

Anak Mandiri, Ibu Tetap Berarti: Mattering to Children dan Empty Nest Syndrome pada Ibu

Trisha Aurelia dan Helsa
Fakultas Psikologi, Universitas Pelita Harapan, Indonesia
Corresponding email: helsa.surya@gmail.com

Abstract

The departure of children from home to pursue education, marriage, or employment is a natural part of the family life cycle. However, this transition often leads to profound feelings of loss in mothers, commonly referred to as empty nest syndrome. A sense of mattering to one's children is believed to help mothers cope with this condition. This study aimed to examine the relationship between mattering to children and empty nest syndrome in Indonesian mothers. A quantitative method with purposive sampling was employed, involving 107 middle-aged housewives in Indonesia. The study utilized The Mattering Index (MI) and the Empty Nest Syndrome Scale – Indian Form (ENS-IF) as measurement tools. The results showed a significant negative correlation between mattering to children and the level of empty nest syndrome ($r = -.686, p < .001$). The lower the mothers' sense of mattering to their children, the higher their level of empty nest syndrome.

Keywords: empty nest syndrome; housewives; mattering; middle-aged adults.

Abstrak — Peristiwa anak yang meninggalkan rumah untuk melanjutkan pendidikan, menikah, atau bekerja merupakan bagian alami dari siklus kehidupan berkeluarga. Namun, peristiwa ini seringkali menimbulkan perasaan kehilangan yang mendalam, yang dikenal sebagai sindrom sarang kosong. Perasaan kebermaknaan terhadap anak dipercaya dapat membantu ibu mengatasi sindrom sorong kosong yang dialaminya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *mattering to children* dengan sindrom *empty nest* pada ibu di Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *purposive sampling*. Partisipan penelitian ini terdiri dari 107 ibu rumah tangga dewasa madya di Indonesia. Penelitian ini menggunakan alat ukur *The Mattering Index* (MI) dan *Empty Nest Syndrome Scale – Indian Form* (ENS-IF). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan negatif antara *mattering to children* dengan tingkat *empty nest syndrome* pada ibu rumah tangga ($r = -.686, p < .001$). Semakin rendah perasaan kebermaknaan terhadap anak, maka semakin tinggi tingkat *empty nest syndrome* pada ibu rumah tangga.

Kata Kunci: dewasa madya; ibu rumah tangga; rasa kebermaknaan; sindrom *empty nest*.

PENDAHULUAN

Peristiwa kepergian anak dari rumah merupakan peristiwa yang pasti dialami setiap orang tua. Seiring bertambahnya usia, anak akan pergi dari rumah dengan berbagai alasan, seperti pendidikan, bekerja, menikah, maupun alasan lainnya. Adanya peristiwa ini, tentunya membawa perubahan yang signifikan di dalam sebuah keluarga. Oleh karena itu, Hurlock (1990) mengatakan bahwa masa transisi pada peristiwa ini menjadi masa tersulit bagi orang tua.

Umumnya, peristiwa ini mulai terjadi ketika orang tua telah memasuki tahap perkembangan dewasa madya, yang berkisar antara usia 40 tahun hingga 60 tahun (Santrock, 2018). Orang tua pada tahap usia ini umumnya telah memiliki anak yang memasuki tahap perkembangan dewasa awal yaitu usia 18 hingga 40 tahun, di mana pada tahap ini anak memiliki kemungkinan untuk tidak lagi tinggal bersama orang tua (Santrock, 2018). Kepergian anak dari rumah mengharuskan orang tua untuk mengurangi perannya dalam merawat dan mendidik anak (Maldo & Soetjningsih, 2023). Dengan demikian peristiwa kepergian anak inilah yang menimbulkan berbagai tantangan bagi orang tua dan mendorong terjadinya perubahan di dalam keluarga, terutama pada peran orang tua dan rutinitas dalam keluarga.

Peran sebagai orang tua seringkali dianggap sebagai peran inti yang memberikan rasa pencapaian dan keberhasilan. Oleh sebab itu, kepergian anak dari rumah akan berdampak pada kedua orang tua secara langsung maupun tidak langsung. Ayah umumnya akan merasakan kehilangan peran sebagai penyedia kebutuhan anak. Pada ibu, rasa kehilangan akan lebih besar karena peran pengasuhan lebih banyak dijalankan oleh figur ibu, terutama ibu rumah tangga penuh waktu (Hartanto et al., 2024). Peristiwa kepergian anak dari rumah dapat memberikan dampak positif, seperti perasaan bahwa ibu memiliki hubungan yang dewasa dengan anak, kesempatan untuk kembali dekat dengan pasangan, mengembangkan minat, dan mencapai hal-hal yang tidak bisa dicapai karena perannya sebagai ibu rumah tangga. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Dennerstein et al. (2002, dalam Bougea et al., 2020) bahwa kepergian anak dapat memberikan waktu bagi orang tua, kesempatan untuk terhubung kembali dengan keluarga, dan memberikan waktu untuk melakukan hal yang diminati.

Di sisi lain, ibu juga dapat merasakan dampak negatif dari peristiwa perginya anak dari rumah. Hal ini dikarenakan fokus tugas seorang ibu, khususnya ibu rumah tangga, umumnya adalah mengurus dan mendidik anak, serta mengurus segala urusan domestik (Nasrulloh & Hidayat, 2022), yang memungkinkan terbentuknya keterikatan anak dengan ibu yang cenderung lebih kuat dibandingkan dengan ayah (Hartanto et al., 2024; Kamza, 2019). Meningkatnya kebutuhan hidup membuat banyak ibu memilih untuk bekerja demi membantu finansial keluarga

di masa kini. Hal ini menimbulkan dinamika yang berbeda antara ibu yang bekerja dan ibu rumah tangga penuh waktu. Ibu bekerja ditemukan memiliki kesejahteraan yang lebih baik dibandingkan ibu rumah tangga ketika anak telah tidak lagi tinggal bersama (Afzal & Waraich, 2023). Hal ini dapat terjadi karena ibu bekerja memiliki kesibukan di tempat kerja yang dapat membantu dirinya mengatasi kesepian atau perasaan negatif yang dirasakan setelah kepergian anak dari rumah. Sementara itu, ibu rumah tangga mengalami pengurangan tanggung jawab domestik rumah tangga dan rutinitas yang berubah, yang dapat menimbulkan kesepian atau kesedihan yang lebih besar setelah kepergian anak dari rumah (Afzal & Waraich, 2023). Hal ini membuat dampak emosional yang dirasakan ibu rumah tangga akan lebih signifikan dibandingkan ibu bekerja dan ayah.

Kepergian anak dari rumah dapat menimbulkan respon emosional yang negatif, seperti perasaan tertekan, depresi, dan kesedihan yang berlebih pada orang tua (Renata et al., 2021). Respon inilah yang disebut sebagai *empty nest syndrome* (selanjutnya disingkat ENS). ENS didefinisikan sebagai fenomena psikologis yang dirasakan oleh orang tua ketika anak pergi dari rumah dengan tujuan pendidikan, pekerjaan, pernikahan, atau tujuan lain, namun kondisi ini bukanlah kondisi klinis (Jhangiani et al., 2022). ENS digunakan untuk menggambarkan perasaan yang dirasakan orang tua, terutama pada ibu (Jhangiani et al., 2022). Pada peristiwa kepergian anak dari rumah, orang tua dapat merasakan kehampaan karena biasanya orang tua menerima banyak kepuasan dari mengasuh anak (Santrock, 2018).

Hasil survei yang dilakukan oleh *China National Committee on Aging* menunjukkan bahwa orang tua di China yang mengalami ENS mencapai 51,5% (Maldo & Soetjiningsih, 2023). Jumlah orang tua yang mengalami ENS akan terus meningkat dan diperkirakan akan mencapai 90% pada tahun 2030 (Chang et al., 2016). Meskipun belum ada data yang cukup jelas mengenai ENS di Indonesia, namun kondisi ini juga sangat dialami oleh orang tua di Indonesia. Hal ini karena nilai budaya di China dan di Indonesia pun tidak berbeda jauh karena keduanya merupakan negara Asia.

Selain itu, Indonesia telah menduduki posisi ke-22 dalam negara yang paling banyak mengirim pelajar ke luar negeri, di mana ini menjadi salah satu alasan mengapa anak pergi dari rumah dan orang tua dapat mengalami ENS (Harususilo, 2019). Beberapa penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa ENS dialami oleh beberapa orang tua di Indonesia dengan berbagai alasan, seperti anaknya pergi untuk kuliah, menikah, dan bekerja (Mukti & Widyastuti, 2019; Darmayanthi & Lestari, 2017; Putri et al., 2023). Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Mukti dan Widyastuti (2019) yang menemukan sebanyak 55% atau sebanyak 11 orang tua

merasakan kesedihan yang disebabkan oleh tidak dapat bertemu dengan anak, tidak tinggal bersama, dan kerinduan terhadap anak.

Kesedihan menjadi respon yang wajar ketika orang tua rindu dengan anaknya yang telah tidak lagi tinggal bersama. Hanya saja, jika kesedihan atau dampak dari peristiwa ini tidak ditangani dengan baik, maka dapat memicu munculnya ENS. Ketika seseorang mengalami ENS dan tidak segera ditangani dengan baik, maka dapat menyebabkan depresi, alkoholisme, krisis identitas, kesepian, isolasi, dan kesedihan (Jhangiani et al., 2022). Berbagai dampak ini juga akhirnya menyebabkan masalah pernikahan, perasaan ditolak dalam lingkungan sosial, kecemasan berlebihan terhadap anak, hingga merasa bahwa tidak ada tujuan hidup.

Ketidakyakinan yang dirasakan oleh ibu rumah tangga mengenai perannya sebagai ibu dapat memperburuk ENS yang dialami. Menurut Bougea et al. (2020), berkurangnya peran seorang ibu dalam kehidupan anaknya, dapat menyebabkan kesepian dan ketidakpuasan dalam hidup. Pernyataan ini juga didukung oleh hasil penelitian Putri et al. (2023) yang menunjukkan ketika peran individu sebagai seorang ibu mulai berkurang, individu akan merasa sedih, cemas yang berlebihan, serta kesepian.

Ibu rumah tangga penuh waktu memaknai peran orang tua sebagai bagian penting dari identitas dirinya. Dalam teori psikososial Erikson, identitas individu sangat dipengaruhi oleh peran sosial yang dijalannya. Maka, ketika peran tersebut berkurang atau hilang, individu berpotensi kehilangan makna dalam dirinya (Hartanto et al., 2024). Secara tidak disadari, peran sebagai seorang ibu yang sepenuh waktu mengasuh dan membesarkan anak akan menumbuhkan perasaan bahwa dirinya penting dan telah bermakna. Begitu juga sebaliknya, ketika keberadaannya tidak diakui dan dihargai karena anaknya yang telah memiliki kesibukan sendiri, ibu rumah tangga akan merasa dirinya kehilangan makna. Perasaan dihargai dan bermakna yang didapatkan oleh ibu rumah tangga dari anaknya berkaitan dengan variabel *mattring to children*.

Mattring sendiri adalah suatu persepsi yang dimiliki individu mengenai pentingnya dan bermaknanya peran individu bagi orang-orang di sekitarnya (Elliott et al., 2004). *Mattring* dapat dialami melalui pengalaman antara individu dan orang lain. Pengalaman individu yang dipedulikan dan diperhatikan akhirnya memunculkan pemahaman bahwa dirinya penting dan bermakna bagi orang lain. Begitu juga sebaliknya, jika dalam hubungannya dengan orang lain, individu merasa dirinya tidak dipedulikan dan tidak diperhatikan, maka pemahaman yang muncul bahwa dirinya tidak penting dan bermakna bagi orang lain. *Mattring* dapat bersifat kontekstual, sehingga dalam penelitian ini peneliti menggunakan konteks *mattring to children*,

di mana fokusnya adalah perasaan bermakna yang dirasakan oleh ibu dan diperoleh dari hubungannya dengan anaknya.

Mattering terdiri dari tiga aspek, yaitu *awareness*, *importance*, dan *reliance* (Elliott et al., 2011). *Awareness* adalah persepsi ibu mengenai dirinya menjadi fokus perhatian anaknya, di mana ibu merasa dirinya penting jika anak sadar akan keberadaannya. *Importance* adalah ibu merasa dirinya penting dan bermakna jika ibu menjadi objek perhatian dan minat bagi anaknya. Sedangkan *reliance* adalah ibu merasa dirinya penting anaknya mencari individu dalam memenuhi kebutuhannya. Elliott et al. (2011) juga menambahkan bahwa *awareness* sepenuhnya membahas kognitif, sedangkan *importance* dan *reliance* membahas mengenai relasi interpersonal ibu dengan anaknya.

Marshall dan Lambert (2006) menemukan bahwa *mattering* dapat berasal dari interaksi khusus antara orang tua dan anaknya. Orang tua dapat merasa bahwa dirinya bermakna apabila orang tua telah berperan dalam mengasuh anaknya (Marshall & Lambert, 2006). Ketika orang tua telah memenuhi kebutuhan fisik dan emosional anaknya, orang tua dapat merasa bahwa dirinya telah menjadi sumber kebutuhan anaknya. Selain itu, Krygsman et al. (2022) juga berpendapat bahwa *mattering* berhubungan dengan kehilangan peran yang dirasakan individu.

Setiap dimensi pada *mattering* juga memiliki perannya masing-masing dalam diri individu. Dimensi *awareness* didapatkan melalui persepsi bahwa ibu rumah tangga disadari dan dianggap penting atas kehadirannya oleh anaknya. Persepsi bahwa dirinya dianggap penting oleh anaknya muncul jika ibu dan anak telah membangun interaksi khusus yang berkualitas (Marshall & Lambert, 2006). Hal ini karena ketika anak telah memiliki kehidupannya sendiri namun tetap mencoba untuk meluangkan waktu dengan ibunya, ibu akan merasa dirinya penting dan diterima di dalam lingkungan anaknya. Dengan perasaan ini, ibu dapat merasa lebih yakin bahwa perannya sebagai ibu masih diakui dan dihargai sekalipun anak telah tidak lagi tinggal di rumah, sehingga dapat mengurangi tingkat ENS yang dirasakan ibu.

Kemudian, pada dimensi *importance* dapat didapatkan melalui persepsi bahwa ibu rumah tangga masih diperhatikan oleh anaknya. Marshall dan Lambert (2006) menjelaskan bahwa ibu akan merasa bahwa dirinya diperhatikan jika anak memilih untuk memberikan perhatian kepada ibunya sekalipun banyak orang lain atau hal lain yang dapat diperhatikan oleh anaknya. Perhatian ini dapat muncul dalam bentuk dukungan, kepedulian, dan kekhawatiran dari anaknya. Oleh karena itu, ketika anak telah pergi dari rumah namun anaknya masih mencoba untuk memenuhi kebutuhan ibunya serta peduli terhadap kesejahteraan ibunya, ibu rumah tangga akan merasa dirinya didukung dan penting bagi anaknya (Elliott, 2009). Persepsi bahwa ibu rumah tangga

penting bagi anaknya dapat meningkatkan kesejahteraan ibu rumah tangga dan menurunkan tingkat ENS, karena kesadaran bahwa dirinya tetap mendapat dukungan dari anaknya (Elliott et al., 2004).

Selanjutnya, pada dimensi *reliance* dapat dirasakan oleh ibu rumah tangga ketika anak masih membutuhkan dan bergantung pada dirinya. Orang tua, khususnya ibu rumah tangga, mendapatkan kepuasan atau kesenangan ketika anak mencari orang tuanya dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya (Elliott, 2009). Ibu rumah tangga akan merasa dirinya bermakna apabila ia dapat terus menyediakan kebutuhan fisik dan emosional anaknya (Marshall & Lambert, 2006). Hal ini karena ibu rumah tangga merasa perannya sebagai ibu diapresiasi dan signifikan bagi anaknya sekalipun anak telah tumbuh dewasa dan mandiri (Elliott, 2009). Perasaan signifikan bagi anak ini lah yang dapat meyakinkan kembali eksistensi dan kebermaknaan ibu di dalam hidup anaknya, sehingga dapat mengurangi tingkat ENS pada ibu rumah tangga.

Secara keseluruhan, *mattering* juga ditemukan sebagai kunci dari sumber psikologis seseorang (Flett, 2022). Flett (2022) menjelaskan bahwa orang yang memiliki *mattering* yang tinggi akan menimbulkan respons yang positif terhadap tantangan hidup. Sedangkan orang dengan *mattering* yang rendah akan merasa kekurangan rasa penting pada diri sendiri, kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain, dan kurangnya penerimaan sosial yang dibutuhkan dalam perkembangan diri. Oleh karena itu, peneliti meyakini bahwa *mattering* dapat menurunkan tingkat ENS pada ibu rumah tangga dewasa madya.

Penelitian mengenai ENS di Indonesia telah dilakukan oleh beberapa peneliti. Sejauh ini, variabel ENS banyak diteliti dengan metode kualitatif untuk melihat gambaran pada dewasa madya atau lansia yang anaknya telah tidak tinggal di rumah lagi (Putri et al., 2023; Akmalah, 2014; Ghafur & Hidayah, 2014; Darmayanthi & Lestari, 2019). Sedangkan, dalam metode kuantitatif, ENS banyak diteliti mengenai faktor yang dapat memengaruhi dan sedikit yang membahas mengenai faktor yang dapat mengurangi tingkat ENS (Puspitasari & Maryanti, 2021; Mukti & Widyastuti, 2019). Selain itu, penelitian mengenai variabel yang dapat berkontribusi dalam mengurangi tingkat ENS pada dewasa madya masih jarang dilakukan.

Tidak hanya variabel ENS, variabel *mattering* juga belum banyak dieksplorasi di Indonesia (Christina & Helsa, 2022; Prihadi et al., 2020; Nga et al., 2022; Karananeethi et al., 2024). Hal ini sangat disayangkan karena *mattering* cukup relevan dan penting untuk diteliti terutama dalam konteks budaya Indonesia yang menganut nilai kolektivisme. Kolektivisme adalah nilai di mana kepentingan kelompok lebih diutamakan daripada kepentingan individual (Riyono, 1996, dalam Zakiya & Hariyadi, 2022). Dengan adanya nilai budaya ini, kebersamaan dan berkelompok

menjadi hal yang utama bagi masyarakat Indonesia, sehingga perasaan kebermanaknaan dan penting dalam konteks sosial penting untuk dibahas.

Mattering sendiri bersifat kontekstual sehingga penting bagi untuk dilakukan penelitian ke berbagai konteks, salah satunya adalah hubungan ibu dan anak. Akhirnya, hal ini menarik perhatian peneliti dalam melihat apakah variabel *mattering to children* dapat berhubungan dengan tingkat ENS pada ibu rumah tangga dewasa madya di Indonesia. Berdasarkan paparan di atas, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *mattering to children* dan *empty nest syndrome* pada ibu di Indonesia. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif signifikan antara *mattering to children* dan tingkat ENS pada ibu rumah tangga.

METODE

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 107 orang. Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel menggunakan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan kriteria penelitian (Sugiyono, 2018). Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini yaitu partisipan berusia 40-60 tahun, merupakan warga negara Indonesia, merupakan ibu rumah tangga, berstatus menikah dan memiliki anak, dan tidak lagi tinggal bersama anak dengan alasan anak merantau untuk bekerja atau menempuh pendidikan, menikah, atau tujuan lainnya.

Desain

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan jenis kuantitatif dan dengan desain penelitian *cross-sectional*. Desain penelitian *cross-sectional* dianggap sesuai karena desain penelitian ini mengukur variabel di waktu yang bersamaan (Gravetter & Forzano, 2012). Peneliti juga menggunakan strategi penelitian uji korelasional. Strategi ini dirasa sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *mattering to children* dengan tingkat ENS yang dialami ibu rumah tangga dewasa madya.

Prosedur

Penelitian ini telah melalui sidang uji etik internal di Fakultas Psikologi Universitas Pelita Harapan pada bulan Mei 2024. Terkait penggunaan alat ukur, peneliti telah memohon izin kepada pembuat alat ukur untuk dapat digunakan dalam penelitian. Peneliti kemudian menyesuaikan alat ukur dengan konteks penelitian. Lalu, peneliti melakukan uji coba validitas dan reliabilitas pada alat ukur yang digunakan. Dalam melakukan penelitian, peneliti juga mempertimbangkan etika

penelitian yang dicantumkan pada *informed consent* partisipan. Dalam *informed consent*, tercantum identitas partisipan, kerahasiaan data, kontak peneliti, dan persetujuan dalam menjadi partisipan pada penelitian ini.

Dalam proses pengambilan data, peneliti menggunakan media *Google form* yang telah disebarluaskan secara daring. Pada *Google form* telah dicantumkan *informed consent*, sehingga partisipan diminta untuk membaca dan mengisi *informed consent* yang tercantum. Setelah itu, partisipan diminta mengisi data demografis partisipan dan pernyataan-pernyataan terkait item pada kedua alat ukur. Sebelum memulai pengambilan data, peneliti terlebih dahulu melakukan *tryout* dengan menghubungi beberapa partisipan melalui berbagai media sosial dengan jumlah minimal partisipan sebanyak 30 partisipan. Sebagai bentuk apresiasi keikutsertaan partisipan, partisipan diundi dan 3 partisipan memperoleh *hampers* piring set dengan seharga Rp25.000,00.

Setelah melakukan *tryout* dan proses analisis hasil psikometri, peneliti memulai pengambilan data lapangan dengan menyebarkan *Google form* melalui berbagai media sosial dengan target jumlah minimal partisipan 84 partisipan. Peneliti membagikan *hampers* piring set seharga Rp50.000,00 kepada 5 partisipan yang telah diundi sebagai bentuk apresiasi keikutsertaan partisipan. Hasil yang diperoleh kemudian digunakan untuk analisis penelitian. Kemudian, peneliti mengolah data untuk membuat analisis dan hasil penelitian, dan membuat bagian diskusi, kesimpulan, dan saran penelitian.

Instrumen

Mattering to Children

Mattering merupakan persepsi yang dimiliki individu mengenai pentingnya dan bermaknanya peran individu bagi orang lain (Elliot et al., 2004). Dalam konteks penelitian ini, *mattering to children* adalah persepsi yang dimiliki ibu mengenai perannya yang penting dan bermakna bagi anaknya. *Mattering* terdiri dari tiga dimensi yaitu *awareness*, *importance*, dan *reliance* (Elliot et al., 2011).

Mattering to children diukur dengan *The Mattering Index* (MI) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Christina dan Helsa (2022). Alat ukur akan disesuaikan konteksnya menjadi *mattering to children* dengan jumlah 24 butir pernyataan. Alat ukur ini menggunakan skala *Likert* (1) sampai (5), di mana (1) Sangat Tidak Setuju dan (5) Sangat Setuju. Semakin tinggi skor yang didapatkan, semakin tinggi tingkat *mattering to children* pada ibu.

Alat ukur ini memiliki tiga dimensi yaitu *awareness*, *importance* dan *reliance* (Elliott et al., 2011). Secara keseluruhan, koefisiensi reliabilitas pada alat ukur ini sebesar .910 dengan rentang validitas .212 hingga .777. Kemudian, reliabilitas pada setiap dimensi juga tergolong baik. Pada

dimensi *awareness*, koefisiensi reliabilitasnya sebesar .850. Pada dimensi *importance*, koefisiensi reliabilitasnya sebesar .815. Sedangkan pada dimensi *reliance*, koefisiensi reliabilitasnya sebesar .713 (Christina & Helsa, 2022).

Empty Nest Syndrome

Empty Nest Syndrome adalah fenomena psikologis yang dialami orang tua ketika anak pergi dari rumah dengan tujuan pendidikan, pekerjaan, pernikahan, atau tujuan lainnya (Jhangiani et al., 2022). Dalam penelitian ini, ENS adalah fenomena psikologis yang dialami ibu ketika anaknya pergi dari rumah dengan tujuan pendidikan, pekerjaan, pernikahan, atau tujuan lainnya. ENS diukur menggunakan *Empty Nest Syndrome Scale – Indian Form* (Jhangiani et al., 2022) yang kemudian dilakukan adaptasi ke dalam konteks budaya Indonesia. Alat ukur ini terdiri dari 42 butir pernyataan.

Alat ukur ini menggunakan skala *Likert Likert* (0) sampai (5), di mana (0) Tidak Pernah dan (5) Selalu. Semakin tinggi skor yang didapatkan, semakin tinggi tingkat *empty nest syndrome* yang dialami ibu. Dalam menentukan tingkat ENS, terdapat tiga kategori yaitu tinggi dengan skor 167 hingga 250, rata-rata dengan skor 85 hingga 166, dan rendah dengan skor 0 hingga 84 (Jhangiani et al., 2022). Rentang validitas alat ukur ini berkisar antara -.433 hingga .776. Sementara itu, koefisien reliabilitas alat ukur ini adalah sebesar .935, yang menandakan bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas yang baik.

Teknik Analisis

Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan program *Jeffreys's Amazing Statistics Program* (JASP). Pertama, peneliti akan melakukan uji asumsi klasik yaitu uji normalitas dengan menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov* dan uji linearitas. Kemudian, peneliti akan melakukan kategorisasi partisipan pada kedua variabel. Lalu, peneliti juga akan menguji validitas data dengan melihat nilai pada *corrected item-rest correlation* dan reliabilitas data dengan melihat nilai pada *cronbach alpha*. Pada penelitian ini juga akan digunakan uji korelasi dalam mengetahui hubungan antara variabel X (*maternal gatekeeping*) dan variabel Y (ENS) yang akan dilakukan pada program JASP.

HASIL

Profil Deskriptif Partisipan

Berdasarkan usia dan domisili, mayoritas partisipan berusia 50-54 tahun (31.77%) dengan domisili terbanyak di Pulau Jawa (35.51%). Berdasarkan lama pernikahan, mayoritas partisipan telah menikah selama 10-20 tahun (36.44%). Dengan selisih hanya dua partisipan,

ditemukan juga kebanyakan partisipan dtelah menikah selama 21-30 tahun (34.57%). Kemudian, berdasarkan jumlah anak dan frekuensi anak atau anak-anak pulang ke rumah, ditemukan kebanyakan partisipan memiliki sebanyak dua anak (42.99%) dengan frekuensi anak atau anak-anak pulang selama 1-3 kali dalam satu bulan (41.69%). Partisipan juga ditemukan banyak yang terlibat dalam sebanyak satu komunitas (35.51%). Kemudian, berdasarkan status pekerjaan suami, 55.14 persen partisipan memiliki suami yang bekerja penuh waktu (Tabel 1).

Tabel 1. Gambaran Data Demografis Partisipan (n=107)

Karakteristik Partisipan	Data Partisipan	Frekuensi	Persentase
Usia	40 - 44 tahun	26	24.29%
	45 - 49 tahun	24	22.43%
	50 - 54 tahun	34	31.77%
	55 - 59 tahun	14	13.08%
	60 - 65 tahun	9	8.41%
Domisili	Pulau Jawa	38	35.51%
	Pulau Sumatera	18	16.82%
	Pulau Kalimantan	16	14.95%
	Pulau Sulawesi	11	10.28%
	Pulau Bali/NTB/NTT	16	14.95%
	Pulau Papua	8	7.47%
Lama Pernikahan	< 10 tahun	12	11.21%
	10 - 20 tahun	39	36.44%
	21 - 30 tahun	37	34.57%
	31 - 40 tahun	18	16.82%
	> 40 tahun	1	0.93%
Jumlah Anak	1	28	26.16%
	2	46	42.99%
	3	23	21.49%
	> 3	10	9.34%
Rata-rata Frekuensi Anak/Anak-Anak Pulang ke Rumah	1 - 3 kali dalam 1 bulan	45	41.69%
	> 3 kali dalam 1 bulan	20	18.69%
	2 - 3 bulan sekali	15	14.01%
	> 3 bulan sekali	27	25.23%
Keikutsertaan dalam Komunitas	1	38	35.51%
	2	34	31.77%
	3	3	2.80%
	> 3	7	6.54%
	Tidak Tergabung	25	23.36%
Status Pekerjaan Suami	Bekerja Paruh Waktu	28	26.16%
	Bekerja Penuh Waktu	59	55.14%
	Tidak Bekerja atau Pensiun	20	18.69%

Uji Asumsi Klasik

Uji normalitas dilakukan dengan teknik statistik *Kolmogorov-Smirnov*. Berdasarkan hasil uji normalitas, ditemukan data pada variabel *mattering to children* dan ENS memiliki nilai $p < .001$

(Tabel 2). Oleh karena itu, data pada kedua variabel disimpulkan tidak berdistribusi normal karena nilai $p > 0.05$ (Ginting & Silitonga, 2019).

Tabel 2. Uji Normalitas

	<i>Materring to Children</i>	<i>Empty Nest Syndrome</i>
Mean	54.55	128.49
Std. Deviation	13.10	31.39
P-Value of Kolmogorov-Smirnov	<.001	<.001
Minimum	33	53
Maximum	81	170

Uji Hipotesa

Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman*, ditemukan variabel *materring to children* memiliki korelasi negatif signifikan dengan *empty nest syndrome* pada ibu rumah tangga dewasa madya di Indonesia dengan nilai $r = -0.686$ ($p < .001$).

Taba 3. Uji Hipotesa

Variabel	<i>Spearman's Rho</i>	<i>p-value</i>
<i>Materring to Children * Empty Nest Syndrome</i>	-0.686	<.001

Uji Tambahan

Berdasarkan tabel 4, dapat dilihat bahwa setiap dimensi *materring to children* berkorelasi negatif signifikan dengan variabel *empty nest syndrome*. Nilai korelasi tertinggi ada pada dimensi *awareness* dengan nilai korelasi $r = -0.735$ ($p < .001$), sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi persepsi bahwa ibu rumah tangga disadari dan dianggap penting kehadirannya oleh anaknya, semakin rendah tingkat ENS yang dirasakan oleh ibu rumah tangga.

Tabel 4. Uji Korelasi Dimensi *Materring to Children* dan ENS

Dimensi / Variabel	<i>Awareness</i>	<i>Importance</i>	<i>Reliance</i>
--------------------	------------------	-------------------	-----------------

<i>Empty Nest Syndrome</i>	<i>Spearman's Rho</i>	-0.735	-0.533	-0.542
	<i>p - value</i>	<.001	<.001	<.001

DISKUSI

Temuan penelitian ini membuktikan bahwa *mattring to children* berkorelasi negatif yang signifikan dengan ENS ($r = -.686$, $p < .001$). Korelasi negatif yang ada pada kedua variabel menjelaskan bahwa semakin rendah tingkat *mattring to children* maka semakin tinggi tingkat *empty nest syndrome* yang dirasakan oleh ibu rumah tangga. Begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan hipotesis yang diajukan pada awal penelitian, yaitu adanya korelasi negatif yang signifikan antara variabel *mattring to children* dengan variabel ENS.

Persepsi bahwa diri ibu rumah tangga penting dan bermakna bagi anaknya telah terbukti berhubungan dengan tingkat ENS yang dirasakan ibu rumah tangga ketika anaknya tidak lagi berada di rumah. Pada penelitian ini, mayoritas ibu rumah tangga memiliki tingkat *mattring to children* yang rendah (56.07%) dengan tingkat ENS yang tinggi (61.68%). Artinya, persepsi bahwa diri tidak lagi bermakna bagi anak secara nyata berkorelasi dengan meningkatnya gejala ENS pada ibu rumah tangga di Indonesia. Ini menunjukkan bahwa kebermaknaan relasional adalah faktor protektif emosional yang nyata dalam fase kehidupan *empty nest*. Lebih dari 50% ibu rumah tangga di Indonesia merasa dirinya tidak berperan penting dan bermakna bagi anaknya yang sudah tidak lagi tinggal di rumah. Alhasil, dalam menghadapi peristiwa ini, ibu rumah tangga merasakan kesepian, kesedihan, kehilangan peran, dan kehilangan makna. Sebaliknya, ibu rumah tangga yang merasa dirinya penting dan bermakna bagi anak-anaknya ditemukan memiliki tingkat ENS yang lebih rendah.

ENS dapat muncul karena adanya perubahan rutinitas yang terjadi pada ibu rumah tangga (Renata et al., 2021). Perubahan rutinitas pada keluarga akhirnya memicu ketidakyakinan ibu rumah tangga atas perannya sebagai seorang ibu kepada anaknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri et al. (2023), di mana banyak ibu yang merasa bahwa dirinya tidak lagi penting bagi anaknya ketika anak telah memiliki lingkungannya sendiri.

Mattring berbicara mengenai seseorang yang memiliki persepsi bahwa dirinya berperan penting dan bermakna bagi orang lain (Elliott et al., 2004). Seperti yang telah dibahas sebelumnya, peristiwa kepergian anak dari rumah menyebabkan perubahan rutinitas di dalam keluarga yang akhirnya memicu perasaan kehilangan peran dan identitas pada ibu rumah tangga. Dengan demikian, *mattring* dipercaya dapat membantu ibu rumah tangga dalam mengatasi perasaan

kehilangan peran dan identitasnya. Hal ini dikarenakan melalui persepsi penting dan bermakna bagi anaknya, ibu rumah tangga akan tetap merasa dirinya berperan penuh sebagai seorang ibu sekalipun interaksi yang dijalin dengan anak telah berubah.

Persepsi bahwa ibu rumah tangga tetap berperan penting dan bermakna berkaitan dengan eksistensi diri ibu di lingkungan anaknya. Elliott et al. (2011) juga menyatakan bahwa ibu banyak mendapatkan rasa bermakna melalui relasinya dengan anaknya. Ketika anak telah memiliki kehidupannya sendiri dan kurang berinteraksi dengan ibunya, ibu rumah tangga akan merasa dirinya tidak lagi diakui dan dihargai oleh anaknya. Hal ini dikarenakan interaksi yang terjadi bukan lagi sebuah pengalaman positif bagi ibu rumah tangga. Pengalaman positif seperti sebuah perasaan bahwa dirinya dicintai oleh orang lain dapat membuat individu merasa bermakna bagi orang lain (Ackerman, 2018). Maka dari itu, peran anak dalam usaha meningkatkan *mattering* pada ibu rumah tangga menjadi kunci penting dalam mengatasi kehilangan peran yang dialami ibu rumah tangga.

Relasi orang tua dan anak didefinisikan sebagai hubungan yang memiliki komunikasi, ekspektasi, kepercayaan, dan pengaruh yang bersifat dua arah antara orang tua dan anaknya (Driscoll & Pianta, 2011). Dari berbagai aspek yang terdapat di dalam hubungan orang tua dan anak, aspek komunikasi menjadi aspek yang menarik untuk dibahas. Hal ini karena ketika anak telah memiliki kesibukannya sendiri, komunikasi yang dijalin semakin minim dan umumnya hanya dilakukan melalui telepon atau jalur komunikasi lainnya. Maka, ketika komunikasi ini gagal dilakukan, tidak ada lagi interaksi khusus antara orang tua dan anaknya, padahal interaksi khusus inilah yang dapat menciptakan rasa *mattering* orang tua (Marshall & Lambert, 2006).

Temuan penelitian ini menunjukkan dimensi *awareness* menjadi dimensi yang memiliki korelasi negatif paling kuat dengan ENS dibandingkan dimensi lainnya ($r = -.735, p < .001$). Hal ini menunjukkan bahwa bagi ibu rumah tangga, persepsi bahwa keberadaan dirinya disadari oleh anak adalah bentuk validasi yang paling penting dan bermakna, meskipun ibu tinggal terpisah secara fisik dari anak. *Awareness* berbicara mengenai kehadiran ibu rumah tangga yang disadari oleh anaknya (Elliot et al., 2011). Artinya, semakin rendah persepsi ibu rumah tangga mengenai kehadirannya yang disadari oleh anaknya, semakin tinggi pula tingkat ENS yang dirasakan. Hal ini dapat terjadi karena kesadaran akan kehadiran diri yang dipersepsikan oleh ibu rumah tangga adalah hal yang penting untuk perasaan kebermaknaan diri (Elliott, 2009). Sedangkan, kebermaknaan diri berkaitan dengan eksistensi ibu rumah tangga di dalam lingkungan anaknya. Secara konsep, eksistensi diri merupakan bentuk kebutuhan manusia untuk mencari segala sesuatu yang penting dan bermakna (Blocher, 1974). Maka, dalam konteks penelitian ini, ketika

anak tidak lagi di rumah, ibu rumah tangga kehilangan apa yang dianggap penting dan bermakna yaitu perannya sebagai seorang ibu.

Perasaan kehilangan peran yang dialami oleh ibu rumah tangga dapat terjadi apabila ibu rumah tangga mempersepsikan dirinya tidak lagi diakui dan disadari kehadirannya di lingkungan anaknya. Sering kali, ketika anak telah pergi dari rumah dan menjalani kesibukannya, ibu rumah tangga dapat merasa bahwa interaksi yang dijalin dengan anaknya tidak cukup untuk membuat perannya diakui dan disadari di dalam lingkungan anaknya. Peristiwa ini terjadi pada partisipan penelitian Putri et al. (2023). Kecenderungan anak untuk melakukan interaksi yang secukupnya akhirnya membuat ibu rumah tangga mempersepsikan bahwa kehadirannya sebagai seorang ibu tidak lagi dianggap penting dan diakui. Perasaan ini lah yang akhirnya memicu perasaan kehilangan makna di dalam keluarga ketika anak tidak lagi di rumah. Perasaan kehilangan makna ini termasuk ke dalam salah satu respons ENS.

Kemudian, dimensi *reliance* memiliki korelasi terkuat kedua dengan tingkat ENS ($r=-.542$, $p<.001$). Dimensi *reliance* merupakan perasaan bahwa ibu rumah tangga penting dan bermakna jika anak memilih untuk meminta bantuan atau bergantung kepada ibu rumah tangga. Dengan kata lain, *reliance* adalah tentang ibu merasa dibutuhkan oleh anak-anaknya. Penelitian ini menemukan semakin rendah perasaan bahwa diri ibu rumah tangga diandalkan oleh anaknya, maka semakin tinggi tingkat ENS yang dialami ketika anak telah pergi dari rumah. Naluri seorang ibu adalah untuk menyediakan segala kebutuhan anak dari kecil hingga dewasa. Ketika anak akhirnya tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang dewasa, anak tidak lagi sepenuhnya meminta bantuan, saran, atau perhatian dari ibunya. Peristiwa ini pada akhirnya membuat ibu rumah tangga merasa dirinya tidak lagi berperan signifikan bagi anaknya hingga pada akhirnya merasa kehilangan peran (Putri et al., 2023). Hasil ini sejalan dengan pendapat Marshall dan Lambert (2006) yang menjelaskan bahwa kebermaknaan ibu rumah tangga muncul jika ia dapat berperan sebagai sumber bagi kebutuhan fisik dan emosional anak.

Tidak hanya itu, perubahan rutinitas dan interaksi khusus juga dapat membuat ibu rumah tangga merasa dirinya tidak lagi diandalkan oleh anaknya. Umumnya, di dalam sebuah keluarga, terdapat rutinitas-rutinitas khusus yang biasa dilakukan oleh orang tua dan anak, seperti bercerita, memasak untuk anak, dan rutinitas lainnya (Putri et al., 2023). Ketika rutinitas seperti ini tidak lagi dilakukan, ibu rumah tangga dapat merasa dirinya tidak penting lagi dan tidak lagi menjadi penyedia bagi anaknya. Akhirnya ibu rumah tangga dapat merasa dirinya tidak lagi berperan sebagai ibu bagi anaknya dan merasa kehilangan peran, sehingga memicu meningkatnya tingkat ENS pada ibu rumah tangga.

Selanjutnya, di dalam penelitian ini, dimensi *importance* menjadi dimensi yang memiliki korelasi dengan kekuatan paling rendah dengan ENS dibandingkan dimensi *materring to children* lainnya ($r=.533$, $p<.001$). Dimensi *importance* sendiri merupakan persepsi bahwa ibu rumah tangga menjadi perhatian dan minat bagi anaknya. Artinya, semakin rendah persepsi bahwa ibu rumah tangga masih diperhatikan oleh anaknya sekalipun anaknya tidak lagi tinggal di rumah, semakin tinggi juga tingkat ENS yang dirasakan oleh ibu rumah tangga.

Perhatian yang dipersepsikan berupa perhatian yang diberikan kepada ibu rumah tangga oleh anaknya. Di dalam hasil penelitian Marshall dan Lambert (2006), orang tua merasa penting dan bermakna apabila dirinya diperhatikan oleh anaknya. Persepsi ini dapat muncul dari perilaku verbal maupun non verbal yang menunjukkan afektivitas anak terhadap orang tuanya, sehingga orang tua merasa dirinya penting dan bermakna.

Flett (2022) menjelaskan bahwa kebermaknaan yang dicapai melalui eksistensi diri seseorang didapatkan melalui pengalaman interpersonal positif. Ketika anak menunjukkan kepeduliannya dan kasih sayangnya kepada ibu rumah tangga, ibu rumah tangga akan merasa bahwa dirinya dicintai, sehingga ibu rumah tangga mendapati nilai pengalaman yang positif. Ketika anak menunjukkan kepeduliannya dan dukungannya kepada ibu rumah tangga, kesejahteraan ibu rumah tangga pun dapat meningkat (Elliott et al., 2011). Begitu juga sebaliknya. Oleh karena itu, dengan perilaku afektif dan dukungan yang ditunjukkan anak, ibu rumah tangga dapat merasa bahwa dirinya masih penting dan dihargai, serta bermakna bagi anaknya. Akhirnya perasaan kehilangan peran, kehilangan makna, dan perasaan-perasaan negatif yang dialami saat ENS pun dapat berkurang.

Secara keseluruhan, *materring to children* dipercaya dapat mengurangi tingkat ENS. Flett (2022) menjelaskan bahwa orang dengan *materring* yang tinggi akan cenderung menunjukkan respon yang positif terhadap tantangan hidup, seperti peristiwa kehilangan anak dari rumah. Krygsman et al. (2022) juga berpendapat bahwa *materring* berhubungan dengan kehilangan peran yang dirasakan individu. Sayangnya, pada penelitian ini, mayoritas ibu rumah tangga di Indonesia masih memiliki tingkat *materring to children* yang rendah.

Dalam menyusun penelitian ini, tentunya penelitian tidak luput dari keterbatasan. Secara data demografis domisili partisipan, penyebaran data pada penelitian ini ditemukan kurang merata. Pulau Jawa menjadi domisili terbanyak di dalam penelitian ini, sedangkan penelitian ini ditujukan kepada seluruh Indonesia. Maka, seharusnya penyebaran data dapat dilakukan dengan jumlah yang lebih merata ke seluruh provinsi di Indonesia. Hal ini dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan data tidak berdistribusi dengan normal. Maka, selanjutnya, penyebaran data dapat ditujukan langsung atau meminta bantuan kepada komunitas-komunitas yang ada di

berbagai pulau di Indonesia, contohnya komunitas gereja. Selain itu, jumlah butir kuesioner yang terlalu banyak juga dapat menyebabkan jawaban partisipan yang terlalu ekstrim sehingga data tidak berdistribusi normal. Lalu, distribusi yang tidak normal akhirnya membuat data tidak dapat digeneralisasi. Kemudian, jumlah partisipan masih kurang untuk dilakukan uji beda pada data demografisnya, sehingga peneliti tidak dapat mengeksplor lebih lanjut mengenai perbedaan pada karakteristik partisipan.

Penelitian ini juga belum mengeksplor peran pasangan atau peran lingkungan sosial lain selain anak, sehingga membatasi pemahaman utuh terhadap faktor-faktor protektif ENS. Terakhir, penelitian mengenai *mattearing to children* dan ENS cukup terbatas saat ini, terutama pada konteks di Indonesia, sehingga peneliti kesulitan dalam mencari data pendukung untuk penelitian ini. Secara praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan intervensi berbasis relasional untuk memupuk persepsi kebermaknaan diri dan mengurangi gejala ENS pada ibu rumah tangga pasca kepergian anak dari rumah.

SIMPULAN

Melalui hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif signifikan antara *mattearing to children* dengan tingkat ENS pada ibu rumah tangga dewasa madya di Indonesia ($r = -.686, p < .001$). Dimensi *awareness* memiliki korelasi negatif yang paling kuat dengan variabel ENS dibandingkan dimensi lainnya ($r = -.735, p < .001$).

Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berpotensi berkaitan dengan *empty nest syndrome* pada ibu rumah tangga, mengingat penelitian pada kelompok partisipan ini masih jarang dilakukan. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi keluarga dan psikologi perkembangan, terutama dinamika ibu rumah tangga dalam fase *empty nest*.

REFERENSI

- Ackerman, C. E. (2018, February 6). *What is the meaning of life according to positive psychology?* PositivePsychology.com. <https://positivepsychology.com/meaning-of-life-positive-psychology/>
- Afzal, S., & Waraich, S. B. (2023). Impact of empty nest syndrome on well-being: A comparative study between working women and homemakers. *Journal of Psychological Studies*, 11(1), 959-966. <https://ijcrt.org/papers/IJCRT23A5306.pdf>
- Aiken, L. R., & Groth-Marnat, G. (2006). *Psychological Testing and Assessment 12th edition*. Pearson.
- Akmalah, N. (2014). Psychological well being pada ibu usia dewasa madya yang berada pada fase sangkar kosong. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 3(2), 87-95. <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpio3b7c175f22full.pdf>
- Apreviadizy, P., & Puspitacandri, A. (2014). Perbedaan Stress ditinjau dari ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(1), 58-65
- Arora, K., & Khanam, A. (2023). Empty nest syndrome in relation to life satisfaction among middle aged adults. *International Journal of Creative Research Thoughts (IJCRT)*, 11(6), 644-662. <https://ijcrt.org/papers/IJCRT2306184.pdf>
- Ayuningrum, D. (2019). Hubungan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dengan kemandirian. *Jurnal Inovatif Ilmu Pendidikan*, 1(1), 59-73.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (2016). *Ibu rumah tangga*. KBBI VI Daring. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/ibu%20rumah%20tangga>
- Blocher, D. H. (1974). *Developmental Counseling*. Ronald Press Company.
- Bougea, A., Despoti, A., & Vasilopoulos, E. (2020). Empty-nest-related psychosocial stress: Conceptual issues, future directions in economic crisis. *Psychiatriki*, 30(4), 329-338. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2019.304.329>
- Chang, Y., Guo, X., Guo, L., Li, Z., Yang, H., Yu, S., Sun, G., & Sun, Y. (2016). Comprehensive comparison between empty nest and non-empty nest elderly: A cross-sectional study among rural populations in Northeast China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(9), 857. <https://doi.org/10.3390/ijerph13090857>
- Christina, M., & Helsa. (2022). Hubungan antara mattering to peers dengan kesepian pada dewasa awal. *Psibernetika*, 15(1), 34-46. <http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v1i15.3298>
- Darmayanthi, N. P., & Lestari, M. D. (2017). From negative feeling to well adjusted person: Experience of middle-aged women in empty nest phase. *Proceedings of the Universitas Indonesia International Psychology Symposium for Undergraduate Research (UIPSUR 2017)*, 139. <https://doi.org/10.2991/uipsur-17.2018.20>

- Driscoll, K., & Pianta, R. C. (2011). Mothers' and fathers' perceptions of conflict and closeness in parent-child relationships during early childhood. *Journal of Early Childhood & Infant Psychology*, 7, 1-24.
- Elliott, G. C. (2009). *Family matters: The importance of mattering to family in adolescence*. John Wiley & Sons.
- Elliott, G. C., Cunningham, S. M., Colangelo, M., & Gelles, R. J. (2011). Perceived mattering to the family and physical violence within the family by adolescents. *Journal of Family Issues*, 32(8), 1007-1029. <https://doi.org/10.1177/0192513x11398932>.
- Frankl, V. E. (2017). *Man's Search for Meaning: Young Adult Edition*. Beacon Press.
- Ghafur, J. (2014). Manajemen waktu di usia madya untuk meminimalisir dampak dari empty nest syndrome. *Asian Journal of Innovation and Entrepreneurship*, 3(2), 120-125. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/7818>
- Ginting, M. C., & Silitonga, I. M. (2019). Pengaruh pendanaan dari luar perusahaan dan modal sendiri terhadap tingkat profitabilitas pada perusahaan property and real estate yang terdaftar di bursa efek indonesia. *Jurnal Manajemen*, 5(2), 195-204.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2012). *Research Methods for The Behavioral Sciences 4th ed.* Wadsworth Cengage Learning.
- Hartanto, A., Sim, L., Lee, D., Majeed, N.M., & Yong, J.C. (2024). Cultural contexts differentially shape parents' loneliness and wellbeing during the empty nest period. *Communications Psychology*, 3(2). <https://doi.org/10.1038/s44271-024-00156-8>
- Harususilo, Y. E. (2019, April 8). *Indonesia Urutan Ke-22 Dunia Terbanyak Mengirim Siswa Ke Luar Negeri*. KOMPAS.com. <https://edukasi.kompas.com/read/2019/04/08/17202111/indonesia-urutan-ke-22-dunia-terbanyak-mengirim-siswa-ke-luar-negeri>
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga
- Jhangiani, T., Dutta, M., Arundhati, Banerjee, T., & Jochan, G. M. (2022). Empty nest syndrome scale - Indian form (ENS-IF). *The International Journal of Indian Psychology*, 10(4), 612-627. <https://doi.org/10.25215/1004.059>
- Kamza, A. (2019). Attachment to mothers and fathers during middle childhood: An evidence from Polish sample. *BMC psychology*, 7, 1-18.
- Karananeethi, A., Prihadi, K. D., Ho, Y. M., Shoba, C., Nesan, G., Cahyanti, I. Y., & Surjaningrum, E. R. (2024). Achieving relationship satisfaction: Household gender equality and mattering. *International Journal of Public Health Science*, 13(1), 376-384.
- Krygsman, A., Farrell, A. H., Brittain, H., & Vaillancourt, T. (2021). Depression symptoms, mattering, and anti-mattering: Longitudinal associations in young adulthood. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(1), 77-94. <https://doi.org/10.1177/07342829211050519>

- Maldo, D. J., & Soetjiningsih, C. H. (2023). Kepuasan pernikahan dan empty nest syndrome pada ibu warga gereja GPIB di Surabaya. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 3(6), 73-79. <https://doi.org/10.31004/innovative.v3i6.6015>
- Marshall, S. K. (2001). Do I matter? Construct validation of adolescents' perceived mattering to parents and friends. *Journal of adolescence*, 24(4), 473-490.
- Marshall, S. L., & Lambert, J. D. (2006). Parental mattering: A qualitative inquiry into the tendency to evaluate the self as significant to one's children. *Journal of Family Issues*, 27, 1561-1582.
- Mukti, P., & Widyastuti, E. (2019). Kebahagiaan pada orang tua yang mengalami sindrom sarang kosong. *Jurnal Psikohumanika*, 11(2), 113-136. <https://doi.org/10.31001/j.psi.v11i2.671>
- Nasrulloh, M. N., & Hidayat, T. (2022). Budaya patriarki dalam rumah tangga (pemahaman teks Al-Qur'an dan kesetaraan gender). *Yudisia: Jurnal Pemikiran Hukum dan Hukum Islam*, 13(1), 139-158.
- Nga, G. J. E., Kurian, D., Prihadi, K. D., & Aziz, A. (2022). Mattering, social support, resilience and sense of empowerment during the pandemic. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 11(2), 615-622.
- Prihadi, K. D., Wong, C., Chong, E. Y., & Chong, K. Y. (2020). Suicidal thoughts among university students: The role of mattering, state self-esteem and depression level. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 9(3), 494-502.
- Purwoko, S. A. (2024). *Empty nest syndrome, tanda-tanda dan cara mengatasinya*. Hello Sehat. <https://hellosehat.com/mental/mental-lainnya/sindrom-sarang-kosong-empty-nest/>
- Puspitasari, D. A., & Maryanti, L. I. (2021). The relationship between religiosity and empty nest syndrome in the elderly. *Indonesian Journal of Islamic Studies*, 3, 10-21070.
- Putri, H. A., Siswanti, D. N., & Jafar, E. S. (2023). Gambaran penyesuaian diri pada ibu yang mengalami sindrom sarang kosong. *Journal of Correctional Issues*, 6(2), 419-430. <https://scholar.archive.org/work/efvfef4xe5di7m3honbo6bhihq/access/wayback/https://journal.poltekip.ac.id/jci/article/download/265/166/>
- Renata, A. D., Pangestu, C. F., Hermawan, E. V., Jusan, K., Thalia, V., & Hestyanti, Y. R. (2021). Peningkatan kesadaran 'sindrom sarang kosong': Menjembatani kesenjangan orang tua dengan remaja. *Prosiding SENAPENMAS*, 605. <https://doi.org/10.24912/psenapenmas.v0i0.15056>
- Santrock, J. W. (2018). *Life-span development*. McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tenda, H. P. U., Tumengkol, S. M., & Kawung, E. J. R. (2020). Peranan ibu rumah tangga dalam meningkatkan status sosial keluarga di Kelurahan Bahu Kecamatan Malayang Kota Manado. *HOLISTIK: Journal of Social and Culture*, 13(2), 1-15. <https://doi.org/https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/holistik/article/view/29323>



Zakiya, N., & Hariyadi, S. (2022). Nilai budaya kolektivisme dan perilaku asertif pada suku Jawa. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 11(2), 62-7