

ABSTRAK

Nurul Akmalah, 110810179, *Psychological Well Being* pada Ibu Usia Dewasa Madya yang Berada pada Fase Sangkar Kosong, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2012.

xviii + 170 halaman, 4 lampiran

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika dan faktor-faktor yang mempengaruhi psychological well being yang terjadi pada ibu yang berada pada fase sangkar kosong. Psychological well being adalah keadaan sehat secara psikologis di mana individu dapat menerima kelebihan dan kelemahannya, memiliki hubungan yang baik dan hangat dengan orang lain, mampu mengarahkan perilakunya sendiri, mampu mengembangkan potensinya secara berkelanjutan, mampu menguasai lingkungan sekitarnya, serta memiliki tujuan dan arah dalam hidupnya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus intrinsik. Jumlah subyek dalam penelitian ini adalah tiga orang ibu usia dewasa madya yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga, telah ditinggal oleh anak-anaknya selama lebih kurang dua tahun (berada pada fase sangkar kosong). Subyek penelitian dipilih dengan teknik purposive sampling. Pengambilan data dilakukan di Kediri dan Surabaya dengan menggunakan teknik wawancara dan observasi. Pengolahan data dilakukan dengan analisa tematik dengan tiga koding (open, axial, selective).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu usia dewasa madya yang berada pada fase sangkar kosong mengalami perasaan sedih dan merasa kehilangan anak-anak, bahkan ada yang merasa stres, khawatir, dan kehilangan perannya sebagai seorang ibu. Muncul 3 jenis dinamika psychological well being pada ibu yang berada pada fase sangkar kosong. Dimensi penguasaan lingkungan muncul dengan karakteristik dapat mengatur dan memanfaatkan lingkungan sekitarnya dengan lebih baik dan juga aktif terlibat dalam kegiatan yang ada di lingkungan sekitarnya. Dimensi tujuan hidup juga terlihat dengan adanya prinsip hidup yang diyakini, sehingga mampu mengarahkan hidupnya dengan baik. Dimensi otonomi tergambarkan dari semangat berjuang untuk kehidupan yang lebih baik bersama anak-anak dan cucu-cucunya. Beberapa faktor yang mempengaruhi kondisi psychological well being pada ibu usia dewasa madya pada fase ini adalah dukungan sosial, tingkat religiusitas, dan adanya aktivitas tambahan.

Kata kunci: Psychological well being, ibu usia dewasa madya, fase sangkar kosong

Daftar Pustaka, 34 (1975 - 2011)