

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis pada ibu empty nester dan mengambil area pada beberapa tempat di kota Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan teknik survei. Penarikan sampel menggunakan teknik snowball sampling, dengan jumlah sampel 60 orang. Alat ukur yang digunakan merupakan adaptasi dari Scales of Psychological Well-Being (SPWB) dari Carol Ryff (1989) dan dimodifikasi serta disesuaikan dengan sampel yang terdiri atas 84 item. Setelah dilakukan uji validitas dengan SPSS Statistics 17.0, maka diperoleh 59 item yang valid dengan validitas item berkisar antara 0,317 - 0,786, serta reliabilitas alat ukur setiap dimensinya berkisar antara 0,731-0,854. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh bahwa ibu empty nester menunjukkan penghayatan yang tergolong tinggi pada keenam dimensi dari kesejahteraan psikologis, sehingga dapat disimpulkan bahwa mereka sejahtera secara psikologis dalam sarang kosongnya. Peneliti mengajukan saran kepada peneliti lain yang hendak meneliti kesejahteraan psikologis pada ibu empty nester agar menjangkau data sosiodemografis yang lebih komprehensif, serta menggunakan metode penelitian gabungan kuantitatif dengan kualitatif. Disarankan pula baik untuk calon ibu empty nester maupun ibu empty nester yang menunjukkan penghayatan rendah terhadap dimensi-dimensi Kesejahteraan Psikologis agar lebih banyak memanfaatkan waktu luang yang telah maupun akan tersedia dan mengisinya dengan kegiatan positif yang sesuai dengan minat pribadi.

Kata kunci : kesejahteraan psikologis, ibu empty-nester, dewasa madya

Abstract

This study aims to determine psychological well-being of empty nester mothers. This study was done in Bandung, Indonesia. The technique used in this research is the descriptive method with survey distributed to 60 people, with a snowball sampling technique. The instrument used was taken from adaptation of the Scales of Psychological Well-Being (SPWB) from Carol Ryff (1989), consisting of 84 items and modified to the sample. Using SPSS Statistics 17.0, researcher obtained 59 valid items with the validity of the items ranged from 0.317 to 0.786, and the reliability of each dimension ranged from 0.731- to 0.854. The results found that majority of empty nester mothers achieved high scores to all six dimensions of psychological well-being. Thus, this showed that empty nester mothers are feeling well-being in their empty nest. Further study can be done by collecting more comprehensive socio-demographic data, and usage of mixed-method (qualitative and quantitative) of research. In addition, empty nester mothers who showed a low score of the dimensions of psychological well-being and prospective empty nester mother are advised to make use of available free time to fill it with positive activities.

Keywords : *psychological well-being, empty nester mother, middle-age*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

LEMBAR PENGESAHAN

ABSTRAK i

ABSTRACT ii

PERNYATAAN ORISINALITAS LAPORAN PENELITIAN iii

PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN iv

KATA PENGANTAR..... v

DAFTAR ISI..... ix

DAFTAR TABEL..... xiii

DAFTAR GAMBAR..... xiv

DAFTAR GRAFIK xv

DAFTAR LAMPIRAN xvi

BAB I PENDAHULUAN..... 1

1.1 Latar Belakang Masalah..... 1

1.2 Identifikasi Masalah 10

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian 10

1.4 Kegunaan Penelitian..... 10

1.4.1 Kegunaan Teoretis..... 10

1.4.2 Kegunaan Praktis..... 11

1.5 Kerangka Pikir..... 11

1.6 Asumsi..... 18

BAB II TINJAUAN TEORI.....	19
2.1 Kesejahteraan Psikologis.....	19
2.1.1 Sejarah Kesejahteraan Psikologis.....	19
2.1.2 Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis	22
2.1.3 Definisi Kesejahteraan Psikologis	29
2.1.4 Dimensi Kesejahteraan Psikologis	24
2.1.5 Kesejahteraan Psikologis dan Faktor Sosiodemografis	29
2.1.6 Kesejahteraan Psikologis dan Kesehatan	30
2.2 Sarang Kosong	31
2.2.1 Definisi Sarang Kosong	31
2.2.2 Saran Kosong dalam Keluarga	34
2.3 Tahap Perkembangan Dewasa Madia	36
2.3.1 Definisi Masa Dewasa Madia.....	36
2.3.2 Ciri-ciri Masa Dewasa Madia.....	36
2.3.2.1 Perubahan Fisik	36
2.3.2.2 Perubahan Kognitif	38
2.3.2.3 Karir, Kerja, dan Waktu Luang	39
2.3.2.4 Hubungan Saudara dan Persahabatan.....	41
2.3.3 Orang Tua Dewasa Madia dalam Sarang Kosong.....	42
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	 44
3.1 Rancangan dan Prosedur Penelitian	44
3.2 Bagan Rancangan Penelitian	45
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	45
3.3.1 Variabel Penelitian	45

3.3.2 Definisi Konseptual.....	45
3.3.3 Definisi Operasional.....	46
3.4 Alat Ukur.....	47
3.4.1 Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis.....	47
3.4.2 Data Sosio-Demografis	50
3.4.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	50
3.4.3.1 Validitas Alat Ukur	50
3.4.3.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	51
3.5 Populasi dan Teknik Penarikan Sampel	53
3.5.1 Populasi Sasaran.....	53
3.5.2 Karakteristik Populasi	53
3.5.3 Teknik Penarikan Sampel.....	53
3.6 Teknik Analisis Data	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	55
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	55
4.1.1 Berdasarkan Usia.....	55
4.1.2 Berdasarkan Lokasi Tempat Tinggal	56
4.1.3 Berdasarkan Jumlah Anak.....	56
4.1.4 Berdasarkan Alasan Anak Terakhir Meninggalkan Rumah.	57
4.1.5 Berdasarkan Pendidikan Terakhir	57
4.1.6 Berdasarkan Lamanya Berada di Sarang Kosong	58
4.1.7 Berdasarkan Status Pekerjaan Responden pada Saat Anak-anak Masih Tinggal Serumah.....	58
4.1.8 Berdasarkan Kondisi Kesehatan.....	59

4.2	Gambaran Hasil Penelitian.....	59
4.3	Pembahasan.....	60
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		68
5.1	Simpulan.....	68
5.2	Saran.....	69
5.2.1	Saran Teoretis.....	69
5.2.2	Saran Guna Laksana.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....		71
DAFTAR RUJUKAN.....		73
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Alat Ukur.....	46
Tabel 3.2 Skor Pilihan Jawaban.....	47
Tabel 3.3 Kategori Skor Dimensi-Dimensi pada Kesejahteraan Psikologis Ibu <i>Empty Nester</i>	48
Tabel 3.3 Kriteria Validitas.....	49
Tabel 3.4 Kriteria Reliabilitas	50
Tabel 4.1 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	53
Tabel 4.2 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Lokasi Tempat Tinggal.	54
Tabel 4.3 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jumlah Anak.....	54
Tabel 4.4 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Alasan Anak Terakhir Meninggalkan Rumah.....	55
Tabel 4.5 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir	55
Tabel 4.6 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Lamanya Berada di Sarang Kosong.....	56
Tabel 4.7 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Status Pekerjaan pada saat Anak-anak masih Tinggal Serumah	56
Tabel 4.8 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Kondisi Kesehatan.....	57

DAFTAR GAMBAR

Bagan 1.1 Kerangka Pikir	17
Bagan 3.1 Rancangan dan Prosedur Penelitian.....	43

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Gambaran dimensi-dimensi Kesejahteraan Psikologis pada	
Subjek Penelitian	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Validitas Alat Ukur

Lampiran 2 : Reliabilitas Alat Ukur setelah Revisi per Dimensi

Lampiran 3 : Alat Ukur Setelah Revisi

Lampiran 4 : Kisi-kisi Alat Ukur Setelah Revisi

Lampiran 5 : Identitas Subjek

Lampiran 6 : Skor Subjek Beserta Kategorinya per Dimensi

Lampiran 7 : Tabel Distribusi Frekuensi Data Sosio-Demografis

Lampiran 8 : *Cross Tabulation* Beserta Uji *Chi-Square* Dimensi- Dimensi

Kesejahteraan Psikologis dengan Data Sosio-Demografis

Lampiran 9 : Kuesioner Survei Awal

Lampiran 10 : Biodata Peneliti