

**GAMBARAN *EMPTY NEST SYNDROME* PADA ORANG TUA
USIA MADYA DI DESA LOT KALA KECAMATAN
KEBAYAKAN KABUPATEN ACEH TENGAH**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar S-1 Psikologi



**Oleh :
Saufa Yu'tika
2009110029**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2024**


PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

04 SEP 2024

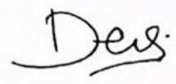
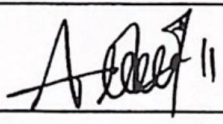
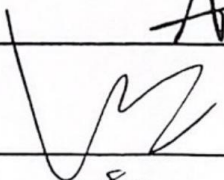
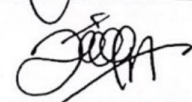
MENGESAHKAN
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Aceh


Dekan,
(Barmawi, M.Si)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Devi Yanti, M.Psi., Psikolog
2. Ayu Safira, M.Psi., Psikolog
3. Hanna Amalia, M.Psi., Psikolog
4. Syarifah Zainab, M.Si

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillahirrahmanirrahiim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Saufa Yu'tika

NPM : 2009110029

Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “Gambaran *Empty Nest Syndrome* Pada Orang Tua Usia Madya di Desa Lot Kala Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan peraturan dan undang-undang yang berlaku.

Banda Aceh, 05 Juli 2024
Yang Menyatakan,


Saufa Yu'tika
Saufa Yu'tika
2009110029

MOTTO

إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ

“Bimbinglah kami kejalan yang lurus” (Q.S Al-Fatihah: 6)

“Dalam hidup ini anakku saufa, hati-hati setiap detik, setiap saat, dimanapun kamu berada, akan selalu ada godaan untuk kita membuat kerusakan di muka bumi dan agar kita tidak mencapai tujuan. Selalu minta kepada Tuhan seluruh alam senantiasa berada di jalan yang di Ridhai-Nya. Semoga selalu dalam kebesyukuran atas kasih sayang Allah yang diberikan kepadanya”

(Ayah Penulis)

“Mintalah untuk menjadi kuat, itu akan membuat kamu bahagia karena bisa menghadapi masalahmu, tidak salah meminta selalu bahagia, namun kebahagiaan fana akan membuat kamu lalai dan lemah. Tetap bersabar kami percaya padamu, walaupun ada rintangan berarti menambah kuatnya dirimu”

(Ibu Penulis)

“Aku kagum dengan urusan seorang mukmin, karena seluruh urusannya baik.

Dan itu hanya dialami oleh seorang mukmin. Jika ia menerima kebaikan kebaikan, ia bersyukur, maka itu baik baginya. Sebaliknya, jika ia tertimpa keburukan, ia bersabar, itu pun baik baginya”

(HR. Muslim)

“Ketika kita sadar jiwa dan raga ini lahir karena mukjizat illahi dan merupakan hadiah terbesar yang diberikan Allah, dan bahwa kita adalah manusia yang berharga maka kebesyukuran itu akan hadir. Dan ketika kita sudah bersyukur maka rangkullah orang lain untuk sama-sama merasakan karunia Allah yang diberikan kepadanya. Dengan begitu akan ada kekuatan tersembunyi yang bergerak melindungimu, menolongmu dan meluaskan cakrawala hidupmu”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ
فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ

(Q.S An-Naml: 19)

Artinya: “Ya Tuhanku, berikanlah aku ilham untuk tetap mensyukuri nikmat-Mu yang telah Engkau anugerahkan kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakku dan untuk mengerjakan amal sholeh yang Engkau ridhai dan masukkanlah aku dengan Rahmat-Mu ke dalam golongan hamba-Mu yang sholeh.”

Segala puji kepada Allah SWT atas *Rahmaan, Rahiim, Ghaffaar, Baasith-Nya*, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Untaian rasa syukur Kepada-Mu Ya Allah akan selalu terlantunkan atas kemudahan, kelancaran serta adanya hamba yang dikelilingi oleh orang-orang baik.

Shalawat sanjungan kepada kasih sayang alam semesta Rasullullah SAW, atas perjuangan beliau yang menaikkan derajat perempuan sehingga saya dan para perempuan lain dapat mengemban ilmu dengan penuh kemudahan serta hati yang tenang.

Skripsi ini saya persembahkan kepada diri saya sendiri, sebagai bentuk komitmen, ketekunan dan kesabaran yang menjadi salah satu pembelajaran selama mengemban pendidikan, dan sebagai bentuk tanggung jawab yang saya emban.

Dengan rasa bangga, saya persembahkan karya dan gelar sarjana ini kepada
Ama Bapak Irfan Zainal Abidin, Ine Ibu Irhamnah, S.Pd, AUD,
Abang drh. Istarham Prima, serta kepada kakak-kakak saya
Sri Wahyuni Arima, STP dan Sri Erlinaini Arima, S.Pd

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahiim wa Alhamdulillahirabbil'alamiin, segala puji kehadiran Allah SWT atas rahmat, berkah, dan hidayah-Nya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Gambaran *Empty Nest Syndrome* Pada Orang Tua Usia Madya di Desa Lot Kala Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah”**. Dan shalawat beriringkan salam penulis sanjungkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, dan para sahabat beliau.

Dengan izin Allah SWT beserta dukungan, bimbingan, arahan dari keluarga, dosen pembimbing dan sahabat. Sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Penulis menyadari bahwa dalam proses penelitian dan penyusunan skripsi ini banyak pihak yang membantu. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Aslam Nur, M.A, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Aceh
2. Bapak Barmawi, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
3. Ibu Devi Yanti, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing I penulis dalam skripsi ini. Terimakasih kepada ibu untuk banyaknya kesempatan, waktu, arahan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis, mulai dari awal kepenulisan proposal sampai terselesaikannya dengan baik skripsi ini
4. Ibu Syarifah Zainab, M.Si, selaku dosen pembimbing II penulis dalam skripsi ini. Terimakasih kepada ibu untuk banyaknya kesempatan, kesabaran, arahan

serta dukungan yang telah diberikan kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik

5. Kepada seluruh dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
6. Kepada cinta pertama, dan pelindung. Ayah tercinta terimakasih do'a yang selalu dilantunkan setiap malam dan siang, terimakasih kepada kesabaran serta lantunan ilmu yang menuntun penulis sampai saat ini, terimakasih kepada elusan kepala dan untaian kata yang menjadikan penulis manusia yang kuat dan bahagia
7. Kepada kebahagiaanku, habibati ummi tersayang. Terimakasih segala motivasi yang tak hentinya diucapkan setiap harinya agar penulis tetap kuat, terimakasih atas kepercayaan yang diberikan sedari dulu sehingga penulis menjadi manusia yang dapat bertanggung jawab. Terimakasih untuk pelukan hangat dan kehadiran yang menghilangkan rasa cemas penulis
8. Kepada kak uni panutan penulis, abang penulis satu-satunya, kakak ipar penulis yang penuh hangat dan kak ina mameh tersayang, yang tak hentinya menanyakan keadaan penulis, membantu penulis secara material dan ruhiyah, hadirnya abang dan kakak-kakak membuat penulis menjadi manusia yang merasa dicintai, sehingga penulis percaya diri dalam menghadapi segala permasalahan dan tantangan yang ada.
9. Kepada keluarga besar Zainal Abidin dan keluarga besar Bintang, atas do'a, dukungan dan apresiasi yang diberikan kepada penulis

10. Kepada Raihan, Syifa dan Dea terimakasih atas kehadiran dalam masa terpuruk dan bahagiannya penulis semenjak sekolah dasar sampai sekarang dan seterusnya, tak hentinya membangkitkan rasa percaya diri penulis dalam menempuh studi serta dukungan dan apresiasi dalam setiap langkah kecil penulis dalam bertumbuh

11. Kepada Mahsya, Ina, Puan, Desya, Intan, Dika, kak Tya, Mul, Naufal, Fahcrul, Fata dan Bang Sony. Terimakasih telah membuat masa perkuliahan penulis penuh rasa hangat dan tawa, tanpa sadar membuat penulis menjadi sosok yang terbuka dan ramah. Beribu rasa terimakasih tidak akan cukup penulis untaikan atas kehadiran dan bantuan yang diberikan kepada penulis

12. Dan terakhir terimakasih kepada raga, jiwa penulis yang telah banyak bekerja sama sedari dulu sampai sekarang. Terus bertumbuh untuk langkah selanjutnya. Tetap baik, selalu baik dan menyebarkan hal baik

Akhir kata penulis berharap semoga Allah SWT, berkenan membalas segala kebaikan pihak yang telah membantu. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan penulis untuk menyempurnakan penelitian ini. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi banyak orang.

Banda Aceh, 05 Juli 2024



Saufa Yu'tika
2009110029

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. <i>Empty Nest Syndrome</i>	11
1. Definisi <i>Empty Nest Syndrome</i>	11
2. Faktor-Faktor <i>Empty Nest Syndrome</i>	12
3. Aspek-Aspek <i>Empty Nest Syndrome</i>	17
B. Usia Madya	19
1. Definisi Usia Madya	19
2. Ciri-Ciri Usia Madya	20
3. Tugas Perkembangan Usia Madya	23
C. <i>Empty Nest Syndrome</i> pada Orang Tua Usia Madya yang Anaknya Menikah	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Pendekatan Penelitian	28
B. Subjek Penelitian	28
C. <i>Sampling</i>	29
D. Teknik Pengambilan Data	30
1. Observasi	30
2. Wawancara	31
E. Analisis Data	32
1. Pengumpulan Data	33
2. Reduksi Data	33

3. Penyajian Data	33
4. Penarikan Kesimpulan	34
F. Keterpercayaan Penelitian	34
1. Triangulasi Sumber	35
2. Triangulasi Teknik	35
3. Triangulasi Waktu	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A. Orientasi Kancah	37
B. Pelaksanaan Penelitian	39
1. Persiapan Penelitian	39
2. Tahapan Penelitian	39
3. Hasil <i>Screening</i> Awal	40
4. Jumlah dan Karakteristik Subjek	42
C. Penemuan Penelitian	43
1. Subjek I	43
2. Subjek II	58
D. Pembahasan	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	90
A. Kesimpulan	90
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	93
DAFTAR LAMPIRAN	96

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Panduan Observasi.....	30
Tabel 2 Panduan Wawancara Aspek-Aspek <i>Empty Nest Syndrome</i>	31
Tabel 3 Panduan Wawancara Faktor-Faktor <i>Empty Nest Syndrome</i>	32
Tabel 4 Hasil <i>Screening</i> Awal Subjek.....	40
Tabel 5 Data Orang Tua	41
Tabel 6 Gambaran Umum Data Subjek.....	42
Tabel 7 Jadwal Pelaksanaan Wawancara Subjek.....	42
Tabel 8 Identitas Alloanamesa Subjek Penelitian	42
Tabel 9 Kesimpulan Hasil Penelitian	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: <i>Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form</i> (ENS-IF)	96
Lampiran 2: Norma dan Penilaian <i>Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form</i> (ENS-IF)	100
Lampiran 3: Panduan Observasi	102
Lampiran 4: Panduan Wawancara	103
Lampiran 5: Hasil Pengisian <i>Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form</i> (ENS-IF)	106
Lampiran 6: Hasil Wawancara (Verbatim) Subjek I	120
Lampiran 7: Hasil Wawancara (Verbatim) Alloanamesa Subjek I	130
Lampiran 8: Hasil Wawancara (Verbatim) Subjek II	132
Lampiran 9: Hasil Wawancara (Verbatim) Alloanamesa Subjek II	139
Lampiran 10: <i>Informed consent</i>	141
Lampiran 11: SK Pembimbing	143
Lampiran 12: Biodata Peneliti	144

**GAMBARAN *EMPTY NEST SYNDROME* PADA ORANG TUA USIA
MADYA DI DESA LOT KALA KECAMATAN KEBAYAKAN
KABUPATEN ACEH TENGAH**

Saufa Yu'tika
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Jl. Muhammadiyah No. 91, Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh
yutikasaufa@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya di Desa Lot Kala, Kecamatan Kebayakan, Kabupaten Aceh Tengah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang tua yang anaknya menikah dalam usia madya yang mengalami *empty nest syndrome*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek memiliki kondisi yang hampir sama saat mengalami *empty nest*. Dimana kedua subjek sedih namun tidak berlarut pada saat anaknya menikah, dan perasaan sedih tersebut hanya berlangsung selama satu sampai dua bulan semenjak anak subjek menikah. Kedua subjek memiliki kegiatan rutin setiap minggunya yaitu mengikuti pengajian dan mengajar ngaji, Oleh sebab itu, subjek mendapatkan dukungan sosial dan religiusitas sehingga rasa kesepian tersebut dapat teratasi. *Empty nest syndrome* yang dialami orang tua usia madya yang anaknya menikah dipengaruhi oleh faktor hubungan dengan pasangan, harga diri usia lanjut, ikatan dengan anak yang lebih erat, faktor sosial dan kultural. Kemudian terdapat aspek merasa kesedihan.

Kata kunci : Empty Nest Syndrome, orang tua, usia madya

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kelahiran seorang anak adalah sebuah anugerah dari Tuhan kepada kedua orang tua, anak akan tumbuh dan berkembang secara fisik, kognitif, dan sosio-emosional. Secara fisik anak akan tumbuh lebih tinggi dari orang tua, secara kognitif anak yang saat kecil hanya pandai mengucapkan satu kata sampai dapat berbicara, berdiskusi dengan orang tua dan menjadi sosok seseorang yang dewasa, serta secara sosio-emosional dari anak yang hanya mengenal orang tua dan keluarganya hingga akhirnya anak memiliki lingkungan sosial yang lebih luas (Berk, 2009). Seiring bertambahnya usia anak, maka bertambah pula tuntutan kemandirian dan tanggung jawab sampai akhirnya memasuki usia siap untuk menikah. Seorang anak bertumbuh menjadi individu dewasa yang siap menjalankan tugas-tugas perkembangan selanjutnya, salah satunya yaitu memulai hidup baru dengan pasangannya. Pada masa ini orang tua telah selesai tugas dan tanggung jawabnya dalam hal menghantarkan anak-anaknya menuju kehidupan baru. Ini menandakan bahwa orang tua juga telah masuk ke tahap dan perubahan perkembangan selanjutnya di usia madya.

Usia madya merupakan masa transisi yang terjadi pada individu dalam rentang usia 40 – 60 tahun, pada masa ini akan terjadi banyak perubahan mulai dari penampilan, penurunan sistem reproduksi dan penurunan ketertarikan seksual. Adanya perubahan pada fisik tersebut tentu saja mempengaruhi psikis orang tua, sehingga orang tua harus melakukan introspeksi, penyesuaian diri dengan

lingkungan serta perbaikan nilai-nilai sosial yang dipahami selama ini (Papalia, 2009). Ketika memasuki usia madya, bertepatan dengan masa di mana anak-anaknya menginjak usia menikah, orang tua dituntut harus melakukan penyesuaian diri yang lebih berat dari masa-masa usia lainnya (Santrock, 2002).

Salah satu faktor yang mempengaruhi perubahan pada aspek psikis dan sosial orang tua di masa transisi adalah anak yang menikah. Ketika anak menikah maka anak akan meninggalkan rumah untuk hidup mandiri. Sehingga terjadi perubahan dalam rutinitas orang tua. Perubahan dalam rutinitas pada orang tua yang sebelumnya menyiapkan sarapan, memenuhi kebutuhan perlengkapan dan kemauan anak kemudian berubah dan harus menghadapi rutinitas yang baru, sehingga akan menimbulkan kondisi dan perasaan seperti sedih, kesepian, stres, depresi, perasaan kosong dan bercampur aduk (Suadirman 2011). Fenomena perasaan kosong yang dirasakan oleh orang tua inilah yang disebut dengan *empty nest syndrome*.

Herarti (dalam Iswati, 2007) mendefinisikan *empty nest syndrome* adalah rasa kosong yang biasa terjadi ketika anak-anak sudah mulai keluar rumah dan seorang ibu merasa tidak terlalu dibutuhkan lagi oleh keluarganya. Anggapan tugas sebagai orang tua berakhir setelah anak-anak meninggalkan rumah sering membuat orang tua stres terutama bagi para ibu yang merasa kehilangan arti dan makna hidup bagi dirinya sendiri. *Empty nest syndrome* pada umumnya paling banyak ditemukan pada ibu karena ibu memiliki waktu yang paling banyak berinteraksi dengan anak sehingga ibu memiliki kelekatan yang lebih kepada anak dari pada ayah. Namun seorang ayah juga turut merasakan perasaan kosong ini, tetapi ada beberapa

karakteristik ayah yang mengalami *empty nest syndrome*, seperti ayah yang memiliki intensitas keakraban yang tinggi dengan anaknya, nilai pengasuhan yang kuat, dan jumlah anak yang lebih sedikit (Bougea, Despoti, & Vasilopoulos, 2019).

Perasaan kosong yang dirasakan orang tua ini adalah perasaan umum yang muncul karena ketidaksiapan orang tua untuk melepaskan anaknya keluar dari rumah dan menjalani aktivitas sehari-hari tanpa kehadiran sang anak. Karena ketika anak meninggalkan rumah maka orang tua akan menganggap hilangnya peran mereka sebagai orang tua, merasa kesepian karena tidak ada lagi anak-anak yang tinggal di rumah dan merasakan kekosongan dalam hubungan pernikahannya. Hal ini dapat terjadi dari suatu pandangan terhadap arti dan makna dari “peran orang tua kepada anaknya”, hilangnya peran yang sangat penting membawa keterasingan, kesepian, dan ketidakpuasan (Rosen, dkk dalam Gunarsa, 2009)

Menurut Bougea, Despoti, & Vasilopoulos (2019) semakin banyak peran yang dimiliki seseorang, semakin kecil kemungkinan terjadinya *empty nest syndrome*. Dilihat bahwa pandangan akan peran disini sangat berpengaruh besar pada munculnya *empty nest syndrome*. Hal ini tentu saja tidak terlepas dari nilai pengasuhan yang tinggi dari orang tua sehingga adanya kelekatan yang lebih kuat dan pandangan peran yang lebih besar dari orang tua sendiri. Pada skala yang dirancang oleh Holmes dan Rahe (1967) membuat daftar 43 peristiwa yang dianggap sebagai sumber stres dan memerlukan tingkat adaptasi. Kepergian anak dari rumah orang tuanya berada di peringkat ke-23 dengan perolehan 29 poin. Oleh karena itu, dapat dilihat sejauh mana perubahan rutinitas di rumah yang

mengganggu aktivitas orang tua dan membutuhkan tingkat penyesuaian yang tinggi maka tingkat stres juga akan meningkat (Holmes, 1967; Mansoor, 2019)

Perasaan-perasaan kosong yang dirasakan orang tua akan memunculkan berbagai perilaku yang dapat mengarah pada hal yang positif dan negatif (Bouchard, 2013). Munculnya perasaan kosong ini dapat berdampak negatif pada kesehatan mental orang tua yang memunculkan perasaan sedih, kehilangan, ketakutan atau kesulitan dalam mendefinisikan kembali peran sehingga akan berdampak kesejahteraan dalam kesehatan fisik dan psikis lainnya. Namun, perasaan kosong ini juga dapat berdampak positif dalam hal keintiman kedua orang tua dan hobi-hobi yang ditinggalkan oleh orang tua selama membesarkan anaknya dapat dilakukannya lagi. Sehingga banyak sekali dampak pada perilaku dan segala segi bentuk aktivitas kehidupan orang tua yang dipengaruhi oleh perasaan kosong ketika ditinggalkan menikah oleh anaknya.

Berdasarkan wawancara awal dengan ibu IR pada tanggal 21 Oktober 2023, mengatakan bahwa saat anak pertamanya akan memasuki usia menikah muncul perasaan cemas dan takut akan kehilangan peran sebagai seorang ibu karena melihat anaknya yang sudah beranjak dewasa akan menikah. Ibu IR juga menuturkan bahwa setelah anaknya menikah perasaan tersebut semakin bertambah parah yang bahkan mengganggu kesehariannya, seperti jadwal makan yang tidak teratur bahkan kegiatan membersihkan rumah yang tidak teratur seperti dulu lagi, tetapi seiring berjalannya waktu ibu IR mengatakan bahwa keintiman dengan suaminya menjadi meningkat.

Perubahan-perubahan perilaku ini tidak serta merta hadir tanpa didasari oleh suatu hal, karena melihat adanya perbedaan pengaruh dari *empty nest syndrome* terhadap perilaku dan aktivitas orang tua. Perbedaan reaksi dari perasaan kosong tersebut juga mempengaruhi ada atau tidaknya *empty nest syndrome* pada orang tua yang anaknya menikah, karena dapat dilihat banyak faktor yang memicu adanya keadaan ini khususnya pada orang tua yang berada di usia madya yang merupakan masa transisi dan mengalami banyak perubahan dan penyesuaian dalam kehidupannya.

Dalam sebuah literatur oleh Mitchell (2009) menjelaskan bahwa ada pengaruh budaya di setiap negara yang mempengaruhi munculnya *empty nest syndrome*. Contohnya seperti di Asia Timur orang tua sangat dihormati dan menjadi salah satu kewajiban seorang anak untuk merawat orang tuanya yang sudah lanjut usia, jika hal ini tidak dilakukan akan menyebabkan stress dan kesedihan bagi orang tua. Sedangkan di Inggris, ketika anak sudah keluar dari rumah orang tuanya dan menjalani kehidupan yang mandiri, maka orang tua menganggap hal tersebut menjadi indikator keberhasilannya sebagai orang tua, orang tua dianggap sudah cukup membesarkan anak-anaknya untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan.

Oleh sebab itu pembahasan tentang *empty nest syndrome* ini sangat penting untuk dibahas karena masih sedikit literatur dan kesadaran mengenai fenomena tersebut di masyarakat. Dengan perbedaan penyesuaian perasaan kosong yang memunculkan *empty nest syndrome* inilah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai **“Gambaran *Empty Nest Syndrome* pada Orang**

Tua Usia Madya di Desa Lot Kala Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka fokus penelitian ini yaitu:

1. Apa saja aspek-aspek *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah ?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk menggambarkan aspek-aspek *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah.
2. Untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada pengembangan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang psikologi sosial, psikologi perkembangan dan psikologi klinis, memperkaya wawasan, dan menjadi bahan acuan untuk penelitian selanjutnya yang meneliti mengenai gambaran *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah.

2. Manfaat praktis

a. Bagi orang tua

Diharapkan dapat bermanfaat untuk mereduksi dampak *empty nest syndrome* yang dirasakan pada saat anak menikah dan dapat merencanakan kehidupan yang sejahtera secara psikis dan sosial di usia lanjut dengan pasangan.

b. Manfaat bagi anak

Diharapkan dapat bermanfaat dalam menyikapi perilaku-perilaku yang terlihat dan menjurus pada *empty nest syndrome* orang tua serta dapat memberikan dukungan agar orang tua dapat menyesuaikan diri dalam menghadapi perubahan situasi yang terjadi.

c. Manfaat bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat dan komunitas dapat memberikan dukungan dan memfasilitasi aktivitas kelompok yang bersifat suportif sehingga jika ada warga yang merasa kesepian setelah anak menikah memiliki wadah untuk mengeskpresikan emosi yang dirasakan secara positif.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian dari Popy Puspita Dewi Riyana Sari pada tahun 2021 dengan judul “Gambaran Dewasa Madya yang Mengalami *Empty Nest Syndrome*” didapatkan hasil bahwa *empty nest syndrome* yang dialami oleh ketiga subjek pada penelitian ini memiliki proses yang berbeda-beda. Yang dirasakan oleh ketiga subjek tersebut adalah sedih, rasa kesepian namun

tidak berlarut-larut dan aktivitas subjek tidak terganggu karena perasaan *empty nest syndrome* tidak muncul setiap hari, diakhir kesimpulan penelitian ini menyatakan ketiga subjek menerima dengan ikhlas takdir dan keadaan yang dialaminya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Subjek penelitian ini yaitu dewasa madya yang anaknya pergi bekerja, merantau atau melanjutkan Pendidikan. Sedangkan pada penelitian ini subjek adalah orang tua usia madya yang anaknya menikah.

2. Penelitian dari Yuni Yulia pada tahun 2021 dengan judul “Perbedaan *Empty Nest Syndrome* pada Pria dan Wanita Dewasa Madya di Desa Serai Wangi Kecamatan Talang Muandai” didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan *empty nest syndrome* pada pria dan wanita, yang mana nilai rata-rata *empty nest syndrome* pada pria memiliki nilai sebesar 61,20 dan *empty nest syndrome* pada wanita memiliki nilai sebesar 74,45. Dalam penelitian ini menjelaskan bahwa wanita lebih merasakan dan sadar serta mengakui perasaannya ketika mengalami *empty nest syndrome* dibandingkan dengan pria yang sebenarnya mengalami *empty nest syndrome* namun tidak menyadari perasaan tersebut. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan subjek pria dan Wanita Dewasa Madya di Desa Serai Wangi Kecamatan Talang Maundai. Sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan subjek yang lebih spesifik, yaitu orang tua yang anaknya menikah.
3. Penelitian dari Barbara A. Mitchell & Loren D. Lovegreen pada tahun 2009 dengan judul “*The Empty Nest Syndrome in Midlife Families: A*

Multimethod Exploration of Parental Gender Differences and Cultural Dynamics” didapatkan hasil bahwa sebagian besar orang tua usia madya menyatakan tidak adanya reaksi yang buruk seperti tekanan emosional yang sangat parah ketika anak-anaknya meninggalkan rumah, bahkan sebagian besar orang tua pada penelitian ini mengungkapkan reaksi psikologis positif setelah anak-anak pergi seperti peningkatan hubungan pernikahan, perasaan sukses sudah membesarkan dan melahirkan anak. Meskipun terdapat perbedaan reaksi dari *empty nest syndrome* pada ibu dan ayah namun ibu tidak secara signifikan lebih mengalami *empty nest syndrome* daripada ayah. Pada penelitian ini juga menyatakan adanya pengaruh faktor budaya, relasional dan sosiodemografi dalam mengekspresikan perasaan negatif dari *empty nest syndrome*. Pendekatan metodologi pada penelitian ini menggunakan metode campuran dimana strategi kuantitatif dan kualitatif digabungkan. Subjek pada penelitian ini adalah orang tua dari empat kelompok budaya (Inggris, Cina, Eropa Selatan dan Indo/India Timur) yang tinggal di Metro Vancouver, British Columbia. Sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan subjek adalah orangtua usia madya yang anaknya menikah.

4. Penelitian dari Ayesha Mansoor & Syeda Salma Hasan pada tahun 2019 dengan judul “*Empty Nest Syndrome and Psychological Wellbeing among Middle Aged Adults*” didapatkan hasil bahwa *empty nest syndrome* tidak memiliki hubungan kesejahteraan psikologis orang tua usia madya, bagi orang tua Pakistan baik ayah maupun ibu mengalami *empty nest syndrome*

namun bersifat tidak parah dan tingkat Pendidikan orang tua mempengaruhi pengalaman *empty nest syndrome* dimana orang tua yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung tidak merasakan reaksi negatif berlebihan dari *empty nest syndrome* sedangkan orang tua yang berpendidikan lebih rendah akan mengalami reaksi lebih tinggi dari *empty nest syndrome*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif murni dengan menggunakan kuesioner *empty nest syndrome* yang dikembangkan oleh Mbaeze dan Ukwandu (2011) dan skala kesejahteraan psikologis oleh Ryff (1989) diberikan kepada orang tua paruh baya yang pernah mengalami kepergian anak. Subjek pada penelitian ini adalah orang tua usia madya yang tinggal di berbagai daerah Lahore Pakistan. Sedangkan penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan ingin melihat gambaran orang tua usia madya yang anaknya menikah dalam menghadapi *empty nest syndrome*.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. *Empty Nest Syndrome*

1. Definisi *Empty Nest Syndrome*

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

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

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

2. Faktor-faktor *Empty Nest Syndrome*

Menurut Maramis (2006), faktor-faktor yang menjadi pencetus terjadinya *empty nest syndrome* yaitu:

a. Kehilangan masa menjadi ibu

Peran ibu menjadi seorang ibu yang sudah berlangsung kurang lebih selama 20 tahun untuk membesarkan dan mendidik anak akan memandang peran tersebut menjadi peran utama dalam hidupnya baik itu ibu rumah tangga ataupun ibu yang bekerja. Sehingga ketika anak mulai meninggalkan rumah ibu akan merasakan tugas utamanya hilang dan diperlukan waktu untuk melakukan penyesuaian terhadap peran tersebut dalam kehidupannya.

b. Hubungan dengan pasangan

Dukungan pasangan dalam kehadirannya dalam kehidupan pernikahan dan keluarga sangat penting untuk mencapai keseimbangan dalam diri seseorang karena dapat mereduksi rasa kesepian dan kesedihan saat anak keluar dari rumah.

c. Harga diri usia lanjut

Peran di lingkungan keluarga menjadi harga diri yang sangat berperan dalam diri individu yang memasuki usia lanjut, sehingga jika peran itu tidak diberlakukan pada diri individu tersebut akan menyebabkan munculnya aspek dari *empty nest syndrome*.

d. Ikatan dengan anak yang terlalu erat

Ikatan orang tua dengan anak yang sangat kuat dapat memperburuk keadaan ketika anak keluar meninggalkan rumah, karena sewaktu anak masih tinggal bersama peran sebagai orang tua dapat dilakukan secara langsung namun ketika anak sudah meninggalkan rumah maka peran orang tua berangsur-angsur mulai tidak dapat dilakukan.

e. Faktor sosial dan kultural

Kebudayaan seperti di Afrika, India, Timur Tengah dan Asia memandang orang tua pada usia lanjut adalah orang yang terhormat, harus dihargai dan anak bertanggung jawab untuk merawat orang tuanya, tetapi saat ini nilai-nilai yang ada tersebut sudah mulai berubah karena sudah banyaknya orang tua lanjut usia yang tinggal sendiri.

Menurut Mitchell (2009) faktor-faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* yaitu :

a. Faktor budaya, etnis dan sosial

Setiap budaya memiliki nilai masing-masing dalam menempatkan standar sosial yang baik dalam lingkungan khususnya lingkungan keluarga, baik itu cara berbicara, perilaku sopan santun dan standar keberhasilan menjadi seorang orang tua dan anak. Sehingga faktor budaya, etnis dan sosial ini sangat mempengaruhi dari adanya *empty nest syndrome* yang terjadi pada orang tua.

b. Orang tua yang memiliki anak yang lebih sedikit dan/atau anak tunggal
Orang tua yang memiliki anak lebih sedikit cenderung akan memiliki kelekatan yang lebih erat dengan anaknya dikarenakan pola pengasuhan yang hanya berfokus pada anak tersebut, dengan begitu ketika anak sudah mulai untuk keluar dari rumah, orang tua akan merasa sendirian dan kesepian dimana hal ini yang akan menjadi faktor munculnya *empty nest syndrome*.

c. Orang tua yang tidak memiliki dukungan sosial selain anak-anak dan pasangannya.

Dukungan sosial menjadi salah satu motivasi terdekat bagi orang tua sendiri baik itu sahabat, saudara kandung dan kerabat terdekat. Namun jika orang tua hanya memiliki dukungan sosial yang berasal dari anak dan pasangannya maka orang tua cenderung akan bergantung penuh dalam mendapatkan dukungan tersebut dari anak dan pasangannya, sehingga jika dukungan sosial tersebut tidak ada disekitarnya maka akan mempengaruhi adanya *empty nest syndrome* yang akan dirasakan orang tua tersebut.

Faktor-faktor terjadinya *empty nest syndrome* menurut Santrock (dalam Istigfiro, 2022) yaitu :

a. Perginya anak yang sudah dewasa dari rumah karena pekerjaan
Perginya anak yang sudah dewasa dari rumah karena pekerjaan akan membuat perubahan rutinitas pada orang tua sendiri, sehingga ada rasa kosong pada peran sebagai orang tua di dalam rumah tersebut yang menyebabkan munculnya rasa kesepian.

b. Anak yang sudah memiliki keluarga baru

Anak yang sudah memiliki keluarga baru akan berfokus pada keluarga barunya, sehingga orang tua tidak lagi berperan sebagai orang tua yang harus mengurus segala kebutuhan dari anak, yang mana hal ini akan menyebabkan munculnya perasaan *empty nest syndrome* pada orang tua itu sendiri.

c. Hilangnya kesibukan aktivitas sehari-hari

Hilangnya kesibukan dan aktivitas sehari-hari akan menyebabkan rasa kesepian karena tidak kurangnya kegiatan yang akan dilaksanakan.

d. Meninggalnya salah satu pasangan, sahabat atau teman dekat

Meninggalnya salah satu pasangan, sahabat dan teman dekat akan menyebabkan rasa kekosongan akibat rasa kehilangan yang sangat dalam.

e. Kehilangan peran utama orang tua terhadap anak

Ketika anak sudah keluar dari rumah maka peran orang tua yang sebelumnya sangat sibuk dalam memenuhi kebutuhan sang anak harus berubah yang menyebabkan adanya rasa kehilangan akan peran sebagai orang tua.

f. Kepuasan yang rendah terhadap pernikahan

Kualitas kepuasan yang rendah dalam pernikahan akan menyebabkan adanya *empty nest syndrome* dikarenakan ketika anak keluar maka dukungan sosial terdekat adalah pasangan, namun ketika dalam pernikahan memiliki kepuasan yang rendah faktor dukungan pun akan rendah.

- g. Kurang diperlakukannya kembali peran pada dirinya baik terhadap lingkungan sosial, keluarga, maupun tempat kerja

Ketika orang tua tidak memiliki peran lagi dalam lingkungan sosial, keluarga maupun tempat kerja yang diakibatkan dari masa kerja telah selesai atau anak yang sudah keluar dari rumah, namun tidak adanya kesiapan lagi dalam menempatkan peran baru dalam lingkungan hal ini akan menyebabkan munculnya *empty nest syndrome* pada orang tua.

- h. Menopause adalah suatu masa ketika secara fisiologis siklus menstruasi berhenti, biasanya terjadi antara usia 40-50 tahun

Menopause menjadi suatu perubahan fisiologis sehingga perlu adanya penyesuaian kembali terhadap dirinya sendiri.

- i. Masuknya masa pensiun

Masuknya masa pensiun akan menyebabkan adanya rasa kehilangan akan peran dalam lingkungan orang tua.

- j. Memiliki hubungan yang terlalu protektif dan terbawa dalam kehidupan anak-anak

Memiliki hubungan yang terlalu protektif dan terbawa dalam kehidupan anak yang menyebabkan ketidaksiapan saat anak keluar dari rumah.

Sehingga dari semua faktor-faktor yang diuraikan dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* berasal dari budaya lingkungan tempat tinggal orang tua serta dukungan sosial yang diterima oleh orang tua pada masa usia madya dari orang tua.

3. Aspek-aspek *Empty Nest Syndrome*

Menurut Borland (dalam Asegaf, 2019) aspek-aspek dari *empty nest syndrome* yaitu :

a. Kesepian

Kesepian adalah perasaan terasing, terselisihkan, terpencil dari orang lain.

b. Kecemasan/anxiety

Kecemasan merupakan ketidakberdayaan neuritik, rasa tidak aman, tidak matang dan kurang mampu dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan)

c. Depresi

Depresi adalah kesedihan dan kekhawatiran dalam waktu yang cukup lama dan disertai oleh perasaan tidak dihargai.

d. Kesedihan

Kesedihan adalah perasaan emosional yang terjadi ketika seseorang kehilangan sesuatu yang tidak digantikan.

e. Kehilangan

Kehilangan adalah suatu situasi aktual maupun potensial yang dapat dialami individu ketika terjadi perubahan dalam hidup atau terpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada, baik sebagian maupun keseluruhan.

f. Krisis Identitas

Krisis identitas adalah kondisi ketika seseorang kerap mempertanyakan berbagai hal yang berkaitan dengan identitas dirinya.

Menurut Siswanti (dalam Mei 2006) beberapa aspek dalam pengalaman subjek *empty nest syndrome* yaitu :

1. Aspek afektif

Aspek afektif meliputi hal-hal yang menggambarkan perasaan atau emosi seseorang *empty nest syndrome* pada wanita dewasa madya.

2. Aspek kognitif

Aspek kognitif berupa hal yang diyakini dan dipercayai seseorang berdasarkan apa yang dilihat dan diketahui.

3. Aspek motivasi atau perilaku

Dilihat dari kecenderungan untuk berperilaku tertentu sesuai dengan apa yang dipercayai dan dirasakan.

Menurut Mbaeze dan Ukwandu (2011) aspek-aspek *empty nest syndrome* antara lain :

1. Perasaan kehilangan

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

2. Merasa kesedihan

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

3. Kekosongan

Kekosongan dalam kehidupan individu yang mengalami *empty nest syndrome*. Kekosongan tersebut dapat terjadi dikarenakan sudah berkurangnya kegiatan atau rutinitas yang bisa dilakukan orang tua dirumah, anak yang sudah dewasa sudah mandiri, hidup terpisah baik karena bersekolah atau menikah dan sudah bisa menyelesaikan masalah-masalahnya sendiri.

Sehingga dari aspek-aspek yang diuraikan dapat disimpulkan aspek dari *empty nest syndrome* adalah orang tua yang merasa kosong, kesepian serta kesedihan yang mendalam karena perasaan kehilangan yang dirasakan oleh orang tua.

B. USIA MADYA

1. Definisi Usia Madya

Santrock (2011) menyatakan batasan masa dewasa tengah sebagai perkembangan yang dimulai pada usia kurang lebih 40 tahun hingga 60 atau 65 tahun. Bagi Sebagian besar orang, masa dewasa menengah adalah masa dimana terjadi penurunan keterampilan fisik dan meluasnya tanggung jawab, sebuah periode dimana seseorang menjadi lebih sadar mengenai polaritas usia muda dan berkurangnya jumlah waktu yang masih tersisa didalam

hidup. Suatu titik dimana seseorang berusaha meneruskan sesuatu yang bermakna kepada generasi selanjutnya, suatu masa dimana seseorang telah mencapai dan membina kepuasan dalam karir. Singkatnya, masa dewasa madya mencakup “keseimbangan antar pekerjaan dan tanggung jawab relasi di tengah-tengah perubahan fisik dan psikologis yang berlangsung seiring dengan proses penuaan.

Menurut Papalia (2008) usia madya merupakan saat untuk melihat masa lalu dan masa yang akan datang. Masa ini menjadi saat bagi seseorang untuk mengevaluasi tujuan dan harapan serta menentukan bagaimana cara terbaik dalam menjalani sisi waktu dalam kehidupan mereka.

Harlock (dalam Silaban 2019) juga menyatakan pada umumnya usia madya atau usia setengah baya dipandang sebagai masa usia antara 40 sampai 60 tahun. Masa tersebut pada akhirnya ditandai oleh adanya perubahan-perubahan jasmani dan mental. Pada usia 60 tahun biasanya sering terjadi penurunan kekuatan fisik, sering pula diikuti oleh penurunan daya ingat. Walaupun dewasa ini banyak yang mengalami perubahan-perubahan tersebut lebih lambat dari pada masa lalu, namun garis batas tradisionalnya masih nampak. Meningkatnya kecenderungan untuk pensiun pada usia 60-an sengaja maupun tidak sengaja usia tersebut dianggap sebagai garis batas antara usia madya dengan usia lanjut.

2. Ciri-ciri Usia Madya

Menurut Santrock (2002) mengemukakan ciri-ciri yang menonjol pada perkembangan pada masa dewasa madya adalah :

a. Usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti

Ciri utama dari usia madya adalah bahwa masa tersebut merupakan periode yang sangat menakutkan. Diakui bahwa semakin mendekati usia tua, periode usia madya semakin terasa lebih menakutkan dilihat dari seluruh kehidupan manusia.

b. Usia Madya merupakan masa transisi

Ciri kedua dari usia madya adalah bahwa usia ini merupakan masa transisi. Seperti halnya masa puber, yang merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja dan kemudian dewasa, demikian pula usia madya merupakan masa dimana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan yang akan diliputi oleh ciri-ciri jasmani dan perilaku baru.

c. Usia Madya adalah masa Stres

Penyesuaian secara radikal terhadap peran dan pola hidup yang berubah, khususnya bila disertai dengan berbagai perubahan fisik, selalu cenderung merusak homeostatis fisik dan psikologis seseorang dan membawa ke masa stres, suatu masa bila sejumlah penyesuaian yang pokok harus dilakukan di rumah, bisnis dan aspek sosial kehidupan mereka.

d. Usia madya adalah “usia yang berbahaya”

Ciri yang ke empat dari usia madya adalah bahwa umumnya usia ini dianggap atau dipandang sebagai usia yang berbahaya dalam rentang kehidupan.

e. Usia madya adalah masa berprestasi

Ciri kelima dari usia tersebut adalah masa berprestasi. Menurut Erikson usia madya merupakan masa krisis dimana baik “generavitas” kecenderungan untuk menghasilkan maupun stagnasi kecenderungan untuk tetap berhenti akan dominan.

f. Usia madya merupakan masa evaluasi

Ciri keenam dari usia madya adalah bahwa usia ini terutama sebagai masa evaluasi diri. Karena usia madya pada umumnya merupakan saat pria dan wanita mencapai puncak prestasinya, maka logislah apabila masa ini juga merupakan saat mengevaluasi prestasi tersebut berdasarkan aspirasi mereka semula dan harapan orang lain, khususnya anggota keluarga dan teman.

g. Usia madya merupakan masa sepi

Ciri kedelapan dan usia madya adalaah bahwa masa ini dialami sebagai masa sepi (*empty nest*), masa ketika anak-anak tidak lama lagi tinggal bersama orang tua.

h. Usia madya merupakan masa jenuh

Ciri kesembilan usia madya adalah bahwa seringkali periode ini merupakan masa yang penuh dengan kejenuhan. Banyak atau hampir

seluruh pria dan wanita mengalami kejenuhan pada akhir usia tiga puluhan dan empat puluhan.

3. Tugas Perkembangan Usia Madya

Menurut Hurlock (1990), tugas perkembangan usia madya dibagi menjadi empat tugas perkembangan yaitu :

a. Tugas perkembangan yang berkaitan dengan fisik

Pada tugas perkembangan yang berkaitan dengan fisik, individu usia madya bertugas untuk melakukan persiapan dalam penerimaan dan penyesuaian perubahan fisik pada dirinya, hal ini terasa sulit dilakukan karena adanya standar perilaku dan fisik pada sosial lingkungan individu tersebut. Perubahan-perubahan fisik tersebut meliputi :

- 1) Perubahan penampilan
- 2) Perubahan kepekaan dan kemampuan Indera
- 3) Perubahan keberfungsian fisiologis
- 4) Perubahan stamina dan kesehatan
- 5) Perubahan dalam ketertarikan seksual

b. Tugas perkembangan yang berkaitan dengan perubahan minat

Tugas perkembangan ini dilakukan karena pada masa usia madya adanya perubahan tugas, tanggung jawab, Kesehatan dan peran dalam kehidupan sosial dan lingkungan individu tersebut sehingga perlu dilakukan kesiapan dalam memperoleh tanggung jawab kewarganegaraan dan sosial dalam bentuk mengembangkan kegiatan-kegiatan pengisi waktu luang atau kegiatan yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan

sosial individu tersebut yang dapat berorientasi pada keluarga dan lingkungan terdekat. Sehingga pentingnya mengembangkan minat pada masa usia madya ini.

c. Tugas perkembangan yang berkaitan dengan jabatan atau pekerjaan

Pada masa usia madya ini akan adanya perubahan dalam hal pekerjaan dan jabatan, dalam hal ini individu harus melakukan penyesuaian dalam menghadapi perubahan tersebut disesuaikan dengan keadaan suatu standar kestabilan kehidupan ekonomi keluarga.

d. Tugas perkembangan berkaitan dengan keluarga

Pada masa usia madya ini individu akan lebih banyak menghabiskan waktunya dengan keluarga, sehingga individu harus melakukan kesiapan dalam mengutamakan hubungan diri dengan suami atau istri dalam bentuk persahabatan yang akrab, serta melakukan penyesuaian diri dengan kehidupan anak pada usia remaja dan memasuki usia pernikahan dalam bentuk mengarahkan anak menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab dan Bahagia.

C. *Empty Nest Syndrome* pada Orang Tua Usia Madya

Menurut Mbaeze dan Ukwandu (2011) *empty nest syndrome* merupakan gangguan patologis yang dapat terjadi pada orang tua ketika anak-anak sudah tumbuh dewasa dan tidak tinggal di rumah dengan orang tuanya. *Empty nest syndrome* ini dapat terjadi pada kedua orang tua terlebih pada seseorang ibu karena mereka yang membimbing dan mengurus dari kecil hingga dewasa. Namun seorang ayah juga turut merasakan perasaan kosong

ini, tetapi ada beberapa karakteristik ayah yang mengalami *empty nest syndrome* ini seperti ayah yang memiliki intensitas keakraban yang tinggi dengan anaknya, nilai pengasuhan yang kuat, dan jumlah anak yang lebih sedikit (Bougea, dkk 2019).

Dengan kata lain, *empty nest syndrome* ini terjadi karena ketidaksiapan orang tua saat anaknya mulai keluar dari rumah dan menikah. Faktor penyebab *empty nest syndrome* menurut Santrock (dalam Istigfiro, 2022) yaitu perginya anak yang sudah dewasa dari rumah karena pekerjaan atau menikah dan memiliki rumah baru sehingga hilangnya aktivitas sehari-hari dari orang tua namun keadaan ini juga dapat bertambah buruk ketika meninggalnya salah satu pasangan, sahabat atau teman dekat atau kepuasan yang rendah dalam pernikahan, menopause dan pensiun. Dari faktor tersebut akan muncul *empty nest syndrome*. Mbaeze dan Ukwandu (2011) menjelaskan bahwa orang tua yang mengalami *empty nest syndrome* memunculkan beberapa gejala seperti perasaan kehilangan, kesedihan dan kekosongan. Sehingga dapat disimpulkan munculnya *empty nest syndrome* ini pada masa usia orang tua memasuki usia madya dikarenakan pada masa ini anak-anaknya masuk ke jenjang pernikahan dan meninggalkan rumah.

Santrock (2011) menyatakan batasan masa dewasa tengah sebagai perkembangan yang dimulai pada usia kurang lebih 40 tahun hingga 60 atau 65 tahun. Bagi Sebagian besar orang, masa dewasa menengah adalah masa dimana terjadi penurunan keterampilan fisik dan meluasnya tanggung jawab. Sebuah periode dimana seseorang menjadi lebih sadar mengenai

polaritas usia muda dan berkurangnya jumlah waktu yang masih tersisa didalam hidup. Suatu titik dimana seseorang berusaha meneruskan sesuatu yang bermakna kepada generasi selanjutnya, suatu masa dimana seseorang telah mencapai dan membina kepuasan dalam karir. Singkatnya, masa dewasa madya mencakup keseimbangan antar pekerjaan dan tanggung jawab relasi di tengah-tengah perubahan fisik dan psikologis yang berlangsung seiring dengan proses penuaan.

Adapun tugas perkembangan di masa usia madya ini menurut Hurlock (1990), *pertama*, berkaitan dengan fisik, yakni individu usia madya bertugas untuk melakukan persiapan dalam penerimaan dan penyesuaian perubahan fisik pada dirinya. *Kedua*, berkaitan dengan minat dalam melakukan kesiapan memperoleh tanggung jawab kewarganegaraan dan sosial dalam bentuk mengembangkan kegiatan-kegiatan pengisi waktu luang. *Ketiga*, tugas perkembangan berkaitan dengan jabatan atau pekerjaan dimana individu usia madya perlu melakukan penyesuaian dalam menghadapi perubahan tersebut disesuaikan dengan keadaan suatu standar kestabilan kehidupan ekonomi keluarga. *Keempat* tugas perkembangan yang berkaitan dengan keluarga dimana individu perlu melakukan kesiapan dalam mengutamakan hubungan diri dengan suami atau istri dalam bentuk persahabatan yang akrab, serta melakukan penyesuaian diri dengan kehidupan anak pada usia remaja dan memasuki usia pernikahan.

Pada usia pernikahan anak-anaknya, di mana kemudian anak yang telah menikah keluar dari rumah dan memiliki kehidupan sendiri, orang tua

menghadapi perubahan besar dalam hidupnya. Ketidaksiapan orang tua dalam memasuki fase perkembangan selanjutnya berdampak pada psikologisnya. Mereka yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan situasi baru tersebut cenderung mengalami *empty nest syndrome*.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Menurut Creswell (2016) penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang mengeksplorasi dan memahami makna disejumlah individu atau sekelompok orang yang berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Dalam penelitian kualitatif ini sangat bergantung pada informasi dari partisipan pada ruang lingkup yang luas, pertanyaan yang umum, pengumpulan data sebagian besar dari teks atau kata-kata partisipan dan menjelaskan serta melakukan analisis terhadap teks yang dikumpulkan secara subjektif (Creswell & Guetterman, 2018).

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus, yang mana menurut Walgito (2010) studi kasus adalah metode yang bertujuan untuk mempelajari dan menyelidiki suatu kejadian atau fenomena mengenai individu, seperti riwayat hidup seseorang yang menjadi objek penelitian. Walgito juga menambahkan bahwa dibutuhkan banyak informasi dan integrasi data yang diperoleh dari metode lain guna mendapatkan informasi mendalam pada metode studi kasus yang dilakukan.

B. Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah orang tua usia madya yang anaknya menikah di Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah, dengan kriteria sebagai berikut :

1. Subjek merupakan orang tua usia madya yaitu usia 40-60 tahun
2. Kriteria khusus bagi ayah adalah yang memiliki kurang dari 3 anak
3. Subjek memiliki anak yang sudah menikah dan anak tidak tinggal bersama orang tua.
4. Subjek mengalami *empty nest syndrome* berdasarkan *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF)
5. Bertempat tinggal di Desa Lot Kala Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah

C. *Sampling*

Teknik *sampling* adalah teknik pengambilan sampel. Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2018) teknik *purposive sampling* adalah teknik pengumpulan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel dengan sumber data dari subjek penelitian berdasarkan kriteria tertentu.

Turner (2020) juga mengungkapkan bahwa *purposive sampling* ini digunakan ketika peneliti sudah mempunyai target individu dengan karakteristik yang sesuai dengan penelitian. Sehingga karakteristik yang peneliti ambil dalam penelitian ini disesuaikan dengan karakteristik tertentu pada fenomena yang peneliti amati. Pengambilan sampel yang akan peneliti lakukan dengan *purposive sampling* ini adalah melakukan *screening* awal

dengan memberikan *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF) untuk menyeleksi subjek pada penelitian ini.

D. Teknik Pengambilan Data

Teknik pengumpulan data yang akan dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu observasi dan wawancara secara mendalam dengan subjek penelitian.

1. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan kepada subjek dengan menggunakan alat indera untuk mendengarkan serta memahami fenomena sosial seperti perilaku, kejadian serta keadaan selama beberapa waktu (Yogo & Tromboni, dalam Musyarofah, 2018). Widoyoko (2014) juga mengungkapkan observasi merupakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap unsur-unsur yang nampak dalam suatu gejala pada objek penelitian. Tujuan dari observasi yaitu mengumpulkan data yang digunakan untuk menjawab berbagai permasalahan yang muncul (Purba dkk, 2021).

Metode observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi participant atau pengamatan murni dimana peneliti hanya mengamati tanpa terlibat langsung dalam aktivitas yang terjadi.

Tabel 1.
Tabel Panduan Observasi

No	Indikator
1	Gambaran umum subjek
2	Kondisi fisik dan penampilan subjek saat penelitian
3	Ekspresi wajah subjek selama penelitian

4	Bahasa tubuh yang ditunjukkan subjek selama proses wawancara
---	--

2. Wawancara

Menurut Bungin (2013) wawancara merupakan proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan orang yang diwawancarai. Metode wawancara yang digunakan dalam penelitian yaitu wawancara semi terstruktur dimana peneliti diberi kebebasan bertanya namun masih berpedoman pada pedoman wawancara yang bertujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana subjek yang diwawancarai akan diminta untuk menyampaikan pendapat dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, peneliti harus mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang disampaikan oleh informan (Esterberg dalam Sugiyono, 2018).

Tabel 2.
Tabel Panduan Wawancara Pada Aspek-Aspek *empty nest syndrome* (Mbaeze dan Ukwandu, 2011)

No	Aspek	Indikator
1	Perasaan kehilangan	Merasa peran sebagai orang tua hilang
		Merasa waktu dengan anak hilang
2	Merasa kesedihan	Rasa sedih yang berlarut
		Rasa sedih yang sering datang ketika sendirian
3	Kekosongan	Kurangnya aktivitas orang tua dirumah
		Anak yang sudah mandiri
		Hidup terpisah dengan anak

Tabel 3.
Tabel Panduan Wawancara Pada Faktor-Faktor
yang Mempengaruhi *empty nest syndrome* (Maramis, 2006)

No	Faktor	Indikator
1	Kehilangan masa menjadi ibu	Peran sebagai ibu kurang lebih 20 tahun
		Memandang peran ibu sebagai tugas utama
		Merasa tugas sebagai ibu telah hilang
2	Hubungan dengan pasangan	Hubungan harmonis dengan pasangan
3	Harga diri usia lanjut	Berkerja/ memiliki peran di lingkungan sekitar
4	Ikatan dengan anak yang terlalu erat	Komunikasi intens dengana anak
		Sering mengobrol dengan anak
		Sering melakukan aktivitas santai dengan anak
5	Faktor sosial dan kultural	Nilai tanggung jawab anak merawat orang tua di usia lanjut
		Kewajiban berbakti bagi anak
		Persepsi orang yang dihormati harus dihargai

E. Analisis Data

Analisis data merupakan suatu cara yang sistematis untuk menyusun serta mencari data yang didapatkan dari hasil wawancara, catatan dari lapangan serta data lainnya. Tujuan dari analisis data adalah untuk memudahkan peneliti dalam memahami hasil dari penelitian, sehingga peneliti dapat membuat kesimpulan dan dapat menceritakan kepada orang lain (Bogdan dalam Sugiyono, 2016). Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan dengan cara berkesinambungan, dari awal hingga selesai penelitian. Langkah-langkah dalam menganalisis data menggunakan model Miles and Huberman (dalam Sugiyono, 2016).

1. Pengumpulan Data

Langkah pertama yang dilakukan dalam menganalisis data adalah mengumpulkan data. Data yang diperoleh dari penelitian kualitatif kebanyakan berupa kata-kata, fenomena, sikap bahkan perilaku dari subjek yang dihasilkan berdasarkan observasi dan wawancara mendalam.

2. Reduksi Data

Reduksi data adalah membuat kesimpulan dari data yang didapatkan lalu memilah data dalam suatu konsep tertentu berdasarkan teori yang digunakan dalam pengumpulan data. Data tersebut merupakan data penting dan diutamakan dalam penelitian, sehingga data tersebut dapat memberikan penjelasan yang tepat dalam mengungkap topik penelitian. Tujuan dari reduksi data ini yaitu memudahkan dalam melakukan langkah lanjutan dalam menganalisis data.

3. Penyajian Data

Setelah melakukan reduksi data langkah selanjutnya yaitu melakukan penyajian data. Penyajian data adalah menguraikan data secara ringkas yang diuraikan dalam bentuk bagan. Penyajian data penelitian kualitatif, data sering diuraikan dalam bentuk teks naratif yang bertujuan untuk memudahkan dalam memahami suatu peristiwa dalam penelitian dan memahami peristiwa yang didapatkan pada tahapan berikutnya.

4. Penarikan kesimpulan

Verifikasi langkah terakhir dalam menganalisis data adalah dengan menarik kesimpulan dan melakukan verifikasi. Kesimpulan yang diperoleh peneliti dalam menganalisis data memiliki sifat sementara. Apabila peneliti tidak menemukan bukti yang valid dalam pengumpulan data lanjutan, maka kesimpulan itu dianggap kredibel. Akan tetapi, jika peneliti menemukan bukti baru dalam pengumpulan data ketika peneliti kembali ke lapangan, maka kesimpulan yang peneliti peroleh sebelumnya adalah kesimpulan yang bersifat sementara.

F. Keterpercayaan Penelitian

Moleong (2012) mengemukakan bahwa triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Peneliti memilih metode ini karena menganggap dengan triangulasi maka sumber data yang diperoleh akan benar-benar valid dan reliabel sebab dibuktikan dengan sumber lain yang mendukung dan dapat dipercaya. Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa data dari hasil penelitian harus dapat diuji keterpercayaannya, terdapat beberapa kriteria dalam melihat keterpercayaan penelitian yang salah satunya adalah validitas (triangulasi).

Peneliti menggunakan teknik triangulasi. Jenis triangulasi yang digunakan peneliti dalam penelitian ini menggunakan triangulasi teknik sebagai cara keabsahan data. Data tersebut diantaranya dengan menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Sebagaimana data tersebut akan digunakan dalam memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

Menurut Mudjia Rahardjo (2010) Triangulasi Temuan (Konfirmabilitas) bertujuan agar temuan tidak bias, peneliti perlu melakukan triangulasi temuan, atau yang sering disebut sebagai konfirmabilitas, yakni dengan melaporkan temuan penelitian kepada informan yang diwawancarai. Triangulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Tersedia trigulasi sumber, triangulasi data, dan triangulasi waktu.

1. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber untuk mengkaji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber yaitu orang-orang terdekat subjek.

2. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misal data diperoleh dengan wawancara, lalu dicek dengan observasi, dokumentasi.

3. Triangulasi waktu

Waktu juga mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber segar, belum banyak masalah akan memberikan data yang lebih valid sehingga lebih

kredibel. Pengujian keabsahan data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi atau teknik lain dalam situasi yang berbeda. Bila hasil uji menghasilkan data yang berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sehingga sampai ditemukan kapasitas datanya (Sugiyono, 2007). Peneliti akan melakukan triangulasi sumber data dari wawancara, dokumen dan pustaka yang berarti membandingkan dan mengecek derajat balik kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam metode kualitatif.

Hal ini dapat peneliti capai dengan jalan sebagai berikut:

1. Membandingkan data hasil observasi dengan data hasil wawancara.
2. Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi.
3. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti orang yang berpendidikan lebih tinggi atau ahli dalam bidang yang sedang diteliti.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Orientasi kancah penelitian atau disebut juga dengan orientasi lapangan merupakan salah satu langkah awal penting untuk dilaksanakan dan diperhatikan agar suatu penelitian dapat optimal dan berjalan sesuai dengan rancangan penelitian. Tujuan dari orientasi kancah penelitian yaitu mengetahui lebih mendalam tentang lokasi penelitian serta situasi pada tempat pelaksanaan penelitian agar peneliti dapat melihat kesesuaian fenomena-fenomena yang terjadi dengan karakteristik subjek pada penelitian ini.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Lot Kala, Kecamatan Kebayakan, Kabupaten Aceh Tengah. Sesuai dengan judul penelitian ini, yaitu “Gambaran *Empty Nest Syndrome* Pada Orang Tua Usia Madya yang Anaknya Menikah” maka peneliti akan melihat gambaran *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah di Desa Lot Kala Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah.

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari kantor Desa Lot kala, Desa Lot Kala berada di Kecamatan Kebayakan, Kabupaten Aceh Tengah. Desa Lot Kala sudah terbentuk sejak tahun 1949 M, Desa Lot Kala memiliki luas wilayah 151,5 Ha dan terbagi menjadi 3 dusun yaitu Dusun Lot, Dusun Kala, dan Dusun Mampak. Desa Lot Kala terus mengalami pertumbuhan hingga pada tahun 2024 jumlah penduduk di Desa Lot Kala berjumlah 1614 jiwa, dengan jumlah laki-laki 790 jiwa dan jumlah perempuan 824 jiwa. Desa Lot Kala

berada di pinggiran Kota Takengon, dengan rata-rata pekerjaan Masyarakat Desa Lot Kala yaitu petani, wirausaha, dan PNS.

Penelitian ini dilakukan kepada dua orang subjek yang merupakan orang tua usia madya yang berusia 40-60 tahun, memiliki anak yang sudah menikah yang tidak tinggal bersama orang tua dan mengalami *empty nest syndrome* di Desa Lot Kala, kecamatan Kebayakan, kabupaten Aceh Tengah. Subjek pertama berdomisili di Desa Lot Kala, kecamatan Kebayakan, kabupaten Aceh Tengah. Subjek merupakan seorang ibu rumah tangga yang berusia 58 tahun, subjek menikah pada tahun 1987 dan menjadi seorang ibu ketika anak pertamanya lahir di tahun 1988 sehingga subjek sudah menjadi ibu selama 36 tahun. Saat ini subjek memiliki tiga orang putri, anak pertama dan kedua sudah menikah dan anak ketiga sedang kuliah di luar kota. Subjek tinggal berdua dirumah bersama suami yang merupakan seorang pensiunan, kegiatan sehari-hari subjek yaitu menjaga kedai, mengajar mengaji, dan mengikuti pengajian.

Selanjutnya, subjek kedua berdomisili di Desa Lot Kala, Kecamatan Kebayakan, kabupaten Aceh Tengah. Subjek merupakan seorang ibu rumah tangga yang berusia 60 tahun, menikah pada tahun 1979 dan menjadi seorang ibu ketika anak pertamanya lahir pada tahun 1980, sehingga subjek sudah menjadi seorang ibu selama 44 tahun. Saat ini subjek dikaruniai dua orang putra dan dua orang putri, dimana tiga orang diantaranya sudah menikah dan anak bungsu subjek belum menikah. Saat ini, subjek tinggal berdua bersama suami subjek di rumahnya, suami subjek merupakan seorang tukang jahit yang masih aktif sampai sekarang. Kegiatan sehari-hari subjek yaitu selain

melakukan pekerjaan rumah, subjek juga mengikuti pengajian setiap hari Jum'at.

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan penelitian

Adapun beberapa hal yang peneliti siapkan untuk melakukan penelitian ini adalah mempersiapkan keperluan dalam proses penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti, beberapa hal tersebut yaitu:

- a. Menyiapkan *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF) sebagai *screening* awal untuk memastikan subjek mengalami *empty nest syndrome*.
- b. Menyusun pedoman wawancara berdasarkan fokus penelitian.
- c. Mengumpulkan informasi terkait latar belakang subjek untuk memastikan subjek memenuhi kriteria dalam penelitian ini.
- d. Mempersiapkan alat kebutuhan dalam pelaksanaan pengumpulan data, yaitu:
 - 1.) Pedoman wawancara
 - 2.) Alat perekam
 - 3.) Alat tulis
 - 4.) *Informed consent*

2. Tahapan pelaksanaan penelitian

Setelah melakukan persiapan penelitian, maka langkah selanjutnya peneliti melakukan tahapan pelaksanaan penelitian, sebagai berikut:

- a. Peneliti melakukan tahap *screening* awal dengan menggunakan *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF) kepada 8 subjek yang telah

memenuhi kriteria yaitu orang tua usia madya yang berusia 40-60 tahun, memiliki anak yang sudah menikah namun tidak tinggal bersama orang tua, bertempat tinggal di Desa Lot Kala, Kecamatan Kebayakan, Kabupaten Aceh Tengah.

- b. Melakukan skoring dari hasil jawaban skala pada *screening* awal.
- c. Menghubungi 2 subjek yang memenuhi kriteria skor tinggi dalam skoring pada *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF), untuk mengkonfirmasi tahapan pelaksanaan wawancara.
- d. Mengubungi kedua subjek untuk memastikan waktu, tempat serta kondisi subjek untuk melakukan wawancara.
- e. Melaksanakan proses wawancara berdasarkan pedoman yang telah disusun, serta sekaligus melakukan observasi terhadap subjek dan lingkungan tempat tinggal subjek.
- f. Membuat verbatim berdasarkan rekaman wawancara subjek dan peneliti.
- g. Melakukan pengolahan data dari hasil pengumpulan data yang dilaksanakan, serta membuat kesimpulan dari fenomena yang diteliti.

3. Hasil *Screening* awal

Tabel 4.
Tabel Hasil *Screening* Awal Subjek

N0	SUBJEK	HASIL SKOR	KETERANGAN
1.	S	175	Skor tinggi
2.	HS	167	Skor tinggi
3.	HB	156	Rata-rata
4.	HL	122	Rata-rata
5.	M	118	Rata-rata
6.	IR	106	Rata-rata
7.	EY	93	Rata-rata
8.	HN	74	Rendah

Tabel 5.
Data Orang Tua

NO	SUAMI DARI SUBJEK	HASIL SCREENING	KETERANGAN
1	S	(Inisial HB)	Rata-rata
2	HS	Tidak di <i>screening</i>	Anak lebih dari 3
3	HL	Tidak di <i>screening</i>	Anak lebih dari 3
4	M	Tidak di <i>screening</i>	Meninggal
5	IR	Tidak di <i>screening</i>	Anak lebih dari 3
6	EY	Tidak di <i>screening</i>	Meninggal
7	HN	Tidak di <i>screening</i>	Bercerai

Interpretasi hasil skor:

- Skor tinggi (167-250): orang yang mendapat skor tinggi, cenderung selalu merasa cemas, memiliki rasa kehilangan yang lebih dalam dan menunjukkan gangguan dalam rutinitas sehari-hari setelah anak meninggalkan rumah. Mereka lebih menunjukkan kecenderungan neurotic dan tampaknya memiliki keterikatan yang tidak sehat pada anak.
- Rata-rata (85-166): orang yang mendapat nilai rata-rata, cenderung memiliki hubungan yang seimbang dengan anak-anaknya. Mereka mengalami rasa kehilangan dan kesepian tetapi mereka tidak menunjukkan sifat neurotic atau sifat terikat, mereka memiliki perasaan kehilangan yang lebih realistis.
- Skor rendah (0-84): orang yang mendapat nilai rendah, cenderung merasa sangat puas setelah kepergian anaknya, mereka tampaknya memiliki hubungan yang baik dengan anak mereka. Namun, hal ini menjadi indikator adanya hubungan yang baik dengan anak mereka. Namun, hal ini bisa menjadi indikator adanya hubungan yang terpisah dengan anak dimana orang tua terlalu fokus pada kehidupannya sendiri.

4. Jumlah dan Karakteristik Subjek

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 2 orang dengan karakteristik sebagai berikut.

a. Identitas subjek penelitian

Tabel 6.
Gambaran Umum Data Subjek

Keterangan	Subjek I	Subjek II
Nama (inisial)	S	HS
Usia	58 tahun	60 tahun
Agama	Islam	Islam
Pekerjaan	Ibu rumah tangga	Ibu rumah tangga

b. Pelaksanaan penelitian

Tabel 7.
Jadwal Pelaksanaan Wawancara Subjek

No.	Tanggal Penelitian	Kegiatan	Waktu Penelitian	Tempat Penelitian
Subjek I				
1	04 Mei 2024	Screening awal	17.11- 18.09 WIB	Ruang Tamu
2	06 Mei 2024	Wawancara Observasi	16.33-17.10	Ruang Tamu
3	12 Mei 2024	Wawancara	14.23-14.40	Via Telepon
Subjek II				
1	04 Mei 2024	Screening awal	10.12- 11.05	Ruang Tamu
2	12 Mei 2024	Wawancara Observasi	15.00-15.35	Ruang Tamu
3	15 Mei 2024	Wawancara	18.01-18.20	Via Telepon

c. Alloanamesa

Tabel 8.
Identitas Alloanamesa Subjek Penelitian

No	Identitas Alloanamesa	Wawancara		Tempat
		Hari & Tanggal	Waktu	
1	Alloanamesa Subjek I Nama/Inisial: HB Hubungan dengan subjek: Suami	Selasa, 14 Mei 2024	16.10-16.41	Ruang tamu rumah subjek

	Usia: 63 Tahun Pekerjaan: Pensiunan			
2	Alloanamesa Subjek II Nama/Inisial: HS Hubungan dengan subjek: Suami Usia: 67 Tahun Pekerjaan: Wirausaha	Senin, 06 Mei 2024	16.30-16.57	Ruang tamu rumah subjek

C. Penemuan Penelitian

1. SUBJEK 1

a. Hasil observasi subjek 1

Ibu S merupakan seorang wanita yang berusia 58 tahun menikah pada tahun 1987 dan menjadi seorang ibu ketika anak pertamanya lahir di tahun 1988 sehingga ibu S sudah menjadi ibu selama 36 tahun. Saat ini ibu S memiliki 3 orang putri dimana anak pertama dan kedua sudah menikah serta anak ketiga masih berkuliah. Ibu S memiliki postur tubuh dengan tinggi badan \pm 155 cm dan berat badan 50 kg, memiliki kulit berwarna kuning langsung dengan bentuk wajah tirus, hidung yang mancung, mata sayu dan bibir yang tipis.

Saat ini, ibu S tinggal di Desa Lot Kala, Kecamatan Kebayakan, Kabupaten Aceh Tengah bersama suaminya. Anak pertama dan anak kedua ibu S sudah menikah dan mempunyai anak serta tinggal di seputaran Kota Takengon bersama dengan keluarganya. Tempat tinggal ibu S merupakan ruko 2 lantai yang mana dilantai 1 terdapat sebuah warung kelontong yang dikelola oleh ibu S, di lantai 1 juga terdapat ruang tv dan dapur, lalu di lantai

2 rumah ibu S maupun kamar anak ketiga dan kamar ibu S bersama suaminya. Peneliti membangun bonding pertama kali dengan mengunjungi rumah subjek dan menanyakan kebersediaan ibu S dalam penelitian ini. Awal pertemuan peneliti dengan subjek adalah untuk melakukan *screening* awal dengan mengisi *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF) dan dilanjutkan dengan membuat janji untuk melakukan wawancara penelitian di rumah ibu S pada tanggal 6 Mei 2024.

Wawancara berlangsung selama \pm 30 menit, dimulai dengan berbincang santai mengenai keadaan subjek saat ini dan keberadaan anak-anaknya, dan selanjutnya memulai observasi dan wawancara dengan ibu S. Observasi dilakukan di ruang tamu rumah ibu S, kondisi rumah dalam keadaan sepi karena hanya ibu S dan suaminya yang berada dirumah, sedangkan anak pertama dan anak kedua sudah tinggal dengan keluarganya masing-masing serta anak ketiga sedang berkuliah di luar kota.

Di ruang tamu, peneliti dan ibu S serta suami dari S duduk lesehan di depan TV dan terdapat kasur tempat duduk suami ibu S yang sedang dalam proses penyembuhan kakinya. Ibu S memakai baju bergaris-garis hitam dan putih, jilbab berwarna hitam, dan rok berwarna hitam. Kondisi ibu S tampak sehat namun sedikit gugup sebelum memulai wawancara. Proses wawancara berlangsung dengan wawancara namun saat awal wawancara ibu S tampak sedikit bingung dengan pertanyaan, lalu saat ibu S mulai menceritakan tentang saat dia merindukan anaknya dan melihat kamar yang kosong intonasi bicara ibu S sedikit melemah, ibu S pun

menunjuk ke lantai 2 tempat kamar anaknya berada, namun saat ibu S menceritakan tentang kegiatannya yang mengajar mengaji dan kegiatan pengajiannya terlihat sangat bersemangat, dan tampak lebih santai dalam memberikan keterangan secara detail terkait kegiatannya.

b. Hasil Wawancara Subjek 1

1. Aspek-Aspek *Empty Nest Syndrome*

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu S, terdapat tiga aspek pada *empty nest syndrome* yang terungkap dalam wawancara, yaitu:

a. Perasaan kehilangan

Terdapat dua indikator yang terungkap dari aspek perasaan kehilangan, yaitu:

1.) Merasa peran sebagai orang tua hilang

Subjek merasa perannya sebagai ibu tidak hilang dikarenakan masih ada anak subjek lainnya yang belum menikah butuh untuk diberikan kebutuhan secara material maupun non-material. Berikut keterangan subjek:

“kalau itu kan pas luhri menikah masih ada adik-adiknya, kayak sekarang pas yang kedua menikah masih ada shaumi yang masih kuliah, jadi masih biasa aja.” (Verbatim, S0063-S0066)

Anak-anak subjek tetap meminta nasehat tentang masalah keluarganya kepada subjek, sehingga subjek tidak merasa perannya sebagai ibu hilang

“Terus, menurut kakak setelah anak-anak ga dirumah lagi, ada kah merasa kehilangan peran sebagai orang tua?.” (Verbatim, P0202-P0204)

“Kalau itu enggak, karena dari kecil sampai dewasanya walaupun udah berkeluarga tetap kalau salah dinasehati.” (Verbatim, S0205-S0207)

2.) Merasa waktu dengan anak hilang

Subjek tidak merasa waktu dengan anaknya hilang dikarenakan jarak rumah anaknya yang masih di satu kota dan subjek yang dapat mengunjungi anak-anaknya kapanpun subjek ingin. Berikut keterangan subjek:

“Kalau jauh tadi mungkin adalah terasa lebih lama sedihnya, tapi ini karena masih dekat masih satu kota masih terlihatlah orangnya, ga terlalu lama 1-2 bulan gitulah. Apalagi dia masih ada sering datang kesini kalau jauh tadi kayakmana mau lihatnya kan sedih kita. Jadi kakak pun kalau sempat ada waktu pergi kerumahnya misal ke nunang, bilang sama abang kan {aku ke tempat abit dulu abit ni nama anak luhri, terus nanti kerumah ayu lagi tempat el-zain} kalau ada sempat waktu pergi terus kakak, kejar kesana kesini. Abis itu udah baru lega rasanya.” (Verbatim, S0235-S0245)

Sebelum anaknya menikah subjek menghabiskan waktu dengan membuat kue bersama, namun semenjak anaknya sudah tidak berada dirumah lagi subjek sudah tidak memiliki keinginan untuk membuat kue. Berikut keterangan subjek:

“Berarti dulu sering kakak bikin kue-kue kak ya?.” (Verbatim, P0259)

“Iya sering, itu masih ada tu cetakannya, dibeli semua cetakannya jadi semenjak orang ni gak ada lagi disini, gada lagi kakak bikin, udah malas tinggal dua orang, kalau maupun beli aja dikit kayak gitu.” (Verbatim, S0260-S0263)

“Sekarang ni? enggak lagi, udah hilang selernya, padahal cetakannya udah ada kan, enggak lagi, beli aja udah.” (Verbatim, S0266-S0268)

b. Merasa Kesedihan

Terdapat 2 indikator yang terungkap dari aspek merasa kesedihan, yaitu:

1.) Rasa sedih yang berlarut

Subjek merasakan kesedihan pada saat awal waktu anaknya menikah, namun satu sampai dua bulan kemudian hal tersebut tidak terlalu sering lagi subjek rasakan. Berikut keterangan subjek:

“Pertama tu? bersedih, terus satu atau dua bulan dari situlah udah biasa lagi.” (Verbatim, S0051-S0052)

2.) Rasa sedih yang sering datang ketika sendirian

Subjek merasa datangnya rasa sedih tersebut ketika melihat foto bersama anaknya, dan ketika melihat kamar anaknya yang sudah kosong. Berikut keterangan subjek:

“Kayak lihat foto, lihat ke kamarnya, udah kosong terus kayak suka pergi ke atas tengok kamarnya, {nuu ga ada anakku}.” (Verbatim, S0054-S0056)

“Kalau naik ke atas sering dulu.” (Verbatim, S0058)

Ketika subjek mulai merasakan kesedihan saat teringat dengan anaknya, maka subjek langsung menelpon dan menanyakan keadaan serta kabar anaknya, subjek juga sering teringat ketika sedang makan makanan kesukaan anaknya. Berikut keterangan subjek:

“Kalau seringnya tu ginilah sekarangpun, naik keatas lihat kamar anak-anak {nuu ga ada orangnya} kayakmana tu ya, sedihlah gitu, sesak rasanya, udah tu nanti kalau udah teringat langsung WA dia apalagi kalau udah sore {haa udah makan? Udah shalat? Kenapa

tadi mamak telfon ga diangkat?} terus katanya {aku lagi shalat tadi mak} selalu lah pokoknya berkomunikasi gitu, kalau ga khawatir kita apa udah makan atau belum, semisal kakak disini lagi makan enak terus terpikir {nuu anakku udah makan kesana?} selalu kayak gitu.” (Verbatim, S0211-S0221)

Rasa sedih sering datang saat subjek sendirian, sehingga subjek mengalihkan rasa sedih tersebut dengan cara membaca dan berkumpul dengan teman-temannya. Berikut keterangan subjek:

“Kayak tadi, ambil al-qur’an baca, kadang-kadang buku tuntunan salah, terus surat al-mulk itu kakak hafal. Terus kalau udah suntuk disini pergilah kakak ke TK depan sana cerita-cerita sama orang tu disitu, kadang duduk di depan udah lewat kawan, terus cerita haa kan udah hilang kan.” (Verbatim, S0271-S0276)

“Iya ada, asal keluar aja dari rumah ni banyak kawan kan, kawan curhat misal cerita apa gitu. Kami kan ada dalam satu kali sebulan tu ada PUSPITA, jadi ikut kan sama orang tu jadi hilang sepinya.” (Verbatim, S0278-S0281)

c. Kekosongan

Terdapat satu faktor yang terungkap dari aspek kekosongan, yaitu:

1.) Kurangnya aktivitas orang tua

Subjek memiliki aktivitas setiap hari, hari senin sampai dengan hari jum’at subjek mengajar ngaji dan ikut pengajian, sedangkan hari sabtu dan minggu subjek melakukan pekerjaan rumah. Berikut keterangan subjek:

“Berarti senin sampai jum’at tu ada selalu kegiatan rutin kakak ya?.” (Verbatim, P0089-P0090)

“Iya, ada kegiatan.” (Verbatim, S0091)

“Kalau sabtu-minggu tu bersihkan rumah, nyuci baju dibelakang abistu nyangkol dibelakang bersih-bersih, banyak kegiatan.” (Verbatim, S0093-S0095)

Kegiatan mengajar TPA sudah subjek lakukan sejak 2013 yaitu selama 11 tahun, sedangkan kegiatan pengajian sudah diikuti subjek selama 10 tahun. Berikut keterangan subjek:

“Kalau ngajar TPA sudah dari 2013 sampe sekarang.” (Verbatim, S0110)

“Udah ada 10 tahun lah kayaknya, kami keliling sekecamatan kebanyakan, nanti sama pak camat bu camat program kegiatannya. Terus kayak kemarin tu ada anak PPL juga ke TPA bantu ngajar gitu.” (Verbatim, S0294-S0297)

Subjek merasa aktivitas yang dilakukannya selama ini adalah salah satu cara untuk mengurangi rasa sepi yang dirasakannya. Berikut keterangan subjek:

“Ada lah suka dukanya, maksudnya kayak anak-anak yang nakal gitu kan, kita lagi mengajar ngaji terus anak yang lapor {ibu..ibu.. ini udah berkejar-kejaran ini ini ini} kan ada juga kan, kadang kalau senangnya gitu karena ngajar anak-anak tu hilang rasa sepi dirumah.” (Verbatim, S0115-S0120)

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome*

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu S, terdapat lima faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* terungkap dalam wawancara, yaitu:

a. Kehilangan masa menjadi ibu

Terdapat tiga indikator yang terungkap dari faktor kehilangan masa menjadi ibu, yaitu:

1.) Peran sebagai seorang ibu lebih dari 20 tahun

Subjek sudah menjadi seorang ibu semenjak anak pertamanya lahir di tahun 1988, sehingga subjek sudah berperan menjadi

seorang ibu lebih dari 20 tahun yaitu selama 36 tahun. Berikut keterangan subjek:

“Kira-kira, tahun 1987 nikah terus luhri lahirnya tahun 1988, berapa udah berarti tu? 40 lebih ke udah tu, eh enggak ya luhri sana 36 tahun umurnya.” (Verbatim, S0021-S0023)

“Kalau dari tahun 1988 udah 36 tahun kak ya.” (Verbatim, P0024)

“Iya sekitar itulah.” (Verbatim, S0025)

Sebelum menjadi ibu subjek merasa bebas dalam hal bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri, namun semenjak menjadi seorang ibu subjek merasakan harus bertanggung jawab dan berperan penuh sebagai ibu dalam keluarga. Berikut keterangan subjek:

“Sebelum jadi ibu bebas, setelah jadi ibu bertanggung jawab terhadap anak-anak, kemudian pokoknya berperan di dalam keluarga lah.” (Verbatim, S0033-S0035”

2.) Memandang peran ibu sebagai tugas utama

Subjek mengatakan peran sebagai itu adalah peran yang kompleks sehingga subjek memandang menjadi seorang ibu adalah peran utama di hidupnya, baik itu dalam mendidik secara akademis, akhlak sampai melakukan segala pekerjaan rumah. Berikut keterangan subjek:

“Kan iya, menjadi ibu itu peran paling utama.” (Verbatim, S0038)

“Karena dalam hidup lebih mengutamakan mendidik anak, mengajarkan membaca, mengajarkan mengaji dan sebagai ibu harus serba lengkap semua. Mau itu mendidik anak atau mengerjakan pekerjaan rumah kayak gitu.” (Verbatim, S0041-S0045)

3.) Merasa tugas sebagai ibu telah hilang

Subjek merasa perannya sebagai ibu tidak hilang sejak anaknya menikah, baik itu peran dalam memberikan kebutuhan ataupun mengajari/menasihati, hal ini dikarenakan semenjak anak pertamanya menikah subjek masih harus mengurus adik-adiknya.

“Kalau itu kan pas luhri menikah masih ada adik-adiknya, kayak sekarang pas yang kedua menikah masih ada shaumi yang masih kuliah, jadi masih biasa aja.” (Verbatim, S0063-S0066)

Semenjak anaknya menikah masih sering untuk meminta pendapat subjek terkait mendidik anak, tumbuh kembang anak dan permasalahan keluarganya. Berikut keterangan subjek:

“Yang udah berumah tangga, cerita tentang anaknya kayak {ini anakku udah ada perkembangan mak, ini udah mau berdiri} terus kakak bilang misalnya mau tidur bukain kaset ngaji kayak gitu, biar anak kecil masih polos dia kan, jadi apa yang kita ajarkan dari sekarang masuk ke pikirannya mulai dari sekarang.” (Verbatim, S0135-S0140)

b. Hubungan dengan pasangan

Terdapat satu indikator yang terungkap dari faktor hubungan dengan pasangan, yaitu:

1.) Hubungan harmonis dengan pasangan

Ketika subjek mulai merasakan kesedihan dan kerinduan terhadap anak-anaknya, pasangan atau suami subjek akan mengajak subjek beraktivitas seperti membaca buku dan mengaji agar subjek tidak berlarut dalam kesedihan tersebut. Berikut keterangan subjek:

“Diajaknya beraktivitas kayak ngaji, buka buku biar ga suntuk biar ga larut kali pikiran kita kesitu.” (Verbatim, S0077-S0078)

c. Harga diri usia lanjut

Terdapat satu indikator yang terungkap dari faktor harga diri usia lanjut, yaitu:

1.) Bekerja/ memiliki peran di lingkungan sekitar

Subjek seorang ibu rumah tangga yang memiliki warung kecil dirumahnya, selain itu juga subjek memiliki aktivitas mengajar mengaji dan mengikuti pengajian di lingkungan dari hari Senin sampai hari Jum’at. Berikut keterangan subjek:

“Buka kede ni, ngajar ngaji selama 3 hari senin, selasa, rabu. Kalau kamisnya sama ibu-ibu ngaji di meunasah, kalau jum’at nya mau juga di Masjid Al-Dzikra Kala.” (Verbatim, S0080-S0083)

Subjek memiliki peran di lingkungannya yaitu mengajar TPA sejak 2013, dan juga pada kegiatan pengajian yang diikuti, subjek juga diberikan kepercayaan untuk mengajar mengaji ibu-ibu pada pengajian tersebut, namun semenjak subjek sakit sudah tidak mengajar di pengajian lagi. Berikut keterangan subjek:

“Kalau ngajar TPA sudah dari 2013 sampe sekarang.” (Verbatim, S0110)

“Kalau ibu ketuanya ga datang, mau membantu mengajar.” (Verbatim, S0102-S0103)

“Iya waktu dulu kakak juga yang ngajar disitu, jadi sekarang ini pas kakak sakit jadinya orang lain yang ganti.” (Verbatim, S0105-S0107)

Subjek memiliki lingkungan sosial yang luas dan aktif dengan mengikuti berbagai kegiatan seperti PUSPITA, subjek meyakini

bahwa mengikuti kegiatan adalah salah satu cara agar subjek tidak berlarut dalam kesedihan dan kesepian. Berikut keterangan subjek:

“Iya keliling, se kecamatan kebanyakan, makanya dari itu kita sudah luas wawasan kita, kalau kita ga bergaul sama orang, ga bermasyarakat sama orang, ga ikut mengaji mana ada dapat kayak gitu, dirumah asik sendiri suntuk makin sedih.” (Verbatim, S0287-S0291)

Subjek sangat menikmati kegiatannya dalam mengajar mengaji anak-anak di lingkungan tempat tinggalnya, walaupun selama mengajar ada hal yang kurang disenangi namun banyak hal yang disenangi subjek, karena dengan kegiatan tersebut subjek dapat menghilangkan rasa kesepian yang subjek rasakan. Berikut keterangan subjek:

“Ada lah suka dukanya, maksudnya kayak anak-anak yang nakal gitu kan, kita lagi mengajar ngaji terus anak yang lapor “ibu..ibu.. ini udah berkejar-kejaran ini ini ini”kan ada juga kan, kadang kalau senangnya gitu karena ngajar anak-anak tu hilang rasa sepi dirumah.” (Verbatim, S0115-S0120)

d. Ikatan dengan anak yang terlalu erat

Terdapat 2 indikator yang terungkap dari faktor ikatan dengan anak yang terlalu erat:

1.) Komunikasi intens dengan anak

Subjek memiliki komunikasi yang terbuka dengan anak-anaknya baik itu tentang akademis maupun hubungan sosial, waktu yang paling sering digunakan subjek dan anaknya untuk bercerita

adalah ketika menjaga warung kecil di rumahnya ataupun melalui sambungan telepon. Berikut keterangan subjek:

“Misalnya, ya cerita sehari-hari kayak gitu, lagi jaga kede terus cerita gitu.” (Verbatim, S0126-S0127)

“He’e terbuka, kayak shaumi yang paling kecil juga mau cerita dia masalah perkuliahan, hubungan.” (Verbatim, S0131-S0132)

“Misal bahas perkuliahannya lah kayak si shaumi {mak, doakan aku mak ya biar lancar aku belajar, biar bisa aku ambil semester pendek} terus misalnya kalau mau praktikum pun dia cerita {mak, doakan aku biar lancar nanti aku mau bicara di depan} kayak gitu kan, minta do’a selalu dia.” (Verbatim, S0143-S0148)

Subjek memiliki komunikasi yang intens dengan anaknya yang berada di perantauan melalui sambungan telepon, baik itu mengingatkan makan, ibadah dan menjaga kesehatan pada anaknya.

Berikut keterangan subjek:

“Betul, apalagi kalau udah belajar mau lalai ga ingat lagi makan, apalagi belajar sampe jam 12 nanti kita bilang {itu jangan lupa minum susu milo ya, biar ada tenaga, makan jangan lupa, shalat jangan lupa, kalau gak makan nanti datang penyakit kayak mamak ni, mamak udah rasakan} terus katanya {iya mak, iya mak nanti aku masak} terus kakak bilang {nanti masak? Mamak udah selesai pun makan}.” (Verbatim, S0224-S0231)

Subjek juga masih memiliki komunikasi yang intens dengan anaknya yang sudah menikah baik itu bercerita dan berdiskusi tentang perkembangan anaknya dan mengenai *parenting* yang baik.

Berikut keterangan subjek:

“Yang udah berumah tangga, cerita tentang anaknya kayak {ini anakku udah ada perkembangan mak, ini udah mau berdiri} terus kakak bilang misalnya mau tidur bukain kaset ngaji kayak gitu, biar anak kecil masih polos dia kan, jadi apa yang kita ajarkan dari

sekarang masuk ke pikirannya mulai dari sekarang.” (Verbatim, S0135-S0140)

2.) Sering melakukan aktivitas santai dengan anak

Aktivitas yang sering subjek lakukan saat di rumah bersama anaknya yaitu seperti mengerjakan pekerjaan rumah dan membuat kue. Aktivitas santai membuat kue inilah yang sering dilakukan subjek dan anak-anaknya sedari dulu, namun semenjak anaknya menikah dan pergi merantau subjek sudah jarang untuk melakukannya. Berikut keterangan subjek:

“Ya membantu mencuci kain, nyapu, bersih-bersih rumah.” (Verbatim, S0153-S0154)

“Biasanya kalau disini anak-anak mau kakak bikin kue, misalnya kayak kue bawang, kue dahlia, nastar, bolu banyaklah kakak bikin. Jadi sekarang ni gamau lagi kakak bikin siapa yang mau makan ga ada lagi orangnya, beli sedikit aja udah.” (Verbatim, S0254-S0258)

Selain aktivitas dirumah, subjek juga sering melakukan aktivitas santai di luar seperti jalan-jalan dan makan diluar bersama anaknya. Berikut keterangan subjek:

“Kalau semisal jalan-jalan keluar kak?.” (Verbatim, P0155)

“Ha iya sering juga, {ayo mak kita kesana biar ga suntuk} katanya”. (Verbatim, S0156-S0157)

“Kadang kakak pun mau, mereka pun mau, kayak ayu iya, ngerti dia mau dia {ayo mak kita ke kede beli mie}.” (Verbatim, S0160-S0162)

Anak-anak subjek juga memiliki ikatan yang erat dengan subjek yaitu salah satu anak subjek yang bekerja diluar kota *resign* dikarenakan subjek dan suaminya yang sakit. Berikut keterangan subjek:

“Yang kedua si ayu, udah kerja dia di banda aceh, jadi lihat kakak sakit dia pun ga tenang disana kan, akhirnya keluarlah dia kerja untuk ngurus kakak, udah sembuh kakak terus sambung sakitnya ke abang ni.” (Verbatim, S0189-S0193)

e. Faktor sosial dan kultural

Terdapat 3 indikator yang terungkap dari faktor sosial dan kultural, yaitu:

1.) Nilai tanggung jawab anak merawat orang tua di usia lanjut

Subjek menilai anak berkewajiban untuk merawat orang tua di usia lanjut sebagai bentuk balas budi orang tua yang sudah merawat dan mendidik anak dari kecil sampai dewasa. Berikut keterangan subjek:

“Terus kak kan, menurut kakak sebagai seorang ibu, apakah anak-anak punya kewajiban ga merawat kita di usia lanjut nanti?.” (Verbatim, P0163-P0165)

“Iyalah.” (Verbatim, S0166)

“Karena waktu kecil dia kita yang rawat, setelah dia dewasa dia yang rawat kita, gentian, balas budi terhadap orang tua.” (Verbatim, S0168-S0170)

Subjek menganggap buruk anak yang tidak mau merawat orang tuanya, karena menurut subjek hal tersebut tergantung pada didikan sedari anak kecil. Berikut keterangan subjek:

“Kalau anak tidak mau merawat kita, berarti anak itu ga ada hati mulia kepada orang tua, berdosa dia. Itukan tergantung didikan kita dari kecil, tapi kalau udah dididik pun masih gamau merawat orang tuanya, ya sedih lah kita.” (Verbatim, S0173-S0177)

2.) Kewajiban berbakti bagi anak

Subjek memandang nilai bakti seorang anak itu terlihat ketika orang tua sedang sakit, dimana anak dapat merawat dan memberikan dukungan kepada orang tuanya. Berikut keterangan subjek:

“Misalnya kalo sakit kakak kayak kemarin tu ya kakak diurusnya lah, diurusnya makan dikasih obat kayak gitu kan ,dikasinya semangat biar cepat sembuh mak, terus kayak urusan rumah ni udah dia yang urus kan, kakak tergeletak diatas tempat tidur. Dengan dia kayak gitu kita cepat sembuh semangat kita kan, sampe keluar dia kerja.” (Verbatim, S0180-S0186)

3.) Persepsi orang yang dihormati harus dihargai

Anak-anak subjek rutin mengunjungi subjek dikarenakan cucu subjek bersekolah di dekat rumah tempat tinggal subjek, sehingga hampir setiap hari anak subjek datang kerumah. Berikut keterangan subjek:

“Ayu kalau ada sempatnya keluar pasti kesini dia, kalau luhri jemput anaknya pasti kesini karena anaknya yang SD di dekat sini sekolahnya.” (Verbatim, S0196-S0198)

“Iya hampir setiap hari.” (Verbatim, S0201)

c. Hasil Wawancara *Alloanamesa* Subjek 1

Kedekatan subjek dengan anak-anaknya dibenarkan oleh suami subjek, dimana subjek merupakan seorang ibu yang penyayang kepada anak-anaknya. Berikut keterangan dari suami subjek:

“Kalau kakak mu dia tu, seorang pendamping yang setia, terus kalau menjadi sosok seorang ibu yang pengasih dan penyayang terhadap anak-anaknya.” (Verbatim, S0012-S0014)

“Contohnya, kalau semisal abang lagi sakit pasti dipanggilnya langsung anak-anak {nak, kemari dulu lihatin bapak lihatin mamak}.” (Verbatim, S0016-S0018)

Suami subjek membenarkan bahwa anak-anak lebih banyak bercerita tentang permasalahannya kepada subjek daripada suaminya.

Berikut keterangan suami subjek:

“Ya, kalau itu sama kakak, kalau sama saya ya kadang-kadang tentang masalahnya tapi saya jarang dirumah, jadi lebih dekat anak-anak sama kakak ni.” (Verbatim, S0049-S0051)

Disaat suami subjek melihat subjek mulai merasa sedih dan rindu kepada anak-anaknya, maka suami subjek akan mengajak melakukan aktivitas ringan. Berikut keterangan suami subjek:

“Saya bawa main-main dia, entah kemana ke pasar ke, supaya dia tidak terlalu ingat sama anaknya biar lepas rindunya.” (Verbatim, S0025-S0027)

Suami subjek membenarkan jika subjek bertemu dan berkumpul dengan anak serta cucu-cucunya maka subjek akan lebih senang dan lega, suami subjek juga membenarkan anak-anaknya sering berkunjung kerumah.

Berikut keterangan suami subjek:

“Kalau kakak ni karena dekat dengan anak-anaknya, jarang dia sedih kadang-kadang anak tu sering datang kemari, dia lihat cucunya, udah kumpul-kumpul sini udah senang dia.” (Verbatim, S0043-S0046)

2. SUBJEK 2

a. Hasil observasi subjek 2

Subjek HS merupakan seorang ibu rumah tangga yang berusia 60 tahun menikah pada tahun 1979 dan menjadi seorang ibu ketika anak pertamanya lahir pada tahun 1980, sehingga HS sudah menjadi seorang ibu selama 44

tahun. Saat ini ibu HS dikaruniai 2 orang putra dan 2 orang putri, dimana 3 orang diantaranya sudah menikah dan anak bungsu ibu HS belum menikah. Ibu HS memiliki postur tubuh dengan tinggi badan ± 160 cm dan berat badan ± 60 kg, ibu HS memiliki kulit berwarna kuning langsung dengan bentuk wajah bulat dan berisi, hidung yang mancung, mata bulat dan bibir tipis.

Saat ini, ibu HS tinggal di Desa Lot Kala, Kecamatan Kebayakan, Kabupaten Aceh Tengah bersama suaminya. Ketiga anak ibu HS yang sudah menikah sudah memiliki anak dan tinggal di seputaran Kota Takengon dengan keluarganya. Tempat tinggal ibu HS merupakan rumah satu lantai, memiliki halaman yang luas dan terdapat taman bunga di samping rumahnya. Rumah ibu HS menghadap ke arah danau sehingga dari ruang tamu ibu HS peneliti dapat melihat langsung pemandangan danau lut tawar. Memasuki rumah ibu HS peneliti dapat melihat satu ruangan khusus tempat suami ibu HS yang merupakan seorang penjahit melakukan pekerjaannya. Awal pertemuan subjek dengan ibu HS adalah untuk melakukan *screening* awal dengan mengisi *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF) dan dilanjutkan dengan membuat janji untuk melakukan wawancara penelitian di rumah ibu HS pada tanggal 12 Mei 2024.

Wawancara berlangsung selama ± 30 menit, dimulai dengan berbincang ringan mengenai kondisi kesehatan ibu HS dan keberadaan anak-anaknya, selanjutnya peneliti memulai observasi. Observasi dilakukan di ruang tamu

rumah ibu HS, kondisi rumah ibu HS sedikit ramai dikarenakan tiga cucu ibu HS sedang berada dirumah dan bermain di halaman depan rumah ibu HS, Suasana diruang tamu ibu HS terasa sejuk dan asri karena ada beberapa tanaman hidup yang diletakkan di sudut ruangan.

Di ruang tamu, peneliti dan ibu HS duduk di sofa, ibu HS memakai baju gamis berwarna coklat dan jilbab berwarna hitam. Kondisi ibu HS tampak sehat, ibu HS terlihat sangat ceria dan ramah, sehingga proses wawancara berjalan lancar dengan komunikasi ibu HS yang baik dalam memahami pertanyaan. Ibu HS tampak sangat sudah santai saat menceritakan tentang kepergian anaknya setelah menikah, namun saat ibu HS membahas dan membayangkan di masa dulu anaknya pergi merantau terlihat sangat sedih dan berat. Ketika ibu HS membahas kegiatan pengajian yang diikutinya di hari jum'at ibu HS sangat bersemangat dan terlihat gelisah ketika menceritakan tidak dapat mengikuti pengajian saat ibu HS memiliki acara keluarga.

b. Hasil Wawancara Subjek 2

1. Aspek-Aspek *Empty Nest Syndrome*

Terdapat 3 aspek yang terungkap dari aspek-aspek *empty nest syndrome*, yaitu:

a. Perasaan kehilangan

Terdapat dua indikator yang terungkap dari aspek perasaan kehilangan, yaitu:

1.) Merasa peran sebagai orang tua hilang

Subjek tidak merasa perannya sebagai seorang ibu hilang dikarenakan ketika anaknya menikah, masih ada anak subjek yang lain. Berikut keterangan subjek:

“Ibu ga merasa kehilangan sama sekali karena adiknya ada beberapa lagi bukan hanya satu anak.” (Verbatim, S0077-S0078)

Subjek juga mengungkapkan bahwa anak-anaknya masih tinggal di satu kota yang sama dengan subjek. Berikut keterangan subjek:

“Di takengon ni juga, masih di sekitaran takengon lah.” (Verbatim, S0084)

2.) Merasa waktu dengan anak menghilang

Subjek mengungkapkan pekerjaan rumah semakin bertambah karena anaknya yang sudah menikah tidak dapat lagi membantu pekerjaan rumah. Berikut keterangan subjek:

“Paling itulah kayak anak perempuan tadi itulah kita lagi yang masak, kalau pas dia belum menikah dialah yang urus semua masak, bersih rumah, pas anak kita pergi ya kita lagi.” (Verbatim, S0216-S0219)

Subjek tidak merasa waktu dengan anak hilang karena tidak ada anaknya yang merantau serta anak subjek yang menikah ada ditempat yang bisa dijangkau. Berikut keterangan subjek:

“Iya iya, itulah soalnya kan memang udah ga ada yang merantau lagi, anak-anak ibu yang menikah pun masih bisa dijangkau disini, bisa kita pergi ke rumahnya atau orang tu pun disini, makanya rasa kehilangannya tu ga terlalu kerasa kali.” (Verbatim, S0228-S0232)

Subjek menginginkan anaknya tetap bersamanya, namun subjek berfikir anaknya harus melanjutkan hidup sehingga subjek merasa bahagia sekaligus sedih ketika anaknya menikah. Berikut keterangan subjek:

“Sedihnya bukan sedih kayak apa, tapi sedih campur bahagialah karena kita kan anak kita tu sebenarnya lebih bagus mandiri Cuma kalau ikut kata hati maunya jangan juga, maunya sama kita terus, tapi ya enggak mungkinlah.” (Verbatim, S0062-S0066)

Subjek mengungkapkan lagi keinginannya agar anak subjek selalu bersama-nya, namun subjek berpikir anak-nya harus mandiri dan melanjutkan kehidupan. Berikut keterangan subjek:

“Kayakmana ya, namanya anak maunya selalu sama kita, cuman apalagi anak perempuan kan udah dibawa suaminya, kayakmanapun kan dia ingin mandiri, udah lain lah rasanya saufa kalau udah dibawa orang, engga kayak sebelum menikah rasanya.” (Verbatim, S0068-S0073)

b. Merasa kesedihan

Terdapat dua faktor yang terungkap dari aspek merasa kesedihan, yaitu:

1.) Rasa sedih yang berlarut

Subjek mengungkapkan bahwa ketika anak subjek menikah subjek tidak terlalu bersedih, namun ketika anak subjek pergi merantaulah subjek merasakan kesedihan yang berlarut. Berikut keterangan subjek:

“Sebenarnya kalau sedih yang berlarut-larut tu pas anak ibu merantau kalau yang menikah ga terlalu.” (Verbatim, S0201-S0202)

Saat awal anak subjek merantau, subjek selalu teringat dan merasakan kesedihan yang menyebabkan rasa kosong pada subjek.

Berikut keterangan subjek:

“Maksudnya selalu teringat, terus pertama-pertama tu pas anak ibu pergi kuliah kan, kayak kosong jiwa ni tapi ya lama-lama ga juga, pertama-pertama tu aja.” (Verbatim, S0203-S025)

2.) Rasa sedih yang sering datang ketika sendirian

Subjek sering kali teringat akan anaknya pada saat memakan makanan kesukaan anaknya. Berikut keterangan subjek:

“Teringat pas waktu makan waktu apa kan, dia Sukanya apa, asal kita masak itu terus teringat.” (Verbatim, S0207-S0208)

Subjek mengungkapkan keadaan rasa sedih yang dirasakannya tidak terlalu lama hanya diawal waktu anaknya menikah dan merantau saja. Berikut keterangan subjek:

“Enggalah berapa lama, apalagi sekarang kan komunikasi lancar video call bisa, nelfon bisa, mungkin 1-2 bulan lah ada gitu-gitu.” (Verbatim, S0211-S0213)

c. Kekosongan

Terdapat satu indikator yang terungkap dari aspek kekosongan, yaitu:

1.) Kurangnya aktivitas orang tua dirumah

Subjek memiliki aktivitas diluar rumah yaitu mengikuti pengajian yang sudah ada selama 20 tahun, dan aktivitas tersebut rutin dilakukan setiap hari jum'at. Berikut keterangan subjek:

“Rutin kalau hari jum'at sama selalu.” (Verbatim, S0115)

“Pengajian? Kalau di pengajian ya kadang-kadang ada pengkajian terus belajar Tahsin.” (Verbatim, S0117-S0118)

“Kalau pengajian yang di Kebayakan ni aja kayaknya 20 tahun pun mungkin.” (Verbatim, S0122-S0123)

Pada saat ini subjek sangat memprioritaskan aktivitas pengajiannya, karena kegiatan ini sangat berkesan bagi subjek.

Berikut keterangan subjek:

“Duhh kesannya ga bisa dibilang lah, senang pokoknya gembira, kalau gak pergi ke pengajian kan kayak kemarin jum’at ibu ga pergi karena ada acara kenduri keluarga, ohh kecewa rasanya maunya pergi tapi acara ini pun gak bisa ditinggalin gitu, pokoknya ibu pengajian ni kira-kira nomor 1 lah sekarang.” (Verbatim, S0125-S0131)

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome*

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu HS terdapat lima faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* terungkap dalam wawancara, yaitu:

a. Kehilangan masa menjadi seorang ibu

Terdapat 3 indikator yang terungkap dari faktor kehilangan masa menjadi seorang ibu, yaitu:

1.) Peran sebagai ibu kurang lebih 20 tahun

Subjek sudah menjadi seorang ibu semenjak anak pertamanya lahir di tahun 1980, sehingga subjek sudah berperan menjadi seorang ibu lebih dari 20 tahun yaitu selama 44 tahun. Berikut keterangan subjek:

“Hmm berapa lama tu ya, 79 (1979) itu menikah berarti udah 50? Belum geh.” (Verbatim, S0024-S0025)

“Kalau 1980 berarti 44 tahun bu?.” (Verbatim, P0028)

“Iya 44 tahun.” (Verbatim, S0029)

Semenjak pertama kali menjadi ibu sampai sekarang, subjek merasakan kebahagiaan walaupun banyak suka maupun duka, namun subjek merasa bahagia menjadi ibu. Berikut keterangan subjek:

“Yaa.. kayakmana bilangny tu geh, pokoknya ya susah senang lah, tapi Insya Allah banyak senangnya kan maklumlah orang berumah tangga kayakmana , kalau saufa sudah rasakan baru tahu kayakmana rasanya, tapi pasti banyak suka dukanya, banyakan lah Sukanya makanya bisa bertahan.” (Verbatim, S0033-S0038)

“Rasanya ya senanglah, bahagia mungkin lebih bahagia anak pertama lahir daripada kedua ketiga ya. Tapi sama lah yang pasti bahagia lah.” (Verbatim, S0041-S0043)

2.) Memandang peran ibu sebagai utama

Subjek merasa menjadi seorang ibu merupakan peran utama di hidup subjek, dikarenakan terdapat kebahagiaan pada subjek selama mendidik dan membesarkan anaknya. Berikut keterangan subjek:

“Kayakmana bilangny tu geh, kalau ibu ya suatu kebahagiaan bisa mendidik anak, membesarkan anaktu kan, disitulah perasaan kita jadi peran utama kita menjadi seorang ibu, karena apalagi kan ibu enggak ada kegiatan lain selain ibu rumah tangga.” (Verbatim, S0050-S0054)

3.) Merasa tugas sebagai ibu telah hilang

Subjek tidak merasa kehilangan tugas sebagai ibu dikarenakan setelah anak pertamanya menikah masih ada adik-adiknya yang membutuhkan subjek. Berikut keterangan subjek:

“Ibu ga merasa kehilangan sama sekali karena adiknya ada beberapa lagi bukan hanya satu anak.” (Verbatim, S0077-S0078)

“Iya ga merasa kehilangan, tapi rasa kosongnya dirumah ni pasti terasa karena Namanya aja udah ga ada dirumah anaknya.” (Verbatim, S0087-S0089)

b. Hubungan dengan pasangan

Terdapat satu indikator yang terungkap dari faktor hubungan dengan pasangan, yaitu:

1.) Hubungan harmonis dengan pasangan

Ketika subjek sedih karena teringat dengan anaknya, suami subjek akan membujuk dengan cara bercanda. Walaupun sedih yang dirasakan subjek lebih sering karena suaminya. Berikut keterangan subjek:

“Membujuk bapak tu, becandainnya abistu lagi.” (S0097)

“Kayakamana bilangnyanya geh, sedih paling kadang-kadang sedihnya karena sama bapak tu lah hahaha, entah berbeda pendapat atau apa gitu, maksudnya kayak gitulah,” (Verbatim, S0100-S0103)

Subjek mengungkapkan bahwa suami subjek adalah orang yang lebih perhatian dan sering merasa sedih tentang suatu hal daripada subjek, namun suami subjek kurang dalam mengekspresikan hal tersebut. berikut keterangan subjek:

“Biasa aja, karena bapak maksudnya orang laki, dia kehilangan tu kan ga dinampakkan padahal sedih lah tu atau sedih pun lah dia, cuman kan karena laki. Lagian ibu pun kan ditinggalkan ga jauh masih disekitar kota takengon ni, jadi kita bisa selalu jumpa cuman pisah rumah aja kan.” (Verbatim, S0106-S0111)

Ketika anak-anak subjek masih berada dirumah, subjek dan keluarganya setiap minggu akan pergi jalan-jalan keluar, namun

semenjak anaknya menikah hanya subjek dan suaminya saja.

Berikut keterangan subjek:

“Ada, tapi kalau berdua jarang , kami yang sering keluar sama bapak, itu dulu pas masih gadis-gadis orang ni setiap minggu kami keluar.” (Verbatim, S0153-S0155)

c. Harga diri usia lanjut

Terdapat satu indikator yang terungkap dari harga diri usia lanjut, yaitu:

1.) Bekerja/memiliki peran di lingkungan sekitar

Subjek adalah seorang ibu rumah tangga, dan kegiatan rutin yang subjek ikuti adalah pengajian di desa tempat tinggalnya. Berikut keterangan subjek:

“Terus selain dirumah kegiatan ibu apa bu?.” (Verbatim, P0112)
“Enggak ada, paling ke pengajian.” (Verbatim, S0113)

Subjek mengungkapkan perasaan yang sangat bahagia ketika mengikuti pengajian dan akan kecewa saat tidak dapat mengikuti pengajian. Berikut keterangan subjek:

“Duhh kesannya ga bisa dibilang lah, senang pokoknya gembira, kalau gak pergi ke pengajian kan kayak kemarin jum’at ibu ga pergi karena ada acara kenduri keluarga, ohh kecewa rasanya maunya pergi tapi acara ini pun gak bisa ditinggalin gitu, pokoknya ibu pengajian ni kira-kira nomor 1 lah sekarang.” (Verbatim, S0125-S0131)

“Aduh, enggak taulah, pokoknya kalau ga ikut pengajian entah kayakmana terus.” (Verbatim, S0134-S0135)

d. Ikatan dengan anak yang terlalu erat

Terdapat dua indikator yang terungkap dari faktor ikatan dengan anak yang terlalu erat, yaitu:

1.) Komunikasi intens dengan anak

Subjek mengungkapkan anak-anaknya sangat terbuka dalam hal membicarakan hal pribadi seperti hubungan keluarga anaknya.

Berikut keterangan subjek:

“Ohh cukup, semua terbuka.” (Verbatim, S0139)

“Ya, semua hal lah, pokoknya pribadi kadang-kadang kayak hubungan dia antara suami-istri, maksudnya ini sebelum ya? Pas dia masih gadis?.” (Verbatim, S0141-S0143)

“Terbukalah semua.” (Verbatim, S0145)

2.) Sering melakukan aktivitas santai dengan anak

Aktivitas santai yang sering subjek lakukan dengan anaknya adalah memasak atau membuat kue, karena anak subjek dan subjek sangat suka memasak. Berikut keterangan subjek:

“Kegiatan sehari-hari, kayak masak, anak ibu suka kali masak yang perempuan besar, ibu pun sama, jadi kalau soal dapur dan rumah buat-buat kue masak.” (Verbatim, S0149-S0151)

Subjek lebih sering pergi bersama-sama keluarga daripada hanya berdua dengan anaknya dikarenakan jarak umur anak subjek yang sangat dekat. Berikut keterangan subjek:

“He’e jarang, karena kan anak ibu rapat-rapat beda-beda setahun, jadi kalau pergi sekalian sama-sama semua sampe sekarang.” (Verbatim, S0157-S0160)

e. Faktor sosial dan kultural

Terdapat 3 indikator yang terungkap dari faktor sosial dan kultural.

Yaitu:

1.) Nilai tanggung jawab anak merawat orang tua di usia lanjut

Subjek mengungkapkan bahwa kewajiban anaknya sudah berada pada suaminya, namun jika orang tua sudah tidak dapat berjalan dan hanya bisa berada di tempat tidur saja, maka anak tersebut berkewajiban untuk merawat orang tuanya. Berikut keterangan subjek:

“Kalau sudah lanjut usia sebenarnya gak kewajiban tapi kan tergantung keadaan juga, dia kan kewajibannya lebih ke suaminya, kita pun ga berharap kali, cuma kalau kita udah ga mampu jalan ga bisa bangun, ditempat tidur terus kan, pasti orang tu punya kewajiban lah anak-anak kita.” (?Verbatim, S0163-S0168)

Subjek mengungkapkan tidak ingin kondisinya nanti sampai harus dirawat oleh anaknya. Berikut keterangan subjek:

“Aduh sedihlah, naudzubillah mindzalik lah, ibu pun minta jangan lah sampe sakit-sakit, jangan sampe tua kali, maksudnya umur kita masih bisa kita ibadah itu aja yang kita minta.” (Verbatim, S0172-S0175)

2.) Kewajiban berbakti bagi anak

Subjek mengungkapkan bentuk bakti anak kepada orang tua itu adalah dengan mendo'akan orang tua-nya. Berikut keterangan subjek:

“Ya, kayakmana tu ya, baktinya paling kita minta do'anya aja, itu Cuma yang kita minta kewajibannya kan.” (Verbatim, S0178-S0180)

3.) Persepsi orang tua yang dihormati harus dihargai

Subjek mengungkapkan anak-anak subjek tidak mempunyai jadwal tertentu untuk mengunjungi subjek, dikarenakan anak-anak

subjek berada di satu kota maka hampir setiap hari datang kerumah subjek. Berikut keterangan subjek:

“Jadwal tertentu ga, tapi sering datang sering,” (Verbatim, S0184)
“Hampir setiap hari hahaha, karena gini dekat-dekat, tapi yang jauh tu seminggu sekali gitu, ada juga yang diluar kota kan.”
 (Verbatim, S0186-S0188)

c. Hasil Wawancara Alloanamesa Subjek 2

Suami subjek membenarkan bahwa subjek sudah menjadi sejak lahir anak pertama subjek pada tahun 1980 yaitu selama 44 tahu. Berikut keterangan suami subjek:

“Nuu tahun 1979 nikah sama ibu, lahir anak pertama 1980.” (Verbatim, S0033-S0034)

Suami subjek mengungkapkan subjek merupakan seorang ibu yang baik namun istri yang sedikit keras kepala. Berikut keterangan dari suami subjek:

“Itulah kayak gitu kehidupan manusia nanti kalau udah kamu coba, ga usah heran siapapun manusianya dalam kehidupan ni ada aja yang ini itunya ga ada mulus-mulusnya ga ada kalau ga ada beras mana ada bahagia, kalau sikap ibu ni kan ibu yang baik ada keras kepalanya dikit hahaha.” (Verbatim, S0021-S0026)

Suami subjek merasakan kegelisahan saat anaknya menikah. Berikut keterangan dari suami subjek:

“Kan ga menentu, masih ada terfikir kayak mana nanti makannya dia.”
 (Verbatim, S0029-S0030)

Suami subjek membenarkan bahwa dirinya merupakan orang yang mudah emosi namun masuh dapat mengontrol perasaan tersebut. berikut keterangan suami subjek:

“Pertama kan kalau kita gak kontrol emosi kan perang, karena bapak orangnya cepat naik emosi, cuman harus salah satu ada yang redam maka aman.” (Verbatim, S0039-S0041)

Suami subjek membenarkan kedekatan yang erat antara subjek dengan anak, dalam segala hal anak-anak subjek akan lebih dulu bercerita kepada subjek. Berikut keterangan dari suami subjek:

“Ohh kalau ibu ni sama anak-anak luar biasa dekat akrab kali, rasanya apa-apa ke mamaknya semuanya “mamak, mamak” apapun cerita biarpun cerewet tetap sama mamaknya. Karena kan siapa yang harus di sayang “ibumu, ibumu, ibumu” eh keempat baru bapak, begitulah kedekatan ibu sama anak, begitu juga ibu ini dengan anak-anak.” (Verbatim, S0049-S0055)

Suami subjek membenarkan anak-anak subjek yang masih rutin menelpon dan mengunjungi suami subjek dan subjek. Berikut keterangan dari suami subjek:

“Kalau itu ada sesekali, karena kan keakraban tu ada anak-anak mau nelfon mau lihat orang tuanya. Makanya kalau sedih pun tidak sampai parah, cuman beda kalau anak laki sama naak perempuan, kalau anak laki tanyanya Cuma “sehat ke mak?” ga ada dipijit nya, ha kalau anak perempuan tu mau dipijitnya terus cerita ke kita sama dia, mau dia.” (Verbatim, S0061-S0067)

D. Pembahasan

Berdasarkan penemuan penelitian yang telah didapatkan dari hasil analisis data pada penelitian tentang gambaran *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah, terdapat beberapa aspek *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah, yang pertama perasaan kehilangan. Perasaan kehilangan muncul ketika orang tua merasa sudah tidak bisa menjalankan perannya sebagai orang tua, seperti peran dalam menjaga dan

mengurus anaknya karena sudah tidak tinggal di rumah bersama lagi. Perasaan kehilangan seperti ini biasanya dialami oleh orang tua yang memiliki hubungan yang cukup dekat dengan anaknya dan banyak menghabiskan waktu bersama (Mbaeze & Ukwandu, 2011).

Hasil penelitian menunjukkan dari kedua subjek tidak terdapat aspek perasaan kehilangan, subjek I tidak merasa peran waktunya sebagai orang tua hilang dikarenakan saat anaknya menikah masih ada anaknya yang lain yang membutuhkan peran subjek sebagai orang tua, lalu jarak rumah anaknya yang sudah menikahpun masih di satu kota dan subjek yang dapat mengunjungi anak-anaknya kapanpun subjek menginginkannya. Begitu pula pada subjek II dimana tidak merasakan perasaan kehilangan dikarenakan masih ada anaknya yang lain yang membutuhkan perannya serta anak subjek II yang sudah menikah masih tinggal di kota yang sama. Namun subjek II merasa pekerjaan di rumah lebih banyak dari sebelum anaknya menikah, dan cukup membuat subjek II kesulitan.

Aspek kedua yaitu merasa kesedihan, perasaan merasa sedih ini merupakan emosi yang muncul disaat situasi kesepian pada individu dan kesepian ini datang ketika individu tersebut sedang merasa sendiri atau mengasingkan diri (Yusuf, 2016). Oleh sebab itu, ketika keadaan dirumah sepi setelah anak menikah maka akan memunculkan perasaan kesedihan pada orang tua yang mengalami *empty nest syndrome*. Pada kedua subjek ditemukan dua keadaan yang berbeda, subjek I merasakan kesedihan yang berlarut ketika awal waktu anaknya menikah selama satu sampai dua bulan, namun setelah dua bulan subjek I tidak terlalu sering lagi merasakan rasa sedih yang berlarut tersebut.

Subjek I merasa datangnya rasa sedih tersebut ketika melihat foto bersama anaknya, dan ketika melihat kamar anaknya yang sudah kosong dan subjek juga sering teringat ketika sedang memakan makanan kesukaan anaknya. Disaat subjek I mulai merasakan kesedihan karena teringat dengan anaknya, maka subjek langsung menelpon dan menanyakan keadaan serta kabar anaknya atau mengalihkan rasa sedih tersebut dengan cara membaca dan bercengkerama dengan teman-temannya. Namun pada subjek II tidak terlalu merasakan sedih berlarut ketika anaknya menikah tetapi ditemukan bahwa subjek II merasakan sedih yang berlarut pada saat anaknya pertama kali pergi merantau, dan rasa sedih berlarut itu sering datang ketika subjek II masuk ke dalam kamar anaknya dan pada saat subjek II sedang memakan makanan kesukaan anaknya.

Aspek ketiga yaitu kekosongan, kekosongan tersebut dapat terjadi dikarenakan sudah berkurangnya kegiatan atau rutinitas yang bisa dilakukan orang tua dirumah, anak yang sudah dewasa sudah mandiri, hidup terpisah baik karena bersekolah atau menikah dan sudah bisa menyelesaikan masalah-masalahnya sendiri (Mbaeze & Ukwandu, 2011).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa kegiatan rutin sangat memberikan pengaruh positif terhadap keadaan psikologis subjek, dimana pada kedua subjek memiliki kegiatan rutin setiap minggunya, kedua subjek sangat merasakan dukungan sosial yang besar dari adanya kegiatan rutin tersebut. Pada subjek I telah mengajar TPA sudah sejak 2013 yaitu selama 11 tahun, sedangkan kegiatan pengajian sudah diikuti subjek I selama 10 tahun, subjek I merasa dengan aktivitas yang dilakukannya selama ini adalah salah satu cara yang mengurangi

rasa sepi yang dirasakannya. Begitu pula pada subjek II yaitu Subjek memiliki aktivitas di luar rumah yaitu mengikuti pengajian yang sudah ada selama 20 tahun, dan aktivitas tersebut rutin dilakukan setiap hari jum'at dan pada saat ini subjek sangat memprioritaskan aktivitas pengajiannya, karena kegiatan ini sangat berkesan bagi subjek. Dengan begitu, tidak ditemukan rasa kekosongan pada kedua subjek dikarenakan subjek I dan subjek II memiliki aktivitas rutin yang meminimalisir munculnya rasa kekosongan pada diri kedua subjek.

Dari hasil penelitian diperoleh faktor-faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome*, yaitu: faktor pertama yaitu faktor kehilangan masa menjadi ibu. Menurut Maramis (2006), Peran menjadi seorang ibu yang sudah berlangsung kurang lebih selama 20 tahun untuk membesarkan dan mendidik anak akan memandang peran tersebut menjadi peran utama dalam hidupnya baik itu ibu rumah tangga ataupun ibu yang bekerja. Sehingga ketika anak mulai meninggalkan rumah ibu akan merasakan tugas utamanya hilang dan diperlukan waktu untuk melakukan penyesuaian terhadap peran tersebut dalam kehidupannya.

Penyesuaian ini dilakukan oleh orang tua dikarenakan saat anak menikah dan keluar dari rumah maka akan terjadi perubahan rutinitas pada orang tua yang sebelumnya menyiapkan sarapan, memenuhi kebutuhan perlengkapan dan kemandirian anak kemudian berubah dan harus menghadapi rutinitas yang baru. Sehingga ibu akan merasakan tugas utamanya hilang (Santrock, 2002).

Kedua subjek sudah berperan menjadi seorang ibu lebih dari 20 tahun, dimana subjek I selama 36 tahun dan subjek II selama 44 tahun. Sehingga kedua

subjek memandang menjadi seorang ibu adalah tugas utama dalam hidup dikarenakan ibu adalah peran kompleks yang dilakukan seumur hidup.

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa kedua subjek tidak merasakan adanya kehilangan masa menjadi seorang ibu. Subjek I tidak merasa kehilangan peran menjadi seorang ibu dikarenakan masih harus mengurus anak-anaknya yang lain dan subjek masih tetap berhubungan dengan anaknya yang sudah menikah. Begitu pula dengan subjek II tidak merasa kehilangan tugas sebagai ibu dikarenakan setelah anak pertamanya menikah masih ada adik-adiknya yang membutuhkan subjek. Sehingga tidak ditemukannya faktor kehilangan masa menjadi ibu pada kedua subjek dalam penelitian ini.

Faktor kedua adalah hubungan dengan pasangan. Hubungan dengan pasangan sangat berpengaruh dalam proses tugas perkembangan khususnya di usia madya sebagai dukungan dalam hal emosi, pengasuhan dan penyelesaian masalah. Sehingga hubungan harmonis dengan pasangan dapat membantu mengurangi perasaan-perasaan yang muncul dari *empty nest syndrome* (Nauli, 2014).

Kedua subjek dalam penelitian ini memiliki hubungan harmonis dalam menjalani kehidupan pernikahan. Suami subjek I lebih dapat mengekspresikan perasaannya sehingga suami subjek juga cukup paham ketika subjek mulai merasa kesepian dan menghibur subjek dengan mengajak jalan-jalan, membaca dan aktivitas santai lainnya. Sedangkan suami subjek II kurang dapat mengekspresikan perasaannya sendiri, sehingga cara suami subjek II dalam membujuk subjek ketika merasa sedih adalah dengan bercanda. Sehingga

hubungan dengan pasangan yang harmonis pada kedua subjek tidak menjadi faktor yang mempengaruhi adanya *empty nest syndrome* pada kedua subjek.

Faktor ketiga yaitu harga diri usia lanjut. Menurut Setyawati (2017) dalam perkembangan harga diri akan meningkat pada rentang usia 25-60 tahun dan akan mulai menurun pada rentang usia 60-100 tahun, Kedua usia subjek yang mulai memasuki usia 60 tahun, sehingga harga diri di lingkungan sekitar berperan penting dalam perkembangan psikologis dikarenakan perubahan yang terjadinya pada masa usia tersebut. Sehingga cara untuk mengurangi dampak-dampak psikologis yang terjadi adalah pemberian motivasi serta dukungan melalui kegiatan positif yang rutin dilakukan untuk meningkatkan harga diri di usia lanjut (Nurmayunita, 2021).

Peran di lingkungan keluarga dapat meningkatkan harga diri sehingga sangat berperan dalam diri individu yang memasuki usia lanjut (Maramis, 2006). Peran tersebut dapat berupa aktivitas sosial rutin yang dilakukan di lingkungan sekitar, kedua subjek dalam penelitian memiliki aktivitas rutin yang sangat berkesan menyenangkan bagi kedua subjek. Pada subjek I dimulai dari hari senin sampai jum'at subjek memiliki kegiatan mengajar mengaji, mengikuti pengajian dan aktivitas sosial. Dengan adanya kegiatan inilah subjek I dapat mengurangi rasa kesepian yang dialaminya.

Kegiatan pengajian juga dilakukan oleh subjek II di setiap hari jum'at. Subjek II memiliki kesan yang sangat mendalam dengan aktivitasnya, sehingga apabila subjek II tidak dapat mengikuti kegiatan tersebut, subjek akan merasa kecewa. Sehingga kegiatan-kegiatan rutin yang dilakukan oleh kedua subjek

memberikan pengaruh besar terhadap keadaan psikologis subjek dan menjadi salah satu keberhargaan diri di usia kedua subjek.

Faktor keempat yaitu ikatan dengan anak yang terlalu erat. Interaksi orang tua dan anak dapat terbentuk dengan komunikasi dan interaksi intens serta menyenangkan, sehingga apabila kedua hal ini dibangun semenjak anak lahir sampai mereka dewasa akan membuat sebuah kelekatan antara orang tua dan anak. Interaksi komunikasi dalam sebuah keluarga dapat dikatakan efektif apabila terdapat keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan (Devito, 1997).

Pada kedua subjek ditemukan komunikasi afektif antara subjek dengan anak-anaknya yaitu pada subjek I memiliki komunikasi yang terbuka dengan anak-anaknya baik itu tentang akademis maupun hubungan sosial dan waktu yang paling sering digunakan subjek dan anaknya untuk bercerita adalah ketika menjaga warung kecil dirumahnya ataupun melalui sambungan telepon, subjek juga masih memiliki komunikasi yang intens dengan anaknya yang sudah menikah baik itu bercerita dan berdiskusi tentang perkembangan anaknya dan *parenting* yang baik. Pada subjek II anak-anaknya sangat terbuka dalam hal membicarakan hal pribadi seperti hubungan keluarga anaknya. Dari kedua subjek dapat dilihat adanya sikap terbuka, empati, sikap mendukung, sikap positif dan kesetaraan dalam komunikasi dengan anaknya.

Adanya aktivitas santai keluarga dengan keterlibatan orang tua merupakan sumber kesejahteraan bagi anak yang membawa pada kelekatan hubungan antara orang tua dengan anak (Maftei, 2020). Pada kedua subjek terdapat aktivitas

santai yang sering dilakukan dengan anak dan keluarga yaitu pada subjek I sering melakukan aktivitas membuat kue ketika anaknya belum menikah serta makan atau jalan-jalan keluar dengan anak-anaknya. Begitu pula dengan subjek II dimana aktivitas kegemaran anak subjek adalah memasak sehingga subjek II dengan anaknya sangat banyak menghabiskan waktu bersama dalam memasak dan membuat kue. Ditemukan pada subjek I bentuk perilaku keterikatan dengan orang tua yang erat dimana salah satu anak subjek yang bekerja diluar kota *resign* dikarenakan subjek dan suaminya yang sakit.

Faktor kelima yang ditemukan pada kedua subjek dalam penelitian ini yaitu faktor sosial dan kultural. Adanya *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah tidak terlepas adanya proses kultural dimana persepsi orang tua terhadap anak yang keluar dari rumah untuk memulai kehidupan baru dipengaruhi kepercayaan dan kebiasaan yang ada di lingkungan tempat tinggal, hal ini selaras dengan pendapat oleh Golcheider (1999) yang mengemukakan bahwa pada budaya non-barat ketika anak-anak keluar dan meninggalkan rumah mencerminkan ikatan kekeluargaan yang terputus dan orang tua akan merasa gagal dalam menanamkan nilai-nilai kekeluargaan pada anaknya.

Pada kedua subjek menilai adanya kewajiban anak-anak dalam merawat orang tuanya, namun terdapat perbedaan diantara kedua subjek yaitu pada subjek I menilai anak berkewajiban untuk merawat orang tua di usia lanjut sebagai bentuk balas budi orang tua yang sudah merawat dan mendidik anak dari kecil sampai dewasa dan menganggap buruk anak yang tidak mau merawat orang

tuanya, karena menurut subjek hal tersebut tergantung pada didikan sedari anak kecil. Subjek II juga menilai anak harus merawat orang tua namun hal tersebut wajib dilakukan ketika orang tua sakit dan tidak dapat berjalan dan hanya bisa berada di tempat tidur saja. Tetapi subjek II tidak mewajibkan anak merawat orang tua jika orang tua dalam keadaan sehat dikarenakan kewajiban anaknya sudah berada pada suaminya. Peneliti menemukan adanya perbedaan kesehatan antara subjek I dan subjek II, sehingga mempengaruhi perbedaan pendapat dalam menilai kewajiban dalam merawat orang tua.

Hal ini selaras dengan hasil penelitian dimana subjek I menilai bakti anak adalah ketika orang tua sedang sakit, dimana anak dapat merawat dan memberikan dukungan kepada orang tuanya, sedangkan subjek II menilai bakti seorang anak adalah memberikan dukungan spiritual kepada kedua orang tuanya.

Dari hasil temuan penelitian ini ditemukan temuan lain dimana ada faktor religiusitas yang mempengaruhi subjek dalam mengatasi rasa kesepian dari *empty nest syndrome* yang dialami oleh subjek. Menurut Dziedzic (2021), religiusitas yaitu bentuk dari keyakinan, nilai, simbol, dan perilaku yang didorong dengan penguatan nilai-nilai keagamaan yang dilakukan.

Penguatan nilai-nilai keagamaan tersebut bukan hanya saat melakukan ibadah tetapi juga aktivitas yang berhubungan dengan keagamaan seperti pengkajian ilmu, do'a dan mengaji bersama. Religiusitas yang ditemukan adalah kedua subjek mengikuti kegiatan pengajian rutin di setiap minggunya. Djaris (2004) mengemukakan bahwa aktivitas spiritual sangat berperan dalam

mengatasi kesepian dan kehampaan diri lansia baik bagi laki-laki maupun perempuan, jika lansia memiliki spiritual yang tinggi maka lansia akan berdaya dan lebih percaya diri untuk menghadapi kesehariannya. Hal ini lah yang peneliti temukan dalam penelitian ini dimana usia kedua subjek yang mulai memasuki usia lansia dan rentan adanya rasa kesepian memiliki aktivitas spiritual yaitu kegiatan pengajian, sehingga kedua subjek dapat mengatasi rasa kesepian yaitu salah satu hal yang muncul pada *empty nest syndrome* kedua subjek.

Subjek yang peneliti ambil sebagai sampel dalam penelitian ini adalah orang tua, namun dalam proses *screening* awal hanya satu pasangan orang tua saja yang melakukan sesi *screening* awal sedangkan 6 subjek lainnya adalah seorang hal ini berdasarkan literatur yang menyebutkan bahwa *empty nest syndrome* pada umumnya paling banyak ditemukan pada ibu karena ibu memiliki waktu yang paling banyak berinteraksi dengan anak sehingga ibu memiliki kelekatan yang lebih kepada anak dari pada ayah. Namun seorang ayah juga turut merasakan perasaan kosong ini, tetapi ada beberapa karakteristik ayah yang mengalami *empty nest syndrome*, seperti ayah yang memiliki intensitas keakraban yang tinggi dengan anaknya, nilai pengasuhan yang kuat, dan jumlah anak yang lebih sedikit (Bougea, Despoti, & Vasilopoulos, 2019).

Berdasarkan pernyataan diatas lah enam subjek yang melaksanakan *screening* awal dengan *Empty Nest Syndrome Scale Indian-Form* (ENS-IF) pada ibu saja, yaitu dikarenakan ayah dari enam pasangan lain tidak memenuhi kriteria sebagai subjek penelitian yaitu tiga ayah yang memiliki anak lebih dari tiga orang, dua ayah sudah meninggal dan satu ayah sudah bercerai.

Setelah melaksanakan penelitian, peneliti menemukan bahwa terdapat perbedaan dari hasil *screening* awal dengan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan. Dimana berdasarkan interpretasi dari hasil skoring menunjukkan bahwa kedua subjek yang memiliki skor tinggi merasa cemas, memiliki rasa kehilangan yang lebih dalam dan menunjukkan gangguan dalam rutinitas sehari-hari setelah anak meninggalkan rumah. Mereka lebih menunjukkan kecenderungan neurotik dan tampaknya memiliki keterikatan yang tidak sehat pada anak (Jhangiani, Madhumita, Arundhati. Trina, & Grace, 2022). Namun dari hasil observasi dan wawancara pada kedua subjek yang memiliki skor tinggi tersebut tidak terdapat gejala yang disebutkan dalam interpretasi skor tinggi pada *Empty Nest Syndrome Scale Indian-Form* (ENS-IF) tersebut.

Namun hal ini dapat disebabkan oleh beberapa hal yaitu kedua subjek sudah mengalami masa penyesuaian terhadap *empty nest syndrome* yang dialaminya, subjek pertama ditinggalkan anaknya menikah sudah selama 12 tahun, lalu subjek kedua ditinggalkan anaknya menikah sudah selama 9 tahun. Dapat dilihat bahwa dalam kurun waktu tersebut kedua subjek sudah melalui masa penyesuaian diri terhadap *empty nest syndrome* yang dialaminya. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Teresa (2019) yaitu penyesuaian selama masa transisi ini bervariasi antara individu, tergantung pada banyak faktor seperti pengalaman hidup sebelumnya, kondisi kesehatan, dukungan sosial, serta tingkat stres yang mereka hadapi. proses penyesuaian ini dapat berlangsung dari beberapa tahun hingga satu dekade. Pada umumnya

penyesuaian dimulai pada tahap Awal (1-2 tahun) dimana banyak orang tua mulai merasakan perubahan yang signifikan dalam hidup mereka, baik itu terkait karier, hubungan, atau kesehatan. Reaksi awal bisa berupa penyangkalan, kebingungan, atau bahkan krisis identitas (midlife crisis). Lalu dilanjutkan tahap menengah (2-5 tahun) pada tahap ini, individu mulai menerima dan mengadaptasi perubahan yang terjadi. Mereka mungkin mencari cara baru untuk mendapatkan makna dalam hidup, seperti mencari hobi baru, memperkuat hubungan dengan keluarga, atau melakukan perbaikan dalam karier. Lalu tahap akhir (5-10 tahun atau lebih) pada tahap ini, individu telah beradaptasi dengan perubahan tersebut dan mulai merasa lebih stabil. Mereka mungkin merasa lebih nyaman dengan identitas baru mereka dan siap menghadapi sisa kehidupan dengan lebih percaya diri. Dapat dilihat kedua subjek berada pada tahap akhir dari penyesuaian diri, dan penyesuaian diri yang dialami oleh subjek dapat terjadi karena dukungan sosial yang diterima oleh kedua subjek baik itu dari pasangan, anak, keluarga serta lingkungan sekitar.

Tabel 9.
Kesimpulan Hasil Penelitian

No	Aspek	Subjek I	Subjek II
1	Perasaan kehilangan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak merasa peran waktunya sebagai orang tua hilang dikarenakan saat anaknya menikah masih ada anaknya yang lain yang membutuhkan 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak merasakan perasaan kehilangan dikarenakan masih ada anaknya yang lain yang membutuhkan perannya

		<p>peran subjek sebagai orang tua</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jarak rumah anaknya yang sudah menikah masih di satu kota dan subjek yang dapat mengunjungi anak-anaknya kapanpun subjek menginginkannya 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak subjek yang sudah menikah masih tinggal di kota yang sama • Merasa pekerjaan di rumah lebih banyak dari sebelum anaknya menikah, dan cukup membuat subjek kesulitan
2	Merasa Kesedihan	<ul style="list-style-type: none"> • Merasakan kesedihan yang berlarut ketika awal waktu anaknya menikah selama satu sampai dua bulan, namun setelah dua bulan subjek tidak terlalu sering lagi merasakan rasa sedih yang berlarut tersebut • Datangnya rasa sedih tersebut ketika melihat foto bersama anaknya, dan ketika melihat kamar anaknya yang sudah kosong dan subjek juga sering teringat ketika sedang memakan makanan kesukaan anaknya • ketika subjek I mulai merasakan kesedihan saat 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak terlalu merasakan sedih berlarut ketika anaknya menikah • Merasakan sedih yang berlarut pada saat anaknya pertama kali pergi merantau, • Sedih berlarut itu sering datang ketika subjek masuk ke dalam kamar anaknya dan pada saat subjek sedang memakan makanan kesukaan anaknya

		teringat dengan anaknya, maka subjek langsung menelpon dan menanyakan keadaan serta kabar anaknya atau mengalihkan rasa sedih tersebut dengan cara membaca dan bercengkerama dengan teman-temannya	
3	Kekosongan	<ul style="list-style-type: none"> • Telah mengajar TPA sudah subjek lakukan sejak 2013 yaitu selama 11 tahun, sedangkan kegiatan pengajian sudah diikuti subjek selama 10 tahun • Merasa dengan aktivitas yang dilakukannya selama ini adalah salah satu cara yang mengurangi rasa sepi yang dirasakannya 	<ul style="list-style-type: none"> • Memiliki aktivitas diluar rumah yaitu mengikuti pengajian yang sudah ada selama 20 tahun, dan aktivitas tersebut rutin dilakukan setiap hari jum'at • Subjek sangat memprioritaskan aktivitas pengajiannya, karena kegiatan ini sangat berkesan bagi subjek

No	Aspek	Subjek I	Subjek II
1	Perasaan kehilangan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak merasa peran waktunya sebagai orang tua hilang dikarenakan saat anaknya menikah masih ada anaknya yang 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak merasakan perasaan kehilangan dikarenakan masih ada anaknya yang lain yang membutuhkan perannya

		<p>lain yang membutuhkan peran subjek sebagai orang tua</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jarak rumah anaknya yang sudah menikah masih di satu kota dan subjek yang dapat mengunjungi anak-anaknya kapanpun subjek menginginkannya 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak subjek yang sudah menikah masih tinggal di kota yang sama • Merasa pekerjaan di rumah lebih banyak dari sebelum anaknya menikah, dan cukup membuat subjek kesulitan
2	Merasa Kesedihan	<ul style="list-style-type: none"> • Merasakan kesedihan yang berlarut ketika awal waktu anaknya menikah selama satu sampai dua bulan, namun setelah dua bulan subjek tidak terlalu sering lagi merasakan rasa sedih yang berlarut tersebut • Datangnya rasa sedih tersebut ketika melihat foto bersama anaknya, dan ketika melihat kamar anaknya yang sudah kosong dan subjek juga sering teringat ketika sedang memakan makanan kesukaan anaknya 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak terlalu merasakan sedih berlarut ketika anaknya menikah • Merasakan sedih yang berlarut pada saat anaknya pertama kali pergi merantau, • Sedih berlarut itu sering datang ketika subjek masuk ke dalam kamar anaknya dan pada saat subjek sedang memakan makanan kesukaan anaknya

		<ul style="list-style-type: none"> • ketika subjek I mulai merasakan kesedihan saat teringat dengan anaknya, maka subjek langsung menelpon dan menanyakan keadaan serta kabar anaknya atau mengalihkan rasa sedih tersebut dengan cara membaca dan bercengkerama dengan teman-temannya 	
3	Kekosongan	<ul style="list-style-type: none"> • Telah mengajar TPA sudah subjek lakukan sejak 2013 yaitu selama 11 tahun, sedangkan kegiatan pengajian sudah diikuti subjek selama 10 tahun • Merasa dengan aktivitas yang dilakukannya selama ini adalah salah satu cara yang mengurangi rasa sepi yang dirasakannya 	<ul style="list-style-type: none"> • Memiliki aktivitas diluar rumah yaitu mengikuti pengajian yang sudah ada selama 20 tahun, dan aktivitas tersebut rutin dilakukan setiap hari jum'at • Subjek sangat memprioritaskan aktivitas pengajiannya, karena kegiatan ini sangat berkesan bagi subjek
No	Faktor	Subjek I	Subjek II
1	Kehilangan masa menjadi ibu	<ul style="list-style-type: none"> • Telah menjadi seorang ibu selama 36 tahun 	<ul style="list-style-type: none"> • Telah menjadi ibu selama 44 tahun

		<ul style="list-style-type: none"> • Memandang menjadi seorang ibu adalah tugas utama • Tidak merasa kehilangan peran menjadi seorang ibu dikarenakan masih harus mengurus anak-anaknya yang lain dan subjek masih tetap kebersamai permasalahan anaknya yang sudah menikah 	<ul style="list-style-type: none"> • Memandang menjadi seorang ibu adalah tugas utama • Tidak merasa kehilangan tugas sebagai ibu dikarenakan setelah anak pertamanya menikah masih ada adik-adiknya yang membutuhkan subjek
2	hubungan dengan pasangan	<ul style="list-style-type: none"> • Suami subjek I lebih dapat mengekspresikan perasaannya sehingga suami subjek juga cukup paham ketika subjek mulai merasa kesepian dan menghibur subjek dengan mengajak jalan-jalan, membaca dan aktivitas santai lainnya 	<ul style="list-style-type: none"> • Suami subjek II kurang dapat mengekspresikan perasaannya sendiri, sehingga cara suami subjek II dalam membujuk subjek ketika merasa sedih adalah dengan bercanda
3	harga diri usia lanjut	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek memiliki kegiatan mengajar mengaji, mengikuti pengajian dan aktivitas sosial • Dengan adanya kegiatan inilah dapat mengurangi rasa kesepian yang dialaminya 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengikuti kegiatan pengajian setiap minggunya • Memiliki kesan yang sangat mendalam dengan aktivitasnya • Subjek akan merasa kecewa jika tidak dapat

			menghadiri kegiatan pengajian tersebut
4	ikatan dengan anak yang terlalu erat	<ul style="list-style-type: none"> • Memiliki komunikasi yang terbuka dengan anak-anaknya baik itu tentang akademis dan hubungan sosial dan waktu yang paling sering digunakan subjek dan anaknya untuk bercerita adalah ketika menjaga warung kecil dirumahnya ataupun melalui sambungan telepon • Memiliki komunikasi yang intens dengan anaknya yang sudah menikah baik itu bercerita dan berdiskusi tentang perkembangan anaknya dan <i>parenting</i> yang baik 	<ul style="list-style-type: none"> • anak-anak sangat terbuka dalam hal membicarakan hal pribadi seperti hubungan keluarga anaknya • Aktivitas santai yang sering subjek lakukan dengan anaknya adalah memasak atau membuat kue • Subjek lebih sering pergi bersama keluarga keluar daripada hanya berdua dengan anaknya dikarenakan jarak umur anak subjek yang sangat dekat
5	Sosial dan kultural	<ul style="list-style-type: none"> • Menilai anak berkewajiban untuk merawat orang tua di usia lanjut sebagai bentuk balas budi orang tua yang sudah merawat dan mendidik anak dari kecil sampai dewasa dan menganggap buruk anak 	<ul style="list-style-type: none"> • Menilai anak harus merawat orang tua namun hal tersebut wajib dilakukan ketika orang tua sakit dan tidak dapat tidak dapat berjalan dan hanya bisa berada di tempat tidur saja.

		<p>yang tidak mau merawat orang tuanya</p> <ul style="list-style-type: none">• Menilai bakti anak adalah ketika orang tua sedang sakit, dimana anak dapat merawat dan memberikan dukungan kepada orang tuanya	<ul style="list-style-type: none">• Tidak mewajibkan anak merawat orang tua jika orang tua dalam keadaan sehat dikarenakan kewajiban anaknya sudah berada pada suaminya• Menilai bakti seorang anak adalah memberikan dukungan spiritual kepada kedua orang tuanya.
--	--	---	--

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang “Gambaran *Empty Nest Syndrome* Pada Orang Tua Usia Madya yang Anaknya Menikah”, maka dapat disimpulkan bahwa:

Empty nest syndrome orang tua usia madya yang anaknya menikah terdapat aspek *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah, yaitu merasa kesedihan. Kemudian dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu ikatan dengan anak yang terlalu erat, serta faktor sosial dan kultural. Kemudian terdapat aspek *empty nest syndrome* pada orang tua usia madya yang anaknya menikah, yaitu merasa kesedihan.

Kedua subjek memiliki kondisi yang hampir sama saat mengalami *empty nest syndrome* pada saat anak-anak dari subjek menikah. Dimana kedua subjek sedih namun tidak berlarut pada saat anaknya menikah, dan perasaan sedih tersebut hanya berlangsung selama satu sampai dua bulan semenjak anak subjek menikah. Namun ditemukan bahwa pada subjek II merasakan lebih merasa sedih berlarut disaat anak subjek pergi merantau daripada saat anak subjek menikah. Karena pada saat anak subjek menikah masih ada anak subjek lainnya yang membutuhkan peran orang tua.

Walaupun rasa kesepian, kosong dan sedih yang dirasakan kedua subjek berlangsung selama satu sampai dua bulan, namun rasa kerinduan karena kondisi rumah sepi sering datang. Namun dikarenakan kedua subjek memiliki kegiatan

rutin setiap minggunya yaitu mengikuti pengajian dan mengajar ngaji, sehingga kedua subjek mendapatkan dukungan sosial maka rasa kesepian tersebut dapat teratasi.

Kedua subjek memiliki keinginan agar anaknya tetap bisa selalu bersama mereka, namun kedua subjek menerima keadaan bahwa anak-anak harus menjalani hidupnya secara mandiri dan melanjutkan hidupnya.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kata sempurna, sehingga berikut beberapa saran yang peneliti tuliskan dan sampaikan sebagai bentuk bentuk aplikasi dan implikasi kepada pihak yang bersangkutan, pembaca serta perkembangan penelitian selanjutnya.

1. Saran untuk subjek sebagai orang tua yang mengalami *empty nest syndrome*

Fenomena yang terjadi pada subjek memberikan pengetahuan dan informasi baru bagi peneliti bahwa harga diri di usia lanjut sangat penting dan harus dimiliki bagi orang tua usia madya yang akan memasuki fase transisi ini. Sehingga penting sekali bagi orang tua usia madya yang anaknya menikah memiliki peran atau kegiatan positif di lingkungan sekitar sebagai bentuk peran dukungan psikologis secara langsung maupun tidak langsung

2. Saran untuk suami subjek

Sebagai pendamping yang hidup bersama subjek, diharapkan suami dapat terus memberikan dukungan dan semangat kepada subjek dalam bentuk ungkapan kata-kata maupun perilaku. Agar subjek dapat mengatasi rasa kerinduan dan kesepian yang tiba-tiba datang.

3. Saran bagi anak dan kerabat dekat subjek

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dan pengetahuan tentang perilaku-perilaku dan gejala yang terjadinya karena *empty nest syndrome* dapat memberikan dukungan baik itu dengan adanya kehadiran ketika orang tua sedang sakit, dan dengan rutin mengunjungi orang tua ketika sudah menikah dan tidak tinggal bersama orang tua.

4. Saran untuk perangkat Desa Lot Kala

Fenomena *empty nest syndrome* masih sangat awam diketahui adanya oleh masyarakat bahkan bagi individu itu sendiri, sehingga dengan adanya penelitian ini dapat memberikan pengetahuan baru dalam melakukan program kesehatan dan sosial kedepannya sebagai wadah untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan secara positif.

5. Saran untuk peneliti selanjutnya

Peneliti menyarankan bagi peneliti selanjutnya, dalam hal pemilihan subjek penelitian lebih spesifik seperti jumlah anak yang lebih sedikit, tempat tinggal anak yang sudah menikah tidak berada di satu kota yang sama dengan subjek, subjek yang anaknya pergi merantau, dan orang tua yang anaknya menikah tidak lebih dari 2 tahun. Tujuannya agar dapat menggali lebih dalam aspek-aspek serta faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* dan mengetahui bagaimana letak perbedaan penelitian dikarenakan pada penelitian ini ditemukan satu hal dimana salah satu subjek lebih merasa sedih berlarut ketika anaknya pergi merantau daripada ketika anaknya menikah.

DAFTAR PUSTAKA

- Berk, L.E. (2009). *Child Development*. Pearson.
- Bougea, A., Despoti, A., & Vasilopoulos, E. (2019). Empty nest related psychological stress: Conceptual issues, future directions in economic crisis. *Psychiatriki*, 30(4), 1-10. DOI:10.1007/s10804-013-9180-8
- Bouchard, G. (2013). How do parents react when their children leave home? An integrative review. *Journal of Adult Development*. 21(2), 69-79. <https://doi.org/10.1007/s10804-013-9180-8>
- Bungin, B. (2013). *Metode penelitian sosial dan ekonomi: Format-format kuantitatif dan kualitatif untuk studi sosiologi, kebijakan, public, komunikasi, manajemen dan pemasaran edisi pertama*. Kencana Prenada Media Group.
- Cresswell, J. W. (2016). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif dan campuran*. Edisi Keempat (Cetakan Kesatu). Pustaka Pelajar.
- Cresswell, J., & Guetterman, T. (2018). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research, 6th edition*. Pearson.
- Devito, J. A. (1997). *Human Communication fifth edition*. New York: Harper Collins Publishers Inc.
- Goldscheider, F., & Goldscheider, C. (1999). *The changing transition to adulthood: Leaving and returning home*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Gunarsa, S. D. (2009). *Dari anak sampai usia lanjut: Bunga rampai psikologi perkembangan*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hanurawan, F. (2016). *Metode penelitian kualitatif: Untuk ilmu psikologi*. PT Rajagrafindo Persada.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Hildayani, R., Mayke, S., Rosdiana, T., Eko, H., Retno, P., & Alzena, M, K. 2014. *Modul Psikologi Perkembangan Anak*. Universitas Terbuka.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*. 11(2), 213-218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Iswati, D. (2007). Empty nest syndrome pada wanita dewasa madya. *In Proceedings Semantic Scholar*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:150302664>

- Jhangiani, T., Madhumita, D., Arundhati. Trina, B., & Grace, M. J. (2022). Empty nest syndrome scale-indian form (ENS-IF). *The International Journal of Indian Psychology*, 10(4), 612-627. DOI: [10.25215/1004.059https://www.ijip.in](https://www.ijip.in)
- Maftai, A., Holman, A. C., & Carlig, E. R. (2020). *Does your child think you're happy? Exploring the associations between children's happiness and parenting styles*. Child: Youth Serv Revisi 115.
- Mansoor, A., & Syeda, S. H. (2019). The empty nest syndrome and psychological wellbeing among middle aged adults. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 17(1), 55-60
- Maramis, W. P. (2006). *Ilmu perilaku dalam pelayanan kesehatan*. Airlangga University Press.
- Mbaeze, I. C., & Ukwandu, E. (2011). Empty-nest syndrome, gender and family size as predictor of aged's adjustment pattern. *Pakistan Journal of Social Science*, 8(4), 166-171.
- Mei, A. D. (2013). Upaya-upaya mencegah sindrom sarang kosong pada lanjut usia perempuan di Banguntapan. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Universitas Negeri Yogyakarta. 5(11), 466-474.
- Mitchell, A. B., & Loren, D. L. (2009). The empty nest syndrome in midlife families. *Journal of Family Issues*, 30(12), 1-20.
- Moloeng, L. J. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya
- Musyarafah, M. (2018). Pengembangan aspek sosial anak usia dini di taman kanak-kanak aba IV Mangli Jember Tahun 2016. *INJECT (Interdisciplinary Journal of Communication)*, 2(1), 99-122.
- Nauli, F. A., Wan, I., & Ari, P. D. (2014). Hubungan keberadaan pasangan hidup dengan harga diri pada lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Universitas Riau. 2(1), 24-30.
- Nurmayunita, H., & Amin, Z. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri lansia yang tinggal di pndok lansia. *Jurnal Keperawatan Malang*. Stikes Pantiwaluya. 6(2), 148-158.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development: Perkembangan Manusia*. Penerbit Salemba Humanika.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development (terjemahan A.K. Anwar)*. Prenada Media Group.

- Purba, P. B., Arin, T. M., Juliana, Sony, K., Irwan, L. H., Joni, W. S., Arsen, N. P., Ika, Y., & Masrul. (2021). *Penelitian Tindakan Kelas*. Yayasan Kita Menulis.
- Rahardjo, M. (2010). *Triangulasi dalam Penelitian Kualitatif*. UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Santrock, J. W. (2002a). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2011b). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2*. Erlangga.
- Setiyawati, R. M., Suerni, T., & Widiyanto, B. (2017). *Perbedaan Tingkat harga diri lansia yang memiliki pasangan hidup dan tidak memiliki pasangan hidup di desa candisari purwodadi grabogan*. Karya Ilmiah STIKES Telogorejo, Volume 6.
- Singh, V., & Babita, D. (2017). A study of empty nest syndrome among middle aged men and women. *International Journal of Current Research*, 9 (4). 48838-48842.
- Suadirman, P. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Gajah Mada University Press.
- Sugiyono. (2018). *Statistik Nonparametris Untuk Penelitian*. ALFABETA.
- Teresa, M. A. (2019). Understanding Retirement Requires Getting Inside People's Stories: A Call for More Qualitative Research. *Work, Aging and Retirement*, 5 (3). 207–211. <https://doi.org/10.1093/workar/waz007>
- Turner, D.P. (2020). Sampling methods in research design. *Journal of Headache*, 60, 8-12.
- Walgito, B. (2010). *Bimbingan dan Konseling: Studi dan Kasus*. Andi.
- Widoyoko, E.P. (2014). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Pustaka Pelajar.

LAMPIRAN

Lampiran 1: *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form (ENS-IF)*

Nama :

Umur :

No. Hp :

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N).						
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.						
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tua lain bersama anak-anaknya.						
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.						
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah. (N)						
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.						
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan						
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.						
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).						
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.						
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.						
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).						
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa						

merayakan pencapaian anak-anak dengan mereka secara langsung.						
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.						
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.						
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.						
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.						
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).						
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).						
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.						
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.						
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.						
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).						
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.						
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.						
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.						
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.						
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.						
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).						
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya						

meninggalkan rumah.						
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N).						
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.						
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).						
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya.						
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.						
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.						
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.						
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutan nya (N).						
39. Saya cenderung menceritakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.						
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).						
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.						
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.						
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.						
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.						

46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.						
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.						
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak- anak di sekitar saya.						
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.						
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).						

Lampiran 2: Norma dan Penilaian *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF)

Norma

- Jumlah total seluruh 50 item dari skor mentah untuk skor minimum dan maksimum masing-masing berkisar antara 24 dan 173.
- Rerata dan deviasi standar masing-masing adalah 103,99 dan 30,9.
- Untuk tujuan penilaian dan interpretasi skor mentah berikut ini

Penilaian:

Positif pernyataan	2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 32, 34, 35, 36, 37, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 47, 48, 49.	Selalu – 5 Sangat Sering – 4 Sering – 3 Terkadang – 2 Jarang – 1 Tidak pernah - 0
Negatif pernyataan	1, 5, 9, 12, 18, 19, 23, 29, 31, 33, 38, 40, 45, 50. (skor terbalik)	Selalu - 0 Sangat Sering – 2 Terkadang – 3 Jarang – 4 Tidak pernah - 5

Tanggapan diberi skor dan skor ditambahkan. Skor mentah yang diperoleh kemudian diinterpretasikan untuk mengetahui sejauh mana Sindrom Sarang Kosong yang dihadapi oleh orang tua paruh baya.

Berdasarkan analisis menggunakan IBM SPSS, interpretasinya adalah sebagai berikut:

- Skor Tinggi (167-250): Orang yang mendapat skor tinggi pada Sindrom Sarang Kosong Bentuk Skala- India cenderung selalu merasa cemas, memiliki rasa kehilangan yang lebih dalam, dan menunjukkan gangguan dalam rutinitas sehari-hari setelah anak meninggalkan sarang (rumah). Mereka lebih cenderung menunjukkan kecenderungan neurotik dan tampaknya memiliki keterikatan yang tidak sehat pada anak.
- Rata-rata (85-166): Orang yang mendapat nilai rata-rata pada Sindrom Sarang Kosong Bentuk Skala-India cenderung memiliki hubungan yang seimbang dengan

anak-anaknya. Mereka mengalami rasa kehilangan dan kesepian tetapi mereka tidak menunjukkan sifat neurotik atau sifat tidak terikat. Mereka memiliki perasaan kehilangan yang lebih realistis.

- Rendah (0-84): Orang yang mendapat nilai rendah pada Sindrom Sarang Kosong Bentuk Skala-India cenderung merasa sangat puas setelah kepergian anaknya. Mereka tampaknya memiliki hubungan yang baik dengan anak mereka. Namun, hal ini bisa menjadi indikator adanya hubungan yang terpisah dengan anak dimana orang tua terlalu fokus pada kehidupannya sendiri.

Lampiran 3: Panduan Observasi

No	Indikator
1	Gambaran umum subjek
2	Kondisi fisik dan penampilan subjek saat penelitian
3	Ekspresi wajah subjek selama penelitian
4	Bahasa tubuh yang ditunjukkan subjek selama proses wawancara

Lampiran 4: Panduan Wawancara

Tabel Panduan Wawancara Pada Aspek-Aspek *empty nest ayndrome*
(Mbaeze dan Ukwandu, 2011)

No	Aspek	Indikator	Pertanyaan
1	Perasaan kehilangan	Merasa peran sebagai orang tua hilang	- setelah anak meninggalkan rumah, apakah terdapat perasaan kehilangan peran sebagai orang tua? - mengapa merasa peran sebagai orang tua hilang ?
		Merasa waktu dengan anak hilang	- apakah anak sering mengunjungi orang tua setelah pergi meninggalkan rumah ? - bagaimana komunikasi dengan anak setelah menikah dan meninggalkan rumah?
2	Merasa kesedihan	Rasa sedih yang berlarut	- saat anak menikah dan meninggalkan rumah, apakah sering merasa sedih dan berlarut-larut?
		Rasa sedih yang sering datang Ketika sendirian	- kalau iya, di waktu kapan saja rasa sedih itu muncul ? - berapa lama rasa sedih itu datang?
3	Kekosongan	Kurangnya aktivitas orang tua dirumah	- apa saja aktivitas di rumah setelah anak menikah dan meninggalkan rumah ? - saat melakukan aktivitas, apakah rasa kosong itu sering muncul ?

Tabel Panduan Wawancara Pada Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *empty nwat ayndrome* (Maramis, 2006)

No	Faktor	Indikator	Pertanyaan
1	Kehilangan masa menjadi ibu	Peran sebagai ibu kurang lebih 20 tahun	- berapa lama sudah menjadi seorang ibu? - selama menjadi ibu apa yang dirasakan ?
		Memandang peran ibu sebagai tugas utama	- apakah peran ibu adalah tugas utama ?

			<ul style="list-style-type: none"> - mengapa peran ibu menjadi peran utama ? - selama menjalankan peran sebagai ibu apakah ada rasa penyesalan? - kalau terdapat penyesalan kenapa ?
		Merasa tugas sebagai ibu telah hilang	<ul style="list-style-type: none"> - setelah anak menikah dan meninggalkan rumah apa hal dirasakan? - apakah terdapat perasaan kehilangan akan tugas sebagai seorang ibu ? - mengapa merasa tugas sebagai seorang ibu telah berakhir setelah anak menikah dan pergi meninggalkan rumah ?
2	Hubungan dengan pasangan	Hubungan harmonis dengan pasangan	<ul style="list-style-type: none"> - selama tahun pernikahan bagaimana hubungan dengan pasangan ? - hal apa yang biasanya pasangan lakukan saat ibu/bapak merasa sedih ?
3	Harga diri usia lanjut	Berkerja/ memiliki peran di lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> - selain sebagai ibu rumah tangga, kegiatan atau aktivitas apa saja yang ibu lakukan kesehariannya? - apakah kegiatan tersebut rutin? <p>Peran ibu di luar rumah/lingkungan sekitar?</p> <ul style="list-style-type: none"> - berperan dan bertanggung jawab dalam hal apa pada kegiatan tersebut ? - bagaimana selama ini dalam menjalankan kegiatan tersebut
4	Ikatan dengan anak yang terlalu erat	Komunikasi intens dengan anak	<ul style="list-style-type: none"> - apakah anak cukup terbuka dalam menceritakan hal pribadi dan lingkungannya? - Selama anak masih dirumah, apakah sering mengobrol/curhat secara intens berdua? - salah satu hal yang sering dibicarakan apa?

		Sering melakukan aktivitas santai dengan anak	<ul style="list-style-type: none"> - selama anak masih di rumah apakah sering melakukan aktivitas santai? - kegiatan tersebut lebih sering keinginan dari anak atau ibu?
5	Faktor sosial dan kultural	Nilai tanggung jawab anak merawat orang tua di usia lanjut	<ul style="list-style-type: none"> - menurut ibu, apakah anak mempunyai kewajiban untuk merawat orang tuanya di usia lanjut? - bagaimana jika anak tidak melakukan hal tersebut ?
		Kewajiban berbakti bagi anak	<ul style="list-style-type: none"> - apakah anak wajib berbakti kepada orangtua? - mengapa anak wajib berbakti kepada orang tuanya? - apa bentuk bakti seorang anak kepada orang tua?
		Persepsi orang yang dihormati harus dihargai	<ul style="list-style-type: none"> - apakah anak mempunyai waktu wajib atau jadwal tetap dalam mengunjungi orang tua? - berapa waktu sekali anak mengunjungi ? - apakah dalam waktu tersebut cukup ?

Lampiran 5: Hasil Pengisian *Empty Nest Syndrome Scale-Indian Form* (ENS-IF)

Skala Empty Nest Syndrome

Nama : (S)
 Umur : 58 tahun
 No. Hp :
 Anak sudah menikah dan tinggal mandiri : ya/tidak

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N).						✓	5
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.		✓					4
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tua lain bersama anak-anaknya.	✓						5
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.						✓	0
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah. (N)						✓	5
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.	✓						5
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/ anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan	✓						5
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.			✓				3
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).				✓			3
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.	✓						5
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.				✓			2
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).						✓	5
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa merayakannya-ku anak/anak-anak pencapaian dengan mereka secara langsung.		✓					4
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.					✓		1
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.	✓						5
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.		✓					4
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.			✓				3
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).						✓	5
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).						✓	5
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.				✓			2
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.				✓			2
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.						✓	6
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).						✓	5
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.	✓						5
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.			✓				3

175 (skor bingkai)

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.				✓			2
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.			✓				3
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.				✓			2
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).			✓				2
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya meninggalkan rumah.		✓					4
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N).						✓	5
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.	✓						5
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).					✓		4
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya.			✓				3
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.				✓			2
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.				✓			2
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.		✓					4
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutannya (N).					✓		4
39. Saya cenderung mencertakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.	✓						5
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).						✓	5
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.				✓			2
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.					✓		1
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.			✓				3
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.			✓				3
45. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya sekarang lebih menikmati menghabiskan waktu bersama teman-teman saya (N).						✓	5
46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.			✓				3
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.			✓				3
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak-anak di sekitar saya.			✓				3
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.	✓						5
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).					✓		4

Skala Empty Best Syndrome

Nama :
 Umur : 60 tahun (HS)
 No. Hp :
 Anak sudah menikah dan tinggal mandiri : ya/tidak

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N).						<input checked="" type="checkbox"/>	5
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.		<input checked="" type="checkbox"/>					4
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tua lain bersama anak-anaknya.	<input checked="" type="checkbox"/>						5
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.					<input checked="" type="checkbox"/>		1
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah. (N)			<input checked="" type="checkbox"/>				2
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.	<input checked="" type="checkbox"/>						5
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/ anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan				<input checked="" type="checkbox"/>			3
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.	<input checked="" type="checkbox"/>						5
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).					<input checked="" type="checkbox"/>		4
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.	<input checked="" type="checkbox"/>						5
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.				<input checked="" type="checkbox"/>			2
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).					<input checked="" type="checkbox"/>		4
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa merayakannya-kannya/anak-anak pencapaian dengan mereka secara langsung.				<input checked="" type="checkbox"/>			2
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.				<input checked="" type="checkbox"/>			2
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.	<input checked="" type="checkbox"/>						5
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.					<input checked="" type="checkbox"/>		1
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.		<input checked="" type="checkbox"/>					4
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).						<input checked="" type="checkbox"/>	5
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).					<input checked="" type="checkbox"/>		4
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.	<input checked="" type="checkbox"/>						5
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.						<input checked="" type="checkbox"/>	0
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.				<input checked="" type="checkbox"/>			2
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).						<input checked="" type="checkbox"/>	5
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.	<input checked="" type="checkbox"/>						5
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.	<input checked="" type="checkbox"/>						5

Skor 167 (Skor tinggi)

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.		✓					4
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.				✓			2
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.	✓						5
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).			✓				2
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya meninggalkan rumah.	✓						5
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N).						✓	5
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.	✓						5
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).			✓				2
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya.	✓						5
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.						✓	0
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.						✓	0
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutannya (N).					✓		4
39. Saya cenderung menceritakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.		✓					4
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).				✓			3
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.	✓						5
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.	✓						5
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.		✓					4
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.		✓					4
45. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya sekarang lebih menikmati menghabiskan waktu bersama teman-teman saya (N).						✓	5
46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.				✓			2
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.						✓	0
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak-anak di sekitar saya.						✓	0
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.	✓						5
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).		✓					1

Skala Empty Nest Syndrome

Nama : (HG)
 Umur : 63 tahun
 No. Hp :
 Anak sudah menikah dan tinggal mandiri : ya/tidak-

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N).						✓	5
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.		✓					4
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tua lain bersama anak-anaknya.	✓						5
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.						✓	0
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah (N).						✓	5
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.	✓						6
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/ anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan	✓						5
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.			✓				3
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).		✓					1
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.		✓					4
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.					✓		1
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).						✓	0
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa merayakannya-ku anak-anak-anak pencapaian dengan mereka secara langsung.			✓				3
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.						✓	0
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.	✓						5
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.		✓					4
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.				✓			2
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).						✓	0
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).						✓	5
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.		✓					4
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.				✓			2
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.						✓	0
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).						✓	5
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.	✓						5
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.				✓			2

Skor : 201 (40%) 156 (rah-nr)

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.				✓			3
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.				✓			3
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.				✓			3
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).	✓						0
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya meninggalkan rumah.		✓					4
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N).						✓	5
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.			✓				3
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).						✓	5
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya.				✓			2
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.				✓			2
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.					✓		1
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.	✓						5
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutannya (N).					✓		4
39. Saya cenderung menceritakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.	✓						8
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).						✓	5
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.				✓			2
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.					✓		1
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.			✓				3
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.			✓				2
45. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya sekarang lebih menikmati menghabiskan waktu bersama teman-teman saya (N).						✓	0
46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.			✓				3
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.			✓				3
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak- anak di sekitar saya.			✓				3
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.	✓						5
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).						✓	5

Skala Empty Nest Syndrome

Nama
Inisial
Umur
No. Hp

HL
50 th.

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N)						✓	5
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.		✓					4
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tua lain bersama anak-anaknya.		✓					4
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.						✓	0
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah. (N)				✓			3
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.			✓				3
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/ anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan			✓				3
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.				✓			2
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).					✓		4
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.		✓					4
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.			✓				3
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).			✓			✓	5
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa merayakannya-ku anak/anak-anak pencapaian dengan mereka secara langsung.			✓				3
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.					✓		1
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.		✓					4
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.					✓		1
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.			✓				3
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).						✓	5
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).			✓				2
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.						✓	0
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.				✓			2
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.						✓	0
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).				✓			3
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.		✓					4
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.					✓		1

(22 (rah-rat))

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.			✓				3
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.					✓		1
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.			✓				3
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).				✓			3
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N).				✓			3
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.			✓				3
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).				✓			3
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya.			✓				3
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.			✓				3
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.						✓	0
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.					✓		1
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutannya (N).				✓			3
39. Saya cenderung menceritakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.				✓			2
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).					✓		4
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.				✓			2
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.					✓		1
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.				✓			2
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.					✓		1
45. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya sekarang lebih menikmati menghabiskan waktu bersama teman-teman saya (N).						✓	5
46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.				✓			2
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.						✓	0
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak- anak di sekitar saya.					✓		1
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.				✓			2
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).			✓				2

Skala Empty Nest Syndrome

Nama
 Inisial : M
 Umur : 58
 No. Hp :

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N).				✓			3
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.			✓				5
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tua lain bersama anak-anaknya.						✓	0
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.						✓	0
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah. (N)	✓						0
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.			✓				3
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/ anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan	✓						5
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.	✓						5
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).				✓			3
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.	✓						5
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.					✓		1
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).		✓					1
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa merayakannya-ku anak/anak-anak pencapaian dengan mereka secara langsung.	✓						5
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.		✓					4
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.			✓				3
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.	✓						5
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.			✓				3
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).				✓			3
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).						✓	5
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.			✓				3
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.				✓			2
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.			✓				3
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).				✓			3
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.	✓						5
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.				✓			2

118 (rata-rata)

Skala Empty Best Syndrome

Nama
Inisial
Umur
No. Hp

IR (IR)
69 THN

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N).						✓	5
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.				✓			2
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tuain bersama anak-anaknya.				✓			2
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.						✓	0
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah. (N)	✓						0
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.			✓				3
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/ anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan			✓				3
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.				✓			2
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).				✓			3
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.				✓			2
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.				✓			2
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).			✓		✓		4
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa merayakannya-ku anak/anak-anak pencapaian dengan mereka secara langsung.				✓			2
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.			✓				3
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.				✓			2
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.				✓			2
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.					✓		1
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).					-		4
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).					✓		4
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.					✓		1
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.			✓				3
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.					✓		1
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).					✓		4
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.				✓			2
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.			✓				3

106 (rah-rah)

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.			✓				3
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.						✓	0
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.				✓			2
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).				✓			3
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N).					✓		4
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.						✓	0
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).				✓			3
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya			✓				3
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.						✓	0
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.					✓		1
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.					✓		1
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutan saya (N).				✓			3
39. Saya cenderung menceritakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.	✓						5
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).			✓				2
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.				✓			2
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.						✓	0
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.						✓	0
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.				✓			2
45. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya sekarang lebih menikmati menghabiskan waktu bersama teman-teman saya (N).					✓		4
46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.						✓	0
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.					✓		1
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak-anak di sekitar saya.						✓	0
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.			✓				2
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).					✓		1

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.						✓	0
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.					✓		11
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.				✓			2
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).	✓						0
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N)				✓			3
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.				✓			2
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).						✓	5
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya.					✓		1
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.						✓	0
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.						✓	0
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutannya (N).						✓	5
39. Saya cenderung menceritakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.					✓		1
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).		✓					8
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.					✓		1
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.						✓	0
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.					✓		11
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.						✓	0
45. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya sekarang lebih menikmati menghabiskan waktu bersama teman-teman saya (N).						✓	5
46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.						✓	0
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.						✓	05
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak-anak di sekitar saya.					✓		11
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.					✓		11
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).					✓		4

Skala Empty Best Syndrome

Nama :
 Inisial : HN
 Umur : 38 THN
 No. Hp :

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
1. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa puas dengan hidup saya (N).						✓	5
2. Sejak anak/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa hampa.			✓				3
3. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya merasa getir ketika melihat orang tua lain bersama anak-anaknya.				✓			2
4. Saya tidak suka anak saya harus keluar rumah untuk bekerja/belajar/menikah.						✓	0
5. Rutinitas saya tetap sama sejak anak saya meninggalkan rumah. (N)			✓				2
6. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mengingat kembali kenangan.					✓		1
7. Keterlambatan/tidak dapat menghubungi anak/ anak saya menyebabkan banyak stres dan kecemasan						✓	0
8. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya mempunyai pikiran untuk tidak dapat bertemu dengannya untuk terakhir kalinya ketika saya jatuh sakit.						✓	0
9. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, konflik yang terjadi lebih sedikit (N).						✓	5
10. Saya harus terus-menerus memeriksa anak saya untuk meyakinkan diri sendiri bahwa mereka baik-baik saja.						✓	0
11. Saya tidak ingin memakan makanan yang saya buat pada acara-acara khusus karena mengetahui bahwa saya tidak dapat membaginya dengan anak saya.						✓	0
12. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa mempunyai lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang saya sukai (N).						✓	5
13. Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa merayakannya-ku anak/anak-anak pencapaian dengan mereka secara langsung						✓	0
14. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa lebih mudah tersinggung dibandingkan sebelumnya.					✓		1
15. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya terus-menerus mengkhawatirkan keselamatan anak/anak-anak saya.						✓	0
16. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasakan sakit/nyeri di badan yang tidak kunjung hilang, apa pun yang saya coba.						✓	0
17. Sejak anak saya/anak-anak saya meninggalkan rumah, saya sering merasa sedih tanpa sebab yang jelas.						✓	0
18. Saya merasa baik-baik saja jika anak saya pindah dari rumah(N).						✓	5
19. Kepindahan anak saya tidak mempengaruhi saya secara emosional (N).						✓	5
20. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya kekurangan tenaga untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.						✓	0
21. Saya kehilangan nafsu makan sejak anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
22. Sejak anak saya meninggalkan rumah, akhir-akhir ini saya mempunyai lebih banyak waktu luang dan tidak tahu bagaimana menyibukkan diri.						✓	0
23. Sejak anak saya meninggalkan rumah, suasana hati saya selalu baik (N).						✓	5
24. Ketika anak saya sakit, saya khawatir dan merasa tidak berdaya karena tidak mampu merawatnya.					✓		1
25. Saya tidak suka jika anak saya kurang berbicara dengan saya dan kami semakin terpisah.					✓		1

71 (Pondok)

Pertanyaan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	
26. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa ditinggalkan oleh anak saya.						✓	0
27. Saya khawatir akan mengganggu anak saya ketika saya menelepon mereka.						✓	0
28. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa cemas karena tidak menyadari rutinitas mereka.						✓	0
29. Pindah dari rumah merupakan kesempatan yang baik bagi anak saya untuk mandiri dan bertumbuh (N).						✓	5
30. Jumlah pekerjaan rumah tangga yang saya lakukan meningkat setelah anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
31. Saya tidak terus-menerus memikirkan anak saya sejak mereka meninggalkan rumah(N).					✓		4
32. Ketika anak saya menghadapi kesulitan, saya merasa bersalah karena tidak hadir secara fisik bersama mereka.					✓		1
33. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya dapat menjaga kesehatan, kebugaran, dan penampilan saya dengan lebih baik (N).				✓			3
34. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa seperti kehilangan teman saya.						✓	0
35. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya tidak lagi menemukan kesenangan dalam kegiatan yang sebelumnya saya minati.						✓	0
36. Saya tidak ingin menghadiri acara keluarga/pertemuan/acara menyenangkan apa pun tanpa anak/anak saya.						✓	0
37. Saya cenderung menggunakan ponsel untuk mengalihkan perhatian saya sejak anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
38. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa bisa lebih fokus pada apa yang biasa saya lakukan dan tuntutan saya (N).					✓		4
39. Saya cenderung menceritakan perasaan sedih saya kepada keluarga dan teman setelah anak saya meninggalkan rumah.						✓	0
40. Saya dapat menikmati perayaan dan acara-acara khusus meskipun tidak ada anak saya (N).					✓		4
41. Saya tidak merasa aman dan tenteram tanpa anak saya di rumah.						✓	0
42. Saya tidak dapat berkomunikasi sebanyak yang saya inginkan dengan anak saya karena kurangnya pengetahuan teknologi.						✓	0
43. Saya merasa kehilangan sebagian besar identitas saya karena saya tidak dapat lagi terlibat dengan peristiwa kehidupan anak saya.					✓		1
44. Sejak anak saya keluar rumah, siklus tidur saya terganggu karena rasa khawatir yang terus-menerus.						✓	0
45. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya sekarang lebih menikmati menghabiskan waktu bersama teman-teman saya (N).						✓	5
46. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa tidak ada orang yang bisa saya ajak bicara dalam kehidupan sehari-hari.						✓	0
47. Saya merasa kepergian anak saya mempunyai dampak negatif terhadap pernikahan/hubungan saya dengan pasangan saya.						✓	0
48. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya lebih banyak berinteraksi dengan anak-anak di sekitar saya.						✓	0
49. Saya mempersiapkan kunjungan anak saya dan merencanakan banyak hal sebelum mereka pulang.				✓			2
50. Sejak anak saya meninggalkan rumah, saya merasa positif terhadap masa depan keluarga saya (N).					✓		4

Lampiran 6: Hasil Wawancara (Verbatim) Subjek I

HASIL VERBATIM SUBJEK 1

Responden : S (Subjek 1)
 Umur : 58 tahun
 Hari/Tanggal : Senin, 6 Mei 2024
 Durasi Wawancara : ± 30 menit
 Lokasi/Tempat : Rumah subjek

Kode	Hasil Wawancara	Reduksi Data
P0001	Assalamu'alaikum kak	
S0002	Wa'alaikumsalam	
P0003 P0004 P0005	Kemarin pas saufa datang kesini kita ada isi skala kan kak, jadi saufa mau izin untuk wawancara kak untuk kelanjutannya kak, apakah boleh kak?	
S0006	Boleh boleh	
P0007 P0008 P0009	Jadi nanti selama wawancara, percakapan kita akan saufa rekam kak, dan tidak akan disebarluaskan, apakah kakak setuju kak?	
S0010	Kan boleh, untuk kalian belajar Namanya pun	
P0011 P0012 P0013 P0014	Oke kak, selama nanti saufa bertanya kakak boleh menjawab sesuai dengan keadaan kakak, karena ga ada jawaban yang salah, apapun yang pernah kakak alami dan rasakan bisa diceritakan sama saufa ya kak	
S0015	Iya dek boleh	
P0016 P0017	Baik terimakasih ya kak, boleh kita mulai sekarang wawancaranya kak?	
S0018	Boleh	
P0019 P0020	Pertama kak kan, berapa lama sudah menjadi seorang ibu ?	
S0021 S0022 S0023	Kira-kira, tahun 1987 nikah terus luhri lahirnya tahun 1988, berapa udah berarti tu? 40 lebih ke udah tu, eh enggak ya luhri sana 36 tahun umurnya	Kehilangan masa menjadi ibu

P0024	Kalau dari tahun 1988 udah 36 tahun kak ya	Kehilangan masa menjadi ibu
S0025	Iya sekitar itulah	Kehilangan masa menjadi ibu
P0026 P0027 P0028 P0029	Berarti kan udah 36 tahun menjadi ibu kak kan, selama ini menjadi ibu apa yang kakak rasakan? Saat setelah lahir anak-anak, apa bedanya sama sebelum lahir anak-anak?	
S0030 S0031	Eee maksudnya kayak mengerjakan aktivitas sendiri kayak gitu?	
P0032	Perasaan kakak, saat sudah menjadi seorang ibu	
S0033 S0034 S0035	Sebelum jadi ibu bebas, setelah jadi ibu bertanggung jawab terhadap anak-anak, kemudian pokoknya berperan di dalam keluarga lah	Kehilangan masa menjadi ibu
P0036 P0037	Terus dari dulu menurut kakak apakah seorang ibu menjadi tugas utama bagi diri kakak sendiri ?	
S0038	Kan iya, menjadi ibu itu peran paling utama	Kehilangan masa menjadi ibu
P0039 P0040	Kenapa bagi kakak peran ibu menjadi peran utama dalam hidup?	
S0041 S0042 S0043 S0044 S0045	Karena dalam hidup lebih mengutamakan mendidik anak, mengajarkan membaca, mengajarkan mengaji dan sebagai ibu harus serba lengkap semua. Mau itu mendidik anak atau mengerjakan pekerjaan rumah kayak gitu	Kehilangan masa menjadi ibu
P0046 P0047	Berarti karena lengkapnya peran ibu jadi tugas utama bagi kakak ya kak?	
S0048	Iya	
P0049 P0050	Setelah kedua anak kakak menikah, gimana perasaan kakak pas mereka ga tinggal dirumah lagi?	
S0051 S0052	Pertama tu? bersedih, terus satu atau dua bulan dari situlah udah biasa lagi	Merasa kesedihan
P0053	Bersedihnya tu kayakmana tu kak contohnya?	
S0054 S0055 S0056	Kayak lihat foto, lihat ke kamarnya, udah kosong terus kayak suka pergi ke atas tengok kamarnya, “nuu ga ada anakku”	Merasa kesedihan

P0057	Sering ke nangis kalau masuk ke kamarnya tu kak?	
S0058	Kalau naik ke atas sering dulu	Merasa kesedihan
P0059 P0060 P0061 P0062	Terus setelah anak-anak menikah kan ga di rumah lagi, ga diurus lagi makannya, ada ga kakak merasa hilang peran ibu dari diri kakak, karena kan ga ada yang diurus lagi?	
S0063 S0064 S0065 S0066	kalau itu kan pas luhri menikah masih ada adik-adiknya, kayak sekarang pas yang kedua menikah masih ada shaumi yang masih kuliah, jadi masih biasa aja	Perasaan kehilangan Kehilangan masa menjadi ibu
P0067 P0068 P0069	Berarti karena ada yang harus kakak urus masih, makanya masih biasa aja kak ya, kecuali pas diawal mereka nikah ?	
S0070	He'e iya	
P0071 P0072	Tadi kan kakak bilang menikah dengan abang dari tahun 1987, berarti udah 37 tahun kak geh	
S0073	Itulah, udah lama kan	
P0074 P0075 P0076	Udah lama kali kak ya hahaha, terus selama itu semisal kakak lagi sedih, apa yang dilakukan sama abang?	
S0077 S0078	Diajaknya beraktivitas kayak ngaji, buka buku biar ga suntuk biar ga larut kali fikiran kita kesitu	Hubungan dengan pasangan
P0079	Selain dirumah, apa aja kegiatan kakak diluar?	
S0080 S0081 S0082 S0083	Buka kede ni, ngajar ngaji selama 3 hari senin, selasa, rabu. Kalau kamisnya sama ibu-ibu ngaji di meunasah, kalau jum'at nya mau juga di Masjid Al-Dzikra Kala	Harga diri usia lanjut
P0084	Pengajian apa yang di masjid Al-Dzikra tu kak?	
S0085 S0086	Al-Qur'an, kadang-kadang sering membahas isinya, satu orang satu ayat abis tu dibahas artinya	
P0087	Kayak Tahsin pun ada tu kak?	
S0088	He'e kayak Tahsin pun ada	
P0089 P0090	Berarti senin sampai jum'at tu ada selalu kegiatan rutin kakak ya?	Kekosongan
S0091	Iya, ada kegiatan	Kekosongan

P0092	Kalau sabtu-minggu gitu kak?	
S0093 S0094 S0095	Kalau sabtu-minggu tu bersihkan rumah, nyuci baju dibelakang abistu nyangkol dibelakang bersih-bersih, banyak kegiatan	Kekosongan
P0096 P0097	Berarti urusan rumah lah kalau sabtu-minggu tu kak ya	
S0098	Iya he'e	
P0099 P0100 P0101	Kalau senin sampe rabu ngajar anak-anak, yang untuk hari kamis tu kakak yang ngajar ibu-ibu tu kak?	
S0102 S0103	Kalau ibu ketuanya ga datang, mau membantu mengajar	Harga diri usia lanjut
P0104	Kalau yang dimasjid Al-Dzikra kak?	
S0105 S0106 S0107	Iya waktu dulu kakak juga yang ngajar disitu, jadi sekarang ini pas kakak sakit jadinya orang lain yang ganti	Harga diri usia lanjut
P0108 P0109	Berapa lama udah kakak jalanin kegiatan-kegiatan itu kak?	
S0110	Kalau ngajar TPA sudah dari 2013 sampe sekarang	Harga diri usia lanjut kekosongan
P0111 P0112	Selama 11 tahun berkegiatan itu, gimana perasaan kakak?	
S0113	Alhamdulillah lancar	
P0114	Ada ga yang membebani selam mengajar TPA kak?	
S0115 S0116 S0117 S0118 S0119 S0120	Ada lah suka dukanya, maksudnya kayak anak-anak yang nakal gitu kan, kita lagi mengajar ngaji terus anak yang lapor "ibu..ibu.. ini udah berkejar-kejaran ini ini ini"kan ada juga kan, kadang kalau senangnya gitu karena ngajar anak-anak tu hilang rasa sepi dirumah	kekosongan Harga diri usia lanjut
P0121 P0122 P0123	Selama anak-anak masih dirumah, apakah cukup terbuka menceritakan masalah pribadi atau sejenisnya ke kakak	
S0124	Iya he'e	
P0125	Contohnya kayakmana tu kak?	

S0126 S0127	Misalnya, ya cerita sehari-hari kayak gitu, lagi jaga kede terus cerita gitu	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0128 P0129 P0130	Berarti selama dirumah, intens lah gitu kalo cerita sama anak-anak, kayak cerita masalah mereka pun terbuka	
S0131 S0132	He'e terbuka, kayak shaumi yang paling kecil juga mau cerita dia masalah perkuliahan, hubungan	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0133 P0134	Kalau yang sudah berumah tangga paling sering cerita tentang apa gitu kak?	
S0135 S0136 S0137 S0138 S0139 S0140	Yang udah berumah tangga, cerita tentang anaknya kayak "ini anakku udah ada perkembangan mak, ini udah mau berdiri" terus kakak bilang misalnya mau tidur bukain kaset ngaji kayak gitu, biar anak kecil masih polos dia kan, jadi apa yang kita ajarkan dari sekarang masuk ke pikirannya mulai dari sekarang	Ikatan dengan anak yang terlalu erat Kehilangan masa menjadi ibu
P0141 P0142	Kalau masa gadis mereka, yang sering dibahas itu tentang masalah apa biasanya kak?	
S0143 S0144 S0145 S0146 S0147 S0148	Misal bahas perkuliahannya lah kayak si shaumi "mak, doakan aku mak ya biar lancar aku belajar, biar bisa aku ambil semester pendek" terus misalnya kalau mau praktikum pun dia cerita "mak, doakan aku biar lancar nanti aku mau bicara di depan" kayak gitu kan, minta do'a selalu dia	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0149	Berarti terbukalah masalah apapun gitu	
S0150	Iya terbuka	
P0151 P0152	Terus pas anak-anak masih dirumah, aktivitas apa yang sering dilakukan gitu kak?	
S0153 S0154	Ya membantu mencuci kain, nyapu, bersih-bersih rumah	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0155	Kalau semisal jalan-jalan keluar kak?	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
S0156 S0157	Ha iya sering juga, "ayo mak kita kesana biar ga suntuk" katanya	Ikatan dengan anak yang terlalu erat

P0158 P0159	Kalau jalan keluar gitu lebih sering kakak atau anak-anak yang ajak kak?	
S0160 S0161 S0162	Kadang kakak pun mau, mereka pun mau, kayak ayu iya, ngerti dia mau dia”ayo mak kita ke kede beli mie”	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0163 P0164 P0165	Terus kak kan, menurut kakak sebagai seorang ibu, aoakah anak-anak punya kewajiban ga merawat kita diusia lanjut nanti?	Faktor sosial dan kultural
S0166	Iyalah	Faktor sosial dan kultural
P0167	Alasannya apa kak?	
S0168 S0169 S0170	Karena waktu kecil di kita yang rawat, setelah dia dewasa dia yang rawat kita, gentian, balas budi terhadap orang tua	Faktor sosial dan kultural
P0171 P0172	Kalau semisal anak tidak mau merawat orang tua, menurut kakak gimana?	
S0173 S0174 S0175 S0176 S0177	Kalau anak tidak mau merawat kita, berarti anak itu ga ada hati mulia kepada orang tua, berdosa dia. Itukan tergantung didikan kita dari kecil, tapi kalau udah dididik pun masih gamau merawat orang tuanya, ya sedih lah kita.	Faktor sosial dan kultural
P0178 P0179	Menurut kakak bentuk bakti anak kepada orang tua seperti apa?	
S0180 S0181 S0182 S0183 S0184 S0185 S0186	Misalnya kalo sakit kakak kayak kemarin tu ya kakak diurusnya lah, diurusnya makan dikasih obat kayak gitu kan ,dikasinya semangat biar cepat sembuh mak, terus kayak urusan rumah ni udah dia yang urus kan, kakak tergeletak diatas tempat tidur. Dengan dia kayak gitu kita cepat sembuh semangat kita kan, sampe keluar dia kerja.	Faktor sosial dan kultural
P0187 P0188	Ohh iya kak? Anak kakak yang keberapa sampe keluar kerja ?	
S0189 S0190 S0191 S0192 S0193	Yang kedua si ayu, udah kerja dia di banda aceh, jadi lihat kakak sakit dia pun ga tenang disana kan, akhirnya keluarlah dia kerja untuk ngurus kakak, udah sembuh kakak terus sambung sakitnya ke abang ni	Ikatan dnegan anak yang terlalu erat
P0194 P0195	Kalau anak-anak ada ga jadwal rutin datang kesini kak, setiap hari apa mungkin?	

S0196 S0197 S0198	Ayu kalau ada sempatnya keluar pasti kesini dia, kalau luhri jemput anaknya pasti kesini karena anaknya yang SD di dekat sini sekolahnya	Faktor sosial dan kultural
P0199 P0200	Ohh berarti adalah hampir setiap hari kesini anak-anak kak ya?	
S0201	Iya hampir setiap hari	Faktor sosial dan kultural
P0202 P0203 P0204	Terus, menurut kakak setelah anak-anak ga dirumah lagi, ada kah merasa kehilangan peran sebagai orang tua?	Perasaan kehilangan
S0205 S0206 S0207	Kalau itu engga, karena dari kecil sampai dewasanya walaupun udah berkeluarga tetap kalau salah dinasehati	Perasaan kehilangan
P0208 P0209 P0210	Tadi kan ada kakak bilang, kalau lihat kamar anak-anak sering sedih, ada ga sedihnya sampai nangis berlarut larut gitu kak?	
S0211 S0212 S0213 S0214 S0215 S0216 S0217 S0218 S0219 S0220 S0221	Kalau seringnya tu ginilah sekarang pun, naik keatas lihat kamar anak-anak “nuu ga ada orangnya” kayakmana tu ya, sedihlah gitu, sesak rasanya, udah tu nanti kalau udah teringat langsung wa dia apalagi kalau udah sore “haa udah makan? Udah shalat? Kenapa tadi mamak telfon ga diangkat?” terus katanya” aku lagi shalat tadi mak” selalu lah pokoknya berkomunikasi gitu, kalau ga khawatir kita apa udah makan atau belum, semisal kakak disini lagi makan enak terus terfikir “nuu anakku udah makan kesana?” selalu kayak gitu	Merasa kesedihan
P0222 P0223	Iya kak ya, walaupun lah kadang anak tu udah tau tapi harus selalu diingatin	
S0224 S0225 S0226 S0227 S0228 S0229 S0230 S0231	Betul, apalagi kalau udah belajar mau lalai ga ingat lagi makan, apalagi belajar sampe jam 12 nanti kita bilang “itu jangan lupa minum susu milo ya, biar ada tenaga, makan jangan lupa, shalat jangan lupa, kalau gak makan nanti datang penyakit kayak mamak ni, mamak udah rasakan” terus katanya “iya mak, iya mak nanti aku masak” terus kakak bilang “nanti masak? Mamak udah selesai pun makan”	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0232 P0233 P0234	Rasa sedih berlarut tadi pas anak-anak ga dirumah setelah menikah tu, berapa lama kira-kira kondisi kakak kayak gitu kak?	

S0235 S0236 S0237 S0238 S0239 S0240 S0241 S0242 S0243 S0244 S0245	Kalau jauh tadi mungkin adalah terasa lebih lama sedihnya, tapi ini karna masih dekat masih satu kota masih terlihatlah orangnya, ga terlalu lama 1-2 bulan gitulah. Apalagi dia masih ada sering datang kesini kalau jauh tadi kayakmana mau lihatnya kan sedih kita. Jadi kakak pun kalau sempat ada waktu pergi kerumahnya misal ke nunang, bilang sama abang kan “aku ke tempat abit dulu abit ni nama anak luhri, terus nanti kerumah ayu lagi tempat el-zain” kalau ada sempat waktu pergi terus kakak, kejar kesana kesini. Abis itu udah baru lega rasanya	Perasaan kehilangan
P0246 P0247	Berarti kakak pun sering juga ngunjungi anak-anak kak geh	
S0248	Iya, karena masih bisa kakak jangkau juga	
P0249 P0250	Berarti tadi ga terlalu lama lah rasa sedihnya kak ya karena dekat	
S0251	Dia pun kalau sempat datang kesini	
P0252 P0253	Apa perbedaan aktivitas dirumah sebelum dan sesudah anak-anak menikah kak?	
S0254 S0255 S0256 S0257 S0258	Biasanya kalau disini anak-anak mau kakak bikin kue, misalnya kayak kue bawang, kue dahlia, nastar, bolu banyaklah kakak bikin. Jadi sekarang ni gamau lagi kakak bikin siapa yang mau makan ga ada lagi orangnya, beli sedikit aja udah.	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0259	Berarti dulu sering kakak bikin kue-kue kak ya?	Perasaan kehilangan
S0260 S0261 S0262 S0263	Iya sering, itu masih ada tu cetakannya, dibeli semua cetakannya Jadi semenjak orang ni gak ada lagi disini, gada lagi kakak bikin, udah malas tinggal dua orang, kalau maupun beli aja dikit kayak gitu	Perasaan kehilangan
P0264 P0265	Kalau sekarang misal lagi ngumpul semuanya masih mau bikin kue gitu kak?	
S0266 S0267 S0268	Sekarang ni? enggak lagi, udah hilang selernya, padahal cetakannya udah ada kan, enggak lagi, beli aja udah	Perasaan kehilangan
P0269 P0270	Berarti kalau muncul rasa sedih, rasa kosong gitu, cara mengatasinya kayak tadi kakak ya?	Merasa kesedihan
S0271 S0272 S0273	Kayak tadi, ambil al-qur’an baca, kadang-kadang buku tuntunan salah, terus surat al-mulk itu kakak hafal. Terus kalau udah suntuk disini pergilah kakak	Merasa kesedihan

S0274 S0275 S0276	ke TK depan sana cerita-cerita sama orang tu disitu, kadang duduk di depan udah lewat kawan, terus cerita haa kan udah hilang kan	
P0277	Berarti adalah kawan cerita kakak geh	
S0278 S0279 S0280 S0281	Iya ada, asal keluar aja dari rumah ni banyak kawan kan, kawan curhat misal cerita apa gitu. Kami kan ada dalam satu kali sebulan tu ada PUSPITA, jadi ikut kan sama orang tu jadi hilang sepinya.	Merasa kesedihan
P0282	Itu sama ke kayak yang di hari jum'at tu?	
S0283 S0284 S0285	Beda, itu kan bapak Tengku yang ceramah Nanti hari senin minggu depan PUSPITA ke paya tumpi	
P0286	Berarti keliling gitu kak ya?	
S0287 S0288 S0289 S0290 S0291	Iya keliling, se kecamatan kebayakan, makanya dari itu kita sudah luas wawasan kita, kalau kita ga bergaul sama orang, ga bermasyarakat sama orang, ga ikut mengaji mana ada dapat kayak gitu, dirumah asik sendiri suntuk makin sedih	Harga diri usia lanjut
P0292 P0293	Semenjak kapan ikut PUSPITA tu kak, dari tahun berapa kira-kira kak?	
S0294 S0295 S0296 S0297	Udah ada 10 tahun lah kayaknya, kami keliling sekecamatan kebayakan, nanti sama pak camat bu camat program kegiatannya. Terus kayak kemarin tu ada anak PPL juga ke TPA bantu ngajar gitu.	Kekosongan
P0298	Darimana biasanya anak kuliahnya tu kak?	
S0299 S0300	Dari banda aceh kayak kemarin dari bireuen apa Namanya tu sekolah agama	
P0301 P0302	Kalau dari mahasiswa disini kak kayak universitas gajah putih ni sering ke juga gitu kak?	
S0303 S0304 S0304 S0305 S0306	Ga ada kesini, palingan dari luar cuma, jadi terbantulah kakak disini. TPA kita Alhamdulillah sudah terdaftar di kantor kemenag jadi setiap akhir tahunnya diadakan munaqasah, terus akhir bulan 12 nya terus wisuda.	
P0307	Di meunasah ini TPA nya kak ya?	
S0308 S0309 S0310 S0311 S0312	Iya di meunasah jadi kami se-kecamatan kebayakan ni sudah ada Alhamdulillah udah ada grupnya. Dulu di mampak tapi karna mampak jauh makanya pindah kesini terus karena orangnya pun gak banyak di mampak tu makanya yang datang pun sedikit.	

P0313	Ga banyak orang dekat situ kak ya	
S0314	Iya banyak dari sini dari bukit, ada gunung, kala	
P0315	Banyak muridnya di TPA tu kak?	
S0316	Ada sekitar, berapa tu ya? Sekitar 30 an lah	
P0317	Ohh banyak lah kak geh, itu tadi lah Cuma yang	
P0318	saufa mau wawancara kak	
S0319	He'e iya-iya	
P0320	Terimakasih banyak kak ya, udah mau bantu saufa	
P0321	untuk penelitian ini. Maaf juga merepotkan kakak	
P0322	beberapa hari ini asik bolak-balik aja saufa kesini	
S0323	Iya sama-sama, nuu kan gapapa namanya pun	
S0324	belajar, apa bisa kakak bantu itu kakak kasih, kalau	
S0325	ada yang masih kurang atau apa nanti datang aja	
S0326	kesini, kakak sama abang dirumah ni cuma paling ga	
S0327	ada kemana-mana	
P0328	Iya kak, makasih kak ya	
S0329	Iya sama-sama	

Lampiran 7: Hasil Wawancara (Verbatim) Alloanamesa Subjek I

VERBATIM ALLOANAMESA SUBJEK 1

Alloanamesa dari : S (Subjek 1)

Inisial : HB

Hubungan dengan subjek : Suami

Umur : 63 tahun

Lokasi Tempat : Rumah subjek

Kode	Hasil Wawancara	Reduksi Data
P0001	Assalamu'alaikum bang	
S0002	Wa'alaikumsalam	
P0003 P0004 P0005 P0006	Minggu kemarin saufa udah wawancara sama kakak, jadi hari ini saufa mau minta izin untuk wawancara abang mengenai hal-hal tentang kakak ni, apakah boleh bang?	
S0007	Iya boleh	
P0008	Boleh kita mulai sekarang bang?	
S0009	Boleh, boleh	
P0010 P0011	Ini sedikit saufa tanya bang ya, menurut abang kakak S sebagai ibu dan istri yang seperti apa bagi abang?	
S0012 S0013 S0014	Kalau kakak mu dia tu, seorang pendamping yang setia, terus kalau menjadi sosok seorang ibu yang pengasih dan penyayang terhadap anak-anaknya	Ikatan dengan yang terlalu erat
P0015	Contohnya kayakmana tu bang?	
S0016 S0017 S0018	Contohnya, kalau semisal abang lagi sakit pasti dipanggilnya langsung anak-anak "nak, kemari dulu lihatin bapak lihatin mamak"	
P0019 P0020	Berarti sosok istri dan ibu yang penyayang kakak ni bang ya	
S0021	Iya dia	
P0022 P0023 P0024	Terus semisal kakak ni lagi sedih gitu apa yang biasanya abang lakukan? Semisal lagi rindu sama anak-anak	
S0025 S0026 S0027	Saya bawa main-main dia, entah kemana ke pasar ke, supaya dia tidak terlalu ingat sama anaknya biar lepas rindunya	Hubungan dengan pasangan

P0028 P0029	Iya bang geh, terus bang kan, kakak ni kegiatannya ada apa aja selama seminggu ?	
S0030 S0031 S0032 S0033 S0034 S0035	Dalam satu minggu tu? ya kegiatannya dalam satu minggu mengajar anak-anak mengaji, kadang-kadang kalau dirumah bersih-bersih rumah, nyuci, menghafal itu yang sering. Kalau sekarang sering menghafal do'a memandikan mayit sekarang itu lagi dihafal kakak tu sekarang	Harga diri usia lanjut
P0036 P0037 P0038	iya bang ya, berarti kan sudah 37 tahun lah menjalin rumah tangga, selama ini apa yang menjadi prinsip abang sebagai kepala keluarga	
S0039 S0040	Prinsip keluarga, ya seperti seorang bapak ya memimpin keluarga, anak-anak	
P0041 P0042	Kalau yang pernah abang lihat, kakak ni sedihnya karena apa dan pas kapan aja bang?	
S0043 S0044 S0045 S0046	Kalau kakak ni karena dekat dengan anak-anaknya, jarang dia sedih kadang-kadang anak tu sering datang kemari, dia lihat cucunya, udah kumpul-kumpul sini udah senang dia	Perasaan kehilangan
P0047 P0048	Menurut abang, anak-anak lebih dekat sama kaka ni atau abang	
S0049 S0050 S0051	Ya, kalau itu sama kakak, kalau sama saya ya kadang-kadang tentang masalahnya tapi saya jarang dirumah, jadi lebih dekat anak-anak sama kakak ni	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0052 P0053	Berarti kalau masalah apapun lebih ke kakak ni semua bang ya?	
S0054	Iya	
P0055 P0056 P0057	Iya bang, mungkin itu aja yang saufa tanya, terimakasih ya bang dan kakak udah mau membantu penelitian saufa	
S0058	Iya semoga sukses ya	

Lampiran 8: Hasil Wawancara (Verbatim) Subjek II

HASIL VERBATIM SUBJEK 2

Responden : HS (Subjek 2)

Umur : 60 tahun

Hari/Tanggal : Minggu, 12 Mei 2024

Durasi Wawancara : ± 30 menit

Lokasi/Tempat : Rumah subjek

Kode	Hasil Wawancara	Reduksi Data
P0001	Assalamu'alaikum bu	
S0002	Wa'alaikumsalam	
P0003 P0004 P0005 P0006	Sebelumnya terimakasih sudah mau membantu saufa untuk penelitian ini bu, saufa juga mau minta izin mewawancarai ibu dalam proses penelitian ini, apakah ibu bersedia?	
S0007	Iya saufa sangat bersedia	
P0008 P0009 P0010 P0011 P0012	Kita santai aja ya bu, nanti ibu bisa menjawab pertanyaan sesuai dengan apa yang ibu alami dan rasakan, karena daripertanyaannya ga ada jawaban yang salah atau benar, jadi ibu bisa bebas menceritakan apa saja ke saufa nanti	
S0013	Iya oke	
P0014 P0015 P0016 P0017	Saufa izin merekam percakapan kita boleh bu? Untuk kebutuhan pembuatan skripsinya, untuk rekamannya akan saufa jaga dan tidak untuk disebarluaskan	
S0018 S0019	Iya ibu percaya, boleh saja itu pun untuk kebutuhan belajar saufa kan ya	
P0020	Baik bu, udah bisa kita mulai bu?	
S0021	Sudah sudah	
P0022 P0023	Pertanyaan pertama kan bu, berapa lama sudah menjadi seorang ibu?	
S0024 S0025	Hmm berapa lama tu ya, 79 (1979) itu menikah berarti udah 50? Belum geh	

P0026	Lahir anak pertama kapan bu?	
S0027	Tahun 80 (1980)	
P0028	Kalau 1980 berarti 44 tahun bu?	
S0029	Iya 44 tahun	
P0030 P0031 P0032	Berarti udah 44 tahun menjadi ibu, selama semenjak menjadi ibu dari anak pertama lahir apa yang ibu rasakan?	
S0033 S0034 S0035 S0036 S0037 S0038	Yaa.. kayakmana bilangnyanya tu geh, pokoknya ya susah senang lah, tapi Insya Allah banyak senangnya kan maklumlah orang berumah tangga kayakmana , kalau saufa sudah rasakan baru tahu kayakmana rasanya, tapi pasti banyak suka dukanya, banyakan lah Sukanya makanya bisa bertahan	Kehilangan masa menjadi ibu
P0039 P0040	Kalau pas pertama kali anak pertama lahir gimana rasanya bu, masih ingat ga rasanya sekarang?	
S0041 S0042 S0043	Rasanya ya senanglah, bahagia mungkin lebih bahagia anak pertama lahir daripada kedua ketiga ya. Tapi sama lah yang pasti bahagia lah	Kehilangan masa menjadi ibu
P0044	Karena pertama kali lagi bu geh	
S0045	He'e iya	
P0046 P0047	Kalau misalnya, menurut ibu, menjadi seorang ibu itu apakah menjadi peran utama ?	
S0048	Iyalah	
P0049	Alasannya kenapa bu?	
S0050 S0051 S0052 S0053 S0054	Kayakmana bilangnyanya tu geh, kalau ibu ya suatu kebahagiaan bisa mendidik anak, membesarkan anaktu kan, disitulah perasaan kita jadi peran utama kita menjadi seorang ibu, karena apalagi kan ibu enggak ada kegiatan lain selain ibu rumah tangga	Kehilangan masa menjadi ibu
P0055	Terus selama menjadi ada ga rasa penyesalan ?	
S0056	Enggak ada sama sekali	
P0057 P0058 P0059	Engga ada bu geh Pertama kali saat anak pertama ibu meninggalkan rumah saat menikah, apa yang ibu rasakan?	
S0060	Sedihlah	
P0061	Sedihnya karena apa tu bu?	
S0062 S0063 S0064	Sedihnya bukan sedih kayak apa, tapi sedih campur bahagialah karena kita kan anak kita tu sebenarnya lebih bagus mandiri Cuma kalau ikut kata hati	Perasaan kehilangan

S0065 S0066	maunya jangan juga, maunya sama kita terus, tapi ya enggak mungkin lah	
P0067	Kenapa ada perasaan harus sama kita terus bu?	
S0068 S0069 S0070 S0071 S0072 S0073	Kayakmana ya, namanya anak maunya selalu sama kita, cuman apalagi anak perempuan kan udah dibawa suaminya, kayakmanapun kan dia ingin mandiri, udah lain lah rasanya safa kalau udah dibawa orang, engga kayak sebelum menikah rasanya	Perasaan kehilangan
P0074 P0075 P0076	Nah ini kan anak ibu sudah dibawa suaminya, ada ga perasaan kehilangan menjadi seorang ibu, karena kan biasanya diurus disini?	
S0077 S0078	Ibu ga merasa kehilangan sama sekali karena adiknya ada beberapa lagi bukan hanya satu anak	Kehilangan masa menjadi ibu Perasaan kehilangan
P0079	Berarti udah berapa yang menikah anak ibu?	
S0080	4 yang sudah menikah	
P0081	Jumlah anak ibu berapa?	
S0082	5	
P0083	Yang sudah menikah tinggal dimana bu?	
S0084	Di takengon ni juga, masih di sekitaran takengon lah	
P0085 P0086	Berarti karena masih ada adik-adiknya makanya ga terasa kehilangannya bu ya	
S0087 S0088 S0089	Iya ga merasa kehilangan, tapi rasa kosongnya dirumah ni pasti terasa karena Namanya aja udah ga ada dirumah anaknya	Kehilangan masa menjadi ibu
P0091 P0092	Selama tahun pernikahan pada saat ibu sedih biasanya bapak lakuin apa gitu ke ibu?	
S0093 S0094 S0095	Hahaha, apa tu ya, maksudnya missal ibu lagi sedih terus bapak ngapain, merayu atau apa gitu maksudnya kan?	
P0096	Iya bu	
S0097	Membujuk bapak tu, becandainnya abistu lagi	Hubungan dengan pasangan

P0098 P0099	Membujuk contohnya kayakmana tu bu? Lagi sedih karena apa bu?	
S0100 S0101 S0102 S0103	Kayakamana bilanganya geh, sedih paling kadang-kadang sedihnya karena sama bapak tu lah hahaha, entah berbeda pendapat atau apa gitu, maksudnya kayak gitulah,	Hubungan dengan pasangan
P0104 P0105	Nah pas ada rasa sedih di ibu pada saat anak-anak menikah, bapak bersikap kayakmana bu?	
S0106 S0107 S0108 S0109 S0110 S0111	Biasa aja, karena bapak maksudnya orang laki, dia kehilangan tu kan ga dinampakkan padahal sedih lah tu atau sedih pun lah dia, cuman kan karena laki. Lagian ibu pun kan ditinggalkan ga jauh masih disekitar kota takengon ni, jadi kita bisa selalu jumpa cuman pisah rumah aja kan	Hubungan dengan pasangan Faktor sosial dan kultural
P0112	Terus selain dirumah kegiatan ibu apa bu?	Harga diri usia lanjut
S0113	Eenggak ada, paling ke pengajian	Harga diri usia lanjut
P0114	Pengajiannya rutin bu?	
S0115	Rutin kalau hari jum'at sama selalu	kekosongan
P0116	Ngapain aja kalau di kegiatan pengajiannya bu?	
S0117 S0118	Pengajian? Kalau di pengajian ya kadang-kadang ada pengkajian terus belajar Tahsin	kekosongan
P0119	Itu ada ustadz/ustadzahnya bu?	
S0120	Ada ustadzahnya	
P0121	Udah berapa lama ikut pengajiannya bu?	
S0122 S0123	Kalau pengajian yang dikebayakan ni aja kayaknya 20 tahun pun mungkin	Kekosongan
P0124	Selama ikut pengajian tu kesannya bagaimana bu?	
S0125 S0126 S0127 S0128\ S0129 S0130 S0131	Duhh kesannya ga bisa dibilang lah, senang pokoknya gembira, kalau gak pergi ke pengajian kan kayak kemarin jum'at ibu ga pergi karena ada acara kenduri keluarga, ohh kecewa rasanya maunya pergi tapi acara inipun enggak bisa ditinggalin gitu, pokoknya ibu pengajian ni kira-kira nomor 1 lah sekarang	Harga diri usia lanjut Kekosongan
P0132 P0133	Kalau semisal ibu bayangin ibu ga ikut pengajian tu gimana tu bu?	

S0134 S0135	Aduh, enggak taulah, pokoknya kalau ga ikut pengajian entah kayakmana terus	Harga diri usia lanjut
P0136 P0137 P0138	Kan selama anak-anak ibu masih disini sebelum nikahnya, cukup terbuka kah menceritakan hal pribadinya kepada ibu?	
S0139	Ohh cukup, semua terbuka	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0140	Dalam hal apa biasanya kalau curhat gitu bu?	
S0141 S0142 S0143	Ya, semua hal lah, pokoknya pribadi kadang-kadang kayak hubungan dia anatar suami-istri, maksudnya ini sebelum ya? Pas dia masih gadis?	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0144	Iya bu pas masih gadis juga	
S0145	Terbukalah semua	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0146 P0147 P0148	Terbuka bu ya, terus misalnya kayak dirumah, sering melakukan kegiatan apa sama anak ibu, waktu sebelum menikah merkanya?	
S0149 S0150 S0151	Kegiatan sehari-hari, kayak masak, anak ibu suka kali masak yang perempuan ibupun sama, jadi kalau soal dapur dan rumah buat-buat kue masak	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0152	Kalau jalan-jalan keluar berdua misalnya gitu bu?	
S0153 S0154 S0155	Ada, tapi kalau berdua jarang , kami yang sering keluar sama bapak, itu dulu pas masih gadis-gadis orang ni setiap minggu kami keluar	Hubungan dengan pasangan
P0156	Berarti kalau berdua jarang gitu bu y a?	
S0157 S0159 S0160	He'e jarang, karena kan anak ibu rapat-rapat beda-beda setahun, jadi kalau pergi sekalian sama-sama semua sampe sekarang	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0161 P0162	Menurut ibu seorang anak itu ketika kita lanjut usia punya kewajiban ga untuk merawat kita	
S0163 S0164 S0165 S0166 S0167 S0168	Kalau sudah lanjut usia sebenarnya kewajiban tapi kan tergantung keadaan juga, dia kan kewajibannya lebih ke suaminya, kita pun ga berharap kali, cuma kalau kita udah ga mampu jalan ga bisa bangun, ditempat tidur terus kan, pasti orang tu punya kewajiban lah anak-anak kita	Faktor sosial dan kultural

P0169 P0170 P0171	Misalnya kondisi kita udah ga mampu tadi bu kan, terus anak-anak pun tidak mau merawat, kayakmana menurut ibu?	
S0172 S0173 S0174 S0175	Aduh sedihlah, naudzubillah mindzalik lah, ibu pun minta jangan lah sampe sakit-sakit, jangan sampe tua kali, maksudnya umur kita masih bisa kita ibadah itu aja yang kita minta	Faktor sosial dan kultural
P0176 P0177	Bentuk bakti seorang anak kepada orang tua menurut ibu kayakmana?	
S0178 S0179 S0180	Ya, kayakmana tu ya, baktinya paling kita minta do'anya aja, itu Cuma yang kita minta kewajibannya kan	Faktor sosial dan kultural
P0181 P0182 P0183	Anak-anak ibu berarti rumahnya masih diseputaran kota takengon nil ah bu kan, ada ga jadwal rutin datang kesini bu?	
S0184	Jadwal tertentu ga, tapi sering datang sering	Faktor soail dan kultural
P0185	Hampir setiap hari atau gimana bu?	
S0186 S0187 S0188	Hampir setiap hari hahaha, karena gini dekat-dekat, tapi yang jauh tu seminggu sekali gitu, ada juga yang dilaur kota kan	Peeasaan kehilangan Faktor sosial dan kultural
P0189 P0190	Kalau diawal-awal menikah tu sering datang kerumah ga bu?	
S0191 S0192 S0193	Ohh sering juga datang anak-anak, kayaknya enggak bisa lepas dari kita, cuma rumahnya kadang yang pindah gitulah	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0194 P0195	Kayakmana komunikasi dengan anak setelah menikah bu?	
S0196 S0197 S0198	Sama aja, malah dia pun bisa curhat sama ibu, ibupun curhat sama dia, ga ada yang ditutup-tutupi kalau kami	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0199 P0200	Berarti pas awal anak ibu menikah tu ada ga sedih ibu yang berlarut-larut?	
S0201 S0201	Sebenarnya kalau sedih yang berlarut-larut tu pas anak ibu merantau kalau yang menikah ga terlalu	Merasa kesedihan
P0202	Kayakmana sedih berlarutnya bu?	

S0203 S0204 S0205	Maksudnya selalu teringat, terus pertama-pertama tu pas anak ibu pergi kuliah kan, kayak kosong jiwa ni tapi ya lama-lama ga juga, pertama-pertama tu aja	Merasa kesedihan
P0206	Sering teringatnya karena apa tu bu?	
S0207 S0208	Teringat pas waktu makan waktu apa kan, dia Sukanya apa, asal kita masak itu terus teringat	Merasa kesedihan
P0209 P0210	Kondisi ibu yang selalu teringat pas makan tu kira-kira selama berapa lama bu?	
S0211 S0212 S0213	Enggallah berapa lama, apalagi sekarang kan komunikasi lancar video call bisa, nelfon bisa, mungkin 1-2 bulan lah ada gitu-gitu	Merasa kesedihan
P0214 P0215	Terus apa perbedaan aktivitas ibu sebelum dan sesudah anak ibu menikah?	
S0216 S0217 S0218 S0219	Paling itulah kayak anak perempuan tadi itulah kita lagi yang masak, kalau pas dia belum menikah dialah yang urus semua masak, bersih rumah, pas anak kita pergi ya kita lagi	Perasaan kehilangan
P0220 P0221	Pas misal lagi masak tu ada ga perasaan kayak “nuu aku sendiri cuman lagi masak”?	
S0222	Enggak	
P0223 P0224	Kalau rutinitas jadwal masak 3 kali sehari tu masih gitu gak bu setelah anak menikah?	
S0225	Tetap kalau itu, karena bapak orangnya mesti masak	
P0226 P0227	Oke bu, itu tadilah Cuma yang mau saufa tanya-tanya bu	
S0228 S0229 S0230 S0231 S0232	Iya iya, itulah soalnya kan memang udah ga ada yang merantau lagi, anak-anak ibu yang menikah pun masih bisa dijangkau disini, bisa kita pergi kerumahnya atau orang tu pun disini, makanya rasa kehilangannya tu ga terlalu kerasa kali	Perasaan kehilangan
P0233 P0234	Itulah bu ya, terimakasih banyak ya bu, udah mau bantu saufa untuk di wawancara	
S0235	Iya sama-sama, semangat ya biar cepat terus selesai	

Lampiran 9: Hasil Wawancara (Verbatim) Alloanamesa Subjek II

VERBATIM ALLOANAMESA SUBJEK 2

Alloanamesa dari : HS (Subjek 2)

Inisial : M

Hubungan dengan subjek : Suami

Umur : 67 tahun

Lokasi Tempat : Rumah subjek

Kode	Hasil Wawancara	Reduksi Data
P0001	Assalamu'alaikum pak	
S0002	Wa'alaikumsalam	
P0003 P0004 P0005 P0006 P0007	Tadi saufa udah mewawancarai ibu mengenai penelitian saufa, jadi sekarang saufa mau minta izin untuk wawancara bapak selaku suami dan orang terdekat dengan ibu, wawancara nya seputar keadaan ibu saja pak, apakah boleh pak?	
S0008	Boleh	
P0009 P0010	Ini saufa izin rekam ya pak, dan rekamannya gak akan disebarluaskan	
S0011	Iya, asal jangan viral nanti kan hahaha	
P0012	Eenggak pak hahaha boleh dimulai sekarang pak?	
S0013	Boleh	
P0014 P0015	Untuk pertanyaan pertama pak, menurut bapak ibu adalah seorang ibu dan istri yang seperti apa?	
S0016 S0017 S0018 S0019	Seperti biasa, kalau dulu ibu ni muda sekarang udah tua hahaha, ada keras kepalanya dikit kan biasa kan. Kadang-kadang kayak gini kadang kayak gitu lagi itukan biasa hahaha	
P0020	Kalau dari sikap dan sifat ibu ni kayakmana pak?	
S0021 S0022 S0023 S0024 S0025 S0026	Itulah kayak gitu kehidupan manusia nanti kalau udah kamu coba, ga usah heran siapapun manusianya dalam kehidupan ni ada aja yang ini itunya ga ada mulus-mulusnya ga ada kalau ga ada beras mana ada bahagia, kalau sikap ibu ni kan ibu yang baik ada keras kepalanya dikit hahaha	Hubungan dengan pasangan
P0027 P0028	Pada saat menikah anak pertama, gimana perasaan bapak?	

S0029 S0030	Kan ga menentu, masih ada terfikir kayak mana nanti makannya dia	Perasaan kehilangan
P0031 P0032	Terus berapa lama sudah tahun pernikahan ibu dan bapak?	
S0033 S0034	Nuu tahun 1979 nikah sama ibu, lahir anak pertama 1980	
P0035 P0036 P0037	Berarti udah 45 tahun lah pak ya, selama 45 tahun in ikan ada sedih senangnya gimana cara bapak dalam menghadapinya konflik gitu pak?	
S0039 S0040 S0041	Pertama kan kalau kita gak kontrol emosi kan perang, karena bapak orangnya cepat naik emosi, cuman harus salah satu ada yang redam maka aman	Hubungan dengan pasangan
P0048	Ibu dan anak-anak sedekat apa pak?	
S0049 S0050 S0051 S0052 S0053 S0054 S0055	Ohh kalau ibu ni sama anak-anak luar biasa dekat akrab kali, rasanya apa-apa ke mamaknya semuanya “mamak, mamak” apapun cerita biarpun cerewet tetap sama mamaknya. Karena kan siapa yang harus di sayang “ibumu, ibumu, ibumu” eh keempat baru bapak, begitulah kedekatan ibu sama anak, begitu juga ibu ini dengan anak-anak	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0056 P0057	Terus yang bapak lihat gimana sikap ini sebelum dan sesudah anak menikah?	
S0058	Biasa-biasa saja hahaha	
P0059 P0060	Atau ada ke bapak lihat pas anak yang menikah gak dirumah ni lagi, ibu ni sedih gitu pak?	
S0061 S0062 S0063 S0064 S0065 S0066 S0067	Kalau itu ada sesekali, karena kan keakraban tu ada anak-anak mau nelfon mau lihat orang tuanya. Makanya kalau sedih pun tidak sampai parah, cuman beda kalau anak laki sama naak perempuan , kalau anak laki tanyanya Cuma “sehat ke mak?” ga ada dipijit nya, ha kalau anak perempuan tu mau dipijitnya terus cerita ke kita sama dia, mau dia	Ikatan dengan anak yang terlalu erat
P0068 P0069	Berarti kalau anak perempuan tu lebih perhatian dia pak ya?	
S0070 S0071	Iya, Cuma kalau darurat kan harus yang laki tu angkat-angkat kita apa ke	
P0072 P0073	Iya pak ya, itulah Cuma mau saufa tanya pak, makasih banyak udah meluangkan waktunya pak ya	
S0074	Iya sama-sama	

Lampiran 10: *Informed Consent*

FORMULIR PERSETUJUAN RESPONDEN PENELITIAN (*Informed Consent*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : HALIMATUS SA'DIAH
 Umur : 60 TAHUN
 Jenis Kelamin : PEREMPUAN
 Alamat : DESA LOT KAWA KEC. KEBAYAKAN KAB. ACEH TENGAH

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul
 "Gambaran *Empty Nest Syndrome* pada Orang Tua Usia Madya yang Anaknya Menikah"
 secara suka rela setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan manfaat dari penelitian

Penelitian ini dilaksanakan oleh:

Nama : Saufa Yu'tika
 NPM : 2009110029
 Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Psikologi UNMUHA

Peneliti



Saufa Yu'tika

Takengon, 12 Mei 2024
 Responden



(HALIMATUS SA'DIAH)

FORMULIR PERSETUJUAN RESPONDEN PENELITIAN
(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : SAK'DIAH

Umur : 58 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Desa Lot Kala, Kec. Kebayakan, Kab. Aceh Tengah

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul "Gambaran *Empty Nest Syndrome* pada Orang Tua Usia Madya yang Anaknya Menikah" secara suka rela setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan manfaat dari penelitian

Penelitian ini dilaksanakan oleh:

Nama : Saufa Yu'tika

NPM : 2009110029

Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Psikologi UNMUHA

Peneliti




Saufa Yu'tika

Takengon, 06 Mei 2024
Responden



METERAI TEMPEL
10000
CSALX245309535
SAK'DIAH

Lampiran 11: SK Pembimbing




SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
NOMOR: 006/UM.M6/KEP/F/2024

TENTANG
PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2023-2024
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

Menimbang	: 1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, maka dipandang perlu menunjuk pembimbing Skripsi Mahasiswa Tahun Akademik 2023-2024; 2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing Skripsi Mahasiswa.
Mengingat	: 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi; 2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 Tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia; 3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi; 4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021 Menyatakan Bahwa Program Studi Sarjana Psikologi Unmuha Terakreditasi Dengan Peringkat B; 5. Surat Keputusan Rektor Unmuha Nomor : 494/UM M/KEP/D/2020 Tanggal 29 Rabiul Akhir 1442 H/ 14 Desember 2020 M Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Psikologi Unmuha Masa Jabatan 2020-2024.
Memperhatikan	Keputusan tim penguji proposal skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada bulan Januari 2024
MEMUTUSKAN	
Menetapkan Pertama	: Menunjuk Saudara; Devi Yanti, M.Psi., Psikolog Syarifah Zainab, M.Si Untuk Membimbing Skripsi: Nama : Saufa Yu'tika NPM : 2009110029 Prodi : Psikologi Judul : Gambaran <i>Empty Nest syndrome</i> pada Orang Tua Usia Madya di Desa Lot Kala Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah
Kedua	: Kepada pembimbing yang tercantum di atas berwenang untuk membimbing Skripsi Mahasiswa dan diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
Ketiga	: Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.
Keempat	: Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh,
 Pada Tanggal : 17 Sya'ban 1445 H
 27 Februari 2024 M



Syarifah Zainab, M.Si
 NPM: 19700103 200609 1 001

Tembusan:
 1. Biro Keuangan & Bendahara
 2. Mahasiswa yang bersangkutan
 3. Arsip

Lampiran 12: Biodata**Biodata****A. Penulis**

Nama : Saufa Yu'tika
Tempat dan Tanggal Lahir : Takengon, 02 Januari 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Gayo
Alamat : Kota Takengon, Kabupaten Aceh Tengah
Pekerjaan : Mahasiswa
E-Mail : yutikasaufa@gmail.com

B. Nama Orang Tua/Wali

Ayah : Irfan
Pekerjaan : Pensiunan PNS
Ibu : Irhamnah, S.Pd AUD
Pekerjaan : Guru
Alamat : Kota Takengon, Kabupaten Aceh Tengah

C. Riwayat Pendidikan

SD/Sederajat : SD Negeri 8 Kebayakan
SMP/Sederajat : SMP Negeri 4 Takengon
SMA/Sederajat : SMA Negeri 4 Takengon

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Banda Aceh, 05 Juli 2024



Saufa Yu'tika
2009110029