

Kebermaknaan Hidup Pada Usia Dewasa Madya Menghadapi Pengisian Sarang Kosong

(The Meaning of Life of Middle Age Adult Face Empty Nest Filling)

Bramanti Nindi Larassati

e-mail : bramantilarassati@yahoo.com

Abstract. The research is purposed to know how life meaning of the individu related adult age faces the filling of empty nest by pointed to the six components in meaning the life. First, self insight, the meaning of life, changing attitude, self commitment, directed activities, social support. This research conducted to three individuals coming on adult phase where their child return to the family house caused a problem. Data excavation is conducted by indepth interview and refer to the guide interview. Then, interview result is recorded using result instrument in MP3 and analysed with Miles and Hiberman model guided on teoritic frame used for get drawing from phenomena observed. The result is, the first, child is everything for them. Second, the return of the child with empty hand according to research result of the writer make the parent worrier and more carefull even more patient and calm in guiding their child, without override negative feeling situation when in the first acceptance the condition of the child unsuccess. Third, filled empty nest problem again is very advantage condition to be able pass through three concept adult phase development. First, trend of choice generalitifty than stagnation. Second, self transformation or condition be nature reaction to adult maturity in concious performed by the informan. Third, able to pass four internal conflicts finally can be received as part in adult development phase.

Key Words : adult, empty nest filling

Abstrak. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui bagaimana makna hidup dari individu yang termasuk dalam usia dewasa madya menghadapi sarang kosong yang terisi kembali dengan mengacu pada enam komponen dalam memaknai hidup. Pertama, pemahaman diri, makna hidup, perubahan sikap, keikatan diri, kegiatan terarah dan dukungan sosial. Penelitian ini dilakukan pada 3 individu yang masuk pada fase dewasa madya dimana anak mereka kembali ke rumah keluarga dikarenakan suatu permasalahan. Penggalian data dilakukan dengan wawancara dan mengacu pada pedoman wawancara. Hasil wawancara direkam menggunakan instrumen penelitian berupa MP3, kemudian dibuat transkrip, dan dianalisis dengan model Miles dan Huberman, berpedoman pada kerangka teoritik yang digunakan. Hasil yang diperoleh adalah pertama, anak merupakan segala-galanya. Kedua, kembalinya

anak ke orangtua dengan tangan hampa menurut hasil penelitian penulis justru memicu pada orangtua untuk lebih waspada dan berhati-hati bahkan lebih sabar dan tenang dalam membimbing buah hati mereka. Ketiga, permasalahan sarang kosong yang terisi kembali merupakan situasi yang sangat menguntungkan untuk dapat melalui ketiga konsep perkembangan fase dewasa madya.

Kata Kunci : dewasa madya, pengisian sarang kosong

Peristiwa penting dalam keluarga adalah beranjaknya seorang anak kedalam kehidupan dewasa, karir, atau keluarga yang terlepas dari keluarga tempat dia berasal. Dari peristiwa inilah kepuasan pernikahan akan mengalami penurunan karena orang tua memperoleh banyak kepuasan dari keberadaan anak-anaknya. Namun ketertarikan penulis justru bergeser kepada kebermaknaan hidup pada dewasa madya menghadapi pengisian sarang kosong oleh anaknya yang telah dewasa. Mengapa demikian? Karena ada beberapa alasan utama; bagi penulis antara lain.

Pertama, hasil penelitian menunjukkan bahwa efek dari sarang kosong pada pasangan suami istri dapat memberikan kesempatan untuk lebih dekat dikarenakan waktu yang dimiliki lebih banyak bagi satu sama lain. Sarang kosong dapat dikatakan sebagai transisi yang memiliki efek negatif yang sedikit dikarenakan masa postparental ini sering kali memberikan suatu kebebasan bagi pasangan untuk saling memberikan perhatian, serta banyak pasangan dewasa madya menggunakan fase sarang kosong atau empty nest ini sebagai kesempatan untuk berpetualang ataupun mengembangkan minat-minat baru menuju satu level lebih tinggi dalam kehidupan mereka. Empty nest ini bukanlah suatu tanda bahwa tugas sebagai orang tua akan berakhir, melainkan hal

tersebut merupakan suatu transisi menuju tahap baru, yaitu hubungan antara orang tua dengan anak yang telah dewasa.

Kedua, reaksi negatif atas datangnya situasi sarang kosong bagi usia dewasa madya. Sementara, pihak yang merasa bahwa masa transisi itu lebih berdampak negatif, ternyata bukanlah disebabkan oleh empty nest-nya, namun lebih berkaitan dengan masalah perkawinan yang mewarnai hubungan antara suami istri dan keluarga selama ini. Fase sarang kosong ini akan nampak lebih berat pada pasangan dewasa madya yang bergantung satu sama lain dalam hal mengasuh anak, ataupun mereka yang memiliki masalah dalam hubungan pernikahan yang sebelumnya mereka kesampingkan ataupun ditekan untuk kepentingan pengasuhan anak.

Ketiga, pengisian sarang kosong yang tersisi kembali oleh anak-anak mereka yang sudah dewasa memang terlihat wajar-wajar saja, apalagi melihat iklim ekonomi saat ini, orang tua akan membantu secara finansial, emosional maupun psikis, dan anak-anak menghargai bantuan tersebut. Namun kembalinya anak-anak yang telah dewasa ke tempat tinggal orang tuanya membutuhkan banyak penyesuaian. Keluarga butuh menyeimbangkan, penyesuaian dan pengaturan ulang dan tentunya tidak mudah.

Mengapa demikian? Karena disatu sisi harapan orang tua memiliki anak yang dewasa mandiri ternyata gagal, dan akhirnya anak-anak yang telah dewasa yang diharapkan dapat mandiri justru kembali mengisi sarang kosong yang pernah dia tinggalkan, entah karena perceraian, tidak beruntung dalam usaha dan seterusnya. Hal ini menjadi beban moral dan emosional tersendiri bagi para orang tua. Disisi lain, anak-anak yang telah dewasa tersebut telah terbiasa dengan kehidupan yang bebas, privasi, dan penuh gejolak, sedangkan keluhan bagi anak-anak yang telah dewasa kepada para orang tua adalah memperlakukan mereka seperti anak-anak (Santrock, 1995:162-163).

Keempat, hampir seluruh teori tentang perkembangan pada usia dewasa madya mengerucut pada kesimpulan bahwa mereka dalam situasi transisi. Kelima, beberapa kasus pengisian sarang kosong yang dialami oleh individu dewasa madya yang terjadi di lingkungan penulis yang menginspirasi penulis untuk mencoba mengetahui lebih rinci tentang makna hidup yang mereka dapatkan

Bergejolaknya kehidupan pada usia dewasa madya inilah yang menjadikan penulis ingin mengetahui lebih dalam bagaimana mereka memaknai kehidupan yang mereka miliki saat ini dihadapkan pada pengisian sarang kosong oleh anak mereka. Adapun beberapa hal tentang makna hidup yaitu ada tiga faktor yang menimbulkan makna dalam kehidupan manusia. Pertama, memaknai makna

kerja. Makna hidup bukanlah untuk dipertanyakan tetapi harus dijawab, karena kita bertanggung jawab atas hidup ini.

Makna dan nilai ini berhubungan dengan pekerjaan seseorang sebagai kontribusinya terhadap masyarakat. Kedua, memaknai makna cinta. Dalam cinta terjadi penerimaan penuh akan nilai-nilai, tanpa kontribusi maupun usaha dari yang dicintainya. Cinta akan mampu memperkaya si pecinta. Ketiga, memaknai makna penderitaan. Penderitaan memberikan suatu makna ketika individu menghadapi situasi kehidupan yang tak terhindari. Dalam penderitaan, individu berada dalam ketegangan atas apa yang seharusnya terjadi dalam kenyataan.

Individu yang masuk pada fase dewasa madya ini adalah individu dengan rentang usia antara 45 tahun sampai dengan memasuki 60an (Santrock 1995). Beberapa pandangan tentang fase dewasa madya akan menjelaskan bagaimana mereka melalui dan memasuki masa transisi dalam kehidupannya. Pandangan pertama, pandangan siklus kehidupan oleh Erikson. Erikson memahami bahwa orang dewasa usia tengah baya menghadapi persoalan hidup yang signifikan. Diantaranya adalah generativitas disatu sisi dan stagnasi di sisi lain. Generativitas meliputi rencana-rencana orang dewasa atas apa yang mereka harap dapat dikerjakan guna meninggalkan warisan dirinya sendiri pada generasi selanjutnya.

Melalui generatifitas orang dewasa mencapai semacam imoralitas dengan meninggalkan warisan seseorang pada generasi selanjutnya. Orang dewasa tengah baya mengembangkan generativitas dengan beberapa cara yang berbeda. Melalui:

Pertama, generativitas biologis yaitu hamil dan melahirkan anak. Kedua, melalui generativitas parental atau orang tua, orang dewasa memberikan asuhan dan bimbingan kepada anak-anak. Ketiga, melalui generativitas kerja, orang dewasa mengembangkan keahlian yang diturunkan kepada yang lain. Keempat, melalui generativitas cultural, orang dewasa menciptakan merenovasi atau memelihara aspek tertentu dalam kebudayaan itu sendiri. Pada saat yang bersamaan stagnasi atau yang biasa disebut dengan penyerapan diri berkembang ketika individu merasa bahwa mereka tidak melakukan apa-apa bagi generasi selanjutnya.

Kedua, transformasi dari Gould (Santrock, 1995: 168). Paruh kehidupan adalah sama bergejolaknya dengan masa remaja dengan pengecualian bahwa selama masa dewasa tengah usaha untuk menangani krisis berpeluang menghasilkan kehidupan yang lebih bahagia dan lebih sehat. Sejumlah 524 laki-laki serta perempuan yang telah diteliti olehnya, bahwa pada usia 20-an kita menerima peran-peran baru. Usia 30-an,

kita mulai merasa terjepit dengan tanggung jawab kita. Usia 40-an kita mulai merasakan perasaan bahwa hidup kita amat cepat berlalu. Dari hasil penelitian tersebut mengerucut bahwa menangani paruh kehidupan dan menyadari bahwa perasaan urgensi merupakan reaksi alami terhadap fase ini membantu kita menuju jalan kematangan yang dewasa.

Ketiga, musim-musim kehidupan manusia. Beliau menekankan bahwa tugas-tugas perkembangan harus dikuasai pada masing-masing fase. Pada masa dewasa awal dua tugas utama yang harus dikuasai adalah mengeksplorasi kemungkinan-kemungkinan bagi kehidupan dewasa dan mengembangkan struktur yang stabil. Fase ini disebut olehnya sebagai fase novice phase atau fase orang baru dari perkembangan orang dewasa. Pada akhir masa remaja seseorang, transisi dari dependensi ke independensi seharusnya terjadi. Transisi ini ditandai dengan pembentukan impian. Sebuah gambaran tentang jenis kehidupan yang ingin dialami oleh kaum muda, terutama dari segi karir dan pernikahan.

KEBERMAKNAAN HIDUP PADA MASA DEWASA MADYA MENGHADAPI SARANG KOSONG

Reaksi positif atas datangnya situasi sarang kosong bagi usia dewasa madya. Penelitian Fingerman (2000) menyebutkan, bahwa ternyata apa yang dikhawatirkan para orang tua dalam masa transisi "postparental", tidak terbukti. Mereka tidak merasakan empty-nest syndrome, seperti stress dan depresi karena kesepian dan kehampaan yang intens atau pun kehilangan makna dan gairah hidup. Riset tersebut menyebutkan, bahwa mereka - para orang tua yang di-riset, merasa lebih menikmati kebebasan, mereka pun memiliki kesempatan untuk memperbaiki dan membangun kembali hubungan yang lebih berkualitas dengan pasangan, punya waktu dan peluang lebih besar untuk melakukan hal-hal yang mereka sukai dan cita-citakan, namun selama ini tidak bisa karena terbatasnya kesempatan.

Para orang tua tersebut bahkan merasa bangga dan bahagia, ketika melihat anak-anak sanggup melangkah kaki, menjadi pribadi yang mandiri dan dewasa. Dan yang terpenting, hubungan antara orang tua dengan anak-anak mereka malah semakin berkualitas. Mengapa demikian? Alasannya karena berkurangnya stressor atau tekanan yang biasanya muncul ketika keduanya (orang tua - anak) tinggal satu rumah; apalagi ketika sang anak berada di usia remaja.

Mereka malah menganggap

bahwa pada masa ini merupakan masa yang menyenangkan atau berdampak positif bagi mereka karena mereka merasa telah berkurang stressor atau tekanan yang muncul ketika orang tua dan anak masih tinggal satu rumah dan justru pada masa itu mendatangkan manfaat lain, bisa menentukan kepuasan dan kebahagiaan orang tua dalam menjalani fase usia dewasa madya ini. Kedua, reaksi negatif atas datangnya situasi sarang kosong bagi usia dewasa madya. Sementara, pihak yang merasa bahwa masa transisi itu lebih berdampak negatif, ternyata bukanlah disebabkan oleh empty nest-nya, namun lebih berkaitan dengan masalah perkawinan yang mewarnai hubungan antara suami istri dan keluarga selama ini. Tingkatan stres dapat bertambah ketika sudah terdapat ketegangan di dalam hubungan kehidupan dewasa madya.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini untuk menentukan subjek penelitian atau informan adalah dengan cara purposif. Cara purposif adalah informan ditentukan oleh peneliti dengan berdasarkan pada pertimbangan-pertimbangan tertentu.

Subjek yang dipilih dengan cara purposif ini merupakan informan yang diharapkan berkompeten dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan. Terdapat 3 subyek dalam penelitian ini subyek pertama (49 tahun), subyek kedua (51 tahun), dan subyek ketiga (51 tahun). Ketiga subyek adalah individu yang termasuk ke dalam fase usia dewasa madya dan ketiganya memiliki pengisian sarang kosong oleh anak mereka.

Teknik penggalan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (field research) dengan menggunakan wawancara mendalam (indepth interview) dan mengacu pada pedoman wawancara (guide interview) yang berisi petunjuk secara garis besar tentang proses dan isi wawancara. Selanjutnya hasil wawancara tersebut direkam dengan menggunakan instrumen penelitian berupa MP3 agar keaslian pernyataan dari subjek tetap terjaga. Kemudian penulis menggunakan metode pengamatan atau observasi secara terus menerus yang dimulai ketika bulan Juli tahun 2011 sampai dengan bulan Januari 2012, serta member check kepada subyek penelitian pada

setiap akhir wawancara, sehingga informasi yang telah diperoleh dan yang digunakan dalam penulisan laporan dapat sesuai dengan apa yang dimaksud oleh informan atau subyek penelitian. Untuk itu, dalam member check ini dilakukan setiap akhir wawancara secara informal dengan mengulang secara garis besar informasi-informasi yang telah diutarakan oleh subyek penelitian sebagai data agar sesuai dengan pandangan para subyek.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil pengamatan dan wawancara terhadap ketiga subyek, dapat ditemukan bahwa ketiga subyek dapat melalui dan mengatasi berbagai permasalahan yang timbul pada fase dewasa madya yang dihadapkan pada konflik internal dalam diri mereka maupun eksternal yang ditimbulkan oleh kembalinya anak mereka dalam rumah. Ketiga subyek mengalami sedikit kesulitan pada awal pengisian sarang kosong terjadi, kemudian dengan komunikasi yang dilakukan bersama anggota keluarga,

ubyek dapat mengatasi kesulitan tersebut dan memaknai kehidupan mereka melalui kegiatan-kegiatan yang mereka lakukan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan beberapa hal yaitu: **yang Pertama**, anak merupakan segala-galanya bagi mereka maka kembalinya anak yang belum dapat menuju kemandirian dan memutuskan tinggal bersama orangtua justru sebagai pendorong bagi para orang-orang yang berusia dewasa madya mengevaluasi secara menyeluruh terhadap dirinya. **Kedua**, kembalinya anak ke orangtua dengan tangan hampa menurut hasil penelitian penulis justru memicu pada orangtua untuk lebih waspada dan berhati-hati bahkan lebih sabar dan tenang dalam membimbing buah hati mereka, tanpa mengesampingkan situasi perasaan negatif ketika pada awal penerimaan keadaan anak yang tidak berhasil. **Ketiga**, permasalahan sarang kosong yang terisi kembali merupakan situasi yang sangat menguntungkan untuk dapat melalui ketiga konsep perkembangan fase dewasa madya. **Pertama**, kecenderungan memilih generatifitas daripada stagnasi. **Kedua**, transformasi atau kesadaran diri yang menjadi reaksi alamiah menuju kematangan dewasa yang secara sadar diperagakan oleh informan. **Ketiga**, dapat melampaui keempat konflik internal yang

akhirnya dapat diterima sebagai bagian dalam fase perkembangan dewasa madya. **Keempat**, dari hasil penelitian lapangan dengan pijakan teoritis maka orangtua yang dihadapkan pada pengisian sarang kosong yang terisi berhasil mengatasi krisis di fase ini. Informan cenderung justru memilih menjadi tua daripada menjadi muda, memilih, condong memilih konstruktif daripada destruktif, lebih feminis daripada maskulin dikarenakan para informan dalam menghadapi permasalahan serta mengatasinya, mereka lalui dengan kesabaran. Kemudian lebih memilih bersiap-siap terlepas dari orang lain daripada bergantung ke orang lain. **Kelima**, melalui penelitian yang dilakukan, subyek merasakan kelegaan dan merasa dihargai dengan cara mengkomunikasikan permasalahan yang sedang dihadapi kepada penulis.

SIMPULAN

Kajian yang mengambil ruang lingkup dewasa madya masih butuh untuk dikembangkan ruang kajiannya mengingat tema yang berhubungan dewasa madya masih jarang dijumpai. Kemudian, tema tentang pengisian empty nest merupakan kajian yang butuh diapresiasi lebih. Hal ini mengingat langkanya peneliti yang memusatkan perhatian pada tema tersebut dan diharapkan dapat bertambah.

Tema tentang permasalahan keluarga merupakan sesuatu hal yang masih terbilang tabu dan sensitif untuk diangkat bagi beberapa keluarga, sehingga dibutuhkan sikap hati-hati dan empati agar tidak menyinggung perasaan subyek penelitian dengan mengedepankan privasi subyek dan memperhatikan etika penelitian perkembangan manusia.

PUSTAKA ACUAN

Fingerman. (2000). We had a nice little chat : Age and generational differences in mothers and daughters descriptions of enjoyable visits, *Journal of gerontology : psychological sciences and social sciences*, Vol. 55, No.2, 95-106.

Santrock, J.W. (1995), *Live-span development*. Jakarta: Erlangga.