

**KECENDERUNGAN *EMPTY NEST* PADA IBU YANG BEKERJA DAN
IBU YANG TIDAK BEKERJA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)



Alfi Rohmatus Tsani
B07212038

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2017

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 16 Februari 2017



Alfi Rohmatu Tsani

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

Kecenderungan Empty Nest pada ibu yang Bekerja dan Ibu yang tidak Bekerja

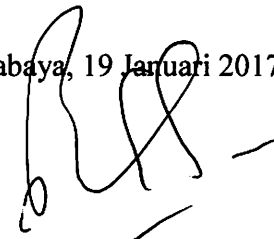
Oleh

Alfi Rohmatus Tsani

B07212038

Telah Disetujui untuk Diajukan pada Sidang Skripsi.

Surabaya, 19 Januari 2017



Hj. Tatik Mukhoyyarah, S.Psi, M.Si

NIP. 1977605112009122002

SKRIPSI

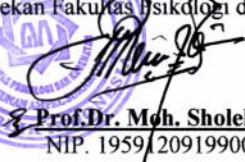
**KECENDERUNGAN *EMPTY NEST* PADA IBU YANG BEKERJA DAN IBU YANG
TIDAK BEKERJA**

Yang disusun oleh
Alfi Rohmatus Tsani
B07212038

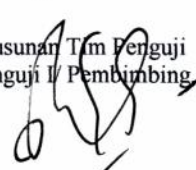
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 30 Januari 2017



Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

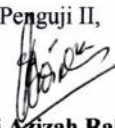

Prof. Dr. Moh. Sholeh, M.Pd
NIP. 195912091990021001

Susunan Tim Penguji
Penguji I / Pembimbing



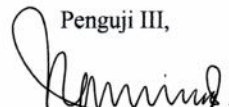
Hj. Tatik Mukhovvaroh, S.Psi., M.Si
NIP. 197605112009122002

Penguji II,



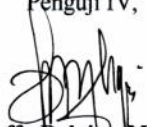
Dra. Hj. Siti Azizah Rahayu, M.Si
NIP. 195510071986032001

Penguji III,



Drs. Hamim Rosyidi, M.Si
NIP. 196208241987031002

Penguji IV,



Soffy Balgies, M.Psi
NIP. 197609222009122001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alfi Rohmatus Tsani
NIM : B07212038
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
E-mail address : alfirohmatus-ts@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Kecenderungan Empty Nest pada Ibu yang Bekerja dan Ibu
yang Tidak Bekerja

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlume minta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Februari 2017

Penulis

(Alfi Rohmatus T.)
Nama terang dan tanda tangan

ABSTRACT

This study aims to identify trends empty nest on working mothers and housewife. The research is qualitative with phenomenological approach and use triangulation as a validation data. The subjects in this research were two mothers who work the KH and SU and two housewife the SP and SN. Location of the research conducted in the District Sambikerep Surabaya. The data collected by using interview and observation techniques.

The results showed the tendency of empty nest on working mothers or housewife in a different portion. Empty nest symptoms include depression, persistent sadness, loneliness and uselessness, emptiness in the life of marriage. The results of the researchers have found the tendency of empty nest more noticeable in housewife. On the subject of KH depressed, persistent sadness, and loneliness and a sense of uselessness. On the subject SU experience loneliness and a sense of uselessness, and emptiness in married life. On the subject of SP experience epesi, persistent sadness, loneliness and a sense of uselessness, and emptiness in married life. On the subject of SN experiencing persistent sadness, loneliness and a sense of uselessness.

Keywords: Empty nest, working mother, housewife.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia terus berkembang seiring dengan bertambahnya usia ke arah yang lebih matang, hingga pada saatnya akan dihadapkan pada tugas menjadi orang tua. Masa menjadi orang tua terus berlanjut hingga memasuki usia dewasa madya.

Usia paruh baya ini merupakan masa transisi, yaitu merupakan masa dimana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya untuk memasuki periode dalam kehidupan yang akan diliputi oleh ciri-ciri jasmani dan perilaku baru (Hurlock, 2002).

Salah satu fase perkembangan yang akan terlewati sejalan dengan proses pertambahan usia adalah *middle age* atau biasa disebut dewasa madya, terentang antara usia 40-65 tahun (Santrock, 2002). Menurut Santrock, salah satu kejadian penting dalam keluarga dewasa madya adalah mengentaskan anak (*the launching of a child*) menuju kehidupan dewasa, serta menapaki karir atau membina keluarga yang mandiri dari keluarganya semula. Akibatnya, para orang tua harus kembali menyesuaikan diri sebagai akibat dari ketidakhadiran anak-anak di rumah. keadaan ini dikenal sebagai keadaan *empty nest* atau sarang kosong.

Di satu sisi, beberapa orang mungkin memandang fase ini sebagai hal yang negatif dan melaluinya dengan penuh perasaan sedih dan kehilangan, sehingga dapat berlanjut menjadi sebuah sindrom yang biasa dikenal dengan

empty nest syndrome (sindrom sarang kosong). *Empty nest* merupakan suatu perasaan kesepian dan kesedihan yang umum dimiliki orang tua ketika anak-anaknya mulai pergi meninggalkan rumah. *Empty nest syndrome* merupakan respon yang maladaptif atas transisi menjadi orang tua (*postparental*), yang muncul atas reaksi kehilangan anak-anak mereka (Borland, dalam Raup & Myers, 1989).

Membimbing generasi muda hingga mereka dapat hidup secara independen merupakan tugas yang harus dilaksanakan oleh individu dewasa madya, namun disisi lain hal tersebut semakin lama dapat menjadi sebuah krisis bagi individu dewasa madya. Krisis tersebut terjadi ketika anak mulai menuntut otonominya dengan cara hidup mandiri dan mulai tinggal terpisah atau tidak serumah dengan orang tua. Hal tersebut tentunya akan membawa dampak pada orang tua berupa rasa kekosongan dan kesepian. Menurut Shakya (2009), *empty nest syndrome* merupakan perasaan umum yang berupa kesepian maupun kesedihan yang dialami oleh orang tua ketika anak-anak mereka telah meninggalkan rumah.

Empty nest syndrome adalah istilah yang diberikan terhadap kondisi psikologis tertentu yang bisa mempengaruhi seorang perempuan ketika anak-anaknya mulai meninggalkan rumah. Sindrom ini merujuk pada perasaan depresi atau kesedihan yang dialami oleh orang tua ketika anak-anak yang diasuhnya sudah beranjak dewasa dan akan meninggalkan rumah. Kondisi ini biasanya terjadi ketika anak akan memasuki kuliah atau menikah. Sindrom ini

lebih memungkinkan terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki (health.detik.com).

Olson (dalam Kearney, 2002) berpendapat bahwa *empty nest syndrome* adalah istilah klinis yang digunakan untuk menggambarkan keadaan depresi pada wanita disebabkan oleh kepergian anak dari rumah. gejala yang termasuk keputusasaan yang mendalam, kehilangan harga diri, tidak aktif, kesulitan dalam berpikir dan konsentrasi, sulit tidur, kehilangan nafsu makan dan keinginan ketidakmampuan untuk berhubungan dengan apapun dalam hidup dengan cara yang positif.

Menurut Santrock (2002) *empty nest syndrome* adalah kepuasan pernikahan akan mengalami penurunan karena orang tua memperoleh banyak kepuasan dari anak-anaknya, dan oleh karena itu, kepergian anak dari keluarga akan meninggalkan orang tua dengan perasaan kosong. Meskipun sindrom sarang kosong tersebut berlaku bagi beberapa orang tua yang hidup melalui anak-anaknya, sarang yang kosong tersebut biasanya tidak menurunkan kepuasan pernikahan. Melainkan, sebaliknyalah yang terjadi kepuasan pernikahan meningkat pada tahun-tahun pasca membesarkan anak.

Tegasnya, *empty nest syndrome* mengacu pada depresi klinis yang menyertai penghentian membesarkan anak dan karena itu, adalah istilah emosional. Istilah "*empty nest syndrome*" menjadi populer setelah penelitian di tahun 1960 menemukan bahwa wanita menjadi tertekan setelah anak-anak meninggalkan rumah. Namun, sedikit fakta dari penelitian ini adalah bahwa penelitian yang dilakukan pada wanita yang sudah dirawat di rumah sakit

untuk depresi. Tidak menyadari informasi ini, masyarakat umum salah diasumsikan bahwa itu adalah rata-rata wanita yang menderita depresi berat di pengosongan sarangnya. Akibatnya, stereotip yang berkembang sebagai hasilnya mempunyai dasar dalam kebenaran (Olson, dalam Kearney, 2002).

Gejala-gejala *empty nest* menurut Abraham (2012), antara lain: (1) depresi, (2) kesedihan yang persisten, (3) perasaan kesepian dan ketidak berguna, (4) kekosongan dalam kehidupan pernikahan.

Secara umum fase *empty nest* ini kebanyakan dialami oleh para ibu daripada ayah. Wardani (2012) mengatakan bahwa para ibu mengakui memiliki perasaan yang lebih buruk daripada para ayah ketika anak-anak mulai meninggalkan rumah. Hal ini dikarenakan seorang ibu mempunyai kelekatan yang kuat terhadap anaknya sebab hampir sebagian besar waktu seorang anak, ketika masa bayi hingga masa remaja, dihabiskan bersama sosok ibu.

Anak-anak mengalami perkembangan dari fase kanak-kanak menjadi fase remaja dan kemudian berkembang lagi menjadi fase dewasa awal. Semakin dewasa seorang anak maka peluang anak untuk meninggalkan rumah akan semakin besar. Berbagai alasan anak meninggalkan rumah, seperti alasan akademik, pekerjaan, atau telah menikah dan membentuk sebuah keluarga yang baru. Terkadang orang tua kurang menyadari seberapa cepat anak-anak mereka tumbuh dan berkembangnya kematangan mereka sampai pada hari dimana anak-anak mereka harus pergi meninggalkan rumah

dikarenakan alasan akademik, pekerjaan, atau telah menikah dan berkeluarga (Mbaeze & Ukwandu, 2011).

Perasaan sedih maupun kesepian yang disebabkan oleh *empty nest* dapat memicu timbulnya stress. Menurut Kelleher (2002), *empty nest syndrome* merupakan faktor yang mempengaruhi kehidupan dan kesehatan dewasa madya karena diasumsikan *empty nest syndrome* tersebut dapat menyebabkan stress dan depresi. Hal ini disebabkan orang tua menghadapi proses penyesuaian diri baru karena ketidakseimbangan akibat ketidakadaan anak di rumah (Santrock, 2002). Penyesuaian diri baru yang dimaksud adalah terhentinya peran orang tua dalam merawat anaknya yang telah meninggalkan rumah.

Alison Bherryhill (2001), dalam artikelnya "*The Empty Nest*" bercerita tentang ibu yang pengalamannya melemarkan beberapa keraguan pada saran Newman (dalam Kearney, 2002). Seorang ibu yang hidupnya penuh dengan gereja, karir dan kegiatan lain berpikir bahwa dia terlalu sibuk dan siap menderita kesedihan apapun. Dia menemukan, bagaimanapun, bahwa kegiatannya tidak mengisi kesenjangan emosional dibuat ketika anak-anaknya meninggalkan dan dia terkejut melihat perasaannya dari kesedihan dan kehilangan anak-anaknya. Pada ibu yang lain juga merasakan ketika anak-anaknya meninggalkan rumah untuk kuliah. Berryhill (2001) melanjutkan dengan menunjukkan bahwa karir bukan jaminan terhadap kesedihan sarang kosong. Dia menganjurkan ibu yang bekerja saling sharing pada ibu-ibu yang

lain yang telah melalui *empty nest* sebagai alat dalam melalui kesedihan (<http://drnissani.net/MNISSANI/SE/kearney.htm>).

Penulis asal London Frances Hardy (dalam Prawira, 2015), 46 tahun, mengidap *Empty nest syndrome* yang membuat dia lebih bernafsu menyantap makanan yang selama ini dipantang semenjak sang anak meninggalkan rumah untuk kuliah. Saat sang anak masih tinggal di rumah Hardy selalu menyajikan makanan sehat dan hanya makan makanan sehat pula. Namun semua itu berubah pada tahun 2000 saat sang anak mulai masuk perguruan tinggi. Hardy mengatakan, sejak hari itu tidak ada lagi kegiatan rutin yang dia lakukan; menyiapkan makanan di pagi hari, pergi ke pasar untuk masak makanan kesukaan keluarga, atau membersihkan rumah. begitu Hardy mengidap *empty nest syndrome*, dia bangun agak siang, makan pagi yang tak jarang digabung dengan makan siang, dan tak ada lagi kebiasaan bergerak yang dia lakukan (www.liputan6.com)

Dalam penelitian ini terdapat empat subyek. Subyek pertama dan kedua yaitu ibu bekerja yang memiliki kecenderungan *empty nest*. Pada subyek pertama, yaitu KH (47 tahun) seorang ibu rumah tangga yang bekerja. Subyek seorang guru SD Islam di Surabaya Barat dan memiliki satu anak, yaitu IA (19 tahun) dan sedang menempuh pendidikan di Bandung dan saat ini subyek hanya tinggal berdua dengan suami. IA merupakan anak tunggal, sehingga subyek sering merindukan sang anak dan sering merasakan kesepian karena sang suami sering ke luar kota.

Pada subyek kedua yaitu, SU (44 tahun) seorang ibu rumah tangga yang bekerja. Subyek seorang guru SD Islam di Surabaya Barat dan sebagai wakil kepala sekolah MA di Surabaya Barat dan memiliki satu anak, yang berinisial SR berusia 20 tahun dan sedang menempuh pendidikan di Kalimantan. Subyek telah bercerai dengan suami sejak lama dan saat ini subyek hanya tinggal berdua dengan sang ibu. Meskipun sang anak berada jauh dari subyek, subyek masih bisa mengatasi perasaan sepi dengan berbagai kegiatan yang dilakukan subyek. Pada subyek pertama dan kedua walau sang anak memilih untuk tinggal berpisah dari orang tua, mereka masih dapat memfokuskan kembali pada pekerjaan mereka sehingga dapat menghilangkan perasaan kesepian tersebut.

Subyek ketiga dan keempat yaitu ibu yang tidak bekerja yang memiliki kecenderungan *empty nest*. Pada subyek ketiga, yaitu SP (60 tahun) seorang ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Subyek memiliki dua orang anak, laki-laki (44 tahun) dan perempuan (42 tahun). Keduanya telah menikah dan hidup terpisah dengan subyek. Suami subyek meninggal tiga tahun yang lalu (2013) dan saat ini subyek hanya tinggal sendiri. Subyek sering bercerita kepada tetangga bahwa merindukan sang suami dan kedua anaknya.

Pada subyek keempat, yaitu SN (55 tahun). Subyek memiliki tiga orang anak, dua anak perempuan dan satu laki-laki. Anak pertama perempuan berinisial RN berusia 30 tahun, anak kedua laki-laki berinisial HA berusia 27 tahun, dan anak ketiga berinisial NK berusia 21 tahun. Anak pertama dan kedua (RN dan HA) telah menikah dan hidup terpisah dengan subyek,

sedangkan anak terakhir (NK) belum menikah tetapi tinggal di Bali karena urusan pekerjaan. Saat ini subyek hanya tinggal berdua dengan suami. Pada subyek ketiga dan keempat merasakan kesepian semenjak anak-anak meninggalkan rumah, karena berkurangnya peran ibu sebagai orang tua dan merasa hidupnya tidak terlalu bersemangat semenjak berpisah dengan sang anak.

Dari keempat subyek terdapat sisi negatif dan positif saat berada pada fase *empty nest*. Para subyek memiliki respon dan cara mengatasi rasa kesepian yang berbeda-beda. Pada keempat subjek pada masalah tidak pernah terpisah dengan orang tua, mulai hidup terpisah dengan orang tua saat menikah karena harus mengikuti suami. Namun pada subjek kedua (SU) sampai sekarang masih tinggal bersama dengan sang ibu karena dari kecil tidak pernah hidup terpisah dan ingin merawat sang ibu.

Sebenarnya, keadaan *empty nest* dirasakan oleh pihak ibu maupun ayah, meskipun ibu yang paling merasakan kehilangan atas kepergian anak-anak dari rumah. Hal ini dikarenakan penghayatan pihak ibu yang besar atas peran-peran gender yang tradisional sehingga memosisikan ibu sebagai figur yang lebih banyak berperan dalam merawat dan mempersiapkan berbagai keperluan dan kebutuhan anak-anaknya dalam kehidupan sehari-hari, dan juga karena ibu biasanya memiliki ikatan emosional yang kuat dengan anak-anaknya. Ini dibuktikan oleh Kearney (2002) dalam eksplorasinya pada orang tua *empty nester* yang berjudul *exploring the empty nest transition* dalam <http://drnissani.net/MNISSANI/SE/kearney.htm>

Penelitian Bayene, dkk (2002) menjelaskan bahwa gejala yang amat dominan terjadi pada sejumlah orang dewasa hingga lanjut usia (51-97 tahun) adalah ketakutan akan kesepian (*fear of loneliness*). Penelitian yang dilakukan oleh Carin Rubenstein terhadap seribu wanita yang mengalami *empty nest syndrome* (sindrom sarang kosong), diperoleh hasil bahwa 10% diantaranya dapat menjadi masalah yang akan berakhir pada depresi (Barr, 2009).

Beberapa penelitian lain menunjukkan hasil sebaliknya, tidak selalu *empty nest* berefek negatif. Deutscher (dalam Glenn, 1975) dalam penelitiannya terhadap orang tua yang telah ditinggal pergi oleh anak-anaknya memperoleh hasil bahwa hamper sebagian besar (71% ayah dan 79% ibu) mengatakan bahwa fase setelah menjadi orang tua adalah lebih baik atau sama baiknya dengan fase-fase kehidupan keluarga lain.

Kenyataan di atas menunjukkan bahwa fenomena *empty nest* merupakan masa transisi yang cukup berat dijalani, terutama bagi orang tua dan khususnya bagi para ibu. Bagi anak-anak yang telah beranjak dewasa, peristiwa meninggalkan rumah mungkin merupakan kejadian yang ditunggu-tunggu karena dapat dimaknai 'lepas' dari pantauan maupun campur tangan orang tua. Tetapi lain halnya dengan orang tua yang selama bertahun-tahun menjalani kebiasaan mengasuh anak-anaknya. Setiap hari orang tua, terutama ibu yang dalam kesehariannya sibuk menyiapkan berbagai kebutuhan anak dan keluarga, kini mereka harus menghadapi kenyataan bahwa kesibukan itu

sudah tidak menjadi kewajibannya lagi karena anak-anak yang sudah tidak tinggal serumah.

empty nest memang selalu bersifat negatif karena gejala-gejala merujuk pada suatu yang negatif, dapat menjadi positif apabila seseorang tersebut telah melalui masa *empty nest* tersebut. Pernyataan ini didukung dalam studi longitudinal yang dilakukan oleh Wethington & Kessler (1989) bahwa wanita menikah yang bekerja dengan multiperan, *empty nest* tidak memiliki efek atas kesehatan psikologis; bahkan berhenti bekerja justru meningkatkan stress sedangkan bekerja penuh waktu justru menguranginya. Sehingga *empty nest* bukan saat berakhirnya fase *parenthood* melainkan peralihan menuju tahap hubungan yang baru, dan juga merupakan kesempatan bagi para orang tua untuk meraih minat-minat baru (Papalia, 2008).

Wanita pada saat memasuki fase perkembangan dewasa awal hingga madya akan menghadapi suatu konflik peran dimana mereka akan menjadi ibu rumah tangga seutuhnya atau akan menjadi ibu rumah tangga yang juga bekerja. Kedua peran tersebut masing-masing berpotensi untuk mengalami stress. Namun menurut sebuah riset dari Amerika Serikat yang mengatakan bahwa sebanyak 41% ibu yang tidak bekerja mengalami tingkat kekhawatiran yang lebih tinggi daripada ibu yang bekerja (Yulistara, 2013).

Menurut William J. Goode (2002) banyak kemungkinan pada permulaan abad ini, sedikit sekali wanita bekerja yang terdorong oleh karena kemiskinan. Sekarang ini lebih banyak yang bekerja untuk menambah tingkat kehidupan keluarga, atau karena mereka ingin bekerja.

Pada saat ini banyak ibu-ibu yang bekerja dengan alasan untuk menambah penghasilan ekonomi keluarga. Berdasarkan data statistik Biro Pusat Statistik (BPS) tahun 2003 menunjukkan bahwa dari 100% wanita didapatkan 82,68% adalah perempuan bekerja dan sisanya sebanyak 17,31% adalah perempuan tidak bekerja.

Ibu bekerja adalah ibu yang melakukan suatu kegiatan di luar rumah dan memiliki waktu bekerja lebih kurang 8 jam sehari dengan tujuan untuk mencari nafkah untuk keluarga. Selain itu salah satu tujuan ibu bekerja adalah suatu bentuk aktualisasi diri guna menerapkan ilmu yang telah dimiliki ibu dan menjalin hubungan sosial dengan orang lain dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya dengan tetap dapat menerima peranannya sebagai istri, sebagai ibu rumah tangga dan tanggung jawab kewanitaannya (Santrock, 2007).

Ibu yang tidak bekerja memiliki tanggung jawab untuk mengatur rumah tangga lebih kurang selama 12 jam sehari. Dalam konteks inilah peran seorang ibu berlaku, yaitu mengurus rumah tangga, sebagai pengasuh dan pendidik anak-anaknya, dan sebagai salah satu kelompok dari peranan sosialnya serta sebagai anggota masyarakat dari lingkungannya (Santrock, 2007).

Sebenarnya fungsi utama wanita adalah sebagai ibu rumah tangga yang melayani suami dengan baik, membersihkan segala urusan rumah tangga serta dapat mendidik dan membimbing anak-anaknya. Akan tetapi karena perkembangan masyarakat dari masyarakat tradisional menjadi masyarakat

modern, maka konsep tradisional tidak dapat bertahan dan terjadi perubahan sosial dimana wanita meninggalkan rumah untuk bekerja. Kesempatan makin terbuka lebar bagi wanita untuk bekerja dan mengembangkan karir di luar rumah.

Bagi ibu yang bekerja di luar rumah, ia akan mempunyai waktu yang lebih terbatas untuk anak-anaknya jika dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja. Sebab waktu, tenaga dan pikirannya telah banyak dicurahkan untuk pekerjaan, sehingga memungkinkan untuk mengalami stress (erlangga.com).

Stres tidak hanya dialami oleh ibu rumah tangga. Ibu bekerja juga dapat mengalami stress sama halnya dengan ibu rumah tangga. Stres yang dialami oleh ibu bekerja dapat disebabkan baik dari lingkungan keluarga maupun pada lingkungan tempat kerja. Tuntutan di tempat kerja serta ditambah dengan urusan domestik rumah tangga yang harus dilakukan wanita secara seimbang menyebabkan ibu yang bekerja tidak memiliki waktu untuk memikirkan dirinya sendiri. Banyaknya tuntutan yang dialami oleh ibu bekerja menyebabkan mereka cenderung dapat mengalami stress (Santrock, 2002).

Ada sebuah riset dari Amerika pada tahun 2012 mengatakan bahwa ibu yang tidak bekerja lebih depresi daripada ibu yang bekerja yang sudah mempunyai anak. Penelitian itu dilakukan kepada 6.799 wanita yang berusia 18 hingga 64 tahun. Hasilnya, sebanyak 41% ibu yang tidak bekerja mengalami tingkat kekhawatiran lebih tinggi daripada ibu yang bekerja. Penelitian tersebut juga menyatakan, 28% ibu yang tinggal di rumah

mengalami depresi. Sedangkan ibu bekerja tingkat depresinya lebih rendah, sekitar 17%.

Tidak hanya itu saja, survey juga mengungkapkan bahwa ibu yang tidak bekerja mengalami tingkat stress 48%, kemarahan 19%, dan kesedihan 16%. Hal ini dikarenakan ibu yang bekerja cenderung lebih banyak tersenyum, tertawa, serta mempelajari banyak hal menarik (liputan6.com).

Stress dapat dipicu oleh beberapa penyebab, seperti frustrasi, konflik, tekanan, dan krisis. Stress dapat terjadi pada tiap tahap perkembangan manusia, salah satunya adalah tahap dewasa madya. Seorang individu pada fase dewasa madya memiliki tugas perkembangan yang berbeda dengan masa perkembangan yang lainnya. Salah satu tugas perkembangan pada dewasa madya adalah merawat generasi selanjutnya dalam hal ini adalah anak-anak. Menurut Erickson (2002) masa dewasa madya adalah masa yang berhadapan dengan krisis kehidupan yang berkaitan dengan generativitas versus stagnasi. Salah satu tugas perkembangannya, yaitu membimbing generasi yang lebih muda sehingga mereka dapat menjalankan kehidupan secara independen.

Fase *empty nest* memberikan dampak negatif pada individu yang mengalaminya berupa perasaan kosong, sepi dan kesedihan yang dapat menimbulkan stress. Namun selain dampak negatif, *empty nest* dapat pula membawa dampak yang positif bagi para ibu. Santrock (2002) mengatakan bahwa tidak semua ibu yang mengalami *empty nest* mendapatkan dampak yang negatif. Beberapa dampak positif yang dapat dialami oleh ibu-ibu khususnya pada ibu yang bekerja, antara lain mereka dapat melanjutkan karir

serta pendidikannya dengan cara mengikuti kursus keterampilan atau melanjutkan pekerjaan mereka yang dahulu ditinggalkan karena harus merawat anak, mereka dapat menekuni hobi kesukaan, serta mereka lebih bebas melakukan kegiatan apapun. Dampak positif *empty nest* tersebut juga dapat dirasakan oleh ibu yang tidak bekerja berupa adanya keintiman dan kepuasan pernikahan antara ayah dengan ibu. Hal ini disebabkan karena ketidakadaan seorang anak menyebabkan individu, khususnya ibu yang tidak bekerja mempunyai waktu yang lebih banyak untuk dihabiskan bersama pasangannya sehingga dapat menimbulkan kepuasan pernikahan.

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya belum mendapatkan kesimpulan pasti mengenai kondisi *empty nest* para ibu. Di Indonesia, berdasarkan data *preliminary study* juga belum diperoleh hal yang sama akan gambaran kecenderungan *empty nest* pada wanita dewasa madya yang bekerja dan yang tidak bekerja. Setiap ibu, baik ibu bekerja maupun ibu tidak bekerja, memiliki respon yang berbeda-beda terhadap *empty nest*.

Dari observasi awal subjek KH sering bercerita ke rekan kerja jika merasa kesepian berada di rumah karena tidak ada anak yang menemani. Subjek SP merasa sedih dan kesepian karena tidak ada anak dan suami telah meninggal dunia sejak tahun 2013. Hal tersebut menarik untuk diteliti karena peneliti dapat mengetahui ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang peneliti temukan dapat diketahui bahwa ibu yang tidak bekerja lebih memiliki kecenderungan *empty nest*

psikologi klinis dan secara khusus kaitannya dengan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan yang tidak bekerja.

2. Manfaat praktis

- a) Bagi ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja mendapatkan pengetahuan dan lebih memahami saat mengalami *empty nest*
- b) Untuk keluarga khususnya suami dan anak dapat memberikan dukungan bagi para ibu / istri

E. Keaslian Penelitian

Sepanjang penulisan peneliti, kajian tentang kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja belum pernah diteliti oleh mahasiswa jurusan psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Oleh karena itu peneliti ingin membahas lebih dalam tentang kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja.

Kajian tentang *empty nest* tersebut pernah diteliti oleh beberapa peneliti, diantaranya oleh Akmalah (2014) dengan judul “*psychological Well-being* pada Ibu Usia Dewasa Madya yang Berada pada Fase Sangkar Kosong”. Dari hasil penelitian itu didapatkan hasil secara umum memiliki gambaran *psychological well-being* yang hampir sama, yaitu tampil dalam kualitas yang cukup baik, namun memiliki perbedaan dalam karakteristik dimensi yang menjadi perhatian pada masing-masing subjek.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu

yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Akmalah berfokus pada *psychological well-being* (kondisi sehat secara psikologis).

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Larasati (2013) dengan judul “Kebermaknaan Hidup Pada Usia Dewasa Madya Menghadapi Pengisian Sarang Kosong. Dari hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa subjek mengalami sedikit kesulitan pada awal pengisian sarang kosong terjadi, kemudian dengan komunikasi yang dilakukan bersama anggota keluarga, subjek dapat mengatasi kesulitan tersebut dan memaknai kehidupan mereka melalui kegiatan-kegiatan yang mereka lakukan.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Larasati berfokus pada bagaimana makna hidup dari individu dewasa madya saat menghadapi sarang kosong (*empty nest*).

Penelitian oleh Utami (2012) tentang “Perbedaan Tingkat Stres ditinjau dari *Empty Nest Syndrome* dan Status Ibu”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat stress ditinjau dari status ibu, bahwa tingkat stress pada ibu rumah tangga lebih tinggi daripada ibu bekerja. Ibu rumah tangga yang memiliki tingkat *empty nest syndrome* tinggi cenderung berpotensi mengalami stress lebih tinggi daripada ibu bekerja yang memiliki tingkat *empty nest syndrome* tinggi. Hal tersebut disebabkan karena

self esteem yang dimiliki oleh ibu rumah tangga cenderung lebih rendah dibandingkan dengan ibu bekerja.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Utami berfokus pada perbedaan tingkat stres ditinjau dari status ibu dan tingkat *empty nest syndrome*, serta menguji pengaruh antara interaksi tingkat *empty nest syndrome* dan status ibu terhadap stres.

Penelitian oleh Wardani (2012) tentang “Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Emosional Pasangan pada Ibu *Empty Nester* di Kota Bandung”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa berada di sarang kosong bukan menjadi isyarat berakhirnya peran sebagai orang tua. Responden memandang perlu mengisi waktu luang yang tersedia dengan melakukan berbagai kegiatan bermakna.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Wardani berfokus pada gambaran kesejahteraan psikologis dan dukungan emosional pasangan pada ibu yang menghadapi *empty nest* (sarang kosong)

Penelitian oleh Radloff (1980) tentang “*Depression and the empty nest*”. Hasil penelitian tersebut membandingkan distress sebelum dan sesudah anak terakhir meninggalkan rumah memberikan bukti yang lebih jelas dari efek

empty nest syndrome. Orang tua yang mengalami sarang kosong tidak lebih depresi dibandingkan orang tua yang (masih) tinggal bersama anak-anaknya. Namun justru para orang tua tersebut relative hidup lebih bahagia setelah anak-anaknya meninggalkan rumah.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Radloff berfokus pada bagaimana skor depresi pada ibu yang mengalami *empty nest* dan membandingkan bagaimana sebelum dan sesudah anak terakhir meninggalkan rumah.

penelitian oleh Liu dan Guo (2008) tentang “*Life Satisfaction in a Sample of Empty Nest Elderly: A Survey in the Rural Area of a Mountainous County in China*”. Hasil penelitian mengindikasikan secara spesifik bahwa kesehatan mental memiliki kesatuan yang lebih kuat dengan kepuasan hidup daripada daripada kesehatan fisik diantara “*empty nest*” orang tua.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Liu dan Guo berfokus pada bagaimana kepuasan hidup pada ibu yang menghadapi *empty nest* dan miskinnya kesehatan mental dapat mempengaruhi kepuasan hidup seorang ibu yang menghadapi *empty nest*.

Penelitian oleh Mitchell dan Lovegreen (2009) tentang “*The Empty Nest Syndrome In Midlife Families*”. Hasil penelitian menyatakan bahwa hanya

sebagian kecil orang tua yang mengalami *empty nest syndrome*. Mereka mengatakan pengalaman sarang *empty nest* justru memperlihatkan dampak positif secara psikologis bagi para ibu, berupa meningkatnya pertumbuhan diri, hubungan perkawinan yang memuaskan, ketersediaan waktu luang yang cukup.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Mitchell dan Lovegreen berfokus untuk mengeksplorasi kesehatan orang tua dan kesejahteraan dalam kaitannya dengan fase *empty nest*.

Penelitian oleh Adelman, et.al (1989) tentang “*Empty Nest, Cohort, and Employment in the Well-Being of Midlife Women*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkumpulan / kelompok dan pekerjaan masing-masing memiliki asosiasi independen yang penting dengan kesejahteraan perempuan di usia paruh baya, tetapi pengalaman *empty nest* tergantung pada dua faktor ini, khususnya pengalaman kelompok.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Adelman berfokus pada apakah *empty nest* (sarang kosong) memiliki konsekuensi positif atau negatif bagi perempuan baik berada di usia paruh baya dan status pekerjaan sejarah mereka.

Penelitian oleh Mumtahinnah (2012) tentang “Hubungan Antara Stres Dengan Agresi pada Ibu Rumah Tangga yang Tidak Bekerja”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stress dengan agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Mumtahinnah berfokus untuk menguji hubungan antara stress dengan agresi pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja.

Penelitian oleh Hiedemann, Suhomlinova, dan O’rand (1998) tentang “*Economic Independence, Economic Status, and Empty Nest in Midlife Marital Disruption*”. hasil menunjukkan mayoritas signifikan (lebih dari 90%) dari sample telah memasuki fase sarang kosong dari pernikahan mereka, memungkinkan kita untuk mempelajari bagaimana memasukkan dampak fase gangguan perkawinan ini, bersih dari pengaruh waktu di pernikahan dan faktor ekonomi.

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada seorang ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja pada saat berada pada fase tersebut, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Mumtahinnah berfokus pada risiko perpisahan atau perceraian perkawinan dari perspektif pembangunan keluarga. Transisi ke sarang kosong mempengaruhi risiko gangguan perkawinan, tetapi efeknya sarang kosong tergantung pada durasi pernikahan.

memiliki beberapa gejala. Gejala-gejala tersebut menurut Abraham (2012), antara lain:

- a. Depresi. *Empty nest* merupakan suatu krisis ketika seseorang, khususnya orang tua, merasa bahwa masa atau perannya telah berakhir. Berkurangnya rutinitas menyebabkan perubahan suasana hati yang terus-menerus. Perubahan suasana hati yang tidak menentu dan terus-menerus menyebabkan timbulnya depresi dan berbagai gejala psikosomatis seperti insomnia, penurunan energi, dan sebagainya.
- b. Kesedihan yang persisten. Anak yang meninggalkan rumah untuk menjalani kehidupannya secara mandiri menyebabkan orang tua merasa bahwa perannya sebagai orang tua telah berakhir. Hal tersebut menyebabkan orang tua merasakan kesedihan yang persisten. Individu yang menunjukkan kesedihan yang persisten seringkali menampilkan tanda-tanda kesedihan yang konsisten ditambah dengan ekspresi putus asa dan merasa bahwa dirinya tidak berharga.
- c. Perasaan kesepian dan ketidakbergunaan. Peristiwa *empty nest* merupakan saat dimana orang tua sudah tidak lagi mengurus anak karena anak telah meninggalkan rumah dengan alasan seperti menikah, melanjutkan pendidikan atau bekerja di luar kota. Anak yang meninggalkan rumah menyebabkan orang tua akan merasa bahwa tidak ada lagi seseorang yang diurus. Hal tersebut

menyebabkan akan kesepian dan selanjutnya akan muncul perasaan yang menganggap dirinya tidak berguna lagi.

- d. Kekosongan dalam kehidupan pernikahan. Kehadiran anak-anak dalam sebuah keluarga dapat digunakan untuk meminimalisir masalah yang ada dalam keluarga tersebut. Hal ini dikarenakan sebagian besar waktu dan anggota keluarga tersebut diprioritaskan untuk anak-anak sehingga permasalahan dalam rumah tangga yang mungkin terjadi tidak muncul ke permukaan. Peristiwa ketika anak mulai meninggalkan rumah untuk kehidupan yang lebih independen menyebabkan rasa kekosongan dalam keluarga tersebut timbul akibatnya masalah-masalah dalam keluarga dapat muncul ke permukaan.

3. Faktor-faktor terjadinya *Empty Nest*

Adapun faktor terjadinya *empty nest* adalah:

- a. Memiliki hubungan yang protektif dan terbawa dalam kehidupan anak-anak.
- b. Kurang diperlukannya kembali peran dirinya terhadap keluarga.
- c. Kehilangan peran utama orang tua terhadap anak. (Barber, 1989)

Seorang ibu cenderung bersikap protektif pada anak-anaknya sehingga terbawa dan terbiasa dengan kehidupan anaknya. Namun, saat anak beranjak dewasa mereka akan memutuskan jalan hidupnya masing-masing dan memilih pergi meninggalkan orang tua karena alasan

pendidikan, pekerjaan, ataupun pernikahan. Disaat itulah seorang ibu merasa kehilangan peran utama sebagai orang tua dalam keluarga.

B. Ibu yang Bekerja dan Ibu yang Tidak Bekerja

1. Ibu yang Bekerja

a. Definisi Ibu yang Bekerja

Kemajuan dan peningkatan kaum wanita yang sangat pesat di dunia kerja memang sudah bukan persoalan baru lagi. Telah sekian banyak bukti-bukti yang dapat dilihat bahwa wanita pun dapat berbuat banyak seperti rekan prianya. Bahkan ada kalanya mereka lebih dari apa yang telah diperbuat kaum pria (Anoraga, 2006).

Bagi wanita pekerja, bagaimanapun mereka juga adalah ibu rumah tangga yang sulit lepas begitu saja dari lingkungan keluarga. Karenanya, dalam hal karir, wanita mempunyai beban dan hambatan lebih berat dibanding rekan pribadinya. Wanita lebih dahulu harus mengatasi urusan keluarga-suami, anak dan hal-hal lain yang menyangkut semua urusan rumah tangganya.

Ibu yang bekerja adalah ibu yang melakukan suatu kegiatan di luar rumah dan memiliki waktu bekerja lebih kurang 8 jam sehari dengan tujuan untuk mencari nafkah untuk keluarga. Selain itu salah satu tujuan ibu bekerja adalah suatu bentuk aktualisasi diri guna menerapkan ilmu yang telah dimiliki ibu dan menjalin hubungan sosial dengan orang lain dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya dengan tetap dapat menerima

penghasilan suami kurang untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari keluarga sehingga ibu harus bekerja.

- b. Karena ingin mempunyai atau membina pekerjaan. Hal ini terjadi sebagai wujud aktualisasi diri ibu, misalnya bila ibu seorang sarjana akan lebih memilih bekerja untuk membina pekerjaan.
- c. Proses untuk mengembangkan hubungan sosial yang lebih luas dengan orang lain dan menambah pengalaman hidup dalam lingkungan pekerjaan.
- d. Karena kesadaran bahwa pembangunan memerlukan tenaga kerja baik tenaga kerja pria maupun wanita. Hal ini terjadi karena ibu mempunyai kesadaran nasional yang tinggi bahwa negaranya memerlukan tenaga kerja demi melancarkan pembangunan.
- e. Pihak orang tua dari ibu yang menginginkan ibu untuk bekerja.
- f. Karena ingin memiliki kebebasan finansial, dengan alasan tidak harus bergantung sepenuhnya pada suami untuk memenuhi kebutuhan sendiri, misalnya membantu keluarga tanpa harus meminta dari suami.
- g. Bekerja merupakan suatu bentuk penghargaan bagi ibu.
- h. Bekerja dapat menambah wawasan, yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas pola asuh anak-anak.

2. Ibu yang tidak Bekerja

a. Definisi Ibu yang tidak bekerja

Di dalam keluarga, ibu memiliki peran yang sangat penting bagi anak. Ibu berperan sebagai pembimbing, pendidik, dan guru di rumah bagi anaknya. Freud (dalam Dagan, 1990) menempatkan tokoh ibu paling penting dalam perkembangan seorang anak.

Ibu yang tidak bekerja memiliki tanggung jawab untuk mengatur rumah tangga lebih kurang selama 12 jam sehari. Dalam konteks inilah peran seorang ibu berlaku, yaitu mengurus rumah tangga, sebagai pengasuh dan pendidik anak-anaknya, dan sebagai salah satu kelompok dari peranan sosialnya serta sebagai anggota masyarakat dari lingkungannya (Santrock, 2007).

Ibu yang tidak bekerja memiliki pengertian sebagai wanita yang lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah, mempersembahkan waktunya untuk memelihara anak-anak dan mengasuh menurut pola-pola yang diberikan masyarakat (Dwijayanti, 1999).

Selain itu, Kartono (1992) pun juga berpendapat bahwa ibu yang tidak bekerja adalah individu dalam keluarga yang berperan dalam kegiatan melayani, seperti mendidik, mengatur, mengurus untuk dinikmati orang lain.

Ibu yang tidak bekerja dapat lebih memahami bagaimana sifat dari anak-anaknya. Karena sebagian besar waktu yang dimiliki ibu yang tidak bekerja dihabiskan di rumah sehingga bisa memantau kondisi

perkembangan anak. Kebanyakan pekerjaan yang dilakukan ibu di rumah meliputi membersihkan, memasak, merawat anak, berbelanja, mencuci pakaian, dan mendisiplinkan. Kebanyakan ibu yang tidak bekerja seringkali harus mengerjakan beberapa pekerjaan rumah sekaligus (Santrock, 2007). Namun, karena ikatan kasih sayang dan melekat dalam hubungan keluarga pekerjaan rumah tangga yang dilakukan oleh ibu memiliki arti yang kompleks dan juga berlawanan. Banyak perempuan merasa pekerjaan rumah tangga itu tidak cerdas namun penting. Mereka biasanya senang memenuhi kebutuhan orang-orang yang mereka kasih dan mempertahankan kehidupan keluarga, karena mereka merasa aktivitas tersebut menyenangkan dan memuaskan.

Dari definisi-definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa ibu yang tidak bekerja adalah wanita yang bertugas untuk mengurus hal-hal yang berkaitan dengan rumah tangga dan menghabiskan waktunya untuk mengurus rumah tangga secara rutin dan terus-menerus.

b. Faktor-faktor Ibu yang tidak bekerja

1. Ingin berkonsentrasi untuk mengurus, mendidik, melayani dan mengatur keluarga.
2. Ingin memantau kondisi perkembangan anak.
3. Tidak mendapatkan izin dari suami (Mappiare, 1983).

Ketika wanita memutuskan untuk menikah, sebagian dari mereka memilih untuk melanjutkan kariernya. Namun, ada juga yang memilih untuk menjadi ibu rumah tangga sepenuhnya. Faktor yang

melatarbelakangi seorang ibu untuk tidak bekerja adalah ingin berkonsentrasi untuk mengurus, mendidik, melayani dan mengatur keluarga dan memantau kondisi perkembangan anak. Karena melakukan hal tersebut adalah keinginan setiap wanita yang telah berkeluarga dan mempunyai anak.

Adapula faktor ibu yang tidak bekerja karena tidak mendapatkan izin dari suami. Hal tersebut biasanya merupakan perjanjian antara suami istri saat belum menikah. Karena menurut suami bekerja adalah tanggung jawab suami dan suami menginginkan sang istri untuk mengurus keluarga.

3. Kecenderungan *Empty Nest* pada Ibu yang Bekerja dan Ibu yang Tidak Bekerja

Usia paruh baya ini merupakan masa transisi, yaitu merupakan masa dimana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya untuk memasuki periode dalam kehidupan yang akan diliputi oleh ciri-ciri jasmani dan perilaku baru (Hurlock, 2002).

Salah satu fase perkembangan yang akan terlewati sejalan dengan proses pertambahan usia adalah *middle age* atau biasa disebut dewasa madya, terentang antara usia 40-65 tahun (Santrock, 2002). Menurut Santrock, salah satu kejadian penting dalam keluarga dewasa madya adalah mengentaskan anak (*the launching of a child*) menuju kehidupan dewasa, serta menapaki karir atau membina keluarga yang mandiri dari keluarganya semula. Akibatnya, para orang tua harus kembali

menyesuaikan diri sebagai akibat dari ketidakhadiran anak-anak di rumah. keadaan ini dikenal sebagai keadaan *empty nest* atau sarang kosong.

Secara umum *empty nest* ini kebanyakan dialami oleh para ibu daripada ayah. Wardani (2012) mengatakan bahwa para ibu mengakui memiliki perasaan yang lebih buruk daripada para ayah ketika anak-anak mulai meninggalkan rumah. Hal ini dikarenakan seorang ibu mempunyai kelekatan yang kuat terhadap anaknya sebab hampir sebagian besar waktu seorang anak, ketika masa bayi hingga masa remaja, dihabiskan bersama sosok ibu.

Empty nest adalah sindrom yang muncul pada sejumlah orang tua akibat adanya perasaan kehilangan dan krisis identitas yang mereka alami setelah anak-anak meninggalkan rumah dan hidup memisahkan diri dari orang tua (Rosen, dkk, 2000, dalam Gunarsa, 2004). Sekalipun sindrom ini tidak sekedar dialami oleh para orang tua dan mungkin dialami pula oleh individu yang lebih muda, namun ada kesamaan khas yang mempengaruhi munculnya sindrom ini, yaitu derajat kedekatan hubungan individu mempengaruhi kadar sindrom tersebut. Makin dekat hubungan seorang individu dengan individu lainnya, maka semakin besar peluang munculnya *empty nest syndrome* dan jika sindrom ini muncul, makin besar pula kecenderungan intensitasnya.

fenomena *empty nest* merupakan masa transisi yang cukup berat dijalani, terutama bagi orang tua dan khususnya bagi para ibu. Bagi anak-

anak yang telah beranjak dewasa, peristiwa meninggalkan rumah mungkin merupakan kejadian yang ditunggu-tunggu karena dapat dimaknai 'lepas' dari pantauan maupun campur tangan orang tua. Tetapi lain halnya dengan orang tua yang selama bertahun-tahun menjalani kebiasaan mengasuh anak-anaknya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2012) bahwa ibu, khususnya ibu yang tidak bekerja memiliki tingkat stress yang tinggi karena sebagian besar aktivitasnya untuk mengasuh anak, hal itu disebabkan *self esteem* yang dimiliki ibu tidak bekerja lebih rendah daripada ibu yang bekerja

Setiap hari orang tua, terutama ibu yang dalam kesehariannya sibuk menyiapkan berbagai kebutuhan anak dan keluarga, kini mereka harus menghadapi kenyataan bahwa kesibukan itu sudah tidak menjadi kewajibannya lagi karena anak-anak yang sudah tidak tinggal serumah. *Empty nest* memang selalu bersifat negatif karena gejala-gejala merujuk pada suatu yang negatif, dapat menjadi positif apabila seseorang tersebut telah melalui masa *empty nest* tersebut. Pernyataan ini didukung dalam studi longitudinal yang dilakukan oleh Wethington & Kessler (1989) bahwa wanita menikah yang bekerja dengan multiperan, *empty nest* tidak memiliki efek atas kesehatan psikologis; bahkan berhenti bekerja justru meningkatkan stress sedangkan bekerja penuh waktu justru menguranginya. Sehingga *empty nest* bukan saat berakhirnya fase *parenthood* melainkan peralihan menuju tahap hubungan yang baru, dan

juga merupakan kesempatan bagi para orang tua untuk meraih minat-minat baru (Papalia, 2008).

Empty nest memberikan dampak negative pada individu yang mengalaminya berupa perasaan kosong, sepi dan kesedihan yang dapat menimbulkan stress. Namun selain dampak negatif, *empty nest* dapat pula membawa dampak yang positif bagi para ibu. Santrock (2002) mengatakan bahwa tidak semua ibu yang mengalami *empty nest* mendapatkan dampak yang negatif. Beberapa dampak positif yang dapat dialami oleh ibu-ibu khususnya pada ibu yang bekerja, antara lain mereka dapat melanjutkan karir serta pendidikannya dengan cara mengikuti kursus keterampilan atau melanjutkan pekerjaan mereka yang dahulu ditinggalkan karena harus merawat anak, mereka dapat menekuni hobi kesukaan, serta mereka lebih bebas melakukan kegiatan apapun. Dampak positif *empty nest* tersebut juga dapat dirasakan oleh ibu yang tidak bekerja berupa adanya keintiman dan kepuasan pernikahan antara ayah dengan ibu. Hal ini disebabkan karena ketidakadaan seorang anak menyebabkan individu, khususnya ibu yang tidak bekerja mempunyai waktu yang lebih banyak untuk dihabiskan bersama pasangannya sehingga dapat menimbulkan kepuasan pernikahan.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wardani (2012) dan Mitchell (2009) bahwa *empty nest* bukan menjadi isyarat berakhirnya peran sebagai orang tua dan hal itu justru memperlihatkan dampak positif secara psikologis bagi para ibu, berupa meningkatnya

Empty nest merupakan perasaan yang krisis bagi orang tua, khususnya ibu. Keadaan *empty nest* memiliki beberapa gejala, antara lain: (a) depresi, (b) kesedihan yang persisten, (c) perasaan kesepian dan ketidakbergunaan, (d) kekosongan dalam kehidupan pernikahan.

Empty nest dialami oleh ayah dan ibu, namun kebanyakan ibu memiliki perasaan yang lebih buruk daripada ayah ketika anak-anak mulai meninggalkan rumah. Karena ibu memiliki kelekatan yang kuat terhadap anaknya, sebab hampir sebagian besar waktunya dihabiskan bersama dengan anak.

Penelitian Bayene, dkk (2002) menjelaskan bahwa gejala yang amat dominan terjadi pada sejumlah orang dewasa hingga lanjut usia (51-97 tahun) adalah ketakutan akan kesepian (*fear of loneliness*). Penelitian yang dilakukan oleh Carin Rubenstein terhadap seribu wanita yang mengalami *empty nest syndrome* (sindrom sarang kosong), diperoleh hasil bahwa 10% diantaranya dapat menjadi masalah yang akan berakhir pada depresi (Barr, 2009).

Stres tidak hanya dialami oleh ibu rumah tangga. Ibu bekerja juga dapat mengalami stress sama halnya dengan ibu rumah tangga. Stres yang dialami oleh ibu bekerja dapat disebabkan baik dari lingkungan keluarga maupun pada lingkungan tempat kerja. Tuntutan di tempat kerja serta ditambah dengan urusan domestik rumah tangga yang harus dilakukan wanita secara seimbang menyebabkan ibu yang bekerja tidak memiliki waktu untuk memikirkan dirinya sendiri. Banyaknya tuntutan yang dialami oleh ibu

bekerja menyebabkan mereka cenderung dapat mengalami stress (Santrock, 2002).

Seorang ibu yang memilih *full time* mengurus rumah tangganya, ia disibukkan dengan bermacam-macam pekerjaan rumah tangga dalam setiap harinya. Vuuren (dalam Dwijayanti, 1999) menyatakan bahwa pekerjaan kaum wanita adalah memasak di rumah, menjahit, berbelanja, menyetrika pakaian dan mengurus anak.

Ibu rumah tangga dituntut untuk mengerjakan berbagai macam pekerjaan rumah tangga dalam setiap harinya dengan jam tidak terbatas karena berlangsung terus-menerus. Menurut Smet (1994), tuntutan kerja yang terlalu banyak dan beban kerja yang berat dapat menimbulkan stress. Keadaan stress muncul apabila tuntutan-tuntutan yang luar biasa atau terlalu banyak mengancam kesejahteraan dan integritas seseorang.

Setiap ibu, baik ibu bekerja maupun ibu rumah tangga, memiliki respon yang berbeda-beda terhadap *empty nest*. Ibu yang tidak bekerja lebih memiliki kecenderungan *empty nest* ketika anak mulai meninggalkan rumah, karena kelekatan yang dirasakan ibu yang tidak bekerja pada keluarga terutama anak sangat mendalam. Sedangkan pada ibu yang bekerja juga dapat memiliki kecenderungan *empty nest*, hanya saja ibu yang bekerja dapat memfokuskan kembali pada pekerjaannya dan dapat mengontrol perasaan kesepian tersebut.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi. Tujuan utama pada penelitian ini adalah ingin mengetahui ada tidaknya kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja. Sesuai dengan pendapat Ghony (2012) yang menyatakan bahwa tujuan terpenting dari penelitian kualitatif adalah untuk memahami fenomena yang dialami subyek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain sebagainya. Selain itu juga mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai masalah yang diteliti.

B. Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini subyek utama adalah ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja berumur 40-65 tahun. Dalam penelitian ini terdapat empat subyek yang berdomisili di Surabaya di kecamatan Sambikerep. Lokasi penelitian tersebut akan disesuaikan dengan kesepakatan dibuat sebelumnya antara subyek dan peneliti.

C. Sumber Data

Untuk mengungkapkan sebuah kasus mengenai kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja diperlukan adanya subyek yang dapat memberikan data serta mampu memberikan gambaran yang nyata berkenaan dengan kasus tersebut.

Pengambilan subyek dalam penelitian ini dilakukan dengan cara memilih subyek dan informan berdasarkan kriteria-kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Dengan pengambilan subyek secara *purposif* (sesuai dengan kriteria yang ditentukan), maka penelitian ini menemukan subyek yang sesuai dengan tema penelitian.

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan dua sumber data, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder (Bungin, 2003). Data primer adalah data yang diperoleh dari perilaku atau tindakan subyek utama dalam penelitian, dalam hal ini adalah dua orang ibu yang bekerja dan dua orang ibu yang tidak bekerja.

Berdasarkan pada fokus kajian penelitian yaitu kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja, telah ditentukan kriteria dari sumber data primer adalah sebagai berikut: 1) subyek merupakan ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja berumur 40-65 tahun yang ditinggal oleh anak dan hidup terpisah dengan anak. 2) mengalami gejala *empty nest*; 3) bersedia menjadi subyek penelitian.

Sumber data primer dalam penelitian ini terdiri dari empat subyek. Untuk subyek yang pertama berinisial KH, seorang ibu rumah tangga yang bekerja berusia 47 tahun. Subyek seorang guru SD Islam di Surabaya Barat dan memiliki satu anak yang berinisial IA berusia 19 tahun dan sedang menempuh pendidikan di Bandung dan saat ini subyek hanya tinggal berdua dengan suami.

Untuk subyek kedua berinisial SU, seorang ibu rumah tangga yang bekerja berusia 44 tahun. Subyek seorang guru SD Islam di Surabaya Barat dan sebagai wakil kepala sekolah MA di Surabaya Barat dan memiliki satu anak yang berinisial SR berusia 20 tahun dan sedang menempuh pendidikan di Kalimantan. Subyek telah bercerai dengan suami sejak sang anak masih berumur 3 tahun dan saat ini subyek hanya tinggal berdua dengan sang ibu.

Untuk subyek ketiga berinisial SP, seorang ibu rumah tangga yang tidak bekerja berusia 60 tahun. Subyek memiliki dua orang anak, laki-laki (44 tahun) dan perempuan (42 tahun). Keduanya telah menikah dan hidup terpisah dengan subyek. Suami subyek meninggal tiga tahun yang lalu dan saat ini subyek hanya tinggal sendiri.

Untuk subyek keempat berinisial SN, seorang ibu rumah tangga yang tidak bekerja berusia 55 tahun. Subyek memiliki tiga orang anak, dua anak perempuan dan satu laki-laki. Anak pertama perempuan berinisial RN berusia 30 tahun, anak kedua laki-laki berinisial HA berusia 27 tahun, dan anak ketiga berinisial NK berusia 21 tahun. Anak pertama dan kedua (RN dan HA) telah menikah dan hidup terpisah dengan subyek, sedangkan anak terakhir (NK) belum menikah tetapi tinggal di Bali karena urusan pekerjaan. Saat ini subyek hanya tinggal berdua cucu dari anak pertama.

Sedangkan data sekunder adalah data yang didapatkan dari informan sebagai penguat dari data primer yang disebut dengan subyek partisipan.

Subyek partisipan adalah orang-orang yang hidup di sekitar subyek dan teori-teori yang terkait dengan fokus penelitian yang digunakan.

Adapun kriteria utama sebagai sumber data sekunder adalah sebagai berikut; 1) memiliki kedekatan dengan subyek; 2) telah mengenal subyek dan mengetahui keseharian subyek; 3) bersedia menjadi informan tentang subyek.

Sumber data sekunder dalam penelitian ini terdiri dari delapan *significant other*, untuk subyek yang pertama (KH) adalah suami dan tetangga. *Significant other* yang pertama berinisial AD berusia 50 tahun dan seorang wiraswasta. Hubungan dengan subyek yaitu sebagai suami. *Significant other* kedua yang berinisial IH berusia 44 tahun seorang ibu rumah tangga dan memiliki dua anak. Hubungan dengan subyek yaitu sebagai tetangga.

Pada subyek kedua (SU) data sekundernya diperoleh dari ibu subyek dan tetangga yang tinggal di sekitar rumah subyek. *Significant other* yang pertama berinisial SM berusia 65 tahun dan sebagai ibu rumah tangga. Hubungan dengan subyek yaitu sebagai ibu subyek. *Significant other* kedua yang berinisial NS berusia 41 tahun seorang ibu rumah tangga dan memiliki dua anak masih SD dan SMP. Hubungan dengan subyek yaitu sebagai tetangga.

Pada subyek ketiga (SP) data sekundernya diperoleh dari tetangga yang tinggal di sekitar rumah subyek. *Significant other* yang pertama berinisial LW berusia 57 tahun dan sebagai ibu rumah tangga dan

memiliki dua anak. Hubungan dengan subyek yaitu sebagai tetangga. *Significant other* kedua yang berinisial QH berusia 44 tahun seorang ibu rumah tangga dan memiliki satu anak yang masih SMP. Hubungan dengan subyek yaitu sebagai tetangga.

Pada subyek keempat (SN) data sekundernya diperoleh dari suami subyek dan tetangga yang tinggal di sekitar rumah subyek. *Significant other* yang pertama berinisial FH berusia 60 tahun, beliau bekerja sebagai supir pribadi. Hubungan dengan subyek yaitu sebagai suami subyek. *Significant other* kedua yang berinisial IN berusia 27 tahun seorang pegawai swasta di mall Tunjungan Plaza . Hubungan dengan subyek yaitu sebagai tetangga.

D. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh data yang diinginkan oleh peneliti. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa cara pengumpulan data yaitu wawancara, observasi dan dokumen.

1. Wawancara

Banister (dalam Poerwandari, 2007) menjelaskan bahwa wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan tersebut dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut. Dalam penelitian ini wawancara merupakan alat utama untuk menggali kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja.

Wawancara digunakan peneliti untuk mengumpulkan data dan menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga hal-hal lain dari subyek secara lebih mendalam lagi yang berhubungan dengan kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan yang tidak bekerja. Jenis wawancara yang digunakan adalah jenis wawancara semi struktural. Adapun pedoman wawancara yang digunakan dalam teknik wawancara tersebut.

Disini peneliti menggunakan wawancara tidak terstruktur. Pada pedoman wawancara hanya berupa pertanyaan-pertanyaan dalam garis besar. Pedoman meliputi:

Ibu yang bekerja: (1) alasan subjek untuk bekerja (2) waktu subjek untuk bekerja (3) gambaran bentuk dukungan keluarga terhadap subjek (4) alasan anak memilih tinggal terpisah dengan orang tua (5) perasaan subjek saat anak memutuskan untuk tinggal jauh dari subjek (6) hal-hal yang dilakukan subjek setelah anak memilih untuk hidup terpisah (7) hubungan pernikahan subjek setelah anak memilih hidup terpisah.

Ibu yang tidak bekerja: (1) alasan subjek tidak bekerja (2) alasan anak memilih tinggal terpisah dengan orang tua (3) perasaan subjek saat anak memutuskan untuk tinggal jauh dari subjek (4) hal-hal yang dilakukan subjek setelah anak memilih untuk hidup terpisah (5) hubungan pernikahan subjek setelah anak memilih hidup terpisah.

Significant other: (1) hubungan *significant other* dengan subjek (2) kedekatan *significant other* dengan subjek (3) keseharian subjek (4)

pendapat *significant other* tentang subjek (5) sosialisasi subjek dengan tetangga. (**Guidance terdapat pada lampiran hal. 102**).

2. Observasi

Alasan digunakan metode observasi ini untuk menunjang data hasil dari wawancara, melalui observasi ini diharapkan beberapa bentuk ekspresi wajah, gerakan tubuh atau *body language* bisa teramati atau terdeteksi sehingga mampu memberikan cek dan recek terhadap informasi-informasi yang telah disampaikan oleh subyek dalam wawancara. Selain itu observasi dibutuhkan untuk mengamati aktivitas yang berlangsung serta perilaku yang muncul saat penelitian berlangsung (Herdiansyah, 2012).

Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui ada tidaknya kecenderungan *empty nest*, peneliti akan melihat atau melakukan observasi bagaimana ekspresi wajah atau *body language* subyek pada saat menceritakan.

Selain itu pedoman observasi yang digunakan oleh peneliti untuk melihat meliputi: (1) keseharian subjek (2) *body language* subjek saat wawancara (3) sosialisasi subjek dengan tetangga (4) gejala kecenderungan *empty nest* yang tampak. (**Guidance terdapat pada lampiran hal. 104**).

3. Dokumen

Selain wawancara dan observasi, dokumen juga berperan penting dalam mengumpulkan informasi yang dibutuhkan untuk penelitian.

Dokumen digunakan untuk menelusuri data sejarah dari subyek. Data tersebut bisa berupa foto keluarga dan kartu keluarga (KK) yang digunakan sebagai penunjang bahan informasi (Ghony, 2012).

E. Prosedur Analisis dan Interpretasi Data

Analisis kualitatif merupakan analisis yang mendasarkan pada adanya hubungan semantik antar variable yang sedang diteliti. Tujuannya ialah agar peneliti mendapatkan makna hubungan variabel-variabel sehingga dapat digunakan untuk menjawab masalah yang dirumuskan dalam penelitian. Hubungan antar semantik sangat penting karena dalam analisis kualitatif, peneliti tidak menggunakan angka-angka seperti pada analisis kuantitatif (Sarwono, 2006).

Analisis data merupakan proses akhir dalam penelitian kualitatif (Creswell, 2010). Teknik atau metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah induktif dengan menggunakan prosedur fenomenologis. Teknik dipilih karena penelitian ini akan berasal dari hasil temuan khas yang ada di lapangan yang kemudian diinterpretasikan secara umum.

Menurut Creswell (2010) terdapat beberapa langkah dalam menganalisis data sebagaimana berikut ini:

1. Mengolah dan menginterpretasi data untuk dianalisis, langkah ini melibatkan transkripsi wawancara, *menscaning* materi, menetik data lapangan, atau memilah-milah dan menyusun data tersebut ke dalam jenis-jenis yang berbeda tergantung sumber informasi.

2. Membaca keseluruhan data. Dalam tahap ini, menulis catatan-catatan khusus atau gagasan-gagasan umum tentang data yang diperoleh.
3. Menganalisis lebih detail dengan meng-*coding* data. *Coding* merupakan proses mengolah materi atau informasi menjadi segmen-segmen tulisan sebelum memaknainya.
4. Menerapkan proses *coding* untuk mendiskripsikan *setting*, orang-orang, kategori, dan tema-tema yang akan dianalisis. Deskripsi ini melibatkan usaha penyampaian informasi secara detail mengenai orang-orang, lokasi-lokasi, atau peristiwa-peristiwa dalam *setting* tertentu.
5. Menunjukkan bagaimana diskripsi dan tema-tema ini akan disajikan kembali dalam narasi atau laporan kualitatif. Pendekatan ini bisa meliputi pembahasan tentang kronologi peristiwa, tema-tema tertentu (lengkap dengan subtema-subtema, ilustrasi-ilustrasi khusus, perspektif-perspektif, dan kutipan-kutipan), atau tentang keterhubungan antartema.
6. Menginterpretasi atau memaknai data. Interpretasi juga bisa berupa makna yang berasal dari perbandingan antara hasil penelitian dengan informasi yang berasal dari literatur atau teori.

F. Keabsahan Data

Menurut Sceven (dalam Moleong, 2009) dalam menetapkan keabsahan (*trustworthiness*) data diperlukan teknik pemeriksaan. Dalam pelaksanaan teknik pemeriksaan didasarkan pada beberapa kriteria

tertentu, antara lain yaitu derajat kepercayaan (*credibility*), keterahlian (*transferability*), kebergantungan (*dependability*), dan kepastian (*confirmability*). Empat kriteria tersebut akan digunakan dalam penelitian ini selama melakukan pemeriksaan data dari lapangan sampai dengan laporan hasil penelitian. Adapun teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ini adalah:

1. Ketekunan / keajegan pengamatan

Keajegan pengamatan berarti mencari secara konsisten interpretasi dengan berbagai cara dalam kaitan dengan proses analisis yang konstan. Mencari suatu usaha membatasi berbagai pengaruh. Mencari apa yang dapat diperhitungkan dan apa yang tidak dapat. (Moleong, 2009).

Cara yang dilakukan adalah membaca berbagai referensi buku maupun hasil penelitian atau dokumentasi-dokumentasi yang terkait dengan temuan yang diteliti. Sehingga dapat digunakan untuk memeriksa data yang ditemukan itu benar dapat dipercaya atau tidak serta dilihat dari hasil wawancara dan observasi apakah terlihat kecenderungan *empty nest* pada keempat subjek. Sehingga dapat dianalisis berdasarkan hasil temuan.

2. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Diluar data tersebut untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding data. Triangulasi dalam

pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik, triangulasi waktu (Moleong, 2009).

Triangulasi sumber dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber yakni dua ibu yang bekerja dan dua ibu yang tidak bekerja dan *significant other*.

Triangulasi teknik dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Teknik yang utama dengan melakukan wawancara terhadap subjek dan *significant other*, serta teknik observasi dan pengumpulan dokumen yang berhubungan dengan subjek sebagai teknik pendukung.

Triangulasi waktu dilakukan dengan melakukan wawancara dan observasi dalam waktu dan situasi yang berbeda. Triangulasi waktu dilakukan pada hari pertama peneliti melakukan wawancara dan observasi dalam satu waktu, selanjutnya pada lain hari peneliti hanya melakukan observasi pada subjek.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi partisipan

Subjek utama dalam penelitian ini berjumlah 2 ibu yang bekerja dan 2 ibu yang tidak bekerja. Setiap subjek memiliki 2 *significant other* untuk membantu memperoleh data yang diinginkan oleh peneliti. Keempat subjek tersebut bertempat tinggal di satu kecamatan yang sama yaitu kecamatan Sambikerep, Surabaya.

Setelah mendapatkan subjek yang sesuai dengan kriteria, kemudian peneliti mencoba untuk perkenalan terlebih dahulu agar ketika wawancara berlangsung sudah terbangun kepercayaan yang membuat subjek bersedia menceritakan apa yang peneliti minta tanpa ada paksaan dan tidak terjadi kecanggungan ketika wawancara berlangsung. Serta membuat *informed consent* sebagai bentuk ketersediaan menjadi subjek penelitian.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan penelitian dirumah masing-masing subjek. Untuk waktu penelitian disesuaikan dengan waktu luang dari masing-masing subjek. Jarak lokasi tempat keempat subjek cukup dekat, masih dalam satu wilayah yang mudah untuk dijangkau. Data yang ada diperoleh dari hasil wawancara dan observasi mulai dari awal hingga akhir yang dilakukan oleh peneliti. Dalam proses wawancara untuk mengumpulkan data peneliti juga harus berhati-hati dengan setiap pertanyaan yang diberikan kepada subjek agar pertanyaan tersebut tidak menyinggung subjek yang berkaitan dengan komunikasi interpersonal.

Saat anak pertama kali pergi ke Bandung untuk kuliah KH sempat menangis karena berkurangnya satu anggota keluarga di rumah. Namun KH sering berkomunikasi dengan sang anak melalui telepon. Suami KH juga sering mengunjungi sang anak ketika bertugas di Bandung.

Setiap harinya KH bekerja sebagai seorang guru dari pukul tujuh pagi hingga pukul dua siang, begitupun dengan suami hanya saja sang suami sampai pukul lima sore. KH dan suami hanya bertemu disaat pagi dan malam hari karena jadwal kerja masing-masing. Hubungan keduanya sangat baik.

Kemudian informan pendukung atau *significant other*, untuk subjek pertama berjumlah 2 orang yakni AD dan IH. AD merupakan suami dari KH. Pekerjaannya sehari-hari di Samsat bagian mutasi STNK. AD berusia 48 tahun. AD sering mengunjungi anaknya saat ada panggilan kerja di Bandung. Orang tua AD berada di Bogor. Ketika pulang ke Bogor AD selalu menyempatkan diri untuk mengunjungi anaknya. AD dan KH selalu memantau perkembangan dan aktivitas sang anak.

Significant other yang kedua yakni IH. IH adalah tetangga KH, IH seorang ibu rumah tangga, IH memiliki warung makan dekat rumah. Sehari-hari IH bekerja di warung makannya dari pagi sampai malam. IH berusia 44 tahun.

SN. Ia merupakan orang yang dekat dengan SN. FH adalah seorang ibu rumah tangga, FH berusia 60 tahun. *Significant other* kedua yakni IN. IN merupakan tetangga SN. IN adalah seorang pegawai swasta di mall Tunjungan Plaza. IN saat ini berusia 27 tahun.

B. Temuan Penelitian

1. Deskripsi temuan penelitian

- a. Gambaran kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja

1. Subjek pertama : Ibu yang bekerja (KH)

KH adalah seorang ibu rumah tangga yang bekerja. KH adalah seorang guru di sekolah dasar swasta berusia 47 tahun. Subjek memiliki anak yang berusia 19 tahun dan saat ini sedang menempuh perkuliahan di Bandung. Subjek saat ini hanya tinggal berdua dengan suami. Suami subjek juga seorang pekerja. Saat anak pertama kali pergi ke Bandung untuk kuliah KH sempat menangis karena berkurangnya satu anggota keluarga di rumah. Namun KH sering berkomunikasi dengan sang anak melalui telepon. Suami KH juga sering mengunjungi sang anak ketika bertugas di Bandung. Berikut petikan wawancara peneliti dengan subjek (KH) :

“Saat ini saya 44 tahun mbak” (KH.280916.01)

“Sementara di SD aja, SD swasta” (KH.280916.03)

“Di Bandung mbak, diterima kuliah di Bandung” (KH.280916.06)

“Ya kesepianlah ya jauh soalnya, tapi lama-lama terbiasa”
(KH.280916.07)

“Ya paling telepon, kan sekarang bisa telepon bisa skype gitu kan ya” (KH.280916.09)

“Ya pernahlah, tapi yang sering kan ayahnya. Ayahnya kan kerjanya lebih bebas gak terikat. Jadi kapanpun ayahnya mau ya pergi” (KH.280916.10)

“Iya pernah, yang sering ya saya kan istri kerja, saya kan kerjanya gak terikat waktu” (AD.051016.21)

“Ya iya lah hehe. Kan kalau gak ada ayahnya kan ada IA” (KH.280916.29)

“Ya IA. Kan kalau istri kan ketemu tiap hari. Kadang-kadang saya ya kangen juga” (AD.051016.08)

Menurut suami saat awal sang anak awal berangkat ke Bandung KH menangis dan terkadang terlihat merenung karena rindu dengan anak. Kegiatan yang dilakukan KH saat di rumah hanya mengoreksi tugas murid-murid, memasak, dan menonton tv karena merasa tidak ada lagi anak di rumah sehingga hanya sedikit yang dilakukan. Seperti halnya kutipan wawancara dibawah ini :

“Kadang-kadang dia sms atau telepon gitu kalau lagi kangen banget” (AD.051016.02)

“Ya iya kalau ada angin yang bikin kangen ya suka sms, suka merenung ingin ketemu” (AD.051016.03)

“Ya awal-awal kita tangisan hehehe pasti mbak kan anak satu-satunya gitu lho. Tapi lama-lama sudah terbiasa hehehe” (AD.051016.14)

“Iya mikirin juga kan. Biar kata enak disana tapi kan pasti kepikiran” (AD.051016.29)

“Iya sebenarnya kangen, tapi karena banyak tugas jadi sibuk. Kemarin saya nganterin di Blitar tes TNI AL dari 8.000 anak yang diterima tinggal 35 anak, IA tinggal tanda tangan aja kalau dia mau, nangis ibunya berharap gak diterima sama IA soalnya bagian

intelligent, tapi waktu keterima di ITB mamanya langsung tenang”
(AD.051016.37)

“Ya iya, makannya cari hiburan kan nanti bisa hilang, tapi kumpul berdua inget anak lagi hehe, apalagi ada makanan yang dia seneng kita jadi ingat. Kayak keju, ke bogor biasanya disediakan keju sama kakak “ini makanane IA iki” (AD.051016.31)

“Ya kita ya, kalau pulang rasanya gak enak berubah gitu, kalau ada anak kan lain. Kalau sudah sendiri masuk rumah berasa kosong”
(AD.051016.22)

“Apa ya mbak paling ya ngoreksi tugasnya murid-murid, nonton tv, masak apalagi mbak wong di rumah Cuma berdua anak gak ada ya wes gitu tok mbak kerjaannya” (KH.280916.13)

Hubungan KH dengan sang anak tetap baik walaupun anak berada di Bandung. KH sering berkomunikasi dengan sang anak untuk menghilangkan perasaan rindu. Sang anak juga selalu bercerita kepada KH tentang apapun. Saat anak pulang ke rumah KH terkadang mengajak anak untuk jalan-jalan dan sang anak sering bermain dengan teman-temannya untuk melepas rindu. Seperti halnya kutipan wawancara dibawah ini :

“Kalau dekat relative ya mbak, yang jelas IA selalu terbuka walaupun jauh, hal sekecil apapun dia cerita. “Ma aku mau pergi ya?” (KH.280916.14)

“Iya. Mau beli sepatu baru aja laporan hehe. Beli kaos kaki aja laporan “Ma aku beli kaos kaki ya?” (KH.280916.15)

“Iya itu tadi itu sehari dua hari minta tidur bareng terus cerita ngalor ngidul gitu aja paling ujung-ujungnya “Ma gak pengen makan ini ta, ayo tak temenin”, dia minta berarti kan hehe”
(KH.280916.38)

“Saya gak tahu ya kalau bapak-bapak kan laki sama laki, ya yang jelas pak AD sering kesana gitu aja sih. Kalau IA curhatnya sih lebih ke saya, tapi kalau ayahnya kesana ya dapet cerita buanyak gitu hehehe” (KH.280916.17)

“Iya, tapi sehari dua hari gitu di rumah. minta tidur bareng “Ma tidur ya bareng aku”. Sudah selesai sehari dua hari cerita ngalor ngidul gitu wes keluar sama temannya”(KH.280916.28)

“Kayak e aku mbak, soale dia lek lagi butuh dana tok telephone mbak hehe kalau gak ya gak “Ma uangku habis”. Kalau saya kan nanya udah makan, udah shalat?” (KH.280916.31)

“Setahuku se selalu dia cerita, tapi mungkin kalau yang pribadi se mungkin gak, tapi sering dia cerita, hal sekecil apapun cerita kayak “Ma aku ke Lembang ya sama cewek?” ya terbuka sih dia, ya mungkin orang kan punya sisi pribadi yang jelas sekecil apapun dia cerita” (KH.280916.32)

“Iya kadang nginep di rumah sama temen-temennya, atau di rumah temennya” (AD.051016.33)

“Iya se, kalau lama gak keluar ya malam. Malem jam berapa jam 10 jam 11 itu malam ya?ya jam segituan se hehe” (KH.280916.37)

“Iya sering mbak, anaknya dulu kan temennya anak saya jadi sering ke rumah. sama tetangga sering mbak cuman gak sering banget soalnya di sini kan perumahan anak seumuran dia juga jarang di sini mbak jadi yang saya tahu itu sering main sama temen di luar kampung mbak” (IH.201016.10)

Menurut suami dan tetangga cara untuk mengatasi kesepian yang dilakukan KH yaitu dengan kadang kumpul dengan tetangga. KH tidak terlalu sering kumpul dengan tetangga, karena tetangga KH kebanyakan orang pekerja, jadi KH biasa kumpul dengan tetangga hanya hari libur dan kegiatan komplek. Namun, KH aktif mengikuti kegiatan di komplek, seperti PKK, arisan, pengajian. Seperti halnya kutipan wawancara dibawah ini :

“Kadang-kadang ya kumpul-kumpul sama ibu-ibu, kadang-kadang ke mall, kadang ke rumah orang tua” (AD.051016.19)

“Ya sering sama bu JK, sama bu TG apalagi pas PKK” (AD.051016.10)

“Ya biasalah ikut ibu-ibu pkk, pengajian gitu kan. Karaoke sekali-sekali hehe” (KH.280916.13)

“Baik mbak, tapi kalau ngerumpi-ngerumpi gitu gak pernah mbak cuman kalau kayak arisan, PKK, pengajian aktif mbak. Di sini kan orang-orang pekerja semua mbak jadi ya jarang kumpul-kumpul, kumpulnya mungkin waktu PKK atau gak pas pengajian. Satu kampung kenal mbak kan beliau jadi pengurus di PKK jadi pemegang simpan pinjam” (IH.201016.05)

“Gak mbak yang saya tahu sih bu KH itu sering di rumah. keluarnya mungkin ya kalau jenguk tetangga yang sakit misalnya ke rumah sakit kalau gak acara rekreasi kampung gitu aja mbak” (IH.201016.14)

Hubungan KH dengan suami baik-baik saja semenjak sebelum dan sesudah anak kuliah di Bandung. Menurut tetangga hubungan KH dengan suami tetap harmonis, tidak pernah terdengar keributan. Hubungan KH dengan tetangga juga baik, bahkan tetangga KH merupakan orang yang peduli terhadap tetangga yang lain ketika salah satu tetangganya sakit maupun kesusahan.

“Kita ya rukun-rukun aja, jangan sampai betengkar hehehe” (AD.051016.16)

“Semenjak anak kuliah di Bandung ya lebih harmonis, gak pernah gejer, apa yaa rukun-rukun aja” (AD.051016.24)

“Kalau sepengetahuan saya sih baik, harmonis mbak. Semenjak anaknya masih di sini keluarganya baik-baik aja mbak” (IH.201016.06)

“Iya mbak di sini itu meskipun orangnya bekerja semua tapi kalau ada tetangga yang sakit pasti peduli semua. Seperti kemarin waktu beliau lagi sakit dan kebetulan suaminya lagi di Bogor, tetangga pada bawain makanan ke rumahnya lalu ada yang nungguin. Kita di sini peduli kok mbak kalau ada salah satu tetangga yang sakit. Kan tetangga adalah saudara terdekat mbak” (IH.201016.13)

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan KH memiliki kecenderungan *empty nest* seperti, perasaan kesepian saat tidak ada anak di

rumah, kesedihan persisten saat sang anak harus kembali ke Bandung. Dari observasi terlihat KH sering menghela nafas saat bercerita tentang anaknya dan selalu murung saat bercerita tentang perasaannya ketika di rumah sendirian. KH juga sering curhat kepada teman kerjanya ketika KH rindu dengan anaknya, KH bercerita bahwa ia kesepian tidak ada anak di rumah. saat peneliti datang ke rumah KH, KH terkadang meminta peneliti untuk menginap di rumahnya untuk menemaninya.

Dari kutipan wawancara dan hasil observasi di atas dapat disimpulkan bahwa subjek pertama (KH) memiliki kecenderungan *empty nest*, namun KH masih bisa mengontrol perasaan kesepian tersebut. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mitchell dan Lovegreen (2009) tentang “*The Empty Nest Syndrome In Midlife Families*” dan penelitian dari Larasati (2013) dengan judul “Kebermaknaan Hidup Pada Usia Dewasa Madya Menghadapi Pengisian Sarang Kosong. Mitchell mengatakan Mereka mengatakan pengalaman sarang *empty nest* justru memperlihatkan dampak positif secara psikologis bagi para ibu, berupa meningkatnya pertumbuhan diri, hubungan perkawinan yang memuaskan, ketersediaan waktu luang yang cukup.

Larasati mengatakan orang tua mengalami sedikit kesulitan pada awal tahap *empty nest*, kemudian dengan komunikasi yang dilakukan bersama anggota keluarga orang tua dapat mengatasi kesulitan tersebut.

Di sini KH memang memiliki kecenderungan *empty nest*, namun KH juga merasakan hubungannya dengan suami menjadi lebih harmonis ketika

anaknya di Bandung dan memiliki waktu luang yang cukup untuk melakukan kegiatan yang disukai. Pada awal anak tinggal di Bandung KH merasakan perasaan kosong karena anak tidak lagi berada di rumah, namun karena komunikasi dengan anak tetap terjalin akhirnya KH dapat menerima keadaan rumah tanpa anak.

2. Subjek kedua : Ibu yang bekerja (SU)

SU adalah seorang guru SD dan MA berusia 44 tahun. SU memiliki 1 anak yang berusia 21 tahun dan saat ini sedang kuliah di Kalimantan. Saat ini subjek hanya tinggal berdua dengan sang ibu.

Sehari-hari subjek bekerja sebagai guru SD dan MA di Surabaya. Pagi sampai siang subjek mengajar di SD lalu siang sampai sore subjek bekerja di MA. Subjek bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan untuk membiayai pendidikan anaknya. Subjek telah bercerai dengan sang suami sejak lama sejak sang anak berumur 3 tahun. Semenjak bercerai subjek tidak pernah berhubungan dengan sang suami. Sebagaimana kutipan wawancara berikut ini:

“Yang pertama memang cita-cita ingin jadi guru jadi bekerja itu karena suatu faktor keinginan, mulai dari kecil ingin jadi guru, akhirnya tercapai. Kebetulan di lingkungan pendidikan ini enjoy berhubungan dengan anak-anak, jadi santai. Jadi itu alasan untuk bekerja” (SU.240916.01)

“Dari kecil kepinginnya bisa ngajari anak-anak, jadi sosok guru yang dikagumi kepingin seperti itu mbak” (SU.240916.02)

“Kebetulan mbak Karena saya ada keistimewaan sedikit ya bisa ngajar di dua sekolah, satu di MA satu lagi di SD. Kebetulan sertifikasi ikut di MA. Di MA jadi guru bahasa Indonesia, kan ijazah

ngapain mau kemana gitu mbak, jadi bisa bareng-bareng. Karena gak enak kalau IN gak ikut gitum mbak” (SU.240916.16)

“Iya banget mbak hehe, terutama mbah uti. Jadi kalau lagi berdua ya luntang luntung hehe. Pokoknya jarang keluar, habis maghrib wes di rumah mbak kadang ngobrol berdua sambil nonton tv di ruang tamu, setelah itu tidur sendiri-sendiri deh mbak hehehe” (SU.240916.23)

“Ya nangis sih iya, ya nelangsa sering mikir enak ya kalau ada anak, tapi nangisnya gak sering mbak hehe. Tapi ya keinget waktu kumpul-kumpul. Sering video call mbak kan sekarang jamannya video call ya mbak, tanya anak lagi dimana, lagi ngapain gitu mbak. Kerjaan saya ya urusan sekolah mbak, nonton tv, masak, main hp udah gitu tok mbak wong anak gak di rumah mbak ngapainlagi terusan mbak.” (SU.240916.29)

“Dibilang kesepian ya kesepian mbak, tapi tiap pagi mesti telepon sama anaknya mbak. Jadi senang gitu mbak kalau sudah denger suara anaknya gitu” (SM.041016.05)

“Gak itu soale anak’e ya sering telepon. Ada apa gitu telepon pokok e sering telepon-teleponan mbak” (SM.041016.15)

Cara yang dilakukan oleh SU untuk mengatasi perasaan kesepian yaitu dengan jalan-jalan dengan sang ibu dan mengikuti kegiatan kampung. SU sangat aktif mengikuti kegiatan di kampung seperti, PKK, pengajian, arisan. SU jarang sekali berkumpul dengan tetangga sekitar karena kesibukannya sebagai guru dan pengurus PKK di kampung. Namun SU sangat akrab dengan tetangga hampir satu RW kenal dengan SU. SU dikenal oleh tetangga sebagai orang yang mudah akrab, baik, grapyak (mudah bergaul), kerja keras. Sebagaimana kutipan wawancara berikut ini:

“Ya kalau sepi ya ngobrol-ngobrol, lihat tv, kadang ngerencanakno jalan-jalan bareng, pergi ke Manukan, kemana aja wes mbak. Kayak kemarin pergi ke Manukan beli makanan kesukaan ibu saya terus kemana lagi gitu, wes gitu tok mbak. Kan ketemuanya Cuma sore hampir malem ya terus tidur mbak” (SU.240916.24)

cara aktif mengikuti kegiatan di kampung, bercanda dengan sang ibu dan sering berkumpul dengan saudara-saudaranya. Dari observasi terlihat SU saat menceritakan tentang perasaannya ketika anak tidak ada di rumah terlihat biasa saja karena SU sudah terbiasa hidup terpisah dengan anaknya. Sang anak juga pernah mondok saat SMP, sehingga SU dapat menyesuaikan diri dengan baik saat berpisah dengan anak. Saat peneliti menanyakan tentang suami terlihat SU agak malas untuk menceritakannya dan terlihat mimik wajah SU berubah menjadi masam karena tidak ingin mengingat mantan suaminya lagi.

Dari kutipan wawancara dan hasil observasi di atas dapat disimpulkan bahwa SU sedikit memiliki kecenderungan *empty nest*, namun SU dapat mengatasi perasaan kesepian tersebut dengan baik. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Akmalah (2014) dengan judul “*psychological Well-being* pada Ibu Usia Dewasa Madya yang Berada pada Fase Sangkar Kosong”.

Akmalah mengatakan subjek yang berada pada fase *empty nest* tampil dalam kualitas yang cukup baik, namun memiliki perbedaan dalam karakteristik dimensi yang menjadi perhatian pada masing-masing subjek. Maksud dari pernyataan Akmalah adalah seorang ibu yang berada pada fase *empty nest* dapat melampaui fase tersebut dengan baik dalam karakteristik pada masing-masing individu.

Hasil temuan pada SU juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wardani (2012) tentang “Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan

ada EN masih ada mas JM gak apa-apa pak insyaAllah kita semua ikhlas”. mantu saya yang laki baca yasin bolak balik” (SP.240916.25)

“Masih ada konflik mbak tapi udah mendingan. Sekarang kan tinggal di Tengger mbak” (SP.240916.26)

“Lek mas JM iku gak isok mbak wonge iku yok opo yo wes kalah pokok e mbak ambek istrine. Apa kata istrinya mbak istrinya minta pindah ya pindah dijak sini ya sini gak isok diomongi mbak istrine iku, lak yo repot se mbak lek koyok ngunu. Meskipun istrinya sering marahi mertuanya gak bisa ngandani mas JM itu mbak, istrine malah marah gitu mbak” (LW.051016.26)

“Setelah suaminya meninggal mbak, dulu suaminya masih ada gak seberani seperti ini mbak masih ada rasa takut sama suaminya bu SP. Sekarang kalau dilarang tambah marah mbak istrinya mas Jat itu” (LW.051016.27)

“Iya mbak wong ibu’e wani ambek mertuane jadi anak’e ya ikut-ikutan mbak, anak’e ae wes berani ambek neneknya. Pernah kapan itu bu SP dipukul sama cucunya di kamar mandi” (LW.051016.28)

“Itu mbak kan kamar maandinya gantian mbak pas bu SP lagi di kamar mandi lama wong yo jenenge wong tuwo yo mbak gerak e wes gak isok cepet terus cucune itu juga mau ke kamar mandi pas keluar itu bu SP dimarahi dan dipukul sama cucunya. Bu SP cerita sendiri ke saya, saya itu lek gak diceritani ya gak tahu mbak saya kan juga gak pernah masuk-masuk ke rumahnya gak mau ikut campur masalah orang lain. Ya saya ngomong ke bu SP “kok kurang ajar ngunu se lek digepuk maneh ojok gelem bu” saya bilangin gitu mbak. Waktu anaknya mukul neneknya itu ibunya bilang gini mbak “wes senenono ae iku wes tuwek kok kurang ajar” menenatunya mbak bilang kayak gitu ke anaknya didepan mertuanya” (LW.051016.28)

“Iya mbak wes gak onok ajine blas ambek mertuane. Dee gak sadar mbak tinggal iku ndek rumahe siapa, gak isok ndekek awak. Yo sakno bu SP mbak mending tinggal sendirian daripada kumpul tapi tukaran ae mbak sama tetangga yo malu” (LW.051016.29)

“Yo gak onok mbak gak onok rasa bersalah blas. Sampai kadang bu SP ngomong ngene mbak “tak dungakno nak mene anakmu lanang-lanang mene dibales mantumu” sampai ngunu mbak lek wes gak kuat atine. “aku gak ngomong opo-opo nak, anakmu yo lanang-lanang mene yo nduwe mantu wedok” gak wani marah bu SP iku mbak. Lek wes digituin mantune ya diem ae mbak bu SP itu ngucap

istighfar tok mbak. “ngunu iku ilokno ojok meneng ae” tk omongi gitu mbak hehehe” (LW.051016.33)

“Rasa sayangnya itu masih ada mbak sering ngirim makanan ke keluarganya mas Jat. Saya sampai bilang gini mbak “wes panganan dewe ae po’o wong yo menantune sampeyan yo gak apikan nang sampeyan” sampe tak bilang gitu mbak sangking kasihan saya sama bu SP itu mbak. Bu SP itu kalau lebaran ngasih uang mbak ke semua cucunya, lek aq yo gak patek’en mbak. Kadang gitu bikin masakan apa kemarin itu habis lebaran idul adha kan dapet daging banyak bikin masakan mbak trus dibagikan ke anak-anaknya, mas Jat sama mbak EN itu dipanggil bu SP ke rumah “iki kekno anak-anakmu gawe mangan” (LW.051016.31)

Dimata tetangga SP termasuk orang yang agak keras kepala dan suka pamer. Sosialisasi SP di kampung sangat baik. SP aktif mengikuti kegiatan di kampung seperti, PKK, arisan, pengajian, kegiatan lansia. SP terkadang cerita jika sedang rindu dengan anak dan cucunya maupun merasa kesepian di rumah. Cara yang dilakukan SP untuk mengatasi perasaan kesepiannya adalah dengan menonton tv, ngobrol dengan tetangga atau bermain dengan anak guru yang dimomongnya. Sebagaimana kutipan wawancara berikut ini:

“Orangnya itu keras kepala mbak susah diberi tahu” (LW.051016.01)

“Ya kalau mengenai dia beli apa, punya apa dia kasih tahu tapi kalau ada apa gitu dirahasiakan” (LW.051016.18)

“Orangnya itu cerewet, suka pamer agak keras kepala juga mbak, tapi orangnya lumayan sabar mbak. Sabar dalam artian disakiti menantunya mbak” (QH.071016.01)

“Aktif mbak saya ikut PKK, pengajian RW, sama kegiatan lansia mbak” (SP.240916.06)

“Iya mbak kalau siang cangkruk sama tetangga sore juga mbak buat hiburan mbak, ngobrol-ngobrol yang penting gak ngerasani orang di rumah terus itu jenuh mbak” (SP.240916.16)

dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti. Dari observasi terlihat SP sangat kesepian berada di rumah sendirian dan sangat merindukan kedua anak dan suaminya. Saat bercerita SP sering menghela nafas dan terlihat juga SP menahan air matanya agar tidak keluar. Saat SP menceritakan konflik yang dialaminya dengan menantu pertamanya terlihat suara SP bergetar menahan air mata. Saat peneliti datang ke rumah SP sering berkata jika ia kesepian berada di rumah sendirian.

Dari kutipan wawancara dan hasil observasi di atas dapat disimpulkan bahwa SP memiliki kecenderungan *empty nest*. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2012) tentang “Perbedaan Tingkat Stres ditinjau dari *Empty Nest Syndrome* dan Status Ibu”. Utami mengatakan Mereka mengatakan Ibu rumah tangga yang memiliki tingkat *empty nest syndrome* tinggi cenderung berpotensi mengalami stress lebih tinggi daripada ibu bekerja yang memiliki tingkat *empty nest syndrome* tinggi. Hal tersebut disebabkan karena *self esteem* yang dimiliki oleh ibu rumah tangga cenderung lebih rendah dibandingkan dengan ibu bekerja.

Di sini SP memiliki kecenderungan *empty nest*. Terlihat dari hasil wawancara dan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti dan sesuai dengan gejala *empty nest*.

4. Subjek keempat : Ibu yang tidak bekerja (SN)

SN adalah seorang ibu rumah tangga yang berusia 55 tahun. SN memiliki 3 anak yakni 2 perempuan dan 1 laki-laki. Anak pertama perempuan yang berusia 30 tahun, anak kedua laki-laki berusia 27 tahun dan anak ketiga perempuan berusia 21 tahun. Anak pertama dan kedua telah menikah dan tinggal berpisah dengan SN. Saat ini SN hanya tinggal berdua dengan suami karena anak ketiga bekerja di Bali dan hanya pulang jika libur saja. Sebagaimana kutipan wawancara berikut ini:

“Sakjane yo seneng kerjo tapi ambek anak gak oleh kerjo mbak wong anak’e wes ngekek’i jatah hehehe. Mbiyen iku yo kerjo dodolan kepiting, dodol iwak saiki gk oleh e mbak saiki ngemong putu mbak hehe ibu’e kerjo gak onok sing ngejak” (SN.221016.01)

“Sing mbarep iki ndek Benjeng terus sing nomer loro ngetutno bojone ndek Nggedek Mojokerto kono tapi yo nduwe omah ndek kene lho mbak Tanjung Sari lek Minggu moleh nang Mojokerto” (SN.221016.02)

“Perempuan mbak umure 32 tahun terus lek sing nomer loro iku umur 28. Anak kedua lanang mbak sing ketiga iku wedok umur 21 tahun mbak” (SN.221016.03)

“Sing terakhir tinggale yo sama ibu tapi saiki kerjo ndek Bali mbak lek prei tok moleh mreng” (SN.221016.04)

SN merasa kesepian berada di rumah sendirian, karena suaminya kerja dan pulanginya tidak menentu kadang sore kadang malam. Namun cucu dari anak pertama sering ke rumah SN karena kedua orang tuanya kerja, jadi menjadi teman SN ketika di rumah sendirian. Kegiatan SN sehari-hari di rumah sama seperti ibu rumah tangga biasanya. Sebagaimana kutipan wawancara berikut ini:

“Lho senam aerobic mbak jek kuat aku iki mbak hehe cek sehat mbak jam 5 isuk mbak jam 7 moleh” (SN.221016.24)

“Aktif mbak orange sering ikut kegiatan kampung, orang satu kampung kenal mbak” (FH.281016.02)

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan SN sedikit memiliki kecenderungan *empty nest*. karena perhatian yang diberikan anak-anak kepada SN, SN merasa tidak terlalu kesepian. Saat peneliti datang ke rumah, SN sedang bermain dengan cucunya. Dari observasi terlihat SN sangat bahagia ketika menceritakan tentang keluarganya. SN selalu tersenyum dan menceritakannya seperti tidak ada beban. Walau SN rindu dengan anaknya yang kerja di Bali, namun hal tersebut tidak memutuskan komunikasi antara SN dengan anaknya. Walau SN mendapatkan perhatian yang lebih dari ketiga anaknya, SN tetap merasa kesepian saat berada di rumah karena cucunya hanya berada di rumah SN hanya sampai sore dan tidak setiap saat berada di rumah SN serta suami SN berada di rumah hanya pada malam hari karena pagi sampai sore bekerja.

Dari kutipan wawancara dan hasil observasi di atas dapat disimpulkan bahwa SN sedikit memiliki kecenderungan *empty nest*. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Radloff (1980) tentang *“Depression and the empty nest”*. Radloff mengatakan Orang tua yang mengalami sarang kosong tidak lebih depresi dibandingkan orang tua yang (masih) tinggal bersama anak-anaknya. Namun justru para orang tua tersebut relative hidup lebih bahagia setelah anak-anaknya meninggalkan rumah.

2. Analisis temuan penelitian

1. Subjek pertama : Ibu yang bekerja (KH)

KH adalah seorang ibu rumah tangga yang bekerja. KH adalah seorang guru di sekolah dasar swasta berusia 47 tahun. KH memiliki anak yang berusia 19 tahun dan saat ini sedang menempuh perkuliahan di Bandung. Subjek saat ini hanya tinggal berdua dengan suami. Suami subjek juga seorang pekerja. Saat anak pertama kali pergi ke Bandung untuk kuliah KH sempat menangis karena berkurangnya satu anggota keluarga di rumah. Namun KH sering berkomunikasi dengan sang anak melalui telepon. Suami KH juga sering mengunjungi sang anak ketika bertugas di Bandung.

Menurut suami KH, KH sering rindu dengan anaknya. Namun KH menutupi perasaan tersebut saat melakukan wawancara. Cara yang dilakukan KH untuk mengatasi perasaan kesepian yaitu dengan jalan-jalan dengan tetangga ke mall atau komunikasi dengan anaknya. Kegiatan yang dilakukan KH saat di rumah hanya mengoreksi tugas murid-murid, memasak, dan menonton tv karena merasa tidak ada lagi anak di rumah sehingga hanya sedikit yang dilakukan.

Hubungan KH dengan anak dan suaminya sangat baik. Tidak pernah terlibat cekcok di dalam rumah rumah tangga. Sosialisasi KH dengan tetangga juga baik, ia aktif ikut kegiatan di kampung. Namun karena rumah KH adalah daerah kompleks perumahan dan para tetangga adalah orang pekerja semua jadi KH jarang kumpul dengan tetangga. KH kumpul

dengan tetangga hanya saat mengikuti kegiatan di kompleks perumahan dan saat akan menjenguk tetangga yang sakit.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan KH memiliki kecenderungan *empty nest* seperti, perasaan kesepian saat tidak ada anak di rumah, kesedihan persisten saat sang anak harus kembali ke Bandung. Dari observasi terlihat KH sering menghela nafas saat bercerita tentang anaknya dan selalu murung saat bercerita tentang perasaannya ketika di rumah sendirian. KH juga sering curhat kepada teman kerjanya ketika KH rindu dengan anaknya, KH bercerita bahwa ia kesepian tidak ada anak di rumah. Saat peneliti datang ke rumah KH, KH terkadang meminta peneliti untuk menginap di rumahnya untuk menemaninya.

Di sini KH memiliki kecenderungan *empty nest* terlihat dari hasil wawancara dengan KH maupun dengan *significant other* dan dari hasil observasi. Di sini KH memenuhi tiga karakteristik gejala *empty nest* yaitu, depresi ditunjukkan dengan terlihat sering merindukan anaknya jika berada di rumah sendirian dan sering curhat kepada rekan kerjanya jika rindu dengan anaknya.

Kedua, kesedihan yang persisten yang ditunjukkan dengan terkadang terlihat menahan air mata ketika membicarakan anaknya dan terlihat sering melamun. Ketiga, perasaan kesepian yang ditunjukkan dengan selalu meminta peneliti untuk menginap di rumahnya untuk menemaninya dan bercerita kalau rindu dengan anaknya dan merasa sepi jika berada di rumah. Karena KH tidak pernah hidup terpisah dengan sang anak,

sehingga ketika anak memutuskan untuk kuliah dan tinggal di luar kota KH sangat merasakan kesepian tidak adanya anak di rumah.

2. Subjek kedua : Ibu yang bekerja (SU)

SU adalah seorang guru SD dan MA berusia 44 tahun. SU memiliki 1 anak yang berusia 21 tahun dan saat ini sedang kuliah di Kalimantan. Saat ini subjek hanya tinggal berdua dengan sang ibu.

Sehari-hari subjek bekerja sebagai guru SD dan MA di Surabaya. Pagi sampai siang subjek mengajar di SD lalu siang sampai sore subjek bekerja di MA. Subjek bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan untuk membiayai pendidikan anaknya. Subjek telah bercerai dengan sang suami sejak lama sejak sang anak berumur 3 tahun. Semenjak bercerai subjek tidak pernah berhubungan dengan sang suami

Pada saat awal anak memutuskan untuk berkuliah di luar pulau dan mengharuskan tinggal di sana, SU merasa sepi berada di rumah namun SU tidak terlalu sedih dengan keputusan sang anak. Karena sejak SMP anak sudah terbiasa hidup pisah dengan SU. Saat SMP sang anak sempat di pondok pesantren. SU selalu menjaga komunikasi dengan sang anak walau sang anak jauh dari rumah. Kegiatan yang dilakukan SU saat di rumah hanya mengerjakan urusan sekolah, memasak, dan menonton tv, dan main hp karena merasa tidak ada lagi anak di rumah sehingga hanya sedikit yang dilakukan.

Hubungan SU dengan anak dan lingkungan sekitar sangat baik. SU dikenal akrab dengan tetangga dan aktif mengikuti kegiatan di kampung.

SU sering berkomunikasi dengan anaknya. Ketika pergipun SU selalu cerita kepada anaknya. Jika ada masalah anak selalu laporan kepada SU dan neneknya. Saat pulang ke Surabaya SU selalu membuat jadwal untuk rekreasi bersama keluarganya. Saat pulang sang anak terkadang manja kepada SU.

Di sini SU memang memiliki kecenderungan *empty nest*, namun SU merasa sudah terbiasa tinggal pisah dengan sang anak. Pada awal anak tinggal di Kalimantan SU merasakan hal berbeda karena anak tidak lagi berada di rumah, namun SU menyikapi hal tersebut dengan bijak sehingga SU tidak merasakan kesepian dan kesedihan yang berlebihan.

3. Subjek ketiga : Ibu yang tidak bekerja (SP)

SP adalah seorang ibu rumah tangga yang berusia 60 tahun. SP memiliki 2 anak yakni laki-laki dan perempuan. Anak pertama laki-laki yang berusia 44 tahun dan anak kedua perempuan berusia 42 tahun. Kedua telah menikah dan tinggal berpisah dengan SP. SP memiliki 4 orang cucu 2 perempuan dan 2 laki-laki. Saat ini SP merawat anak guru SD hanya sampai ibunya pulang dari sekolah.

Suami subjek telah meninggal 3 tahun yang lalu (2013). Saat ini subjek hanya tinggal sendiri di rumah. Awalnya subjek tinggal bersama dengan anak pertama, namun karena ada suatu masalah dengan sang menantu akhirnya anaknya memilih untuk tinggal berpisah dari SP.

Hubungan SP dengan sang anak baik-baik saja, namun dengan menantu pertamanya hubungannya kurang baik. Menantu pertamanya

sering membentak SP dan berbuat kurang ajar pada SP. Cucu dari anak pertama SP juga pernah melakukan hal yang tidak pantas dilakukan oleh seorang cucu kepada neneknya. Sang anak tidak berani menegur istrinya karena setiap kali istrinya ditegur sang suami akan langsung dibentak.

Pertengkaran tersebut terjadi sebelum suami SP meninggal, namun saat suami masih ada perbuatan menantu SP belum terlalu parah. SP sering menangis saat mengingat anak dan suaminya. Tiap malam SP sering sulit tidur karena keingat anak dan suami.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan SP memiliki kecenderungan *empty nest* dan memenuhi kriteria gejala *empty nest*, yaitu depresi yang berupa insomnia, kesedihan yang persisten, kesepian, dan kekosongan dalam kehidupan pernikahan. Keempat gejala tersebut terlihat dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti. Dari observasi terlihat SP sangat kesepian berada di rumah sendirian dan sangat merindukan kedua anak dan suaminya. Saat bercerita SP sering menghela nafas dan terlihat juga SP menahan air matanya agar tidak keluar. Saat SP menceritakan konflik yang dialaminya dengan menantu pertamanya terlihat suara SP bergetar menahan air mata. Saat peneliti datang ke rumah SP sering berkata jika ia kesepian berada di rumah sendirian.

Di sini SP memiliki kecenderungan *empty nest* terlihat dari hasil wawancara dengan SP maupun dengan *significant other* dan dari hasil observasi. Di sini SP memenuhi keempat karakteristik gejala *empty nest* yaitu, depresi ditunjukkan dengan terlihat sering merindukan anaknya jika

berada di rumah sendirian dan sering susah tidur jika merasa kesepian di rumah dan ketika ingat anaknya.

Kedua, kesedihan yang persisten yang ditunjukkan dengan terkadang terlihat menahan air mata ketika membicarakan anaknya dan menantu pertamanya serta terlihat sering melamun. Ketiga, perasaan kesepian yang ditunjukkan dengan sering curhat kepada tetangga jika merindukan anaknya. Keempat, kekosongan dalam kehidupan pernikahan karena suami SP sudah meninggal sejak tahun 2013 lalu sehingga SP sangat kesepian berada di rumah sendirian tanpa anak dan suami.

4. Subjek keempat : Ibu yang tidak bekerja (SN)

SN adalah seorang ibu rumah tangga yang berusia 55 tahun. SN memiliki 3 anak yakni 2 perempuan dan 1 laki-laki. Anak pertama perempuan yang berusia 30 tahun, anak kedua laki-laki berusia 27 tahun dan anak ketiga perempuan berusia 21 tahun. Anak pertama dan kedua telah menikah dan tinggal berpisah dengan SN. Saat ini SN hanya tinggal berdua dengan suami karena anak ketiga bekerja di Bali dan hanya pulang jika libur saja.

SN merasa kesepian berada di rumah sendirian, karena suaminya kerja dan pulanginya tidak menentu kadang sore kadang malam. Namun cucu dari anak pertama sering ke rumah SN karena kedua orang tuanya kerja, jadi menjadi teman SN ketika di rumah sendirian. Kegiatan SN sehari-hari di rumah sama seperti ibu rumah tangga biasanya.

Hubungan SN dengan anak-anaknya sangat baik. Begitupula hubungan SN dengan suami, semenjak anak-anak keluar dari rumah hubungan perkawinan mereka semakin harmonis. Anak-anak sangat perhatian dengan SN. Cara yang dilakukan SN untuk mengatasi perasaan kesepian adalah dengan memomong cucu, kumpul dengan tetangga. SN juga aktif mengikuti kegiatan di kampung seperti PKK, arisan, rekreasi kampung, senam aerobik.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan SN sedikit memiliki kecenderungan *empty nest*. Karena perhatian yang diberikan anak-anak kepada SN, SN merasa tidak terlalu kesepian. Saat peneliti datang ke rumah, SN sedang bermain dengan cucunya. Dari observasi terlihat SN sangat bahagia ketika menceritakan tentang keluarganya. SN selalu tersenyum dan menceritakannya seperti tidak ada beban. Walau SN rindu dengan anaknya yang kerja di Bali, namun hal tersebut tidak memutuskan komunikasi antara SN dengan anaknya. Walau SN mendapatkan perhatian yang lebih dari ketiga anaknya, SN tetap merasa kesepian saat berada di rumah karena cucunya hanya berada di rumah SN hanya sampai sore dan tidak setiap saat berada di rumah SN serta suami SN berada di rumah hanya pada malam hari karena pagi sampai sore bekerja.

Berdasarkan proses pengumpulan data melalui wawancara dan observasi maka dapat diketahui hasil dari penelitian yang telah dilakukan sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil analisa gejala *empty nest* dari wawancara dan observasi

Gejala <i>Empty Nest</i>	Subjek 1 (KH) (bekerja)	Subjek 2 (SU) (bekerja)	Subjek 3 (SP) (tidak bekerja)	Subjek 4 (SN) (tidak bekerja)
Depresi	Sering menangis saat teringat anak tunggalnya.	Kurang terlihat karena sudah terbiasa hidup terpisah dengan anak yang mondok saat SMP dan kuliah di luar pulau.	Mengalami susah tidur saat teringat anak dan suami.	Kurang terlihat karena anak sering mengunjungi.
Kesedihan yang persisten	Menangis saat anak pertama kali tinggal jauh sampai sekarang.	Kurang terlihat karena kesibukan menjadi guru dan pengurus kegiatan kampung.	Sering menangis saat teringat anak, menantu dan suami dan saat bercerita terlihat menahan air mata.	Kurang terlihat karena tidak keberatan anak tinggal tinggal terpisah baik dalam berkeluarga dan bekerja.
Kesepian dan rasa ketidaktergantungan	Merasa berkurangnya anggota keluarga di rumah sehingga merindukan anaknya yang datang dan merasa tidak ada lagi yang diurusnya.	Kurang merasakan kesepian di rumah saat anak tinggal terpisah, namun kegiatan subjek di rumah hanya menonton tv, makan, tidur karena tidak ada anak yang diurusnya.	Merasa kesepian tinggal di rumah sendirian sehingga cerita ke tetangga ketika merindukan anaknya. Kegiatan di rumah hanya memasak untuk dirinya sendiri, dan menonton tv karena merasa tidak ada lagi yang diurusnya.	Walau cucu sering ke rumah, namun tidak setiap saat sehingga merasa kesepian karena tidak ada teman di rumah dan tidak diperbolehkan bekerja oleh anak sehingga sering bosan berada di rumah karena tidak ada yang diurusnya lagi.
Kekosongan dalam kehidupan pernikahan	Tidak terlihat karena hubungan dengan suami semakin membaik dan harmonis.	telah lama bercerai dengan suami dan enggan untuk menikah lagi, namun terkadang merindukan sosok pendamping hidup.	Merasakan kekosongan karena suami telah meninggal dunia sejak tahun 2013 sehingga tidak ada yang menemani dalam kesehariannya.	Tidak terlihat karena hubungan dengan suami semakin membaik dan harmonis.

C. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari wawancara dan observasi yang dibahas pada bab sebelumnya, selanjutnya akan dibahas mengenai hasil analisis dari kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja. Pada sub bab analisis data telah digambarkan bagaimana hasil analisis dari masing-masing pertanyaan peneliti secara garis besar. Pembahasan lebih lanjut akan dibahas berikut ini dari data keempat subjek.

Menurut Santrock (2002), salah satu kejadian penting dalam keluarga dewasa madya adalah mengentaskan anak (*the launching of a child*) menuju kehidupan dewasa, serta menapaki karir atau membina keluarga yang mandiri dari keluarganya semula. Akibatnya, para orang tua harus kembali menyesuaikan diri sebagai akibat dari ketidakhadiran anak-anak di rumah. keadaan ini dikenal sebagai keadaan *empty nest* atau sarang kosong.

Orang tua yang menganggap masa ini membuat mereka menjadi lebih bahagia, akan merasakan masa *empty nest* sebagai masa kebebasan dan memberikan peluang untuk melakukan hal-hal yang tidak bisa dilakukan saat memiliki tanggung jawab mengasuh anak dan dalam pernikahan yang kuat, kepergian anak-anak yang sudah dewasa dapat memberikan peluang adanya bulan madu kedua (Papalia dkk, 2008).

Kecenderungan *empty nest* pada masing-masing subjek mempunyai porsi yang berbeda untuk dibahas dalam sub bab ini. Peneliti akan membahas tiap subjek sesuai dengan data yang dihasilkan dari wawancara yang sudah dilakukan. Dalam pembahasan kali ini peneliti mencoba menyatukan

pendapat dari Abraham mengenai beberapa gejala kecenderungan *empty nest* dan peneliti akan menjabarkan hasil sesuai dengan gejala pada kecenderungan *empty nest* pada ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja.

Dari hasil wawancara diketahui bahwa pada subjek pertama dan keempat merasakan kesepian namun kedua subjek tersebut menyembunyikan perasaan kesepian tersebut. Hubungan dengan sang anak dan suami sangat baik.

a. Depresi

Perubahan suasana hati yang tidak menentu dan terus-menerus menyebabkan timbulnya depresi dan berbagai gejala psikosomatis seperti insomnia, penurunan energi, dan sebagainya.

Pada gejala depresi subjek pertama dan ketiga mengalami gejala tersebut. Hal ini terlihat dari hasil wawancara dan hasil observasi pada kedua subjek tersebut. Pada subjek pertama karena tidak pernah hidup terpisah dengan sang anak, sehingga ketika anak memutuskan untuk kuliah dan tinggal di luar kota KH sangat merasakan kesepian tidak adanya anak di rumah. Sedangkan pada subjek ketiga subjek mengalami depresi saat anak memilih untuk tinggal terpisah. Karena suami sudah tiada dan kini tinggal sendiri. Subjek juga sering mengalami susah tidur. Anak pertama pernah tinggal dengan subjek, namun karena ada perselisihan yang tak kunjung selesai akhirnya sang anak memutuskan untuk keluar dari rumah.

Untuk subjek kedua dan keempat tidak terlalu depresi karena dapat menyesuaikan diri dengan baik. Untuk subjek kedua karena merasa sudah

terbiasa hidup terpisah dengan anaknya dan kesibukan yang dialami oleh subjek sehingga subjek dapat menyesuaikan diri dengan baik ketika anak memutuskan untuk tinggal terpisah dengan subjek. Untuk subjek ketiga karena anak ketiga masih tinggal bersamanya, namun saat ini sedang bekerja di Bali. Namun anak pertama selalu mengunjungi subjek ketika pulang kerja dan perhatian yang diberikan keluarga kepada subjek sehingga subjek tidak merasa kesepian.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Radloff (1980) tentang “*Depression and the empty nest*”. Radloff mengatakan Orang tua yang mengalami sarang kosong tidak lebih depresi dibandingkan orang tua yang (masih) tinggal bersama anak-anaknya. Namun justru para orang tua tersebut relative hidup lebih bahagia setelah anak-anaknya meninggalkan rumah.

b. Kesedihan yang persisten

Individu yang menunjukkan kesedihan yang persisten seringkali menampilkan tanda-tanda kesedihan yang konsisten ditambah dengan ekspresi putus asa dan merasa bahwa dirinya tidak berharga.

Pada gejala ini ditunjukkan oleh subjek pertama dan ketiga. Pada subjek pertama terlihat sering melamun saat merindukan anaknya dan terkadang menangis. Pada subjek ketiga terlihat sedih saat mengingat anak-anaknya dan mengingat konflik antara dirinya dengan menantunya. Saat menceritakan tentang menantu pertamanya terlihat suara subjek bergetar dan menahan air matanya agar tidak keluar.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mitchell dan Lovegreen (2009) tentang “*The Empty Nest Syndrome In Midlife Families*”. Mitchell dan Lovegreen mengatakan pengalaman sarang *empty nest* justru memperlihatkan dampak positif secara psikologis bagi para ibu, berupa meningkatnya pertumbuhan diri, hubungan perkawinan yang memuaskan, ketersediaan waktu luang yang cukup.

Dilihat dari faktor terjadinya *empty nest* dijelaskan terdapat tiga faktor, dari penelitian yang dilakukan ditemukan faktor lain, yaitu pertama karena kesibukan suami dari subjek pertama dan keempat serta suami tak berada disisi subjek kedua dan ketiga. Hal tersebut dapat menimbulkan kecenderungan *empty nest* pada keempat subjek. Serta pada masa lalu subjek juga tidak pernah terpisah dengan orang tua sebelum menikah dan mengikuti suami, sehingga saat anak memutuskan untuk hidup terpisah meninggalkan perasaan sedih dan kesepian bagi keempat subjek.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, S. (2012). Ageing Succesfully for Managing Empty Nest Syndrome. *India Research & Development Journal Vol. 18 No 2 May 2012*. Kalady: University of Sanukrit.
- Adelmann, P. K., Crohan, S. E., Coleman, L. M. (1989). Empty Nest, Cohort, and Employment in the Well-being og Midlife Women. *Sex Roles, Vol. 20 No. 3 / 4, 1989*. Plenum Publishing Corporation.
- Akmalah, N. (2014). *Psychological Well-being* pada Ibu Usia Dewasa Madya yang Berada pada Fase Sangkar Kosong. *Jurnal Vol. 3 No. 2. Agustus 2014*. Surabaya: Universitas Airlangga Surabaya.
- Anoraga, P. (2006). *Psikologi Kerja*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bararah, V. F. (2010). *Sindrom Sarang Kosong, Saat Anak Meninggalkan rumah*. (online). <http://health.detik.com/read/sindrom-sangkar-kosong-saat-anak-meninggalkan-rumah> diakses pada tangga 01 Juli 2010, 08:35.
- Barr, N. (2009). *The Empty Nest Syndrome* (online). <http://www.oprah.com/relationship/the-end-of-empty-nest-syndrome> diakses pada tangga 15 September 2012
- Barber, C. E. (1989). *Transition to the Empty Nest*. Aging and the Family, Lexington, Mass. : Lexington Book.
- Bungin, B. (2003). *Analisis Data Penelitian Kualitatifi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Creswell, J. W. (2010). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Dwijayanti, J. E. (1999). Perbedaan motif antara ibu rumah tangga yang bekerja dan yang tidak bekerja dalam mengikuti sekolah pengembangan pribadi dari Jhon Robert Powers. *Media Psikologi Indonesia*. Vol 14, No 55. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Ghony, M. J., & Almanshur, F. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Goode, W. J. (2002). *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

- Gunarsa, S. D. (2004). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Herdiansyah, H. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hiedemann, B., Sumholinova, O., O'Rand, A. M. (1998). Economic Independence, Economic Status, and Empty Nest in Midlife Marital Disruption. *Jurnal of Marriage and the Family*; Feb 1998; 60, 1, pg. 219.
<http://drnissani.net/MNISSANI/SE/Kearney.htm>
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan; Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J., Grebb, J. A. (1997). *Sinopsis Psikiatri*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Kartono, K. (1992). *Psikologi Wanita 2*. Bandung: Mandar Maju.
- Larasati, B. N. (2013). Kebermaknaan Hidup Pada Usia Dewasa Madya Menghadapi Pengisian Sarang Kosong. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Vol.2 No. 03, Desember 2013*.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Liu, L. J., Guo, Q. (2008). Life Satisfaction in a Sample of Empty Nest Elderly: a Survey in the Rural Area of a Mountainous County in China. *Qual Life Res (2008) 17:823-830*. China: The Second Military Medical University.
- Lovegreen, D. L., & Mitchell, A.B. (2009). The Empty Nest Syndrome in Midlife Families: A Multimethod Exploration of Parental Gender Differences and Cultural Dynamics. *Journal of Family Issues, Vol. 30 No. 12*. Canada: Simon Fraser University.
- Mappiare, A. (1983). *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Moleong, L. J. (2009). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Mumtahinnah, N. (2012). Hubungan Antara Stres Dengan Agresi Pada Ibu Rumah Tangga yang Tidak Bekerja. *Jurnal Psikologi*. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldmann, R. D. (2008). *Human Development*. Jakarta: Kencana.
- Poerwandari, E. K. (2007). *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Prawira, A. E. (2015). *Sindrom Ini Picu Wanita Kesepian Makan Tak Beraturan*. (online). <http://www.liputan6.com/tag/empty-nest-syndrome>. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2015 16:00.
- Radloff, L. S. (1980). Depression and the Empty Nest. *Sex Roles, Vol. 6, No. 6, 1980*. National Institute of Mental Health.
- Raup, J. L., Myers, J. E. (1989). The Empty Nest Syndrome: Myth or Reality?. *Journal of Counseling and Development; JCD: Nov 1989; 68, 2; ProQuest*.
- Shakya, D. R. (2009). Empty Nest Syndrome – An Obstacle for Alcohol Abstinence. *J Nepal Health Res Coune 2009 Oct, 7 (15): 135-7*. Nepal: B P Koirala Institute of Health Sciences.
- Santrock, J. W. (2002). *Life Span Development; Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Perkembangan, edisi 11 jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Utami, P. L., & Puspitadewi, N. W. S. (2012). Perbedaan Tingkat Stres Ditinjau Dari *Empty Nest Syndrome* dan Status Ibu. *Jurnal Vol 01 No 01, 2012, 0-216*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Wade, C., & Tavis, C. (2007). *Psikologi edisi ke-9*. Jakarta: Erlangga.
- Wardani, R. (2012). Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Emosional Pasangan pada Ibu “Empty – Nester” di Kota Bandung. *Jurnal Vol. 3 No. 1 Th 2012*. Bandung: Universitas Padjadjaran.