawancara subjek mengalami *empty nest syndrome* rendah. Subjek merasa anak nya sudah dewasa dan sebagai orang tua harus siap membantu ketika anak nya menjalani kehidupan kedepan nya. Merasa sedikit kehilangan, merasakan kesepian karena anak nya sudah tidak tinggal dirumah lagi. Subjek tetap merasa peran dan tanggung jawab nya masih berlaku sebagai seorang ayah walaupun anak nya sudah berkeluarga dan tidak tinggal dirumah.

Subjek tidak merasa sedih lantas ia merasa bangga karena anak nya bertanggung jawab dalam menghidupi keluarga nya dan pilihan hidupnya

sekarang. Perbedaan yang subjek rasakan sekarang menjadi sepi karena biasanya berkumpul bersama dan bercengkrama sekarang sudah tidak lagi karena anaknya sudah mempunyai kesibukan masing-masing. Biasanya subjek ketika bekerja atau melakukan kegiatan dibantu oleh anaknya dan sekarang menjadi dikerjakan sendirian.

Dalam penelitian (Singh dan Dubey, 2017) laki-laki paruh baya yang memiliki kecerdasan emosional tinggi mempunyai skor *empty nest syndrome* yang lebih rendah daripada perempuan paruh baya yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Laki-laki paruh baya dengan kecenderungan ketergantungan yang tinggi mempunyai skor *empty nest syndrome* lebih rendah daripada perempuan paruh baya dengan kecenderungan ketergantungan yang rendah.

Penelitian Wardani (2012) didapatkan hasil bahwa pada ibu yang mengalami *empty nest*, kehidupannya dimasa sindrom sarang kosong tersebut merupakan pengalaman yang positif dan perasaan positif tersebut ditentukan oleh dukungan emosional oleh pasangan. Dalam masa dewasa madya dan melewati *empty nest syndrome*, dukungan dari pasangan sangat dibutuhkan. Dukungan tersebut bisa berupa dukungan emosional berupa empati, kepedulian, kepercayaan, dan rasa kasih sayang. Pentingnya membina hubungan yang positif dengan orang lain sebagai cara untuk beradaptasi ketika mengalami *empty nest syndrome*. Mengisi waktu luang mereka dengan melakukan berbagai kegiatan yang menyenangkan dan disukai sehingga tidak

merasa kosong atau kesepian pada saat anak-anak telah meninggalkan rumah untuk hidup lebih mandiri.

Penelitian dari Dharmawati (2016) didapatkan hasil bahwa perempuan memiliki kemungkinan yang lebih besar mengalami *empty nest syndrome* daripada laki-laki. Hal tersebut dikarena perempuan yang menghabiskan sebagian waktu hidupnya dengan mengurus anak dan rumah, sehingga ketika anak-anak sudah beranjak dan pergi dari rumah mereka akan mengalami kesepian dan kekosongan. Maka dari itu pada usia tersebut dianjurkan untuk tetap aktif mengisi kegiatan misalnya dengan beribadah, melakukan hobi, mempersiapkan biaya kesehatan, dan mendapatkan dukungan dan kasih sayang dari anak dan cucu nya.

Ibu yang mengalami *empty nest syndrome* juga cenderung mengalami kecemasan yang cukup tinggi. Seperti pada penelitian Utami dan Puspitadewi (2014) dimana didapatkan hasil bahwa ibu rumah tangga memiliki tingkat stress yang lebih tinggi daripada ibu yang bekerja, dan ibu yang tingkat *empty nest syndrome* nya tinggi lebih cenderung memiliki stres yang tinggi dibandingkan ibu yang *empty nest syndrome* nya rendah.

*Empty nest syndrome* yang dialami oleh ibu biasanya lebih dominan daripada ayah disebabkan karena perasaan khawatir terhadap anak yang sudah tidak tinggal bersama nya dirumah, sedangkan ayah masih sibuk bekerja dan tidak setiap saat berada dirumah sehingga ibu merasa kesepian. Adanya perubahan emosi akibat menopause pada ibu, perubahan fisik yang

menurun juga mengakibatkan ibu tidak bisa melakukan aktivitas yang cukup banyak sehingga ia merasa kekosongan dan kesepian dirumah. Ada beberapa kegiatan yang bisa meminimalisir terjadinya *empty nest syndrome* misalnya mengisi waktu luang dengan kegiatan yang disukai, banyak melakukan kegiatan bersama suami, dan menjalin komunikasi yang baik dengan anak (Darmayanthi dan Lestari, 2019).

Kearney (2002) menuliskan artikel mengenai *Exploring The Empty Nest Transition*. Beliau mewawancarai beberapa lelaki dan wanita yang mengalami *empty nest*. Didapatkan hasil bahwa reaksi setiap orang tua berbeda-beda dan bersifat individual, para ibu merasakan dan mengakui perasaannya jauh lebih buruk daripada yang dialami oleh para ayah. Kebanyakan ibu sadar bahwa mereka merasa sedih dan memiliki perasaan negatif sedangkan para ayah tidak menyadari bahwa mereka sebenarnya juga merindukan anak-anaknya.

Dalam penelitian Mbaeze dan Ukwandu (2011) didapatkan hasil bahwa *empty nest syndrome* yang dialami oleh lelaki dan wanita itu berbeda dan mempengaruhi pola penyesuaian diri mereka. Wanita atau ibu lebih merasakan dan mengalami *empty nest syndrome* sedangkan ayah tidak menyadari bahwa mereka mengalami *empty nest syndrome* dan cara penyesuaian diri mereka yang berbeda.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pria dan wanita cenderung berbeda penyesuaian nya pada saat mengalami *empty nest*

*syndrome*, pria cenderung tidak menyadari dan menganggap hal tersebut normal, pria juga memiliki kegiatan yang lebih banyak daripada wanita. Sedangkan wanita mengaku merasakan kesepian dan kesedihan dan lebih sering bingung dan bosan karena perubahan fisik yang menurun sehingga tidak bisa melakukan kegiatan yang banyak.

Berdasarkan penjelasan dan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti “Perbedaan *Empty Nest Syndrome* Pada Lelaki dan Wanita Dewasa Madya di Desa Serai Wangi”

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya.

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya.

## 1.4 Manfaat Penelitian

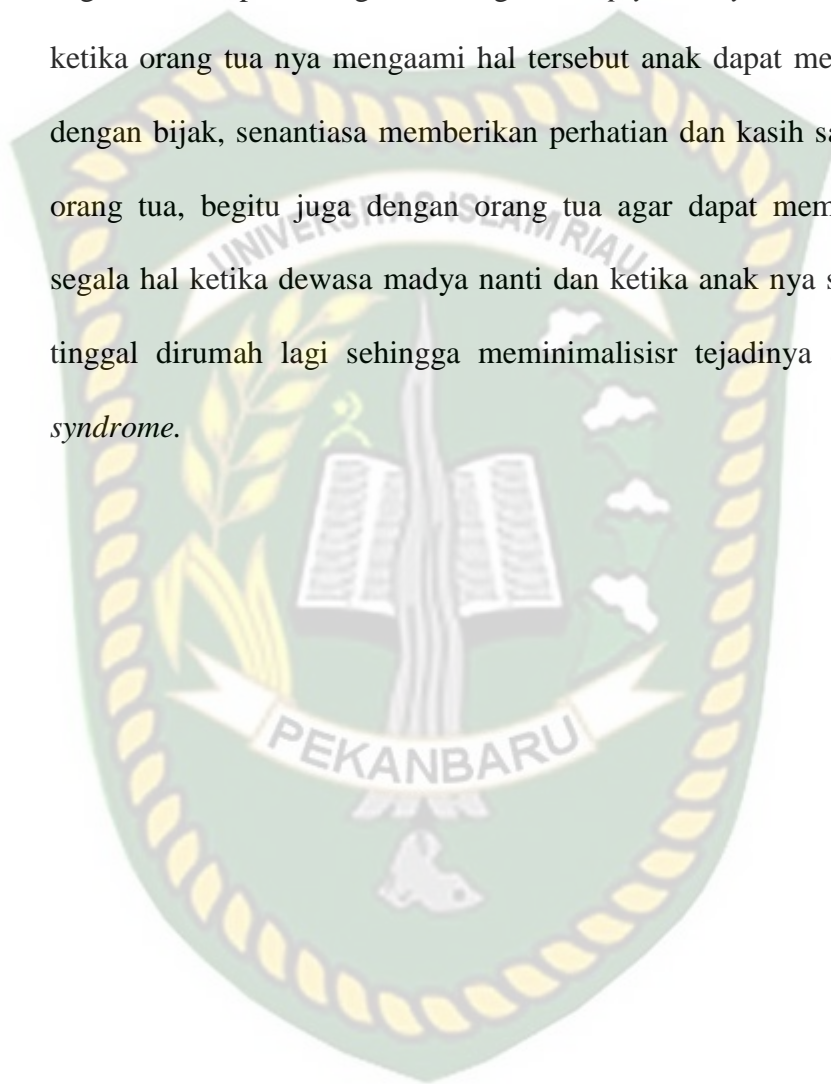
### 1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan menambah serta memperkaya wawasan ilmu pengetahuan psikologi perkembangan mengenai *empty nest syndrome* dan ilmu lainnya yang berkaitan dengan pembahasan tersebut.



#### 1.4.2 Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman baik bagi anak maupun orang tua mengenai *empty nest syndrome*, sehingga ketika orang tua nya mengaami hal tersebut anak dapat menyikapinya dengan bijak, senantiasa memberikan perhatian dan kasih sayang pada orang tua, begitu juga dengan orang tua agar dapat mempersiapkan segala hal ketika dewasa madya nanti dan ketika anak nya sudah tidak tinggal dirumah lagi sehingga meminimalisir terjadinya *empty nest syndrome*.



## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### 2.1 Pengertian *Empty Nest Syndrome*

*Empty nest syndrome* merupakan masa dimana usia dewasa madya mengalami ketidakseimbangan dan keguncangan karena anak-anak yang mulai beranjak dewasa dan hidup mandiri, mereka mulai sibuk dengan kegiatannya masing-masing sehingga orang tua mulai tinggal berdua dirumah karena anak-anak dan mungkin juga pasangan meninggal atau menikah lagi. Biasanya mereka menghabiskan waktu bersama keluarga, berpisah dengan anak dan pasangan dapat menimbulkan keguncangan dan memerlukan penyesuaian khusus (Marliani, 2015).

*Empty nest syndrome* merupakan salah satu masalah yang sering muncul dalam kehidupan orang tua ketika anak-anak nya sudah beranjak dewasa dan tidak tinggal dirumah nya, orang tua terkadang merasa kan kesedihan bahkan hingga depresi akibat penyesuaian yang harus dilakukan nya tersebut. *Empty nest syndrome* biasanya lebih sering dialami oleh wanita karena peran nya sebagai ibu rumah tangga yang banyak menghabiskan waktunya dengan anak (Suardiman, 2011).

Menurut Kelleher (dalam Santrock, 2011) *empty nest syndrome* adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan dan kehidupan pada dewasa madya, dikarenakan *empty nest syndrome* dapat menyebabkan dewasa

madya mengalami stres dan depresi. Hal itu dapat terjadi dikarenakan orang tua mempunyai penyesuaian baru karena anak tidak berada di rumah dan mereka juga mengalami ketidakseimbangan.

Menurut Jahja (2011) *empty nest syndrome* diartikan sebagai masa dimana anak-anak tidak lagi tinggal bersama dengan orang tuanya. *Empty nest syndrome* atau disebut juga masa sepi pada usia dewasa madya lebih bersifat traumatis bagi wanita daripada pria, hal tersebut dapat terjadi karena wanita banyak menghabiskan waktu mereka di rumah dengan melakukan pekerjaan rumah tanpa adanya pekerjaan lain, sehingga intensitas bertemu mereka sangat banyak sepanjang hari. *Empty nest syndrome* tidak terjadi pada beberapa orang misalnya pada pria dan wanita yang menunda kehamilan, lebih mapan dalam karir dan juga pada wanita yang menikah lebih lama dari usia rata-ratanya atau pada individu yang selalu bersama dengan keluarga besarnya.

*Empty Nest syndrome* diartikan sebagai sarang kosong dimana kepuasan pernikahan akan mengalami penurunan karena pada awalnya memperoleh banyak kepuasan dari anak-anaknya, namun karena kepergian anak-anaknya tersebut orang tua akan berada dalam perasaan kosong atau *empty nest*. Pada sebagian orang tua kepuasan pernikahan mereka tidak berkurang setelah anak-anak meninggalkan rumah, justru kepuasan pernikahan mereka semakin bertambah setelah anak meninggalkan rumah karena orang tua mempunyai waktu lebih banyak untuk berdua (Santrock, 2011).

Menurut Mbaeze dan Ukwandu (2011) *empty nest syndrome* merupakan gangguan patologis yang dapat terjadi pada orang tua ketika anak-anak nya sudah tumbuh dewasa dan tidak tinggal dirumah dengan orang tua nya. *Empty nest syndrome* ini dapat terjadi pada kedua orang tua terlebih pada seorang ibu karena mereka yang membimbing dan mengurusinya mereka dari kecil hingga dewasa.

Singh dan Dubey (2017) berpendapat bahwa *empty nest syndrome* merupakan respon yang timbul dari orang tua ketika anak-anaknya pergi dan sudah tidak tinggal dirumah untuk mencari kehidupan yang baru yang lebih mandiri. *Empty nest syndrome* biasanya digunakan sebagai istilah klinis untuk mendefinisikan bagaimana kondisi orang tua yang mengalami perasaan kekosongan akibat dari anak-anaknya yang sudah pergi meninggalkan rumah.

Menurut Hurlock (2013) *empty nest* atau masa sepi adalah masa ketika anak-anak sudah tidak tinggal bersama orang tua nya lagi. *Empty nest syndrome* biasanya dimulai pada usia 40-an dimana setelah bertahun-tahun hidup bersama dengan keluarga, orang tua harus menyesuaikan diri untuk hidup berdua sebagai pasangan suami istri. *Empty nest syndrome* merupakan tahap transisi yang terjadi pada orang tua yang mengiringi kepergian anak terakhir dari rumah.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *empty nest syndrome* adalah istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan perasaan kesepian dan kesedihan serta kekosongan yang

dialami orang tua baik oleh sang ibu maupun sang ayah saat anak-anak nya tidak tinggal dirumah lagi untuk beberapa alasan seperti, bekerja, menikah, atau melanjutkan pendidikan.

## 2.2 Aspek-Aspek Empty Nest Syndrome

Mbaeze dan Ukwandu (2011) menyatakan bahwa fase *empty nest syndrome* mempunyai beberapa gejala antara lain :

### 1. Perasaan kehilangan.

Perasaan tersebut muncul ketika orang tua merasa sudah tidak bisa menjalankan peran nya sebagai orang tua, seperti peran dalam menjaga dan mengurus anaknya karena sudah tidak tinggal dirumah bersama lagi. Perasaan kehilangan seperti itu biasanya dialami oleh orang tua yang memiliki hubungan yang cukup dekat dengan anaknya dan banyak menghabiskan waktu bersama.

### 2. Mengalami kesedihan.

Orang tua dapat mengalami kesedihan ketika berada di fase *empty nest syndrome*, hal tersebut dapat terjadi karena adanya beberapa aspek lain yang mempengaruhi seperti *menopause*, masa pensiun dan sebagainya.

### 3. Kekosongan

Kekosongan dalam kehidupan individu yang mengalami *empty nest syndrome*. Kekosongan tersebut dapat terjadi dikarenakan sudah berkurangnya kegiatan atau rutinitas yang bisa dilakukan orang tua

dirumah, anak yang sudah dewasa sudah mandiri, hidup terpisah baik karena bersekolah atau menikah dan sudah bisa menyelesaikan masalah-masalah nya sendiri.

Aspek-aspek *empty nest syndrome* meliputi rasa kesepian, kekosongan dan kesedihan yang terjadi pada orang tua baik pria maupun wanita akibat ditinggalkan oleh anak nya yang sudah beranjak dewasa dan meninggalkan rumah.

### 2.3 Faktor-Faktor Empty Nest Syndrome

1. Memiliki hubungan yang terlalu protektif hingga terbawa dalam kehidupan anak anaknya.
2. Kurang diperlukannya kembali peran dirinya terhadap keluarga.
3. Kehilangan peran utama sebagai orang tua terhadap anak (Barber 1989).

Faktor yang mempengaruhi terjadinya *empty nest syndrome* dikarena orang tua merasa bahwa peran nya sudah tidak dibutuhkan lagi karena anak nya sudah bisa menjalani hidup dengan sendiri nya atau sudah mandiri, orang tua juga merasa kosong akibat dahulunya ia menjalani kehidupan yang erat dengan anaknya, dan ketika anak tersebut meninggalkan rumah, ia akan merasakan perasaan kesepian.

## 2.4 Perbedaan *Empty Nest Syndrome* Pada Pria dan Wanita Dewasa Madya

Masa *empty nest* atau masa sepi lebih bersifat traumatik bagi ibu dibandingkan bagi ayah. Hal tersebut karena ibu lebih banyak menghabiskan waktunya dirumah untuk mengurus dan membesarkan anak-anak dan tidak terbiasa menghabiskan waktu luang nya dengan kegiatan lain. Ketika anak-anak sudah beranjak dewasa dan tidak tinggal dirumah lagi maka ibu akan merasakan kesepian setelah menyelesaikan pekerjaan rumah nya karena peran nya dalam mengurus anak sudah tidak bisa dijalankan lagi dan ibu juga tidak memiliki kegiatan lain nya yang bisa dilakukan. Sedangkan ayah lebih banyak berada diluar mencari nafkah dan menghidupi keluarganya (Hurlock, 2013).

*Empty nest syndrome* terjadi terutama pada perempuan yang menjadi ibu rumah tangga sepenuhnya atau masa hidup nya selama ini hanya dihabiskan untuk mengurus rumah dan membesarkan anak. Sehingga ketika anak pergi dan tidak tinggal dirumah mereka akan merasa kan *empty nest syndrome*. Bagi beberapa ibu *empty nest syndrome* memberikan rasa lega karena mereka dapat mengejar minat mereka dan menikmati hidup dengan berbagai pencapaian yang sudah dilakukan oleh ia dan anak-anak nya yang sudah dewasa (Papalia et al, 2009).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Helen M. DeVries, PhD yang merupakan seorang profesi psikologi dari Wheaton College yang melakukan penelitian mengenai *empty nest syndrome*. Pada penelitian itu didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan antara pria dan wanita dalam merespon masa

transisi atau masa *empty nest syndrome* tersebut. Wanita memiliki peluang lebih besar mengalami *empty nest syndrome* karena mereka memiliki peran yang lebih banyak dalam membesarkan anak, menghabiskan waktu dirumah dan mengurus anak, sedangkan pria lebih banyak bekerja diluar rumah (Newman, 2008).

### **2.5 Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan uraian teori dan penelitian yang telah dijabarkan diatas maka peneliti mengambil hipotesis bahwa “ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya”.



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian komparatif yaitu penelitian yang membandingkan ada tidak nya perbedaan dan bagaimana keberadaan variabel dari dua kelompok data atau lebih (Siregar, 2017). Penelitian ini dibuat dengan metode kuantitatif dan dianalisis menggunakan teknik statistik yang bertujuan untuk melihat apakah ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya.

#### 3.1 Identifikasi Variabel

Menurut Sugiyono (2011) variabel merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari seseorang, objek atau pun kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji dan ditarik kesimpulannya. Sedangkan menurut Martono (2010) secara singkat variabel adalah suatu konsep yang memiliki variasi lebih dari satu nilai. Adapun variabel-variabel yang digunakan pada penelitian ini yaitu :

Variabel : *Empty Nest Syndrome*

Kelompok : Jenis Kelamin

1. Pria
2. Wanita

## 3.2 Definisi Operasional

### 3.2.1 *Empty Nest Syndrome*

*Empty nest syndrome* adalah keadaan dimana orang tua merasakan kekosongan dan kesepian karena anak-anak nya sudah dewasa dan tidak tinggal dirumah lagi bersamanya. *Empty nest syndrome* diukur menggunakan skala *Empty nest syndrome* yang dibuat berdasarkan teori dari (Mbaeze dan Ukwandu, 2011). Semakin tinggi skor skala maka semakin berat juga *empty nest syndrome* yang dialami seseorang dan begitu juga sebaliknya, semakin rendah skor skala maka semakin ringan *empty nest syndrome* yang dialami seseorang.

## 3.3 Subjek Penelitian

### 3.3.1 Populasi Penelitian

Populasi berasal dari kata bahasa inggris *population* yang artinya adalah jumlah penduduk. Populasi adalah sekumpulan objek yang menjadi sasaran penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuhan, udara, nilai, sikap, dan peristiwa (Siregar, 2017). Diketahui populasi pria dan wanita dewasa madya berusia 40 – 60 tahun yang berdomisili di desa Serai Wangi berjumlah 504 orang, sedangkan populasi pria dan wanita dewasa madya yang mmeiliki anak yang tidak tinggal dirumah karena sudah menikah, bekerja dan bersekolah jauh dari rumah tidak diketahui.

### 3.3.2 Sampel Penelitian

Sampel merupakan salah satu bagian dari total dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Jika populasi berjumlah banyak dan besar dan peneliti juga tidak mungkin meneliti atau mempelajari semua populasi karena adanya keterbatasan waktu, tenaga dan materi, maka peneliti menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut, sampel juga merupakan sumber data yang paling penting dalam sebuah penelitian (Sugiyono, 2017).

Jumlah populasi dewasa madya yang memiliki anak yang sudah tidak tinggal dirumah karena sudah menikah, bekerja dan bersekolah jauh dari rumah tidak diketahui maka peneliti menggunakan pendapat para ahli dalam menentukan jumlah sampel. Menurut Roscoe (dalam Sugiyono, 2017) bila sampel dibagi dalam kategori (misalnya : pria dan wanita, pegawai negeri-swasta, dll) maka jumlah anggota sampel setiap kategori minimal 30. Peneliti mengambil 83 orang sampel yang terdiri dari 41 orang pria dan 42 orang wanita.

### 3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel

Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Non Probability Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang setiap unsur dalam populasi tidak mempunyai kesempatan atau peluang yang sama untuk dipilih sebagai subjek atau responden (Siregar, 2017). Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *Purposive Sampling*. Menurut Siregar (2017) *Purposive Sampling* adalah salah

satu teknik pengambilan sampel yang menetapkan responden untuk dijadikan sampel berdasarkan kriteria-kriteria tertentu. Adapun kriteria sampel pada penelitian ini yaitu :

1. Pria dan wanita dewasa madya yang berusia 40 – 60 tahun yang berdomisili di desa serai wangi kecamatan talang muandau.
2. Memiliki anak yang sudah tidak tinggal dirumah karena menikah, bekerja dan bersekolah jauh dari rumah.

### 3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan bagian instrumen pengumpulan data yang menentukan keberhasilan suatu penelitian (Bungin, 2005). Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif jenis komparatif. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala yaitu skala *empty nest syndrome* untuk mengetahui adanya perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala *empty nest syndrome* yang merupakan jenis skala *likert* yaitu skala yang digunakan untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017). Skala *likert* berisikan beberapa alternatif jawaban yang harus dipilih oleh partisipan atau responden, beberapa alternatif jawaban nya yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (ST), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Pada skala ini terdiri dari pernyataan sikap *favorabel* dan *unfavorabel*. Masing-masing alternatif jawaban memiliki skor yang berbeda mulai dari skor 1 sampai skor 5. Skor untuk pernyataan *favorabel* sangat sesuai = 5, sesuai = 4, netral = 3, tidak sesuai = 2, dan sangat tidak sesuai = 1. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorabel* sangat sesuai = 1, sesuai = 2, netral = 3, tidak sesuai = 4, sangat tidak sesuai = 5.

Skala ini dibuat berdasarkan konsep teori dari Mbaeze and Ukwandu (2011) yang terdiri dari 3 aspek yaitu (1) kehilangan, (2) kesedihan, (3) kekosongan. Deskripsi penyebaran aitem dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 3.1**  
**Blue Print Skala Empty Nest Syndrome Sebelum Try Out**

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
Kehilangan	Kehilangan peran, merasa kehilangan anak dan suasana lingkungan yang dahulu, mencemaskan keadaan anak	1,3,6,7,15,1 7,22,29,34, 37,46,50	4,20,35,36,45	17
	Kesedihan	Merasa sedih, kurang bersemangat dan jarang berkomunikasi	5,11,14,19, 33,38,39,43 ,44	2,8,9,24,26,3 0
Kekosongan	Rutinitas berkurang, merenung dan perasaan terasingkan	16,18, 21,23,27,28 ,41,48,49	10, 12,13, 25,31,32,40,4 2,47	18

<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>50</b>
---------------	-----------	-----------	-----------

### 3.5 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

#### 3.5.1 Validitas

Menurut Azwar (2015) validitas adalah sejauh mana ketepatan alat ukur dalam melakukan fungsinya dalam pengukuran. Validitas dalam suatu penelitian sangat penting peranannya, hal ini dikarenakan instrumen pengukuran yang mempunyai validitas tinggi dapat menjalankan fungsi ukurnya dengan tepat sasaran dan juga memberikan hasil yang sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran tersebut.

Suatu alat ukur yang valid tidak sekedar harus mampu mengungkapkan data dengan tepat melainkan juga harus memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut. Menurut Azwar (2015) menggunakan alat ukur yang memberikan gambaran hasil ukur yang cermat dan teliti bertujuan agar dapat terhindar dari berbagai kesalahan, baik kesalahan berupa hasil yang terlalu tinggi ataupun yang terlalu rendah.

Pengujian terhadap validitas skala pada penelitian ini menggunakan validitas isi. Validitas isi berkaitan dengan kemampuan alat ukur dalam mengukur isi atau konsep yang hendak diukur (Siregar, 2017). Validitas isi merupakan validitas yang pengujian terhadap isi skalanya dilakukan melalui profesional judgment yang ahli dibidang psikologi. Validitas isi ini mengukur sejauh mana aitem-aitem yang ada

dalam skala tersebut dapat mengukur keseluruhan subjek dan juga mencerminkan atribut dan indikator yang hendak diukur.

### 3.5.2 Reliabilitas

Reliabilitas bertujuan untuk melihat bagaimana hasil pengukuran dari sebuah skala tetap konsisten walaupun dilakukan pengukuran dua kali atau lebih dengan gejala yang sama dan menggunakan alat ukur yang sama juga (Siregar, 2017). Besarnya koefisien reliabilitas berkisar mulai dari 0,0 sampai dengan 1,00 dan jika nilai reliabilitas semakin mendekati angka 1,00 maka reliabilitas skala atau alat ukur tersebut semakin baik (Azwar, 2015). Skala *empty nest syndrome* dianalisis menggunakan formula *Alpha Cronbach* dengan bantuan program *SPSS 21 for windows*. Adapun nilai reliabilitas skala *empty nest syndrome* yaitu sebesar 0,898.

## 3.6 Metode Analisis Data

### 3.6.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak (Siregar, 2017). Untuk menguji normalitas dalam penelitian ini menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dengan melihat signifikansi  $P > 0.05$ . Peneliti menggunakan aplikasi *SPSS 21 for windows* untuk menguji normalitas dalam penelitian ini.

### 3.6.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk melihat apakah ada kesamaan varian antar objek (Siregar, 2017). Uji homogenitas akan dilakukan dengan menggunakan *Independent Sample T-Test*, namun jika data tidak berdistribusi normal maka akan dilakukan uji homogenitas nonparametrik menggunakan *Mann U Whitney test*. Jika signifikansi lebih besar dari 0.05 maka tidak ada perbedaan varian setiap kelompok (Siregar, 2017).

### 3.6.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji hipotesis dua sampel independen. Uji hipotesis dua sampel independen merupakan uji kemampuan generalisasi sampel yang tidak saling berkorelasi (Sugiyono, 2019). Uji homogenitas akan dilakukan dengan menggunakan *independent sample t-test* untuk membedakan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya (Sugiyono, 2019).



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Prosedur Penelitian

##### 4.1.1 Orientasi Kancan Penelitian

Tahapan pertama yang peneliti lakukan yaitu menentukan tempat dimana penelitian akan dilaksanakan. Peneliti juga menentukan subjek penelitian berdasarkan kriteria atau karakteristik yang telah ditentukan peneliti sebelumnya yaitu pria dan wanita yang berusia dewasa madya yang berdomisili di Desa Serai Wangi. Selanjutnya peneliti mempersiapkan segala kebutuhan yang diperlukan dalam proses penelitian dilaksanakan.

##### 4.1.2 Pengembangan Alat Ukur Penelitian

Sebelum melakukan penelitian tahapan pertama yang dilakukan peneliti yaitu mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian. Alat ukur dalam penelitian ini yaitu skala *empty nest syndrome*. Ada beberapa tahapan yang dilakukan peneliti dalam pengembangan alat ukur *empty nest syndrome* yang akan digunakan yaitu: uji bahasa skala, uji validitas isi skala, uji coba skala (*try out*), analisis daya beda aitem dan uji reliabilitas skala.

#### 4.1.2.1 Uji Validitas Isi

Peneliti melakukan uji validitas isi dengan meminta bantuan kepada salah satu *expert judgment* di bidang psikologi yang memiliki pengalaman dalam bidang psikologi perkembangan untuk mengoreksi dan menilai kesesuaian aitem-aitem terhadap indikator dan aspek yang diukur. Dari total 50 aitem setelah dilakukan uji validitas isi menurut *expert judgment* 50 aitem tersebut valid, tetapi ada sedikit perbaikan kata-kata yang digunakan.

#### 4.1.2.2 Uji Coba (Try Out)

Uji coba penelitian dilakukan pada hari Sabtu tanggal 13 Februari 2021 hingga Senin, 15 Maret 2021. Subjek uji coba pada penelitian ini adalah ayah dan ibu dari mahasiswa Universitas Islam Riau dengan total jumlah sampel yaitu sebanyak 102 orang, 51 orang pria dan 51 orang wanita. Uji coba dilakukan dengan menyebarkan skala secara *online* melalui *google form* kepada mahasiswa Universitas Islam Riau untuk menanyakan langsung kepada kedua orang tua mereka.

#### 4.1.2.3 Analisis Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala

Analisis daya beda aitem digunakan untuk melihat kemampuan setiap aitem dalam membedakan subjek atau

responden dengan *trait* tinggi dan rendah. Menurut Azwar (2012) aitem yang baik merupakan aitem yang memiliki nilai koefisien daya beda minimal 0,30 sudah dianggap memuaskan. Daya beda aitem dan reliabilitas skala diketahui dengan rumus *alpha cronbach's* dengan bantuan aplikasi *SPSS 21 for windows*.

Hasil analisis skala *empty nest syndrome* diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,774, kemudian peneliti melakukan seleksi aitem dengan menggunakan batas nilai diskriminasi  $> 0,30$ , maka ada beberapa aitem yang dinyatakan gugur. Terdapat 23 aitem yang gugur dari total 50 aitem karena memiliki nilai daya beda dibawah 0,30. Aitem yang dinyatakan gugur yaitu aitem 2,4,8,9,10,12,13,14,17,20,22,25,26,29,31,35,36,39,40,42,45,48. Setelah peneliti mengugurkan aitem-aitem tersebut maka nilai reliabilitas meningkat menjadi 0,898 sehingga aitem yang digunakan dalam penelitian adalah sebanyak 27 aitem. Distribusi penyebaran aitem dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4.1**

***Blue Print Skala Empty Nest Syndrome Setelah Try Out***

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
Kehilangan	Kehilangan peran, merasa kehilangan anak dan suasana lingkungan yang dahulu,	1,3,6,7,15,3 4,37,46,50	-	9

	mencemaskan keadaan anak			
Kesedihan	Merasa sedih, kurang bersemangat dan jarang berkomunikasi	5,11,19,33, 38,43,	24,30	8
Kekosongan	Rutinitas berkurang, merenung dan perasaan terasingkan	16,18, 21,23,27,28 ,41,49	32, 47	10
	<b>Jumlah</b>	<b>23</b>	<b>4</b>	<b>27</b>

#### 4.2 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 26 Maret 2021 sampai 03 April 2021 dengan jumlah sampel 83 orang, 41 orang pria dan 42 orang wanita yang merupakan penduduk Desa Serai Wangi. Peneliti menyebarkan skala dengan cara *door to door* atau dengan cara mendatangi satu persatu ke rumah subjek. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan kuisisioner tersebut dengan memberikan penjelasan singkat dan menjelaskan bagaimana tata cara menjawabnya. Peneliti membacakan pernyataan yang ada pada kuisisioner atau skala kepada para responden, lalu responden tersebut menjawab sesuai dengan keadaan yang saat ini dirasakan responden.

### 4.3 Hasil Penelitian

#### 4.3.1 Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian yang peneliti buat adalah mengenai perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di desa Serai Wangi. Setelah mendapatkan data penelitian kemudian peneliti memasukkan data tersebut kedalam tabel *excel*, lalu selanjutnya peneliti melakukan olah data dengan bantuan program aplikasi *SPSS 21 for windows*, diperoleh gambaran seperti yang terdapat dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 4.2**  
**Deskripsi Data Penelitian**

Variabel Penelitian	Skor yang diperoleh (empirik)				Skor yang dimungkinkan (hipotetik)			
	Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
<i>Empty Nest syndrome</i> <b>Pria</b>	37	113	61,20	16,205	27	135	81	18
<i>Empty Nest Syndrome</i> <b>Wanita</b>	38	108	74,45	17,527	27	135	81	18

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa data empirik dengan nilai mean (rata-rata) untuk *Empty Nest syndrome* pria 61,20, dengan

nilai standar deviasi 16,205, nilai X maks sebesar 113 dan nilai X min sebesar 37, sedangkan nilai mean (rata-rata) untuk *Empty Nest syndrome* wanita sebesar 74,45 dengan nilai standar deviasi 17,527, nilai X maks sebesar 108 dan nilai X min sebesar 38. Data hipotetik dengan nilai mean (rata-rata) untuk *empty nest syndrome* 81 dengan nilai standar deviasi sebesar 18, sedangkan nilai X maks sebesar 135 dan nilai X min sebesar 27.

Berdasarkan tabel diatas, maka skor *empty nest syndrome* dibuat pengkategorisasiannya, yang bertujuan untuk mengetahui kelompok-kelompok terpisah yang berjenjang menggunakan aspek-aspek yang telah diukur. Kategorisasi dilakukan dengan menggunakan data hipotetik. Rumus kategorisasi dapat dilihat ada tabel dibawah ini :

**Tabel 4.3**

**Rumus Kategorisasi**

Rumus	Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

*Keterangan :*

*M* : Mean Hipotetik

*SD* : Standar Deviasi

Berdasarkan tabel diatas, maka untuk variabel *empty nest syndrome* dalam penelitian ini terbagi atas 5 bagian yaitu, sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategorisasi *empty nest syndrome* dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 4.4**  
**Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan Pria *Empty Nest Syndrome***

Kategorisasi	Skor	Frequency	Persentase
Sangat Tinggi	$X \geq 108$	1	2,4 %
Tinggi	$90 \leq X < 108$	1	2,4 %
Sedang	$72 \leq X < 90$	6	14,6 %
Rendah	$54 \leq X < 72$	15	36,6 %
Sangat Rendah	$X \leq 54$	<b>18</b>	<b>43,9 %</b>
Jumlah		41	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor partisipan pria *empty nest syndrome* pada tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian yang berjenis kelamin pria mengalami *empty nest syndrome* yang berada pada kategori sangat rendah yaitu sebesar 43,9 %, hal ini menunjukkan bahwa 18 orang dari total 41 responden pria mengalami *empty nest syndrome* yang sangat rendah. Sementara itu rentang nilai dan kategorisasi skor pada responden wanita dapat dilihat pada tabel 4.5 dibawah ini :

**Tabel 4.5**  
**Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan Wanita *Empty Nest Syndrome***

Kategorisasi	Skor	Frequency	Persentase
Sangat Tinggi	$X \geq 108$	-	0 %
Tinggi	$90 \leq X < 108$	7	16,7 %
Sedang	$72 \leq X < 90$	<b>16</b>	<b>38,1 %</b>
Rendah	$54 \leq X < 72$	13	31,0 %
Sangat Rendah	$X \leq 54$	6	14,3 %
Jumlah		42	100 %

Berdasarkan kategorisasi diatas, maka dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek atau responden wanita pada penelitian ini mengalami *empty nest syndrome* pada kategorisasi sedang. Pada kategori *empty nest syndrome* sedang memiliki persentase sebesar 38,1 %, yang berarti 16 orang dari total 42 responden wanita mengalami *empty nest syndrome* yang sedang.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pada responden berjenis kelamin pria mengalami *empty nest syndrome* yang sangat rendah, sedangkan pada responden berjenis kelamin wanita mengalami *empty nest syndrome* yang sedang.



## 4.4 Hasil Analisis Data

### 4.4.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data penelitian mempunyai sebaran data yang normal atau tidak. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji normalitas pada skala *empty nest syndrome* yang dianalisis menggunakan bantuan program *SPSS 21 for windows*. Dapat dilihat berdasarkan nilai p dari nilai Z (*Kolmogorov-Smirnov*) > 0,05 maka dapat dikatakan data berdistribusi normal, namun jika nilai p < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal (Siregar 2017). Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan maka didapatkan hasil seperti pada tabel berikut ini :

**Tabel 4.6**  
**Hasil Uji Normalitas Skala Empty Nest Syndrome pada Pria dan Wanita**

Variabel	Signifikansi	Keterangan
<i>Empty Nest Syndrome</i> pada Pria	0,249 ( $p > 0,05$ )	Normal
<i>Empty Nest Syndrome</i> pada Wanita	0,997 ( $p > 0,05$ )	Normal

Hasil uji normalitas pada tabel menunjukkan bahwa *empty nest syndrome* pada responden pria memiliki nilai signifikansi sebesar 0,249 ( $p > 0,05$ ) yang berdistribusi normal, sedangkan *empty nest syndrome* pada responden wanita memiliki nilai signifikansi sebesar 0,997 ( $p > 0,05$ ) yang berdistribusi normal. Yang artinya, kedua data dari

variabel *empty nest syndrome* baik pada responden pria maupun wanita berdistribusi normal.

#### 4.4.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang diteliti memiliki varians yang sama atau tidak. Berdasarkan hasil analisis maka diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 4.7**  
**Uji Homogenitas Empty Nest Syndrome**

<i>Levene Statistic</i>	<i>df1</i>	<i>Sig.</i>
0,478	81	0,491

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa *Levene test* menunjukkan  $F = 0,478$  dan  $P = 0,491$  ( $p > 0,05$ ) hal ini menunjukkan bahwasannya  $p$  lebih besar daripada 0,05 maka data *empty nest syndrome* bersifat homogen. Dengan demikian maka tidak terdapat perbedaan varians data *empty nest syndrome* antara pria dan wanita dewasa madya, dengan kata lain kedua kelompok memiliki sampel varians yang homogen.

#### 4.4.3 Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu adanya perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya. Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan uji *Independent Sample T-Test* yang dianalisis dengan bantuan program *SPSS 21 for*

*windows*. Untuk dapat mengetahui adanya perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di desa Serai Wangi digunakan rumus varians *Independent Sample T-Test* dengan prosedur seperti dibawah ini :

Ho : Tidak ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya.

Ha : Ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya.

**Tabel 4.8**  
**Hasil Uji *Independent Sample T-test***

		<i>Levene's test</i>			<i>t-test</i>	
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)
<i>Empty Nest Syndrome</i>	<i>Equal variances assumed</i>	,478	,491	-3,576	81	<b>,001</b>
	<i>Equal variances not assumed</i>			-3,579	80,765	<b>,001</b>

**Tabel 4.9**  
***Group Statistic***

<i>Empty Nest Syndrome</i>	Jenis_Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
	Pria		41	61,20	16,205
Wanita		42	74,45	17,527	2,704

Berdasarkan tabel diatas, hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa variabel *empty nest syndrome* memiliki nilai signifikansi sebesar 0.001 ( $p < 0,05$ ). Dengan demikian maka  $H_0$  yang menyatakan tidak ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya ditolak. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa hipotesis atau  $H_a$  pada penelitian ini diterima yaitu ada perbedaan yang signifikan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya.

Dilihat dari mean (nilai rata-rata) *empty nest syndrome* pada pria memiliki nilai sebesar 61,20 dan *empty nest syndrome* pada wanita memiliki nilai sebesar 74,45. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di desa serai wangi kecamatan talang muandau. Wanita memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan pria, sehingga wanita mengalami *empty nest syndrome* yang lebih tinggi dibandingkan pria.

#### 4.4.4. Pembahasan

Dari data hasil uji analisis statistik *parametrik* menggunakan *independent sample t-test* untuk menguji hipotesis yang diajukan pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa nilai signifikansinya sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang artinya  $p$  lebih kecil dari 0,05, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  yang menyatakan tidak ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya ditolak, jadi  $H_a$  pada penelitian ini diterima yaitu ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di Desa Serai Wangi.

Sedangkan jika dilihat dari mean (nilai rata-rata) *empty nest syndrome* pada pria memiliki nilai sebesar 61,20 dan *empty nest syndrome* pada wanita memiliki nilai sebesar 74,45. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di desa serai wangi kecamatan talang muandau dan wanita mengalami *empty nest syndrome* yang lebih tinggi dibandingkan dengan pria.

*Empty nest syndrome* menurut Jahja (2011) diartikan sebagai masa dimana anak-anak tidak lagi tinggal bersama dengan orang tuanya. *Empty nest syndrome* atau disebut juga masa sepi pada usia dewasa madya lebih bersifat traumatis bagi wanita daripada pria, hal tersebut dapat terjadi karena wanita banyak menghabiskan waktu mereka dirumah dengan melakukan pekerjaan rumah tanpa adanya pekerjaan lain, sehingga intensitas bertemu mereka sangat banyak sepanjang hari.

Dari hasil penelitian diatas, sejalan dengan penelitian dari Kearney (2002) yang menjelaskan bahwa para ibu tampaknya lebih merasakan dan mengakui perasaannya dalam mengalami *empty nest syndrome* dibandingkan para ayah yang sebenarnya juga mengalami tetapi kebanyakan dari mereka tidak menyadari bahwa mereka juga rindu terhadap anaknya dan mengalami *empty nest syndrome*, sementara itu peran seorang ayah dalam mencari nafkah juga banyak menyita waktu mereka sehingga sedikit waktu yang mereka punya untuk memikirkan

kepergian anak dan menyadari bahwa mereka mengalami *empty nest syndrome*.

Ibu lebih terbuka terhadap perasaan nya, ibu juga lebih mungkin menyatakan bahwa mereka mengalami *empty nest syndrome* dibandingkan para ayah. Hal ini dapat dilihat pada penelitian yang dilakukan oleh Mitchell and Lovegreen (2009) dimana didapatkan hasil bahwa ibu memiliki skor sebesar 31% dalam menyatakan dan menyadari bahwa mereka pernah mengalami *empty nest syndrome*, sedangkan ayah memiliki skor 22,5% dalam menyatakan dan menyadari bahwa mereka pernah mengalami *empty nest syndrome*.

Sejalan dengan penelitian Mbaeze and Ukwandu (2011) bahwa *empty nest syndrome* bisa terjadi baik kepada pria maupun wanita, namun mereka mengalaminya secara berbeda, dimana wanita lebih memiliki emosi yang rumit dibandingkan seorang pria. Wanita lebih merasa sedih, lega, bertanya-tanya mengenai dirinya, apa yang hendak ia lakukan setelah anak nya meninggalkan rumah, mencari berbagai dukungan positif pada saat mengalami *empty nest syndrome* dan membuat perasaan mereka campur aduk. Sedangkan pria dalam mengalami *empty nest syndrome* lebih tenang dan tidak memiliki emosi yang begitu rumit, mereka menerima dengan lega bahwa anak mereka sudah waktunya meninggalkan rumah.

Ada banyak hal lain yang mempengaruhi tinggi rendah nya *empty nest syndrome*, seperti kecerdasan emosional, kecemasan,

ketergantungan dan lain-lain. Seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Singh and Dubey (2017) didapatkan hasil bahwa pria dewasa madya dengan kecerdasan emosional yang tinggi akan lebih rendah dalam mengalami *empty nest syndrome* dibandingkan oleh wanita dewasa madya yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Pria dewasa madya yang memiliki kecenderungan ketergantungan tinggi akan memiliki skor lebih tinggi dibandingkan wanita dewasa madya yang memiliki kecenderungan ketergantungan yang rendah.

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, karena masih terdapat beberapa kelemahan dan keterbatasan didalam penelitian ini, diantaranya yaitu karena populasi pada penelitian ini tidak terdapat data pastinya sehingga menggunakan teknik *purposive sampling*, populasi yang masih terbatas pada satu desa saja yaitu di Desa Serai Wangi, dan sampel penelitian yang masih kurang banyak dan kurang luas.

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di Desa Serai Wangi. Hasil analisis nilai t sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang artinya  $H_0$  diterima, jadi ada perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita dewasa madya di Desa Serai Wangi.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang diberikan, yaitu :

1. Bagi orang tua

Sebagai orang tua tentunya sudah mengetahui bahwa akan ada masa dimana anak beranjak dewasa dan menjalani hidupnya masing-masing. Orang tua hendaknya lebih lapang dada menerima hal tersebut, dan memiliki dan merencanakan kegiatan apa yang bisa dilakukan ketika waktu luang setelah anak sudah tumbuh dewasa.

2. Bagi anak

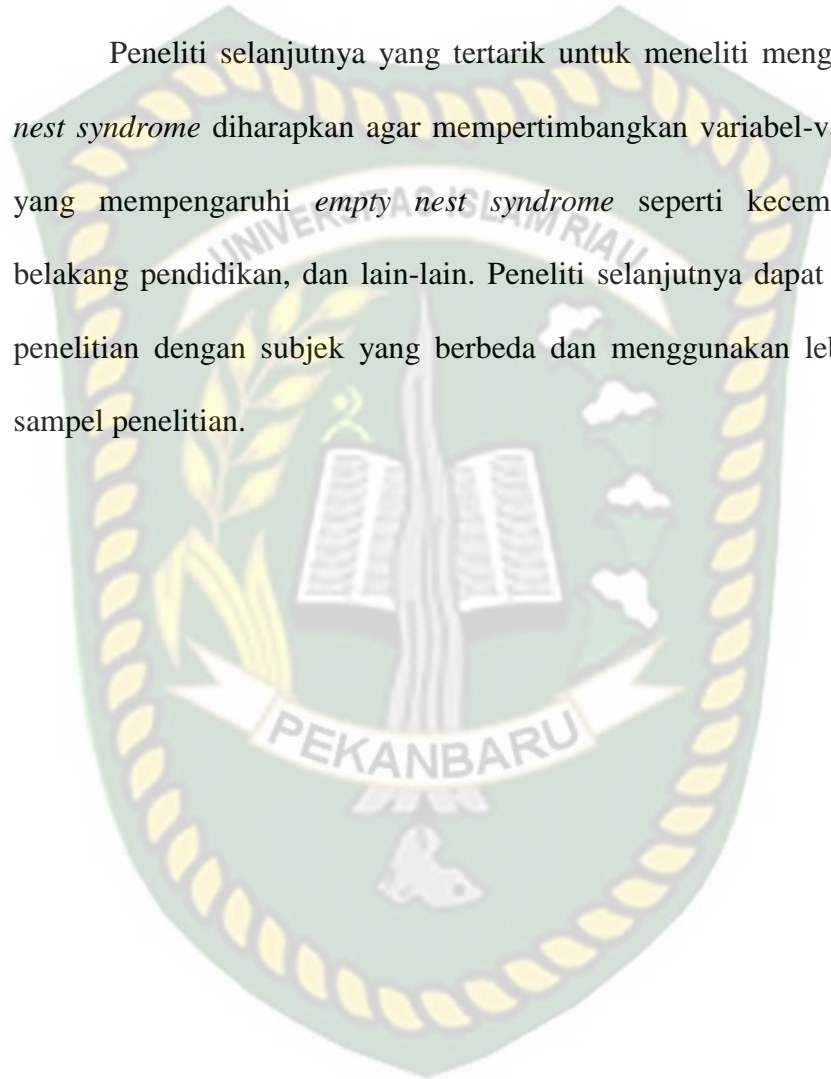
Sebagai seorang anak walaupun sudah dewasa dan mandiri tetapi masih menjadi tanggung jawab anak untuk memperhatikan orang tua. Berilah perhatian dan kasih sayang yang cukup kepada mereka walaupun



sudah berkeluarga dan jauh dari mereka, luang kan waktu untuk mengobrol atau hanya sekedar menanyakan kabar mereka.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai *empty nest syndrome* diharapkan agar mempertimbangkan variabel-variabel lain yang mempengaruhi *empty nest syndrome* seperti kecemasan, latar belakang pendidikan, dan lain-lain. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan subjek yang berbeda dan menggunakan lebih banyak sampel penelitian.



## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. 2nd ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2015. *Reliabilitas Dan Validitas*. 4th ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barber, Clifton E. 1989. "Transition to the Empty Nest."
- Bungin, Burhan. 2005. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: kencana.
- Darmayanthi, Ni Km. Peby, and Made Diah Lestari. 2019. "Proses Penyesuaian Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Madya Yang Berada Pada Fase Sarang Kosong." *Jurnal Psikologi Udayana* 6(1):838–48.
- Dharmawati, Mei Aryani. 2016. "Upaya-Upaya Mencegah Sindrom Sarang Kosong Pada Lanjut Usia Perempuan Di Banguntapan." *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 5(11):466–74.
- Hurlock, Elizabeth B. 2013. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Kearney, Susan M. 2002. "Exploring The Empty Nest Transition." Retrieved November 16, 2020 (<http://drnissani.net/MNISSANI/SE/kearney.htm>).
- Lestari. 2012. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Marliani, Rosleny. 2015. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: CV Pustaka Setia.

- Martono, Nanang. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Mbaeze, I. ..., and Elochukwu Ukwandu. 2011. "Empty- Nest Syndrome, Gender and Family Size as Predictors of Aged's Adjustment Pattern." *Pakistan Journal of Social Science* 8(4):166–71.
- Mitchell, Barbara A., and Loren D. Lovegreen. 2009. "The Empty Nest Syndrome in Midlife Families." *Journal of Family Issues* 30(12):1651–70.
- Newman, Susan. 2008. "Empty Nest: Who Is Needier, Parent or Child?" *Psychology Today*. Retrieved November 17, 2020 (<https://www.psychologytoday.com/us/blog/singletons/200809/empty-nest-who-is-needier-parent-or-child>).
- Papalia, Diane E., S. Olds, and Ruth Duskin Feldman. 2009. *Human Development: Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Papalia, Diane E., S. W. Olds, and R. D. Feldman. 2009. *Human Development: Perkembangan Manusia*. 10th ed. Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, Jhon W. 2011. *Life Span Development(Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Singh, Vijaylaxmi, and Babita Dubey. 2017. "A Study of Empty Nest Syndrome among Middle Aged Men and Women." *International Journal of Current Research* 9(4).

- Siregar, S. 2017. *STATISTIK Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Dengan Perhitungan Manual Dan Aplikasi SPSS Versi 17*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Suardiman, Siti Partini. 2011. *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta: Gajha Mada University Press.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2017a. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. 2017b. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Utami, Putri Lila, and Ni Wayan Sukmawati Puspitadewi. 2014. "Perbedaan Tingkat Stres Ditinjau Dari Empty Nest Syndrome Dan Status Ibu." *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 2(2):301–2.
- Wardani, Ria. 2012. "Kesejahteraan Psikologis Dan Dukungan Emosional Pasangan Pada Ibu Empty Nester Di Kota Bandung." *Prosiding SNaPP2012: Sosial, Ekonomi, Dan Humaniora* 3(1):439–44.