
Hubungan antara Kepuasan Pernikahan dengan *Empty Nest Syndrome* pada Wanita Dewasa Madya

Mutmainnah¹, Dian Novita Siswanti², Eka Sufartianingsih Jafar³

^{1,2,3}Universitas Negeri Makassar

E-mail: mutmainnahinna066@gmail.com¹, dian.novita@unm.ac.id², ekasjafar@unm.ac.id³

Article History:

Received: 07 September 2024

Revised: 07 Oktober 2024

Accepted: 12 Oktober 2024

Keywords:

Empty nest syndrome, Marital Satisfaction, Middle Adult Women.

Abstract: *Middle-aged women are in the empty nest syndrome phase, a period when their children no longer live with them or have moved away. This can lead to various symptoms such as loneliness, loss, and emptiness. One significant factor that can affect the level of empty nest syndrome is marital satisfaction. This study aims to examine the relationship between marital satisfaction and empty nest syndrome in middle-aged women. This research uses a quantitative method. The subjects in this study are middle-aged women who have been left by all their children and are now living only with their husbands, with a total of 60 subjects. The results of the study show that there is a significant negative relationship between marital satisfaction and empty nest syndrome ($r = -0.60, p < 0.05$). This means that the higher the level of marital satisfaction, the lower the symptoms of empty nest syndrome experienced by middle-aged women. The implications of this research can be a reference for educational institutions and organizations to provide education regarding marital satisfaction so that they can minimize the impact of empty nest syndrome.*

PENDAHULUAN

Masa dewasa madya (menengah) sering juga disebut dengan usia paruh baya. Hurlock (1996) mengemukakan bahwa fase dewasa madya berada pada rentang usia antara 40 sampai 60 tahun (Ferdiansyah & Masfufah, 2022). Hurlock menjelaskan bahwa salah satu bentuk tugas perkembangan di usia dewasa madya adalah berbagai tugas yang erat kaitannya dengan kehidupan berkeluarga (Muzakkiyah & Suharnan, 2016). Dalam kehidupan keluarga, seringkali terjadi permasalahan seperti halnya pertengkaran, kurangnya komunikasi, timbulnya jarak yang memisahkan antara orang tua dengan anak sehingga akan menimbulkan perasaan kesepian. Kesepian yang dialami para orang tua yang ditinggalkan oleh anaknya yang merantau karena pendidikan, pernikahan, atau pekerjaan disebut dengan *empty nest*.

Kearney (2002) menerbitkan sebuah artikel yang berjudul “*Exploring The Empty Nest Transition*” yang menjelaskan bahwa tiap orang tua memiliki reaksi-reaksi yang sangat individual saat menghadapi empty nest. Namun, dapat digeneralisasikan bahwa para wanita (ibu) mengaku bahwa hal yang mereka rasakan lebih buruk jika dibandingkan dengan laki-laki (ayah) pada saat

menghadapi kenyataan bahwa anak-anak mereka telah meninggalkan rumah. Orang tua terutama ibu dapat mengalami berbagai gejala ketika anaknya meninggalkan rumah, seperti perasaan kehilangan, kesedihan, kecemasan, dan stres. Perasaan cemas dan stres ini dapat semakin diperkuat dengan timbulnya kekhawatiran akan kesejahteraan anak. Perasaan lain yang dapat timbul yaitu perasaan bersalah karena kurangnya keterampilan dalam mengasuh anak dan juga rasa bersalah karena merasa lega karena tidak lagi harus menjalankan peran aktif sebagai orang tua (Sepahvand, Afshari, Javadifar, Shamsifar, & Haghighizade, 2020). Wanita yang kehilangan peran sebagai seorang ibu, memiliki keterlibatan yang besar sebagai ibu, dan mengutamakan kebutuhan anaknya akan lebih rentan mengalami *empty nest syndrome* (Randhawa & Kaur, 2021).

Hasil survei data awal yang telah dilakukan kepada 30 orang wanita dewasa madya, diketahui bahwa sebagian besar responden yang telah ditinggalkan oleh semua anaknya mengakui bahwa sosok yang paling dekat dengan dirinya adalah pasangannya (suami). Dari survei awal yang dilakukan juga didapatkan hasil bahwa wanita yang ditinggalkan oleh semua anaknya tetapi mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari pasangannya lebih mampu meminimalisir dampak dari perasaan kesepian dan kesedihan ketika ditinggalkan oleh anaknya. Adanya dukungan dan waktu kebersamaan antar pasangan sangat erat kaitannya dengan kepuasan pernikahan (Saudi & Umar, 2022). Aryani (2019), yang menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *empty nest syndrome*, termasuk perhatian dalam bentuk dukungan atau frekuensi interaksi dengan anggota keluarga, terutama suami dan anak-anak. Penelitian yang dilakukan oleh (Maldo & Soetjningsih, 2023) pada 110 ibu warga Gereja GPIB mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kepuasan pernikahan dengan *empty nest syndrome*. Beberapa faktor lain yang berkaitan dengan *empty nest syndrome* yaitu ketidakstabilan hubungan orang tua, perpisahan yang terjadi secara tiba-tiba antara orang tua dan anak, serta tekanan negatif dari lingkungan (Sepahvand dkk., 2020).

LANDASAN TEORI (Times New Roman, size 12)

Empty nest syndrome atau sindrom sarang kosong dapat didefinisikan sebagai gangguan patologis yang terjadi bila anak sudah dewasa dan pindah dari rumah (Mbaeze dan Ukwandu, 2011). Hilangnya ketergantungan anak pada orang tua dapat menimbulkan dampak yang cukup buruk terhadap orang tua. *Empty nest syndrome* merupakan suatu respon disfungsional terhadap posisi orang tua, yang dipicu oleh perasaan kehilangan (Borland, 1982). Periode kehidupan yang ditandai antara kepergian anak terakhir dari rumah dan permulaan usia tua disebut sebagai tahap pasca-orang tua atau tahap sarang kosong.

Sindrom sarang kosong adalah perasaan duka dan kesepian yang mungkin dirasakan oleh orang tua atau wali ketika anaknya meninggalkan rumah untuk pertama kalinya, misalnya untuk tinggal sendiri ataupun untuk melanjutkan pendidikan (Piya & Birgid, 2019). Jhangiani, Dutta, Arundhati, Banerjee, dan Jochan (2022) mengemukakan bahwa *empty nest syndrome* atau sindrom sarang kosong merupakan sebuah fenomena psikologis yang dialami orang tua ketika anaknya pindah untuk bersekolah, bekerja, menikah, atau keperluan lainnya. Adapun spek-aspek *empty nest syndrome* yaitu perasaan kehilangan, mengalami kesedihan, dan kekosongan.

Fowers dan Olson (1993) mengemukakan bahwa marital satisfaction atau Kepuasan pernikahan adalah sebuah perasaan subjektif yang dipersepsikan oleh suami dan istri terkait dengan berbagai aspek dalam hubungan pernikahan, termasuk perasaan gembira, kepuasan, dan beragam pengalaman positif yang dibagikan bersama pasangan (Nisa & Agustiani, 2018). Kepuasan pernikahan adalah evaluasi subjektif dari pengalaman individu dalam hubungan pernikahan mereka (Haris & Kumar, 2018).

Kepuasan pernikahan berpengaruh terhadap hubungan pasangan suami istri, bagaimana pasangan akan melakukan evaluasi terkait hubungan pernikahan mereka, apakah baik, buruk, ataupun memuaskan (Jannatuna'im & Fikrie, 2022). Bilal dan Rasool (2020) mengemukakan bahwa kepuasan pernikahan memiliki peran yang penting dalam kepuasan hidup seorang wanita. Adapun aspek-aspek kepuasan pernikahan yaitu komunikasi, aktivitas waktu luang, orientasi keagamaan, penyelesaian konflik, manajemen keuangan, intimasi seksual, keluarga dan temann anak dan pengasuhan, *personality issue*, dan kesetaraan peran.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuantitatif. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan metode angket/kuesioner. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk mengukur hubungan kepuasan pernikahan dengan *empty nest syndrome* pada wanita dewasa madya dengan menggunakan skala *likert*. Variabel kepuasan pernikahan dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang dimodifikasi dari penelitian Romadhoni (2018) berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Fowers dan Oslon (1993). Variabel *Empty nest syndrome* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang dimodifikasi dari penelitian Mahendra (2023) berdasarkan aspek-aspek *empty nest syndrome* menurut Mbaeze dan Ukwandu (2011).

Setelah melakukan penelitian, peneliti melakukan uji validitas CFA (*confirmatory factor analyse*) dengan bantuan jamovi dan diperoleh skala kepuasan pernikahan dengan total 27 aitem dan skala *empty nest syndrome* dengan total 19 aitem. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji normaitas dengan *kolmogorov smirnov*, uji linearitas dengan uji anova, dan uji hipotesis dengan korelasi *pearson product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek pada penelitian ini merupakan wanita dewasa madya yang berjumlah 60 orang dengan usia 40 - 45 tahun sebanyak 23 orang (38,4%), usia 46 - 50 tahun sebanyak 11 orang (18,3%), usia 51 - 55 tahun sebanyak 14 orang (23,3%), usia 56 - 60 tahun sebanyak 12 orang (20%). Subjek yang berdomisili di Kota Palopo sebanyak 16 orang (44,8%), Makassar sebanyak 12 orang (20%), Mamuju sebanyak 29 orang (48,3%), Palu sebanyak 2 orang (3,3%) dan Kendari sebanyak 1 orang (1,7%). Subjek yang bekerja sebanyak 37 orang (60,7%), Pensiunan sebanyak 1 orang (1,6%), dan ibu rumah tangga sebanyak 23 orang (37,7%).

Kategorisasi yang digunakan yaitu data hipotetik, untuk variabel kepuasan pernikahan memiliki nilai *mean* 67,5 dan SD 13,5 sehingga didapatkan hasil bahwa sebanyak 34 orang (56,67%) subjek dikategorikan memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang tinggi dan sebanyak 26 orang (43,33%) dikategorikan memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang sedang. Hasil penelitian pada wanita dewasa madya dengan rentang usia 40-60 tahun menunjukkan bahwa sebanyak 56,67% memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang tinggi. Plooy & Beer (2018) menjelaskan bahwa kepuasan pernikahan yang tinggi pada wanita dewasa madya dilihat dengan bagaimana mereka saling menghabiskan waktu luang bersama, saling mendukung, menunjukkan sikap peduli dan komunikasi yang baik dengan pasangannya.

Variabel *empty nest syndrome* memiliki nilai *mean* 47,5 dan SD 9,5, sehingga didapatkan hasil bahwa sebanyak 4 orang (6,67%) subjek dikategorikan memiliki tingkat *empty nest syndrome* yang tinggi, sebanyak 52 orang (86,67%) dikategorikan memiliki tingkat *empty nest syndrome* yang sedang, dan sebanyak 4 orang (6,67%) dikategorikan memiliki tingkat *empty nest syndrome* yang rendah. Hasil penelitian pada wanita dewasa madya yang berusia 40-60 tahun

menunjukkan bahwa sebanyak 52 orang responden memiliki tingkat *empty nest syndrome* yang sedang dengan persentase 86,67%. Arnett (2000) mengemukakan bahwa wanita dewasa madya seringkali menghadapi perubahan signifikan dalam peran dan identitas saat anak-anak mereka pergi meninggalkan rumah. Pada usia ini, banyak wanita telah menjalani peran sebagai ibu selama beberapa dekade, dan saat anak-anak pergi, mereka mungkin mengalami krisis identitas atau merasa kehilangan peran yang sangat penting dalam hidup mereka. Tingkat *empty nest syndrome* yang sedang pada wanita dewasa madya dialami pada fase kehidupan di mana mereka lebih stabil secara emosional dan memiliki keterampilan *copping* yang lebih baik dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Wanita dewasa madya mungkin telah melalui berbagai pengalaman hidup dan pengembangan pribadi yang membantu mereka mengatasi perasaan kehilangan secara lebih efektif (Smetana, 2005).

Pada penelitian ini nilai uji kolmogorov-smirnov sebesar $\text{sig} = 0,190 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *software SPSS 23 for windows* dengan melihat tabel anova *deviation from linearity* menunjukkan nilai $\text{sig} = 0,845 > 0,05$ sehingga data penelitian dikatakan linear.

Tabel. 1 Uji hipotesis

Variabel	r	p	Keterangan
Kepuasan Pernikahan dan <i>Empty nest syndrome</i>	-0,600	0,000	Signifikan

Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara kepuasan pernikahan dengan *empty nest syndrome* sebesar $r = -0,600$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. kaidah yang digunakan adalah jika nilai signifikansi dibawah 0,05 ($p < 0,05$), maka hipotesis diterima. Berdasarkan hasil tabel tersebut menunjukkan bahwa $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan pernikahan dengan *empty nest syndrome* pada wanita dewasa madya.

Koefisien korelasi sebesar -0,600 yang berada di antara 0,40 - 0,60 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sedang antara kepuasan pernikahan dengan *empty nest syndrome*, nilai negatif menunjukkan bahwa hubungan bersifat negatif. Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kepuasan pernikahan maka *empty nest syndrome* akan semakin rendah, begitupun sebaliknya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Thibodeau & Bouchard (2020) menyatakan bahwa orang tua yang berada pada fase *empty nest* memiliki kepuasan yang lebih rendah dalam kehidupan perkawinan mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Romadhoni (2018) terhadap 150 orang ibu dewasa madya mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang negatif antara variabel kepuasan pernikahan dengan variabel *empty nest syndrome* dengan sumbangan efektif sebesar 5,5%.

Hasil keeratan kedua variabel termasuk pada kategori sedang. Kemudian arah kedua variabel bernilai negatif sehingga hubungan antar dua variabel memiliki jenis hubungan yang tidak searah. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa kepuasan pernikahan yang tinggi akan menghasilkan *empty nest syndrome* yang rendah, begitupun sebaliknya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Maldo dan Soetjningsih (2023) Kepada 110 Ibu Warga Gereja GPIB dan mendapatkan hasil bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kepuasan pernikahan dan *empty nest syndrome*. Semakin rendahnya kepuasan pernikahan maka akan semakin tinggi

empty nest syndrome, begitupun sebaliknya. Penelitian ini juga mengungkap bahwa kepuasan pernikahan memberi sumbangan sebesar 98% terhadap *empty nest syndrome*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepuasan pernikahan dengan *empty nest syndrome* pada wanita dewasa madya, dimana semakin tinggi kepuasan pernikahan maka akan semakin rendah *empty nest syndrome*, begitupun sebaliknya, semakin rendah kepuasan pernikahan maka akan semakin tinggi *empty nest syndrome*.

Bagi wanita dewasa madya, sebaiknya membangun kepuasan pernikahan sejak usia awal pernikahan dan memaknai setiap tahapan perkembangan dalam keluarga agar dapat meminimalisir terjadinya *empty nest syndrome*. Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan untuk eksplorasi berbagai faktor yang mempengaruhi *empty nest syndrome* dan kepuasan pernikahan. Studi longitudinal yang melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang dinamika ini.

DAFTAR REFERENSI

- Aryani, R., C. (2019). *Empty nest syndrome Pada Wanita Dewasa Madya*. (Skripsi). Universitas Medan Area. Diakses dari <https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/18244/1/1486001111%20-%20Rica%20Kartika%20Aryani%20-%20Fulltext.pdf>
- Bilal, A., & Rasool, S. (2020). Marital Satisfaction and Satisfaction With Life: Mediating Role of Sexual Satisfaction in Married Women. *Journal of Psychology Health*, 2(1), 77-86. doi: 10.1177/2631831820912873
- Borland, D, C. (1982). A Cohort Analysis Approach to the Empty-nest Syndrome Among Three Ethnic Groups of Women: A Theoretical Position. *Journal of Marriage and Family*, 44(1), 117-129.
- Ferdiansyah, M., & Masfufah, U. (2022). Perkembangan Dewasa Madya Sebuah Studi Kasus. *Jurnal Flourishing*, 2(9), 598-604. doi: 10.17977/10.17977/ um070v2i92022p598-604
- Fowers, J, B., & Olson, D, H. (1993). Enrich Marital Satisfaction Scale: A Brief Research and Clinical Tool. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 176-185.
- Haris, F., & Kumar, A. (2018). Marital Satisfaction and Communication Skills Among Married Couples. *Indian Journal of Social Research*, 59(1), 35-44.
- Jannatuna'im, E., & Fikrie. Perilaku Phubbing dan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami Istri. *Jurnal Psikologi perseptual*, 7(1), 13-27.
- Kearney, S, M. (2002). Exploring The Empty Nest Transition. Drnissani.net. Diakses pada 09 Agustus 2023 . dari <https://www.drnissani.net/mnissani/SE/kearney.htm>
- Maldo, D, J., & Soetjningsih, C, H. (2023). Kepuasan Pernikahan dan Empt ynest Syndrome Pada Ibu Warga Gereja GPIB di Surabaya. *Journal Of Social Science Research*, 3(6), 73-79.
- Mbaeze, I, C., & Ukwandu, E. (2011). Empty-Nest Syndrome, Gender and Family Size as Predictors of Aged's Adjustment Pattern. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 8(4), 166-171.
- Muzakkiyah, N., & Suharnan. (2016). Religiusitas, Penyesuaian Diri dan Subjektive Well Being. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(1), 28-38.
- Nisa, F., & Agustiani, H. (2018). Gambaran Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami-Istri yang Menjalani Commuter marriage Tipe Adjusting yang Memiliki Anak. *Jurnal Psi Unpad*,

53(9), 1689–1699.

- Piya M, C., Birgid, M. (2019). Empty-Nest Syndrome. *Pondicherry Journal of Nursing*, 7(3), 6-18.
- Randhawa, M., & Kaur, J. (2021). Acknowledging *Empty nest syndrome*: Eastern and Western Perspective. *Mind and Society*, 11(3), 38-42.
- Romadhoni, D, K. (2018). *Hubungan Antara Kepuasan Pernikahan dengan Empty nest syndrome*. (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Malang.
- Romadhoni, D, K. (2018). *Hubungan Antara Kepuasan Pernikahan dengan Empty nest syndrome*. (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Malang.
- Saudi, A, N, A., & Umar, M, F, H. (2022). Gambaran Kepuasan Pernikahan pada Istri Bekerja di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 61-86. doi: 10.56326/jpk.v2i1.1436
- Sepahvand, S., Afshari, P., Javadifar, N., Shamsifar, S., & Haghighizade, M, H. (2020). A Study on *Empty nest syndrome* Prevalence and Associated Factors in Middle-Aged Women in Ahvaz City in 2015. *Entomology and Applied Science Letters*, 7(4), 34-41.
- Thibodeau, J., & Bouchard, G. (2019). Attachment and Satisfaction at the Empty-Nest Stage: An Actor–Partner Interdependence Model. *Journal of Adult Development*, 27, 212-223.