

Langkah ini terdiri dari pemberian saran dan arahan yang dapat membantu anggota keluarga untuk memutuskan perubahan apa yang harus dilakukan. Konselor dapat merundingkan beberapa perjanjian yang akan disetujui atau mempertimbangkan kembali peraturan, peran, harapan yang tidak realistis, batasan atau cara untuk melakukan komunikasi antar anggota.

Langkah 6 : menghadapi sikap menolak perubahan

Setelah konselor menyarankan perlu adanya perubahan, maka konselor harus memperhatikan siapakah anggota keluarga yang bersedia bekerjasama dan siapakah yang menolak perubahan cenderung untuk menarik diri dan memanipulasi anggota keluarganya untuk menghambat terjadinya perubahan. Biasanya pihak yang menolak perubahan bukanlah klien. Oleh karena itu konselor harus memberikan pemahaman bahwa dengan sikap menolak perubahan akan menyulitkan terjadinya kemajuan dalam konseling.

Langkah 7 : menghentikan konseling

Setelah kemajuan dalam konseling diperoleh dan anggota keluarga dapat bekerjasama dan belajar untuk menghadapi krisis, maka konseling dapat diakhiri. Konselor dapat pula mengakhiri konseling apabila merasa tidak ada kemajuan karena apabila proses konseling dilanjutkan tidak akan menghasilkan apapun. Tetapi konselor seyogyanya tetap berpikir terbuka untuk dapat menerima

- (g) Sistem Gastrointestinal.
 - (h) Sistem Genitourinara
 - (i) Sistem Endokrin
 - (j) Sistem Integumen
 - (k) Sistem Muskulokeletal.
- 2) Perubahan psikososial
- (a) Kehilangan finansial.
 - (b) Kehilangan status.
 - (c) Kehilangan teman/kenalan/relasi.
 - (d) Kehilangan pekerjaan/kegiatan.
 - (e) Merasakan atau sadar akan kematian.
 - (f) Perubahan dalam hidup.
 - (g) Ekonomi akibat pemberhentian dari jabatan.
 - (h) Penyakit kronis dan ketidak mampuan.
 - (i) Gangguan syaraf indra, timbul kebutaan dan ketulian.
 - (j) Rangkaian dari kehilangan, yaitu kehilangan hubungan dengan teman-teman dan keluarga besar.
 - (k) Hilangnya kekuatan dan ketegapan fisik, perubahan terhadap gambaran diri, perubahan konsep diri.
- 3) Perubahan spiritual.
- (a) Agama atau kepercayaan makin terintegrasi dalam kehidupannya.

psikologis, kebahagiaan personal, keyakinan dan percaya diri serta produktivitas. Namun, tidak semua hasil dari ibu yang mengalami sindrom sarang kosong menunjukkan penyesuaian yang negatif hal ini tampak pada cara penyesuaian yang merupakan kebiasaan, kemampuan melihat dirinya secara objektif, dan persepsi yang akurat terhadap realitas. Adapaun factor yang mempengaruhi penyesuaian diri ibu dalam menghadapi sindrom sarang kosong diantaranya, keberadaan dan hubungan dengan pasangan, hubungan dengan anak sebelum, saat dan sesudah terpisah dan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri (*self efficacy*).

Perbedaan dengan penelitian yang saya lakukan terletak pada sudut pandang yang dijadikan fokus dalam mengkaji dari pada permasalahan *empty nest syndrome*. Penelitian ini berfokus pada gejala yang tampak dan bagaimana seorang lansia mampu mengurangi gejala tersebut dengan mengisi waktu kesendiriannya dengan melakukan hal-hal yang positif serta dapat mendekatkan diri kepada Allah, terutama meningkatkan hubungan relasi antara anak dan orang tua untuk lebih baik kembali. Metode yang saya gunakan menggunakan penelitian, kualitatif deskriptif dengan analisa komparatif.