

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia lanjut adalah tahap akhir dari siklus hidup manusia, merupakan bagian dari proses alamiah kehidupan yang tidak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu. Pada tahap ini individu mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun mental, khususnya kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya. Perubahan penampilan fisik sebagai bagian dari proses penuaan yang normal, seperti berkurangnya ketajaman panca indera, menurunnya daya tahan tubuh merupakan ancaman bagi integritas orang lanjut usia (Huipling, Lai, 2002:68).

Usia lanjut diawali dengan masa dewasa madya. Masa dewasa madya penuh dengan perubahan. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa ini meliputi perubahan fisik, perubahan kognitif, perubahan dari segi psikososial, perubahan hubungan dengan orang lain, serta perubahan hubungan dengan anak. Menurut Helson, Reid, dan Willis, masa dewasa madya hanya merupakan salah satu transisi dalam kehidupan manusia, transisi yang melibatkan introspeksi, penilaian kembali, dan perbaikan nilai-nilai (dalam Papalia, 2004:95). Papalia menyebut proses ini sebagai *midlife review*.

Masa dewasa madya seringkali diisi dengan tanggung jawab yang berat, banyak persyaratan dan tanggung jawab, serta peraturan-peraturan yang seharusnya orang dewasa berkompeten untuk mengatasinya, seperti urusan rumah

tangga, organisasi, melepas kepergian anak untuk bersekolah, menikah, dan lain sebagainya, dan berharap dapat merawat orang tua atau memulai karir yang baru (Gallagher, 1993; Lachman, 2001; Lachman Lewkowicz, Marcus, & Peng, 1994; Merrill&Verbrugge, 1999). Penelitian yang dilakukan oleh Levinsons (dalam Santrock 2002:53) mengatakan bahwa masa transisi pada usia dewasa madya dapat berlangsung hiruk pikuk dan secara psikologis menyakitkan.

Dalam setiap tahap perkembangan, seseorang akan dihadapkan dengan tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan. Pikunas (1976:43) menyimpulkan apa yang ditulis oleh Duvall dalam bukunya *Family Development*, bahwa tugas perkembangan para dewasa madya dalam perkembangannya sebagai ayah dan ibu yaitu membantu anak-anaknya yang sedang bertumbuh menjadi orang dewasa yang matang secara sosial. Setiap orang tua bertanggungjawab untuk mengasuh anak-anaknya. Masa pengasuhan tersebut dikenal dengan *parenthood*.

Menurut Galinsky (1987:48), terdapat 6 tahap masa pengasuhan orang tua terhadap anak. Tahap-tahap tersebut yaitu *the image making stage*, *the nurturing stage*, *the authority stage*, *the intepretive stage*, *the interdependent stage*, dan yang terakhir adalah *the departure stage*. Pada tahap pertama yaitu *the image making stage* hingga tahap yang ke lima yaitu *the interdependent stage*, adalah tahap pengasuhan anak yang dilakukan dalam jarak dekat, dimana anak masih tinggal dengan orang tuanya. Tahap pengasuhan orang tua terhadap anak yang terakhir adalah *the departure stage*. *The departure stage* adalah tahap dimana anak sudah beranjak dewasa dan mulai meninggalkan rumah orang tuanya (dalam

Tasha, 2004:23). Tahap dimana anak sudah mulai meninggalkan rumah orang tuanya yaitu *the departure stage* disebut juga dengan masa *empty nest*.

Empty nest syndrome adalah istilah yang diberikan terhadap kondisi psikologis tertentu yang bisa mempengaruhi seorang perempuan ketika anak-anaknya mulai meninggalkan rumah (Santrock, 2002:62). Sindrom ini merujuk pada perasaan depresi, sedih atau kesedihan yang dialami oleh orang tua ketika anak-anak yang diasuhnya sudah beranjak dewasa dan akan meninggalkan rumah. Selanjutnya Santrock (2002:72) menjelaskan bahwa, sindrom sarang kosong (*empty nest syndrome*) menyatakan bahwa kepuasan pernikahan akan mengalami penurunan karena orang tua memperoleh banyak kepuasan dari anak-anaknya, dan oleh karena itu, kepergian anak dari keluarga akan meninggalkan orang tua dengan perasaan kosong.

Menurut Papalia, Old, Feldman (2009:55) *empty nest syndrome* adalah suatu keadaan yang terjadi pada saat anak-anak meninggalkan rumah untuk menjalani kehidupan masing-masing. Anggapan tugas sebagai orang tua berakhir sesaat setelah anak-anak meninggalkan rumah sering membuat orang tua menjadi stress terutama bagi para ibu yang merasa kehilangan arti atau makna hidup bagi dirinya. Seperti dijelaskan oleh Feldman (2009:34) bahwa *empty nest syndrome* atau sindrom sarang kosong adalah rasa kosong yang biasa terjadi ketika anak-anak sudah mulai keluar rumah dan seorang ibu merasa tidak terlalu dibutuhkan lagi oleh keluarganya.

Fase *empty nest* pada usia dewasa madya tidak selamanya menyebabkan seseorang mengalami sindrom, tetapi fase *empty nest* bisa dianggap sebagai suatu

keberhasilan dalam menjalankan tugas-tugas sebagai orang tua. Hal ini didukung oleh Duberman (2004:91) menyatakan bahwa untuk beberapa orang, *empty nest* dapat diterima karena pasangan mendapatkan kembali kebebasan mereka. Bagi yang lainnya, bagaimanapun masa ini tidak terlalu membahagiakan. Bagi yang hidup berpusat pada keluarga, kepergian anak-anak bisa jadi merupakan hasil dari tugas mereka dalam mengurus anak-anak telah selesai. Tidak heran jika bagi orang tua yang tidak memiliki kesibukan di usia madyanya, maka *empty nest syndrome* ini menjadi suatu gangguan yang mengakibatkan mereka mengalami kekosongan.

Dalam hal tersebut Roding dan Santrock (1991:54) menjelaskan bahwa kondisi semacam itu akan datang dalam kehidupan pasangan ketika anak-anak mereka menjadi mandiri dan mulai bisa mencari kebutuhannya sendiri dan mereka telah lepas dari orang tua. Ketika anak yang mulai dewasa mulai meninggalkan rumah, beberapa orang tua mengalami perasaan kehilangan yang mendalam atau beberapa orang tua tersebut akan mengalami *empty nest syndrome*. *Empty nest syndrome* pada usia madya adalah sindrom yang terjadi pada usia dewasa madya karena anak-anak telah dewasa dan mandiri meninggalkan rumah untuk bekerja, menikah, merantau atau kuliah.

Dalam teori *family life cycle* dijelaskan juga bahwa, para dewasa madya akan memasuki tahap melepas kepergian dan kepindahan anak serta akan memasuki tahap menghadapi usia lanjut. Dimana pada tahap tersebut mereka akan beradaptasi dengan keadaan dimana mereka hanya akan tinggal berdua dengan pasangannya dan juga mereka akan mengalami perubahan peran. Perubahan peran

yaitu bukan hanya menjadi orang tua tetapi menjadi seorang kakek dan nenek karena adanya kehadiran cucu dalam keluarga. Dalam tahap ini, para dewasa madya juga dihadapkan dengan tugas-tugas seperti beradaptasi dengan penurunan fungsi tubuh, mendukung generasi selanjutnya, dan persiapan untuk menghadapi kematian.

Ketika Ibu menghadapi situasi yang berbeda dalam setiap tahap kehidupannya, maka ia harus kembali menemukan makna hidupnya. Menurut Frankl yang dikutip oleh Schultz (1991:96), setiap situasi mempunyai arti, maka tugas kita adalah bagaimana menemukan arti tersebut. Jadi jika kita berhadapan dengan situasi yang berbeda, maka kita harus menemukan suatu arti yang berbeda untuk diberikan bagi kehidupan. Realitas yang semula mungkin menyakitkan dan tidak menyenangkan, diupayakan untuk menjadi dunia yang menyehatkan dan menyenangkan (Abidin, 2002:27). Jadi dalam setiap tahap dimana Ibu akan menghadapi kepergian anak-anaknya dari rumah, ia juga harus menemukan makna dari setiap tahap tersebut. Ibu rumah tangga yang dapat melewati setiap tahap kehidupannya dengan baik, maka ia juga dapat menemukan makna hidup yang baik. Ibu rumah tangga yang dapat menyikapi dan menerima dengan baik kepergian anak-anaknya, mereka dapat menemukan kemungkinan-kemungkinan baru yang dapat terjadi dan berdampak positif.

Dalam khazanah Psikologi sebuah gangguan yang disebut dengan *empty nest syndrome*, yang kian sering dijumpai dalam masyarakat kota yang modern. Fenomena ini dulu tidak dijumpai, atau kalau pun ada jumlahnya sedikit, karena kebanyakan orang pada satu marga atau keluarga besar tinggal berdekatan,

sehingga tidak sampai menimbulkan *empty nest* (sarang kosong). Sekarang, seiring dengan banyaknya urbanisasi, migrasi ke daerah lain, bahkan ke negara lain, karena bekerja maupun studi, dan jumlah anggota keluarga juga lebih kecil, menyebabkan ikatan kekeluargaan hanya terjadi pada unit-unit kecil. Selain alasan praktis tersebut, program KB pemerintah juga turut mendorong turunnya tingkat kelahiran anak.

Empty nest syndrome biasanya terjadi ketika anak mulai meninggalkan rumah, yang sifatnya permanen, dapat pekerjaan di kota lain, ikut suami mereka, dan sebagainya. Itulah sebabnya, keluarga modern lebih cenderung mengalaminya, karena jumlah anak yang sedikit. Sindrom ini lebih cenderung terjadi pada kaum perempuan, karena biasanya tidak bekerja di luar rumah. Penelitian menunjukkan bahwa, peluang terjadinya sindrom ini pada perempuan bekerja lebih kecil. Gejala yang umum pada gangguan ini adalah perasaan tertekan, kesedihan, sering menangis, sehingga sering menghabiskan waktu di kamar yang dulu ditempati anak.

Selain diri sendiri, keluarga adalah komponen terpenting yang menentukan bagaimana orang bisa menghadapi masa tuanya secara bermakna. Orang usia lanjut yang masih memiliki pasangan, suami atau istri, juga berpeluang lebih baik dalam melalui krisis di usia tua yang terjadi. Anak-anak dan cucu-cucu yang berada di sekeliling kakek-nenek, tumbuh dan jadi orang yang baik juga membuat usia lanjut tersebut mensyukuri kehidupan.

Menurut seorang ahli perkembangan, Erik H. Erikson, orang lanjut usia yang merasa bermakna, merasa telah memberikan kontribusi pada kehidupan yang

dilalui, akan menumbuhkan integritas, harga diri, dan kebijaksanaan dalam dirinya, menerima luasnya dunia dan lapang menatap kematian yang bisa datang setiap saat. Di sisi lain, ada orang tua yang merasa belum banyak melakukan hal penting di masa lalu, sehingga merasa telah menyia-nyiakan umur. Ada perasaan putus asa, tidak berguna, dan kecenderungan lainnya adalah minta lebih banyak perhatian dari orang-orang yang ada di sekelilingnya.

Dari pemahaman ini kita lantas bisa memahami bahwa, setelah semua anak-anaknya beranjak dewasa dan pergi dari rumah, ada sebagian orang lanjut usia yang seolah tidak banyak terpengaruh, tetap produktif, dan tetap menyenangkan. Akan tetapi, ada pula orang usia lanjut yang kemudian berubah seperti anak-anak, minta perhatian berlebih pada orang lain (khususnya anak-anak mereka). Dalam kondisi sakit pun, orang lanjut usia dengan integritas tinggi akan berusaha sekuat mungkin tidak menjadi beban bagi orang lain. Beda dengan orang lanjut usia yang mulai putus asa menghadapi usia tua, yang cenderung mudah patah dan lebih suka diperhatikan dan dibantu.

Masa disaat orang tua memasuki tahap melepaskan kepergian anaknya (*empty nest*) adalah juga masa dimana dalam usianya sebagai dewasa madya untuk berada pada tahap *generativity vs stagnation* menuju tahap *ego integrity vs despair*. Menurut teori perkembangan Erikson, generativitas adalah peduli dengan kesejahteraan generasi penerus dan lingkungan yang mereka alami, misalnya dengan memberikan bimbingan dan pengasuhan kepada anak-anaknya.

Dalam masa-masa Ibu memberikan pengasuhan kepada anak-anaknya, Ibu memberikan nasihat-nasihat serta hal-hal lain yang dapat melengkapi

perkembangan hingga anak-anaknya akan masuk pada tahap meninggalkan rumah, seperti pernikahan, sekolah, dan lain sebagainya. Ibu yang seperti ini adalah Ibu yang terlalu mengidentifikasikan dirinya dengan perannya sebagai Ibu. Notman (1991:18) mengatakan bahwa Ibu yang terlalu mengidentifikasikan diri dengan perannya sebagai Ibu adalah Ibu yang mengidentifikasikan dirinya dengan perkembangan keluarga dan anak-anaknya (dikutip dalam Damayanti, 2000:21).

Permasalahan psikologis muncul bila orang lanjut usia merasa tersisih, tidak dibutuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru seperti penyakit yang tidak kunjung sembuh, kematian pasangan, merupakan sebagian kecil dari keseluruhan perasaan yang tidak enak yang harus dihadapi orang lanjut usia. *Depresi, post powers syndrome, the empty nest* adalah permasalahan yang makin memberatkan kehidupan lanjut usia. Perubahan-perubahan yang terjadi hendaknya dapat diantisipasi dan diketahui sejak dini sebagai bagian dari persiapan masa tua dan hidup di masa tua (Kearney, 2002:66).

Papalia dan Olds (2004:97) mengatakan bahwa *empty nest* dapat menjadi masa transisi yang sulit bagi orang tua ketika menghadapi kepergian anaknya, dan hal ini dirasakan sulit terutama bagi beberapa ibu. Beberapa ibu akan merasa bahwa hidupnya berbeda tanpa anak-anaknya di dalam rumah. Hal ini diakibatkan karena sebelum anak-anaknya meninggalkan rumah, Ibu memiliki kegiatan sehari-hari yang rutin untuk dilakukan dalam hal merawat dan mengasuh anak-anaknya. Menurut Bassoff yang dikutip oleh Santrock (2001:85), ibu akan menghadapi penyesuaian baru karena ketidakseimbangan akibat ketiadaan anak. Rasa

kehilangan anak yang dirasakan oleh Ibu tergantung bagaimana Ibu mengatasi rasa tersebut dengan efektif.

Peralihan ke masa transisi dimana Ibu akan mengalami masa *empty nest* dapat menimbulkan berbagai kemungkinan. Dalam teori psikologi eksistensial, manusia memiliki kebebasan. Manusia dapat merencanakan dan merealisasikan sendiri segala kemungkinan-kemungkinan untuk dapat dipakai, diambil, dan sebagainya. Dalam hal ini kemungkinan-kemungkinan tersebut dapat terjadi tergantung bagaimana Ibu menanggapi kepergian anaknya tersebut. Kemungkinan tersebut dapat berubah menjadi sesuatu yang buruk ataupun berubah menjadi sesuatu yang lebih baik. Kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi seperti meningkatnya kepuasan pernikahan dengan pasangannya, mereka dapat memiliki waktu yang lebih banyak untuk melakukan hobinya, kesibukan mereka yang lain di luar rumah, dan menghabiskan waktu bersama dengan saudara-saudaranya yang lain (Lippert, 1997:53).

Jika Ibu tidak dapat menanggapi kepergian anak-anaknya dengan baik, maka Ibu dapat mengalami *empty nest syndrome*. *Empty nest syndrome* menyatakan bahwa kepuasan kehidupan berkeluarga akan mengalami penurunan karena sebelumnya Ibu memperoleh banyak kepuasan dari anak-anaknya, dan oleh karena itu, kepergian anak dari keluarga akan meninggalkan Ibu dengan perasaan kosong. Dalam *empty nest syndrome* bukan hanya kehadiran fisik anak-anak di dekat Ibu yang berkurang, tetapi juga perasaan dibutuhkan oleh anak-anak pun menjadi berkurang. Hal ini dapat menyebabkan timbulnya krisis eksistensial.

Beberapa hal yang akan dirasakan ketika ibu mengalami *empty nest syndrome* yaitu mereka dapat merasa kesepian, khawatir, ketakutan, depresi, dan rasa bersalah (Lippert, 1997:66). Hal-hal lain yang dapat dirasakan oleh ibu yaitu merasa marah, kehilangan harapan, emosional, merasa ajalnya akan datang, rendah diri, sulit untuk berkonsentrasi, menghindari dari situasi sosial, dan mengalami kelainan makan (menghindari makan secara berlebihan). Ibu yang mengalami *empty nest syndrome* dapat dikatakan bahwa ia tidak dapat menanggapi dunianya yang baru tersebut. Bagi mereka, kehidupan ini pada umumnya dirasakan sangat membingungkan dan mereka pun mempersepsikannya secara negatif.

Ibu mulai mengalami kecemasan. Kecemasan disini bukan ketakutan yang pada umumnya. Tetapi kecemasan itu mengenai diri sendiri. Latar belakang kecemasan ini adalah pengalaman yang menjadikan Ibu tiba-tiba merasa sendirian, dikepung oleh kekosongan hidup, dimana Ibu merasa bahwa seluruh hidupnya tiada artinya. Hilangnya perasaan berdaya dan identitas diri sebagai Ibu memicu ketidakberdayaan dan ketidakbermaknaan diri yang mendasari rasa hampa pada diri mereka (Clements, 2001:51). Dengan ketidakmampuannya menanggapi dunianya, maka keberadaan dan makna hidupnya juga terancam. Hidupnya menjadi tidak lagi bermakna. Dan di saat itulah kita menyatakan bahwa ia mengalami *empty nest syndrome*.

Kedekatan hubungan Ibu dan anak memungkinkannya timbul gejala *empty nest syndrome* pada diri Ibu ketika anak-anak meninggalkan rumah. Hal ini dikarenakan Ibu merasa rumah menjadi sepi ditinggalkan oleh anak-anaknya dan

Ibu menjadi mudah dirambah oleh perasaan kesepian (Rosen et al, 2000:49). Selain itu, Ibu yang mudah mengalami *empty nest syndrome* adalah Ibu yang memiliki hubungan yang sangat dekat dengan anak-anaknya, sebelum anaknya tersebut menikah (Cottrel, 2005:77).

Masa dimana ketika anak tidak tinggal dengan Ibunya (masa *empty nest*) menghasilkan suatu keadaan yang berbeda dalam hidup seorang Ibu, dimana tugas dan kegiatan sehari-harinya adalah mengasuh anak-anaknya. Peralihan tahap perkembangan Ibu yang berbeda dapat mempengaruhi makna hidupnya. Hal ini dikarenakan pilihan yang diambil seseorang dalam menanggapi dunianya akan menentukan keberadaan dan makna hidupnya. Banyak orang tua beranggapan, tugas mereka sebagai orang tua berakhir sesaat setelah anak-anak pergi meninggalkan rumah, untuk menjalani kehidupan mereka masing-masing. Anggapan ini membuat banyak orang tua yang menjadi stres ketika masa itu hampir tiba. Akibatnya, masa tua menjadi masa yang tampaknya tidak menyenangkan, terutama bagi para ibu, yang merasa kehilangan arti atau makna hidup setelah selama bertahun-tahun, dirinya memiliki peran sentral dalam kehidupan anak-anak.

Terkait dengan kepribadian, Allport menjelaskan bahwa kepribadian merupakan organisasi dinamis dalam individu sebagai sistem psikofisis yang menentukan caranya yang khas dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan (Suryabrata, 2005:205). Jung (Suryabrata, 2005:170) berpendapat bahwa struktur atau dinamika kepribadian itu tidak statis, melainkan dinamis, dalam gerak yang terus menerus. Jaali (2007:113) mengatakan bahwa kepribadian tidak terjadi

secara spontan melainkan merupakan hasil dari pengamatan, pengalaman dan pengaruh lingkungan sosial-budaya. Salah satu pendekatan dalam mempelajari kepribadian adalah melalui pendekatan *trait*. *Trait* atau sifat kepribadian menurut Costa dan McCrae (dalam Costa & Widiger, 2002:5) yaitu suatu karakteristik yang menandai perbedaan individual, seperti pemikiran, perasaan dan perilaku dalam berbagai situasi. Banyak peneliti berpendapat bahwa perbedaan individual bisa disusun dalam lima dimensi yang luas dan bipolar. Ini dikenal dengan dimensi *trait* “*Big Five*”, “*Five Factor Model*”, atau “*The Big Five Personality*” (Pervin, 2005:106).

The Big Five Personality yang dipelopori oleh Allport dan Cattell ini merupakan suatu pendekatan yang digunakan dalam psikologi untuk melihat kepribadian manusia melalui *traits* yang tersusun dalam lima buah domain kepribadian yang telah dibentuk dengan menggunakan analisis faktor. Adapun kelima *traits* itu adalah *Neuroticism* (N), *Extraversion* (E), *Openness* (O), *Agreeableness* (A), dan *Conscientiousness* (C) (Pervin, 2005). Persepsi seseorang tentang bagaimana kepribadian dirinya akan menyesuaikan diri dengan masa *empty nest*, akan mempengaruhi munculnya *empty nest syndrome*, termasuk persepsinya tentang kepribadiannya sendiri. Perbedaan tingkat *empty nest syndrome* antara individu satu dengan individu yang lainnya dapat disebabkan oleh banyak hal, salah satunya adalah kepribadian individu yang bersangkutan.

Thai (2003) mengatakan kepribadian individu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan terjadinya *empty nest syndrome*. *Trait-trait* yang menyusun kepribadian individu merupakan aspek psikologis yang terkait dengan kecenderungan *empty nest syndrome* (Rook, 2005:64). *Trait-trait* tersebut

merupakan prediktor yang signifikan terhadap *empty nest syndrome* (Rook,2005). Verplanken dan Herabadi (2001:44) menemukan hubungan antara *trait-trait* yang dimiliki individu terhadap kecenderungan perilaku impulsif, misalnya orang-orang yang bertipe *neuroticism* dengan skor tinggi memiliki hubungan positif dengan *empty nest syndrome*, artinya orang-orang pada tipe ini akan lebih menunjukkan kecenderungan *empty nest syndrome* yang tinggi juga.

Dimensi pertama yaitu *Neuroticism* mencakup perasaan-perasaan negatif, seperti *moody*, mudah marah, gugup, mudah khawatir dan tegang. Dimensi ini memiliki hubungan positif dengan *empty nest syndrome*. Sifat-sifat yang terdapat pada dimensi ini antara lain: kecenderungan individu akan *distress* psikologi, ide-ide yang tidak realistis, kebutuhan/keinginan yang berlebihan, dan respon *coping* yang tidak sesuai (Pervin, 2005:57). Folkman, (2006:93) mengatakan respon *coping* berkaitan dengan kognitif dan emosional individu. Orang-orang *Neuroticism* memiliki respon *coping* yang tidak sesuai. Hal ini berhubungan dengan kecenderungan *empty nest syndrome*. *Empty nest syndrome* ditandai dengan adanya konflik yang terjadi antara pertimbangan kognitif dan emosional (Verplanken dan Herabadi, 2001:32). Konflik ini dimenangkan oleh emosional, individu pada dimensi *neuroticism* cenderung mudah stress sehingga mempunyai kemungkinan lebih besar dalam mengalami *empty nest syndrome*.

Dimensi yang kedua yaitu *Extraversion* dengan skor tinggi meliputi perilaku mudah bergaul, aktif, suka berbicara, optimis, menyukai kesenangan, penyayang dan bersahabat atau berorientasi pada orang. Dimensi ini berkaitan dengan kebutuhan individu untuk mendapatkan stimulasi (Costa dan McRae;

dalam Pervin, 2005:36). Individu yang bertipe ini, sangat tertarik akan adanya stimulasi-stimulasi yang baru. Individu yang memiliki skor *trait extraversion* rendah, maka orang tersebut cenderung pendiam, mandiri, kurang dapat bergaul dan suka menyendiri. Dengan demikian, dimensi *extraversion* dengan skor rendah memiliki hubungan positif dengan *empty nest syndrome* (Verplanken dan Herabadi, 2001:16).

Dimensi yang ketiga yaitu *openness to new experience* yang mencakup perilaku rasa ingin tahu tinggi, ketertarikan luas, kreatif, imajinatif dan terdorong untuk mengungkapkan ide-ide baru dan nilai yang tidak biasa (Pervin, 2005:29). Orang-orang dengan dimensi ini memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Ketika individu memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, berarti memiliki kontrol kognitif yang tinggi. Hal ini berhubungan negatif dengan kecenderungan *empty nest syndrome*. Menurut Verplanken dan Herabadi (2001:15) individu yang memiliki kecenderungan *empty nest syndrome* lebih mengikuti dorongan emosional daripada kognitif. Orang-orang dengan dimensi *openness* dengan skor tinggi memiliki kecenderungan *empty nest syndrome* yang rendah.

Dimensi yang keempat yaitu *agreeableness* meliputi perilaku seperti: berhati lembut, baik, suka menolong, dapat dipercaya, mudah memaafkan, dan suka menolong orang lain. Ciri-ciri di atas tidak berhubungan dengan ciri-ciri kecenderungan *empty nest syndrome* (Verplanken dan Herabadi, 2001:22). Sebaliknya individu yang memiliki skor rendah pada sifat ini cenderung bersikap sinis, kasar, bersifat curiga dan tidak suka untuk bekerja sama, memiliki kecenderungan *empty nest syndrome* yang tinggi.

Dimensi yang terakhir yaitu *conscientiousness* meliputi keteraturan seseorang/berorientasi pada tujuan, mengorganisasi, mengontrol dan motivasi dalam mencapai tujuan. Orang-orang dengan dimensi ini memiliki tujuan dan perencanaan yang matang akan sesuatu. Hal ini berhubungan negatif dengan kecenderungan *empty nest syndrome*. Rook (2007:103), mengatakan individu yang memiliki kecenderungan *empty nest syndrome* yang tinggi menjalani hidupnya dengan tidak terencana. Individu dengan dimensi ini memiliki perencanaan disetiap tindakan yang akan dilakukan. Orang-orang dengan dimensi ini memiliki kecenderungan *empty nest syndrome* yang rendah (Verplanken dan Herabadi, 2001:50).

Untuk lebih jelasnya, kelima dimensi di atas akan dipaparkan pada Tabel 1 yang didapat dari hasil penelitian Costa dan McCrae (2002:76).

Tabel 1.1
Karakteristik Sifat-Sifat *Big Five Model* Dengan Skor Tinggi Dan Rendah

Karakteristik dengan skor tinggi	Sifat	Karakteristik dengan skor rendah
Kecenderungan untuk merasa cemas, takut, sedih, putus asa, serta kurang mampu mengatasi stres.	<i>Neurotism</i> (N) Mengukur penyesuaian Vs. ketidakstabilan emosi. Mengidentifikasi kecenderungan individu akan <i>distress</i> psikologi, ide-ide yang tidak realistis, kebutuhan/keinginan yang berlebihan, dan respon <i> coping</i> yang tidak sesuai.	Tenang, santai, tidak emosional, tabah, nyaman, puas terhadap diri sendiri, dapat mengatasi kejadian yang membuat stres tanpa menjadi sedih atau panik.
Mudah bergaul, aktif, suka bicara, berorientasi pada orang, optimis, menyenangkan, penyayang.	<i>Extraversion</i> (E) Mengukur kuantitas dan intensitas interaksi intrapersonal, level aktivitas, kebutuhan akan stimulasi, kapasitas kesenangan.	Pendiam, mandiri, kurang dapat bergaul, dan suka menyendiri.
Rasa ingin tahu tinggi, ketertarikan luas, kreatif,	<i>Openness</i> (O) Mengukur keinginan untuk	Mengikuti apa yang sudah ada, <i>down to</i>

imajinatif, terdorong untuk mengungkapkan ide-ide baru dan nilai yang tidak biasa.	mencari dan menghargai pengalaman baru, senang mengetahui sesuatu yang tidak <i>familiar</i> .	<i>earth</i> , tertarik hanya pada satu hal, tidak memiliki jiwa seni, kurang analitis.
Berhati lembut, suka menolong, mudah percaya, mudah memaafkan.	<i>Agreeableness (A)</i> Mengukur kualitas orientasi interpersonal seseorang, mulai dari perasaan kasihan sampai pada sikap permusuhan dalam hal pikiran, perasaan, dan tindakan.	Sinis, kasar, rasa curiga, tidak mau bekerjasama.
Teratur, dapat dipercaya, pekerja keras, disiplin, rapi dan ambisius.	<i>Conscientiousness (C)</i> Mengukur tingkat keteraturan seseorang, ketahanan dan motivasi dalam mencapai tujuan. Berlawanan dengan ketergantungan, dan kecenderungan untuk menjadi malas dan lemah.	Tidak memiliki tujuan, tidak dapat dipercaya, malas, lalai, ceroboh, suka bersenang-senang (<i>hedonistic</i>).

Helen M. DeVries, PhD, adalah seorang psikolog yang juga melakukan riset tentang *empty nest*. Secara umum, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa periode *empty nest* itu sendiri lebih dirasakan sebagai sebuah transisi yang positif, dari pada negatif. Namun, dalam penelitian itu terlihat adanya perbedaan antara wanita dengan pria, dalam merespon masa transisi tersebut. Dalam penelitian ini wanita dikatakan mempunyai kecenderungan lebih tinggi terhadap terjadinya *empty nest syndrom* karena peran mereka yang lebih banyak dalam membesarkan anak-anak.

Pada konteks keindonesiaan khususnya di Perumahan Sukaluyu Kota Bandung, berdasarkan survey awal diketahui bahwa *empty nest syndrome* yang dialami oleh ibu-ibu usia madya adalah rasa kesepian dan kecemasan. Pada masa dewasa madya ini wanita biasanya akan mengalami *empty nest syndrome* (masa sepi) yaitu masa ketika anak-anak tidak lama lagi tinggal bersama orang tua, hal

ini disebabkan karena anak yang diasuhnya telah menikah, sehingga ketergantungan anak terhadap ibunya berkurang atau lenyap dan dengan datangnya menantu dapat menjadikan bertambahnya tantangan yang dihadapinya sekaligus memberikan pengalaman baru dalam kehidupan.

Berdasarkan fakta yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan fokus mengkaji hubungan antara *big five personality traits* dengan *empty nest syndrome* pada ibu-ibu di Perumahan Sukaluyu Kota Bandung yang sudah ditinggal pergi anak-anaknya untuk mandiri. Dengan demikian penelitian ini diberi judul **“Hubungan antara *Big Five Personality Traits* dengan *Empty Nest Syndrome* pada Ibu-ibu di Perumahan Sukaluyu Kota Bandung”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, penelitian ini akan mengangkat permasalahan: “Apakah ada hubungan antara *big five personality traits* dengan *empty nest syndrome* pada Ibu-ibu di Perumahan Sukaluyu Kota Bandung yang sudah ditinggal pergi anak-anaknya untuk mandiri?”

C. Maksud dan Tujuan Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk memperoleh data empiris mengenai gambaran tentang *big five personality traits* dan *empty nest syndrome* pada Ibu-ibu di Perumahan Sukaluyu Kota Bandung yang sudah ditinggal pergi anak-anaknya untuk mandiri.

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara *big five pesonality traits* dengan *empty nest syndrome* pada Ibu-ibu di Perumahan Sukaluyu Kota Bandung yang sudah ditinggal pergi anak-anaknya untuk mandiri.

D. Kegunaan Prenelitian

Adapun kegunaan dari hasil penelitian ini secara teoritis adalah sebagai informasi tambahan bagi ilmu Psikologi tentang kaitannya *big five personality traits* dengan *empty nest syndrome*.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi penelitian selanjutnya, khususnya yang berhubungan dengan *big five personality traits* dan *empty nest s byndrome*.

