

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dampak pada semakin bertambahnya individu yang dapat menjalani perkembangan rentang hidup dengan optimal, dengan kondisi fisik yang relatif sehat, kognitif yang jernih, keadaan emosi yang relatif stabil, dan hubungan perkawinan dan kehidupan rumah tangga yang memuaskan. Salah satu fase perkembangan yang akan terlewati sejalan dengan proses menua adalah *middle age*, terentang antara usia 40 - 60 tahun (Santrock, 2004).

Menurut Santrock (2004) salah satu kejadian penting dalam keluarga *middle age* adalah mengentaskan anak menuju kehidupan dewasa serta menapaki karir atau membina keluarga yang mandiri dari keluarganya yang semula. Akibatnya, para orangtua menghadapi *a new adjustment as disequilibrium* yang di akibatkan oleh ketidakhadiran anak di rumah. Keadaan ini dikenal dengan sarang kosong (*empty nest*). Demikian pula Harkins, 1970; Junger & Maya, 1985 (dalam Matthews et al, 2003) menegaskan hal senada, yaitu fase dari siklus kehidupan masa dewasa yang terjadi saat anak bertumbuh dan tidak lagi tinggal serumah dengan orangtua dikenal dengan sebagai *empty nest*.

Empty nest (Pervin, 1990) adalah suatu keadaan psikologis yang dialami oleh orangtua (terutama oleh para ibu) ketika anak-anaknya mulai beranjak dewasa dan meninggalkan rumah. Kepergian anak-anak dari rumah dapat

disebabkan oleh beberapa alasan, misalnya kuliah, bekerja, menikah, atau memilih gaya hidup tertentu.

Sebuah peristiwa penting dalam keluarga adalah beranjaknya seorang anak ke dalam kehidupan dewasa, karir atau keluarga yang terlepas dari keluarga tempat dia berasal. Orangtua menghadapi penyesuaian baru karena mengalami masa transisi akibat ketidakadaan anak. Kearney (2002) menuliskan artikel *Exploring The Empty Nest Transition*. Dalam upaya mendalami transisi *empty nest* ini, Kearney mewawancarai terhadap sejumlah ibu dan bapak *empty-nester*. Simpulannya, reaksi-reaksi para orangtua terhadap *empty nest* sangat individual. Namun dapat ditarik suatu generalisasi bahwa para ibu mengakui merasa memiliki perasaan yang lebih buruk dibanding bapak saat menghadapi kenyataan anak-anak meninggalkan rumah.

Orangtua yang memasuki masa *empty nest* tidak selalu menghayati perasaan negatif, seperti depresi, tetapi ada juga yang menghayati pengalaman *empty nest* sebagai dampak positif secara psikologi (Radloff dalam John, 2011). Bagi para ibu memperoleh kesempatan *personal growth*, hubungan perkawinan yang memuaskan, ketersediaan waktu luang yang cukup, dan bertumbuhnya *feeling mastery* karena responden telah berhasil membesarkan dan mengentaskan anak-anaknya (Mitchell, et al dalam John, 2011).

Temuan ini mengindikasikan bahwa *empty nest* adalah suatu masa transisi yang mengharuskan individu untuk beradaptasi, bukan sebagai pengalaman yang berdampak negatif bagi perkembangan individu melainkan sebagai kesempatan untuk mengisi hari-harinya dengan kegiatan positif, kesempatan untuk pemenuhan

minat-minat yang selama ini tidak dapat diwujudkan karena kesibukan mengasuh dan membesarkan anak.

Sebenarnya, keadaan *empty nest* dirasakan oleh ibu dan ayah, meskipun pihak ibu yang merasakan paling kehilangan atas kepergian anak-anak dari rumah. Hal ini dikarenakan penghayatan pihak ibu yang besar atas peran-peran *gender* yang tradisional sehingga memosisikan ibu sebagai figur yang paling banyak berperan dalam merawat dan mempersiapkan pelbagai keperluan dan kebutuhan anak-anaknya dalam kehidupan sehari-hari, dan juga karena ibu biasanya memiliki ikatan emosional yang kuat dengan anak-anaknya (Kearney, 2002).

Para orangtua terkadang tidak menyadari bahwa ketika anak-anaknya meninggalkan rumah banyak keuntungan yang dapat diperoleh. Diantaranya, kepergian anak merupakan suatu kesempatan yang baik untuk memulai hobi baru atau kegiatan lain yang membantu orangtua mengisi waktu luangnya. Orangtua juga dapat memulai sebuah pekerjaan baru atau dapat mengisi kesehariannya dengan mengembangkan minat-minat atau hobi baru, seperti berkebun, berjalan-jalan (*traveling*) ke tempat-tempat menyenangkan, menyusun rencana-rencana untuk sesering mungkin mengunjungi anak-anaknya. Ini artinya, para orangtua dapat menikmati hal-hal baru yang tidak mereka peroleh ketika masih sibuk dengan tugas-tugas mengasuh dan membesarkan anak-anaknya (Clark dalam John, 2011)

Masa transisi *empty nest* yang berlangsung saat fase *middle age* tidak selamanya menyebabkan seseorang mengalami sindrom depresi, fase *empty nest* bisa dianggap sebagai cerminan keberhasilan dalam menjalankan tugas-tugas

sebagai orangtua. Efek positif akan terjadi ketika pasangan saling dekat satu sama lain dan menemukan pelipur lara dalam hubungan mereka. Kedua orangtua tidak melihat anak-anaknya yang pergi meninggalkan rumah sebagai kerugian tapi petualangan baru (www.helium.com, 2013)

Pada saat *empty nest* tiba perasaan stres, depresi, cemas, dan kekhawatiran malah berkurang, dan pada saat keadaan *empty nest*, orangtua relatif hidup lebih bahagia setelah anak-anaknya meninggalkan rumah. Ketika para ibu dihadapkan pada pertanyaan tentang masa transisi *empty nest*, mereka cenderung memberi jawaban bahwa kepergian anak (untuk menjadi mandiri), justru merupakan masa transisi yang positif. Adapun penyebabnya adalah karena para ibu memiliki kesempatan atau peluang untuk kembali bekerja, kembali menekuni hobi, kembali aktif dalam organisasi, atau bahkan ada yang kembali ke bangku pendidikan (Fachrualaina, 2011)

Berdasarkan wawancara kepada 12 orang yang dilakukan oleh penulis, diketahui terdapat 5 ibu (42%) yang berada dalam *empty nest* mengakui mengalami kekosongan dalam rumahtangganya setelah kepergian anak-anak dari rumah, tetapi mereka tetap menyibukan diri dengan pekerjaannya baik yang masih bekerja kantoran dan yang membuka usaha sendiri. Selain itu terdapat 3 (25%) ibu *empty nest* yang lain, yang merasa sepi setelah ditinggalkan oleh anak-anaknya. Walaupun merasa 'sepi' setelah ditinggalkan anak-anaknya, tetapi berharap anak-anak akan berhasil menjalani hidupnya sambil tetap berharap setiap saat anak-anak meluangkan waktu untuk bisa berkumpul dan berkunjung ke rumahnya. Terdapat 4 ibu (33%) saat berada dalam *empty nest*, mereka

menghabiskan waktunya dengan melakukan kembali aktifitas seperti hobi diantaranya membaca buku dan berkebun.

Keadaan tanpa kehadiran anak di rumah dapat dikategorikan sebagai masa transisi dalam kehidupan. Faktor utama yang dapat membantu individu beradaptasi dengan pelbagai keadaan dalam kehidupan, termasuk saat menghadapi masa transisi *empty-nest*, adalah kepribadian. Kepribadian dapat membantu seorang ibu *empty nest* dalam beradaptasi saat memasuki fase *empty nest*. Sebagaimana penulis kutip dari Papalia (2007) yang menyatakan bahwa fungsi penting dari kepribadian adalah adaptasi. Adaptasi merujuk pada penyesuaian diri (*adjustment*) terhadap kejadian, keadaan, dan kondisi-kondisi dalam kehidupan seseorang. Pengenalan diri yang lebih baik mampu membantu individu untuk melakukan penyesuaian diri (*adjustment*).

Penelitian akan dilakukan di Kelurahan "X" Kota Bandung, tidak ada kekhasan dari lokasi tersebut dan hanya menggambarkan wilayah saja.

Salah satu model kepribadian pada masa dewasa adalah model *traits*. Tokoh yang mencetuskan *the Five-Factor Model* adalah Costa & McCrae (dalam Papalia, 2007). Model ini menyetengahkan lima *traits* kepribadian, yaitu *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism*. Adapun kelima faktor dalam faktor *Big Five* ini adalah : pertama, *Openness to experience* (keterbukaan) *traits* ini mempunyai keinginan untuk mencoba hal-hal baru, penuh dengan ide-ide baru, memiliki nilai imajinasi, dan *feeling* yang kuat, menghargai keindahan dan seni dan berpikiran luas. Kedua,

Conscientiousness individu dengan *traits* ini mempunyai keinginan untuk berprestasi, orang yang berkompeten, tertib, patuh, dan disiplin.

Ketiga, *Extraversion* individu dengan *traits* ini merupakan orang yang hangat, suka berteman, *assertive*, *activity*, terus menerus mencari kegembiraan dan positif emosi (penggembira, memberi dorongan), senang bersosialisasi, dan menikmati hidup. Keempat, *Aggreeableness* individu dengan *traits* ini merupakan orang yang dapat dipercaya, mudah, *altruistis*, *compliant*, sederhana dan mudah terpengaruh. Kelima, *Neurotism* individu dengan *traits* ini akan cenderung cemas, sikap bermusuhan, depresi, impulsif, puas dengan diri sendiri, gugup, takut, pemaarah, mudah marah, dan sensitif terhadap kritik. Individu dengan *Neurotism* akan merasa sedih tidak berdaya, kesepian, merasa bersalah, dan merasa tidak berguna.

Setiap *traits* kepribadian akan menentukan kecenderungan ibu *empty nester* untuk beradaptasi pada transisi *empty nest*. Oleh karenanya, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran tentang *traits* kepribadian pada ibu *empty nester* dengan mengambil lokasi dari kelurahan 'X' Kota Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui seperti apakah gambaran *traits* kepribadian pada Ibu *middle age* yang mengalami *empty nest*.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk memperoleh *traits* yang dominan dari *personality traits* ibu *middle age* yang mengalami *empty nest*.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai *personality traits* pada ibu yang mengalami *empty nest* dengan mengambil *sample* pada Kelurahan “X” kota Bandung.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoretis

- Sebagai bahan masukan bagi ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi perkembangan mengenai *big five personality trait* yang pada Ibu *Empty Nest* yang mengambil *sample* pada Kelurahan “X” kota Bandung.
- Memberikan sumbangan informasi kepada peneliti lainnya yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai *big five personality traits* dan mendorong dikembangkannya penelitian-penelitian lain yang berhubungan dengan topik tersebut.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Agar dapat menjadi referensi bagi ibu *empty nest* untuk dapat *adjustment* dengan lingkungannya dan kegiatan-kegiatan seperti apa yang harus dia temui saat anak-anak keluar dari rumah, dalam menolong fase *empty nest*.
- Agar dapat menjadi bahan referensi bagi konselor keluarga untuk membuat program bagaimana langkah-langkah yang dilakukan seorang ibu saat mengisi masa *empty nest*.

1.5 Kerangka Pemikiran

Usia dewasa madya (*middle age*) disebut sebagai periode perkembangan yang dimulai 40-60 tahun (Santrock, 2004). Salah satu ciri dari usia *middle age* adalah sarang kosong (*empty nest*), masa ini adalah masa ketika anak-anak tidak tinggal lagi bersama orangtua. Setelah anak besar dan meninggalkan rumah, bagi ibu khususnya ibu rumah tangga akan mengalami perasaan kehilangan peran yang lebih besar dari pada ibu yang bekerja. Hal ini dikarenakan fungsi tunggal sebagai ibu dan ibu rumah tangga yang bersifat mengasuh dan merawat anak menjadi berkurang, sehingga ketika anak-anak mulai pergi meninggalkan rumah, para ibu tersebut akan mengalami *empty nest*.

Perbedaan penghayatan terhadap *empty nest* antara individu satu dengan individu yang lainnya dapat disebabkan oleh banyak hal, salah satunya adalah kepribadian individu yang bersangkutan. Menurut Costa & McCrae (2003), kepribadian merupakan hubungan antar faktor yang terdiri atas berbagai sifat yang

saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya, yang kemudian akan memengaruhi pola perilaku individu yang bersangkutan dalam menghadapi masalah-masalah dalam lingkungan hidupnya. Persepsi seseorang tentang bagaimana kepribadian dirinya akan membantu seseorang menyesuaikan diri dengan masa *empty nest*.

Salah satu pendekatan dalam psikologi kepribadian yang dapat melihat trait-trait dalam diri individu adalah teori *big five personality*. *Big Five Personality* membagi kepribadian menjadi lima faktor yang setiap faktornya menjelaskan kepribadian dengan jelas dan sangat luas (Pervin, 1990). Kelima *traits* kepribadian tersebut adalah *openness to new experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism*.

Trait yang pertama yaitu *trait openness to new experience* bercirikan usaha individu secara proaktif dan penghargaan terhadap pengalaman demi kepentingannya sendiri, menilai bagaimana ia menggali sesuatu yang baru dan tidak biasa (Pervin, 1990). Terdapat enam *facets* pada *trait* ini yaitu imajinasi tinggi, memiliki apresiasi yang tinggi terhadap seni dan keindahan, menyadari dan menyelami emosi dan perasaannya sendiri, berkeinginan untuk mencoba hal-hal baru, seperti mencoba makanan, menonton film-film baru, atau menentukan tujuan berpergian ke tempat-tempat yang belum pernah didatangi; individu dengan *trait* ini berpikiran terbuka dan mau menyadari ide baru, individu ini adalah orang-orang yang ingin mengetahui hal-hal baru dan menghargai *value* dari pengetahuan tersebut; individu dengan *trait* ini mau mendengarkan pendapat orang lain dan menerima bahwa individu yang satu dengan yang lain berbeda

sehingga mereka dapat berempati terhadap orang lain pada berbagai macam keadaan, (Costa & McCrae, 2003). Individu dengan skor *openness* cenderung memiliki kemampuan menggunakan mekanisme mengatasi masalah (*coping*) yang efektif, dan mereka beranggapan situasi yang menekan sebagai hal yang wajar dan tidak mengancam (Bakker et al dalam Lai Hui -Ling, 2002).

Ibu dengan *trait openness* yang berada dalam fase *empty nest*, saat anak keluar dari rumah ibu *empty nest* akan mengisi waktunya dengan cara merencanakan perjalanan bersama pasangan, dengan cara mengikuti seminar-seminar, menghabiskan waktu luangnya dengan banyak membaca buku.

Trait kedua yaitu *trait conscientiousness* bercirikan ibu yang bekerja keras, cermat, tekun, ambisi, berenergi dan memiliki keinginan kuat untuk melakukan sesuatu bagi dirinya sendiri, (Costa & McCrae, 2003). Ibu *empty nest* dengan *trait conscientiousness* bercirikan memiliki tujuan dan perencanaan yang matang akan sesuatu. Misalnya, mereka merencanakan untuk kembali menekuni hobi mereka yang sempat mereka tinggalkan saat mengurus anak-anak ketika masih di rumah seperti bercocok tanam, menulis buku. *Conscientiousness* berpikir sebelum bertindak, mengikuti peraturan dan norma, terencana, terorganisir, dan memprioritaskan tugas. Ibu *empty nest* dengan *trait* ini memiliki tujuan dan perencanaan yang matang akan sesuatu sehingga mereka dapat menyesuaikan diri terhadap *empty nest* (Matthews; Ian J. Deary et al, 2003).

Trait yang ketiga yaitu *Extraversion*. *Traits* ini menilai kuantitas dan intensitas interaksi interpersonal, level aktivitasnya, kebutuhan untuk didukung, kemampuan untuk berbahagia (Pervin, 1990). Dalam kaitannya dengan *empty*

nest, ibu *empty nest* dengan tipe ini sangat tertarik akan adanya stimulasi-stimulasi yang baru. *Trait* ini memiliki enam *facets* yang terdiri dari dua ciri, yang pertama yaitu interpersonal (mudah bergaul dengan orang lain, senang bergaul, dan asertif) individu yang mudah bergaul dengan orang lain dan senang bergaul (keinginan untuk bersama dengan orang lain) terkadang mereka disebut *sociability*; individu yang asertif adalah individu yang memiliki jiwa pemimpin, cepat mengambil tanggung jawab, mudah mengekspresikan pikiran dan perasaan, individu ini juga memiliki pemikiran sendiri.

Berikutnya yaitu temperamental (energik, tertarik dengan banyak hal, *positive emotion*). Individu suka menyibukan diri, memiliki energi yang tinggi, banyak bicara, aktif, kebutuhan akan stimulasi, tertarik dengan lingkungan, menyukai tantangan, menyenangkan. Ibu *empty nest* dengan *traits extraversion* saat berada dalam fase *empty nest* mereka akan mengisi waktunya dengan melibatkan diri pada kegiatan-kegiatan yang melibatkan hubungan dengan orang lain seperti menjadi kader Posyandu, mengikuti kegiatan organisasi-organisasi pengajian, arisan, dan mengikuti reuni. Ibu *empty nest* dengan *traits* ini sangat tertarik dengan adanya stimulasi-stimulasi baru sehingga mereka dapat menyesuaikan diri terhadap *empty nest* (Matthews; Ian J. Deary et al, 2003)

Trait yang keempat yaitu *agreeableness* bercirikan berhati lembut, baik, suka menolong, mudah percaya, mudah memaafkan, mudah untuk dimanfaatkan, terus terang. Ibu *empty nest* dengan *trait agreeableness* bercirikan sebagai individu yang memiliki *value* suka membantu, pemaaf, dan penyayang. Aktif kegiatan gereja misalnya kebaktian di penjara-penjara wanita, memberikan

bantuan sosial ke tempat-tempat bencana alam, berkunjung ke orang-orang yang tidak mampu dan juga panti asuhan, liburan bersama pasangan (suami), merencanakan masa depan serta membuat rencana.

Namun ditemukan juga, ketika hubungan interpersonal individu yang memiliki tingkat *agreeableness* tinggi berhadapan dengan konflik, *self-esteem* mereka akan cenderung menurun. Selain itu, menghindar secara langsung sebagai usaha dalam menyatakan kekuatan untuk memutuskan konflik dengan orang lain merupakan salah satu ciri dari individu yang memiliki tingkat *agreeableness* yang tinggi. Ibu *empty nest* dengan *trait* ini dapat berkompromi dengan situasi atau keadaan apapun sehingga pada saat memasuki *empty nest* mereka dapat mengerti bahwa suatu saat anak-anak harus meninggalkan rumah untuk mandiri dan membentuk keluarga yang baru.

Trait yang terakhir yaitu *Neuroticism*, *trait* ini memiliki enam *facets* yaitu cemas, rapuh, *hostility*, *self-consciousness*, impulsif, dan depresi. Cemas dan *hostility* terbentuk dari rasa takut dan kemarahan. Individu dengan *traits* ini mengalami frekuensi dan intensitas rasa takut dan kemarahan yang berbeda dengan orang pada umumnya. Individu yang memiliki rasa cemas yang tinggi, adalah individu yang gugup, cepat tersinggung, tegang, kuatir dan pesimis. *self-consciousness* dan depresi berhubungan dengan rasa malu dan sedih. Depresi melibatkan perasaan sedih, tidak ada harapan, kesepian, bersalah, dan rendah diri.

Facets berikutnya dari *Neuroticism* adalah impulsif dan rapuh seringkali ditunjukkan lewat perilaku. Individu yang impulsif seringkali tidak dapat mengendalikan keinginan mereka dikarenakan kurangnya kontrol diri. Misalnya

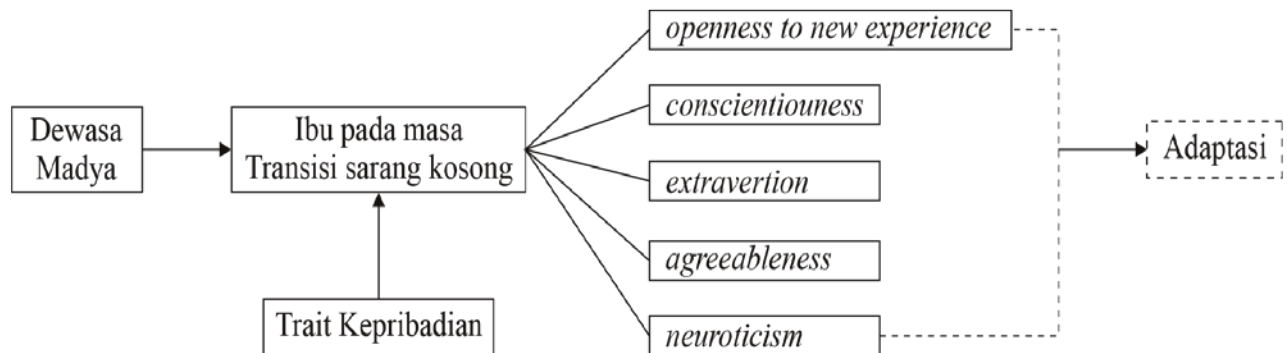
saat ibu *empty nest* merasa kangen pada anaknya, ia langsung mengunjungi anaknya sehingga pekerjaannya terbengkalai baik pekerjaan rumah tangga atau di tempat kerja. Individu yang rapuh adalah individu yang tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan stress. Individu yang rapuh biasanya cenderung panik saat dihadapkan pada situasi kritis dan mendadak dan memiliki ketergantungan yang tinggi pada orang lain.

Costa and McCrae (2003) mengatakan bahwa pada umumnya individu dengan *neuroticism* tinggi bercirikan individu yang keras dan memiliki emosi yang negatif sehingga mengganggu kemampuan individu dalam menangani masalah atau berhubungan dengan orang lain. Secara emosional mereka labil, mereka juga mengubah perhatian menjadi sesuatu yang berlawanan. Misalnya pada ibu *empty nest*, mereka akan mengurung diri di kamar, menangis, dan tidak mau lagi menjalankan aktifitas karena tidak ada anaknya lagi yang menemani. Ibu *empty nest* dengan *trait* ini juga tidak dapat mengendalikan stres, misalnya saat anak mempunyai masalah ibu *empty nest* juga akan ikut stres.

Ibu *empty nest* yang memiliki tingkat *neuroticism* yang rendah cenderung akan lebih gembira dan puas terhadap hidup dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat *neuroticism* yang tinggi. Ibu *empty nest* dengan *traits neuroticism* adalah kepribadian yang mudah mengalami kecemasan, rasa marah, depresi, dan memiliki kecenderungan emosional reaktif, memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan dan berkomitmen, mereka juga memiliki tingkat *self esteem* yang rendah.

Saat memasuki *empty nest* seseorang mengalami konflik yang terjadi antara pertimbangan kognitif dan emosional. Seperti saat anak keluar dari rumah ibu *empty nest* merasa berhasil telah mengentaskan anak keluar dari rumah namun secara emosional merasa sedih karena di tinggalkan anak. Ibu *empty nest* dengan *trait* ini memiliki respon *coping* yang tidak sesuai sehingga saat mengalami konflik, faktor emosi yang berperan lebih banyak. Respon *coping* yang tidak sesuai inilah yang membuat ibu tidak dapat menyesuaikan diri dengan *empty nest*.

Ini artinya, setiap *trait* kepribadian akan memberikan kecenderungan tertentu pada ibu *empty nester* dalam menghayati keadaan transisi ini baik dalam pikiran, perasaan, dan tindakan yang diekspresikan dalam kehidupan sehari-hari. Untuk memberikan gambaran komprehensif, penelitian ini akan menggali juga data sosiodemografi yang kontekstual dengan kehidupan ibu *empty nester*.



Bagan 1.1 Kerangka Pikir

1.6. Asumsi

- Ibu *middle-age* yang berada dalam fase *empty nest* mereka dituntut untuk beradaptasi, sementara kemampuan beradaptasi ibu *middle-age* berbeda-beda.
- Kemampuan beradaptasi ditentukan oleh *trait* kepribadiannya.