

ABSTRAK

Nama : Widya Syayidatus Solihat

Fakultas : Psikologi

Universitas : Universitas YARSI

Judul Skripsi : **“Peranan Kesepian dan Distres Psikologis Terhadap Kepuasan Hidup pada Ayah yang Berada di Periode *Empty Nest*”**

Orangtua yang berada pada periode *empty nest* umumnya akan mengalami berbagai macam perasaan negatif, seperti cemas, depresi, kehilangan, sedih, sepi, dan perasaan putus asa yang sering disebut sebagai *empty nest syndrome*. Dalam *empty nest syndrome* kesepian merupakan gejala yang sering dirasakan orangtua. Begitu pula dengan perasaan cemas, depresi, dan sedih termasuk dalam distres psikologis yang rentan dialami saat periode *empty nest*. Perasaan sepi dan distres psikologis ini merupakan faktor yang dapat berpengaruh terhadap tingkat kesejahteraan psikologis orangtua, terutama pada kepuasan hidup. Sementara itu, Islam memandang bahwa kesedihan, kegelisahan, kesepian, dan ketidaktenangan merupakan suatu cobaan yang sesungguhnya mampu dihadapi dengan baik. Namun, hal ini bergantung bagaimana ia selalu bersyukur dan cara melibatkan Allah dalam setiap kondisinya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peranan antara kesepian dan distres psikologis terhadap kepuasan hidup pada ayah yang berada di periode *empty nest*. Sampel yang digunakan berjumlah 104 ayah yang berada pada periode *empty nest* dan berdomisili di Jakarta, Jawa Barat, dan Tangerang. Penelitian ini menggunakan adaptasi alat ukur UCLA, K10, dan LSITA. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesepian dan distres psikologis berperan signifikan secara simultan terhadap kepuasan hidup pada ayah yang berada di periode *empty nest*, yaitu 41,4%. Selain itu, hasil pengujian analisis jalur menunjukkan bahwa kesepian berperan secara signifikan terhadap kepuasan hidup ($p= 0,000$) dengan besaran kontribusi sebesar 34,7%. Di sisi lain, distres psikologis tidak berperan secara signifikan terhadap kepuasan hidup ($p= 0,266$) dengan besaran kontribusi 0,9%.

Kata Kunci : Periode *empty nest*; *empty nest syndrome*; kesepian; distres psikologis; kepuasan hidup pada Ayah