

---

**HUBUNGAN ANTARA INTIMACY TERHADAP MARITAL  
SATISFACTION PADA PASANGAN EMPTY NEST**

**Winka Wijayanti<sup>1</sup>, Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati<sup>2</sup>**  
[winkawijayanti29@gmail.com](mailto:winkawijayanti29@gmail.com)<sup>1</sup>, [ratriana.kusumiati@uksw.edu](mailto:ratriana.kusumiati@uksw.edu)<sup>2</sup>  
**Universitas Kristen Satya Wacana**

**Abstrak**

Fase empty nest merupakan masa transisi dalam kehidupan keluarga ketika anak-anak telah hidup mandiri dan tidak lagi tinggal bersama orang tua, sehingga pasangan suami istri kembali berfokus pada hubungan pernikahan mereka. Kondisi ini menuntut penyesuaian relasional yang dapat memengaruhi tingkat kepuasan pernikahan. Salah satu faktor yang diperkirakan berperan penting dalam menjaga kepuasan pernikahan pada fase ini adalah intimacy. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intimacy dan marital satisfaction pada pasangan empty nest. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 100 orang dengan rentang usia 44-63 tahun yang diperoleh melalui teknik snowball sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Personal Assessment of Intimacy in Relationship (PAIR) dan ENRICH Marital Satisfaction Scale. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman's rho yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara intimacy dan marital satisfaction dengan nilai koefisien sebesar  $r = 0,553$  dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tingkat intimacy yang dimiliki pasangan empty nest, semakin tinggi pula tingkat kepuasan pernikahan yang dirasakan. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan intimacy dalam menjaga kualitas dan kepuasan hubungan pernikahan pada pasangan yang berada dalam fase empty nest.

**Kata Kunci:** Intimacy, Marital Satisfaction, Empty Nest, Pasangan Suami Istri.

**Abstract**

*Students face various academic demands during their studies that require confidence in their abilities. One factor that is thought to play a role in shaping this confidence is a growth mindset. This study aims to determine the relationship between growth mindset and academic self-efficacy among undergraduate students enrolled in 2022 in Central Java. This study uses a quantitative approach with a correlational research design. The research subjects consisted of 112 students. The research instruments were the Growth Mindset Scale to measure growth mindset and the Academic Self-Efficacy to measure academic self-efficacy. Data analysis was performed using Spearman's rho correlation because the data were not normally distributed. The results showed a significant positive relationship between growth mindset and academic self-efficacy ( $r = 0,373$ ;  $p < 0,01$ ). These findings indicate that students with a higher growth mindset tend to have better self-efficacy.*

**Keywords:** Intimacy, Marital Satisfaction, Empty Nest, Married Couples.

## PENDAHULUAN

Perkembangan kehidupan manusia merupakan proses yang berlangsung sepanjang rentang kehidupan dan melibatkan perubahan fisik, kognitif, sosial, serta emosional yang saling berkaitan (Santrock, 2019). Pada masa dewasa, individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan yang menuntut penyesuaian peran dan tanggung jawab, salah satunya adalah membangun dan mempertahankan hubungan pernikahan yang sehat dan bermakna (Arnett, 2015). Pernikahan tidak hanya dipahami sebagai ikatan legal antara dua individu, tetapi juga sebagai relasi interpersonal yang melibatkan komitmen jangka panjang, kedekatan emosional, kerja sama, serta pembagian peran dalam kehidupan sehari-hari (Olson & DeFrain, 2011).

Dalam kehidupan pernikahan, setiap pasangan pada umumnya memiliki harapan untuk mencapai kebahagiaan dan kualitas hidup yang baik. Salah satu indikator penting yang mencerminkan kualitas hubungan tersebut adalah kepuasan pernikahan (*marital satisfaction*). Kepuasan pernikahan menggambarkan sejauh mana individu merasa puas, nyaman, dan terpenuhi kebutuhannya dalam hubungan pernikahan, baik secara emosional, psikologis, maupun relasional (Stone & Shackelford dalam Elfira et al., 2022). Kepuasan pernikahan menjadi aspek yang fundamental karena rendahnya kepuasan pernikahan dapat memicu konflik berkepanjangan, menurunnya kedekatan emosional, hingga berujung pada keretakan rumah tangga (Himawan, 2017).

Fenomena kepuasan pernikahan pada masa dewasa saat ini menunjukkan dinamika yang semakin kompleks. Perubahan peran dalam keluarga, tuntutan pekerjaan, serta pergeseran nilai sosial menuntut pasangan untuk terus melakukan penyesuaian dalam relasi pernikahan mereka (Carr & Springer, 2010). Tidak semua pasangan mampu mempertahankan kepuasan pernikahan yang stabil dalam menghadapi perubahan tersebut, sehingga kepuasan pernikahan dapat mengalami fluktuasi sepanjang rentang kehidupan pernikahan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan bukanlah sesuatu yang bersifat statis, melainkan dinamis dan sangat dipengaruhi oleh konteks kehidupan yang sedang dihadapi pasangan.

Salah satu fase kehidupan keluarga yang menuntut penyesuaian relasional yang signifikan adalah fase *empty nest*. Fase ini terjadi ketika anak-anak telah mencapai kemandirian dan tidak lagi tinggal bersama orang tua, sehingga pasangan suami istri kembali berfokus pada hubungan mereka sebagai pasangan (Carter & McGoldrick, 1999). Pada fase ini, pasangan sering kali menghadapi perubahan suasana rumah yang sebelumnya ramai menjadi lebih sepi, berkurangnya peran pengasuhan, serta munculnya perasaan kehilangan, kesepian, dan kebingungan dalam memaknai peran baru sebagai orang tua (Hurlock, 2007).

Fenomena *empty nest* kerap dikaitkan dengan munculnya *empty nest syndrome*, yaitu kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan sedih, kehilangan makna, kesepian, hingga gejala depresi ketika anak meninggalkan rumah (Purwoko, 2024). Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu, tetapi juga berpotensi memengaruhi kualitas hubungan pernikahan. Pasangan yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan perubahan peran dan dinamika hubungan pada fase *empty nest* berisiko mengalami penurunan kepuasan pernikahan, meningkatnya konflik, serta menjauh secara emosional satu sama lain.

Penelitian oleh Mutmainnah et al. (2024) menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar wanita dewasa madya berada pada kategori kepuasan pernikahan sedang hingga tinggi, mayoritas partisipan tetap mengalami *empty nest syndrome* pada tingkat sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa kepuasan pernikahan yang dimiliki pasangan tidak serta-merta melindungi mereka dari dampak emosional fase *empty nest*. Hasil ini sejalan dengan penelitian Mulyani dan Kristinawati (2021) yang menemukan bahwa individu yang mengalami *empty nest* cenderung merasakan perasaan negatif seperti sedih, kehilangan, dan kebingungan dalam menemukan makna hidup setelah anak-anak tidak lagi tinggal bersama mereka. Dengan

demikian, kepuasan pernikahan pada pasangan empty nest dapat berada dalam kondisi yang rentan dan membutuhkan faktor-faktor pendukung agar tetap terjaga.

Dengan adanya gambaran fenomena tersebut, dapat diketahui bahwa kepuasan pernikahan pada pasangan empty nest dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satu faktor yang dianggap memiliki peran penting dalam mempertahankan kualitas hubungan pernikahan pada fase ini adalah intimacy. Intimacy merujuk pada kedekatan emosional, keterbukaan, rasa saling percaya, serta kemampuan pasangan untuk saling berbagi perasaan dan pengalaman secara mendalam (Neff & Karney, 2017). Intimacy tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga keterhubungan emosional dan psikologis yang menjadi fondasi dalam hubungan pernikahan.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa intimacy memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan pernikahan. Penelitian oleh Alifah Farha (2023) menemukan bahwa keintiman memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap marital satisfaction dibandingkan kematangan emosi pada pasangan dewasa awal. Penelitian lain oleh Aseka et al. (2024) juga menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara intimacy dan marital satisfaction pada pasangan menikah. Pasangan yang memiliki intimacy yang baik cenderung lebih mampu beradaptasi dengan perubahan, mengelola konflik secara konstruktif, serta mempertahankan kedekatan emosional dalam hubungan pernikahan.

Namun demikian, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa intimacy bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kepuasan pernikahan. Berkos dan Denham (2017) menyatakan bahwa faktor lain seperti komunikasi, komitmen, empati, serta ekspektasi terhadap pasangan turut berperan dalam menentukan kualitas hubungan pernikahan. Meskipun demikian, intimacy tetap dipilih sebagai fokus dalam penelitian ini karena pada fase empty nest, pasangan tidak lagi disatukan oleh peran pengasuhan anak yang intens. Pada kondisi ini, kualitas kedekatan emosional dan keterhubungan antara suami dan istri menjadi faktor utama dalam menjaga kepuasan pernikahan dan mencegah munculnya jarak emosional.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa masih terdapat kesenjangan penelitian terkait peran intimacy terhadap marital satisfaction pada pasangan empty nest. Penelitian mengenai intimacy dan kepuasan pernikahan masih lebih banyak difokuskan pada pasangan usia muda atau dewasa awal, sementara kajian pada pasangan empty nest masih terbatas. Padahal, tanpa pemahaman yang memadai mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepuasan pernikahan pada fase empty nest, pasangan berisiko mengalami penurunan kualitas hubungan, kesepian berkepanjangan, serta gangguan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi untuk mengkaji hubungan antara intimacy dan marital satisfaction pada pasangan empty nest, guna memberikan kontribusi ilmiah serta menjadi dasar bagi upaya preventif dan intervensi dalam menjaga kualitas pernikahan pada fase kehidupan keluarga tersebut.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Adapun metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian korelasional untuk mengetahui apakah ada hubungan antara intimacy terhadap marital satisfaction pada pasangan empty nest. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dan mengukur sejauh mana kedua variabel tersebut saling berhubungan.

## **HASIL PENELITIAN**

### **A. Orientasi Kancan Penelitian dan Pengumpulan Data Penelitian**

Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skor variabel Intimacy (X) dan Marital Satisfaction (Y). Kedua variabel tersebut kemudian dijadikan dasar penyusunan instrumen penelitian. Pengambilan data dilakukan menggunakan Google Form yang berisi informed

consent, data diri, dan skala alat ukur psikologis yang disebarakan melalui aplikasi WhatsApp, baik melalui grup maupun pesan pribadi Twitter, dan Instagram. Pengambilan data dimulai pada hari Senin, 4 Agustus 2025 sampai tanggal 10 Januari 2026 dengan total partisipan sebanyak 100 partisipan. Selanjutnya para responden akan meneruskan link kuesioner kepada individu lain yang memiliki karakteristik serupa, yaitu pasangan suami istri yang mengalami sedang mengalami fase empty nest.

## **B. Partisipan Penelitian**

### **1.Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia**

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 100 orang. Peneliti mengelompokkan data partisipan berdasarkan usia untuk melihat sebaran responden dalam penelitian ini. Sebanyak 108 orang telah mengisi kuesioner yang disebarakan, namun hanya 100 partisipan saja yang akan diambil sebagai sampel dalam penelitian ini dan dari data tersebut diketahui bahwa partisipan berada pada rentang usia antara 44-63 tahun. Pengelompokan ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi usia responden. Adapun untuk rincian usia partisipan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1 Data Usia Responden

| <b>Usia (Tahun)</b> | <b>Jumlah</b> | <b>%</b>    |
|---------------------|---------------|-------------|
| 44 - 48             | 23            | 23%         |
| 49 - 53             | 44            | 44%         |
| 54 - 58             | 29            | 29%         |
| 59 - 63             | 4             | 4%          |
| <b>Total</b>        | <b>100</b>    | <b>100%</b> |

### **2.Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia Pernikahan**

Peneliti melakukan pengelompokan data berdasarkan usia pernikahan untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai karakteristik responden. Dari 100 partisipan, peneliti kemudian mengelompokkan sesuai dengan rentang usia pernikahan agar analisis data dapat dilakukan dengan lebih terarah dan sesuai dengan tujuan penelitian.

Tabel 2 Data Usia Pernikahan

| <b>Usia (Tahun)</b> | <b>Jumlah</b> | <b>%</b>    |
|---------------------|---------------|-------------|
| 23 - 27             | 23            | 23%         |
| 28 - 32             | 44            | 44%         |
| 33 - 27             | 29            | 29%         |
| <b>Total</b>        | <b>100</b>    | <b>100%</b> |

### **3.Deskripsi Subjek Berdasarkan Domisili**

Peneliti juga mengelompokkan data partisipan berdasarkan domisili yang bertujuan untuk mengetahui gambaran umum persebaran wilayah tempat tinggal responden dengan rincian domisili yang disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3 Data Domisili

| <b>Domisili</b> | <b>Jumlah</b> | <b>%</b>    |
|-----------------|---------------|-------------|
| Jawa Tengah     | 45            | 45%         |
| Jawa Barat      | 25            | 25%         |
| Jawa Timur      | 19            | 19%         |
| DKI Jakarta     | 7             | 7%          |
| DI Yogyakarta   | 4             | 4%          |
| <b>Total</b>    | <b>100</b>    | <b>100%</b> |

## **C. Hasil Penelitian**

### **1.Hasil Statistik Deskriptif**

Setelah seluruh data terkait dengan intimacy dan marital satisfaction terkumpul, data tersebut dimasukkan ke dalam Microsoft Excel dan melanjutkan proses analisis menggunakan program SPSS versi 25. Analisis ini bertujuan untuk memperoleh gambaran umum mengenai

data penelitian melalui statistik deskriptif yang meliputi rata rata atau mean, standar deviasi, serta nilai minimum dan maksimum data dari masing-masing variabel. Hasil perhitungan statistik deskriptif tersebut dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4 Statistik Deskriptif

| Variabel                    | N   | Minimum | Maximum | Mean   | Std.dev |
|-----------------------------|-----|---------|---------|--------|---------|
| <i>Intimacy</i>             | 100 | 50      | 167     | 126,20 | 33,013  |
| <i>Marital Satisfaction</i> | 100 | 22      | 75      | 51,58  | 12,934  |
| Valid N (listwise)          | 100 |         |         |        |         |

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, diketahui bahwa variabel X (*Intimacy*) dan Y (*Marital Satisfaction*) memiliki jumlah responden sebanyak 100 orang. Skor minimum pada variabel X (*Intimacy*) sebesar 50 dan skor maksimum sebesar 167, dengan nilai rata rata (mean) sebesar 126,20. Serta standar deviasi sebesar 33,013. Sementara itu, variabel Y (*Marital Satisfaction*) memiliki skor minimum sebesar 22 dan skor maksimum sebesar 75. Nilai rata rata (mean) variabel Y sebesar 51,85 dengan standar deviasi sebesar 12,934.

## 2. Kategorisasi *Intimacy*

Tabel 5 Kategorisasi *Intimacy*

| Kategori     | Interval     | Jumlah     | Presentase  | Mean   |
|--------------|--------------|------------|-------------|--------|
| Tinggi       | $X > 136,5$  | 39         | 39%         |        |
| Sedang       | 97,5 – 136,5 | 39         | 39%         | 126,20 |
| Rendah       | $X < 97,5$   | 22         | 22%         |        |
| <b>Total</b> |              | <b>100</b> | <b>100%</b> |        |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat *intimacy* pada pasangan yang mengalami *empty nest* paling banyak berada pada kategori sedang, untuk presentase kategori sedang dan tinggi masing-masing sebanyak 39 responden (39%). Sementara itu, sebanyak 22 responden (22%) berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *intimacy* pada kategori sedang hingga tinggi.

## 3. Kategorisasi *Marital Satisfaction*

Tabel 6 Kategorisasi *Marital Satisfaction*

| Kategori     | Interval      | Jumlah     | Presentase  | Mean  |
|--------------|---------------|------------|-------------|-------|
| Tinggi       | $X > 61,83$   | 30         | 30%         |       |
| Sedang       | 44,17 – 61,83 | 39         | 39%         | 51,58 |
| Rendah       | $X < 44,17$   | 31         | 31%         |       |
| <b>Total</b> |               | <b>100</b> | <b>100%</b> |       |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa variabel *marital satisfaction* menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori sedang sebanyak 39 responden atau sekitar 39% dari total sebanyak 100 partisipan. Sementara itu, terdapat 31 responden (31%) yang berada pada kategori rendah dan 30 responden (30%) termasuk dalam kategori rendah.

## 4. Hasil Uji Asumsi

### A. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji kolmogorov-smirnov. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan menurut Azwar (2013), apabila nilai signifikansi  $< 0,05$  maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal, sedangkan jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data dianggap berdistribusi normal. Berdasarkan tabel berikut diketahui bahwa nilai signifikansi pada kolom *Asymp. Sig (2-tailed)* adalah 0,181 yang berarti lebih besar dari 0,05. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 7 Uji Normalitas

|   |                       | <i>Unstandardized Residual</i> |
|---|-----------------------|--------------------------------|
| N                                       |                       | 100                            |
| <i>Normal Parameters</i> <sup>a-b</sup> | <i>Mean</i>           | ,0000000                       |
|   | <i>Std. Deviation</i> | 10,56882825                    |
| <i>Most Extreme Differences</i>         | <i>Absolute</i>       | ,075                           |
|   | <i>Positive</i>       | ,075                           |
|   | <i>Negative</i>       | -,064                          |
| <i>Test Statistic</i>                   |                       | ,075                           |
| <i>Asymp Sig. (2-tailed)</i>            |                       | ,181 <sup>c</sup>              |

## B. Uji Linearitas

Tabel 8 Uji Linearitas

|                                       |                       |                                | <i>Sum of Squares</i> | <i>Df</i> | <i>Mean Square</i> | <i>F</i> | <i>Sig.</i> |
|---------------------------------------|-----------------------|--------------------------------|-----------------------|-----------|--------------------|----------|-------------|
| <i>Intimacy* Marital Satisfaction</i> | <i>Between Groups</i> | <i>(Combined)</i>              | 13358,435             | 54        | 247,378            | 3,476    | 0,000       |
|                                       |                       | <i>Linearity</i>               | 5502,437              | 1         | 5502,437           | 77,322   | 0,000       |
|                                       |                       | <i>Deviation for Linearity</i> | 7855,997              | 53        | 148,226            | 2,083    | 0,006       |
|                                       | <i>Within Group</i>   |                                | 3202,315              | 45        | 71,163             |          |             |
|                                       | <i>Total</i>          |                                | 16560,750             | 99        |                    |          |             |

Berdasarkan tabel 8 hasil uji linearitas antara variabel intimacy dan marital satisfaction menunjukkan bahwa nilai signifikansi linearity sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan nilai signifikan deviation from linearity sebesar 0,006 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara intimacy dan marital satisfaction bersifat tidak linear sehingga pengujian hipotesis dilakukan dengan uji korelasi Spearman's rho.

## 5. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel intimacy (X) dan marital satisfaction (Y). Karena data tidak berdistribusi normal, maka pengujian dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi Spearman sehingga diketahui hasil seperti tabel berikut:

|                |      |                         | Intimacy | Marital Satisfaction |
|----------------|------|-------------------------|----------|----------------------|
| Spearman's rho | PAIR | Correlation Coefficient | 1.000    | .553                 |
|                |      | Sig. (2- tailed)        |          | .000                 |
| MS             |      | N                       | 100      | 100                  |
|                |      | Correlation Coefficient | .553     | 1.000                |
|                |      | Sig. (2-tailed)         | .000     |                      |
|                |      | N                       | 100      | 100                  |

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman's rho, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,553$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel X (intimacy) dan variabel Y (marital satisfaction). Dengan demikian hubungan tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi intimacy semakin tinggi pula marital satisfaction.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intimacy terhadap marital satisfaction pada pasangan empty nest. Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman's rho, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,553$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara intimacy dan marital satisfaction, yang berarti semakin tinggi tingkat intimacy yang dimiliki pasangan empty nest, semakin tinggi pula tingkat marital satisfaction yang dirasakan. Dengan demikian, hipotesis

penelitian dapat diterima. Secara teoritis hasil penelitian ini sejalan dengan dengan teori Fowers dan Olson (1993) yang menyatakan bahwa marital satisfaction merupakan pengalaman subjektif berupa perasaan puas dan bahagia dalam hubungan pernikahan, yang dipengaruhi oleh kualitas interaksi antara pasangan dimana salah satunya melalui intimacy. Intimacy dipahami sebagai kedekatan emosional, keterbukaan, rasa saling percaya, serta kebersamaan dalam berbagai aspek kehidupan (Schaefer & Olson, 1981). Dalam fase empty nest, ketika pasangan tidak lagi terfokus pada peran pengasuhan anak, hubungan suami istri kembali menjadi pusat utama dalam kehidupan berkeluarga, sehingga kualitas intimacy memegang peranan penting dalam menjaga kepuasan pernikahan.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa intimacy berhubungan positif dengan marital satisfaction (Aseka et al., 2024; Farha, 2023). Pasangan yang memiliki keterbukaan emosional, komunikasi yang baik, serta mampu menghabiskan waktu bersama cenderung merasa lebih puas dalam pernikahannya. Temuan ini memperkuat hasil penelitian bahwa intimacy tetap menjadi salah satu faktor penting dalam membentuk kepuasan pernikahan, termasuk pada pasangan yang berada dalam fase empty nest.

Dalam konteks pasangan empty nest, fase ini sering kali dipandang sebagai masa transisi yang dapat menimbulkan perasaan kehilangan, kesepian, atau perubahan peran. Namun, fase ini juga dapat menjadi kesempatan bagi pasangan untuk membangun kembali kedekatan emosional yang sebelumnya berkurang akibat kesibukan dalam mengasuh anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori intimacy dan marital satisfaction yang sedang hingga tinggi, hal tersebut mengindikasikan bahwa banyak pasangan mampu menyesuaikan diri secara positif dan memanfaatkan fase empty nest ini untuk memperkuat hubungan pernikahan mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian Tracy et al. (2021) yang menyatakan bahwa fase empty nest dapat meningkatkan kedekatan pernikahan apabila pasangan mampu beradaptasi dengan baik. Sebaliknya, pasangan dengan tingkat intimacy yang rendah berpotensi mengalami penurunan marital satisfaction, terutama karena munculnya perasaan kesepian dan keterasingan emosional. Temuan ini didukung dengan penelitian Abedi et al. (2020) yang menyatakan bahwa perasaan kesepian pada individu empty nest berkaitan dengan penurunan kepuasan pernikahan. Oleh karena itu, intimacy dapat dipandang sebagai faktor pelindung yang dapat membantu pasangan untuk mempertahankan kualitas hubungan dan kepuasan pernikahan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intimacy memberikan sumbangan efektif sebesar 33,2% terhadap marital satisfaction, yang mengindikasikan bahwa intimacy berperan penting dalam kepuasan pernikahan pada pasangan empty nest, hal tersebut menunjukkan adanya faktor lain yang turut memengaruhi marital satisfaction. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan pengkajian variabel lain untuk memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh. Selain itu, penggunaan kuesioner self report dan pengumpulan data secara daring menyebabkan data bergantung pada persepsi subjektif responden serta tidak memungkinkan adanya klarifikasi langsung terhadap jawaban responden.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara intimacy dan marital satisfaction pada pasangan empty nest. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat intimacy yang dimiliki pasangan, semakin tinggi pula tingkat kepuasan pernikahan yang dirasakan dalam menjalani hubungan pernikahan pada fase empty nest. Hasil penelitian ini juga mengindikasikan bahwa intimacy memiliki peran penting dalam menjaga kualitas hubungan pernikahan, khususnya pada pasangan yang

berada dalam fase empty nest, dimana fokus hubungan suami istri kembali tertuju pada relasi pasangan setelah berkurangnya peran pengasuhan anak. Dengan adanya kedekatan emosional, keterbukaan, dan kebersamaan, pasangan cenderung mampu mempertahankan kepuasan pernikahan meskipun menghadapi perubahan peran dalam menjalani kehidupan berumah tangga.

2. Berdasarkan hasil kategorisasi data, tingkat intimacy pada pasangan empty nest secara umum berada pada kategori sedang hingga tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasangan memiliki kedekatan emosional, keterbukaan, serta rasa saling percaya yang cukup baik dalam hubungan pernikahan meskipun telah mengalami perubahan peran keluarga setelah anak-anak meninggalkan rumah.
3. Hasil kategorisasi terhadap marital satisfaction menunjukkan bahwa tingkat kepuasan pernikahan pasangan empty nest juga berada pada kategori sedang hingga tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa pasangan pada fase empty nest secara umum masih merasa cukup puas terhadap hubungan pernikahan yang dijalani, baik dalam aspek emosional, komunikasi, maupun relasi sebagai pasangan suami istri.
4. Intimacy memberikan sumbangan efektif sebesar 33,2% terhadap marital satisfaction pada pasangan empty nest. Hal ini menunjukkan bahwa intimacy merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi dalam membentuk kepuasan pernikahan. Namun demikian, masih terdapat presentase varians lain yang dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar intimacy yang turut berperan dalam menentukan tingkat kepuasan pernikahan pasangan empty nest.

#### **Saran**

1. Bagi pasangan yang menghadapi fase empty nest disarankan untuk lebih menyadari pentingnya intimacy dalam menjaga kepuasan pernikahan. Pasangan dapat secara aktif membangun kembali kedekatan emosional melalui peningkatan kualitas komunikasi, saling berbagi perasaan dan pengalaman, serta menciptakan aktivitas bersama yang bermakna. Upaya tersebut diharapkan dapat membantu pasangan menyesuaikan diri dengan perubahan peran setelah anak-anak mereka hidup mandiri.
2. Bagi lembaga yang bergerak di bidang kesejahteraan keluarga diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai dasar dalam merancang program pendampingan, konseling, maupun psikoedukasi bagi pasangan dewasa madya dan lansia. Program tersebut dapat difokuskan pada penguatan intimacy dan kualitas relasi pasangan, sehingga pasangan lebih siap menghadapi fase empty nest tanpa mengalami penurunan kepuasan pernikahan.
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian mengenai marital satisfaction dengan melibatkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kepuasan pernikahan, seperti komunikasi, empati, komitmen, dan nilai religius, serta mengkaji berbagai fase kehidupan pernikahan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abedi, P., Afshari, P., Yaralizadeh, M., & Dastoorpoor, M. (2020). Does loneliness following empty nest impair sexual function and satisfaction of middle-aged Iranian women? *Sexuality & Culture*, 24(6), 2045–2055. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09735-3>
- Adam, R., et al. (2017). Couples intimacy and marital satisfaction in non-hysterectomy cervical cancer patients: A qualitative study. *Journal of Psychosocial Oncology*, 35(5), 1–15. <https://doi.org/10.1080/07347332.2017.1329561>
- Agusdewitanti, H., Tambunan, S. M., & Retnaningsih. (2015). Kelekatan dan intimasi pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 18–24.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Aseka, O. E., Ileri, W. N., & Menecha, B. J. (2024). Intimacy and marital satisfaction among Christian married couples in two selected churches in Nairobi County, Kenya. *Journal of Sociology*,

- Psychology & Religious Studies, 6(1), 13–23. <https://doi.org/10.53819/81018102t7008>
- Atwater, E., & Duffy, K. G. (1999). *Psychology for living: Adjustment, growth, and behavior today* (6th ed.). Prentice Hall.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Berkos, K. M., & Denham, J. (2017). Intimacy, marital satisfaction, and third-party imagined interactions. *Imagination, Cognition and Personality*, 36(3), 312–330. <https://doi.org/10.1177/0276236616683897>
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62, 96–110.
- Brisini, K. S. C., & Solomon, D. H. (2021). Distinguishing relational turbulence, marital satisfaction, and parenting stress as predictors of ineffective arguing among parents of children with autism. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(1), 65–83. <https://doi.org/10.1177/0265407520958197>
- Carr, D., & Springer, K. W. (2010). Advances in families and health research in the 21st century. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 743–761.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1989). *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (2nd ed.). Allyn & Bacon.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1999). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives*. Allyn & Bacon.
- Duvall, E. M., & Miller, B. C. (1985). *Marriage and family development* (6th ed.). Harper & Row.
- Elfira, Y., Suhaili, N., Marjohan, I., & Afdal. (2022). Implikasi narrative therapy berbasis nilai-nilai bundo kanduang untuk meningkatkan kepuasan pernikahan pasangan usia dini. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 7(1), 63–70. <https://doi.org/10.29210/30031498000>
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. International Universities Press.
- Farha, A. (2023). Kematangan emosi, intimacy, dan kepuasan pernikahan pada dewasa awal. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 2007–2015.
- Fitriah, F., Meiyuntariningsih, T., & Arsitawati, A. R. (2022). Kepuasan pernikahan pasangan suami istri: Bagaimana peranan komunikasi interpersonal. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 528–538.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). ENRICH marital satisfaction scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 176–185. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.7.2.176>
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. David McKay.
- Himawan, K. K. (2017). Jealousy and relationship satisfaction among Indonesian dating adults. *PsyCh Journal*, 6(4), 328–329.
- Hurlock, E. B. (2007). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Lee, E. J., & Papp, L. M. (2021). Empty nest status, marital closeness, and perceived health: Testing couples' direct and moderated associations with an actor-partner interdependence model. *The Family Journal*, 30(1), 30–35. <https://doi.org/10.1177/10664807211027287>
- Meri. (2014). Pengaruh keintiman dan empati terhadap kepuasan perkawinan pada istri di Kelurahan Sempaja Selatan Samarinda. *Psikoborneo*, 2(3), 199–206.
- Muhammad, A., Uyun, M., & Hadinata, E. O. (2021). Komitmen pernikahan dengan kepuasan pernikahan di Desa Mulyo Agung. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(3), 365–375. <https://doi.org/10.19109/ijobs.v1i3.11389>
- Mulyani, P. D., & Wahyuni, K. (2021). An overview of the empty nest and loneliness in single mothers living alone in Juwana Village. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2), 249–258.
- Mutmainnah, Siswanti, D. N., & Jafar, E. S. (2024). Hubungan antara kepuasan pernikahan dengan empty nest syndrome pada wanita dewasa madya. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 3(6), 6968–6973.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2017). Acknowledging the elephant in the room: How stressful environmental contexts shape relationship dynamics. *Current Opinion in Psychology*, 13, 107–110.

- Olson, D. H., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2011). *Marriage and families: Intimacy, diversity, and strengths* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Park, Y. J., & Kim, H. S. (2017). A dyadic examination of marital quality at the empty-nest phase. *Journal of Family Psychology, 31*(2), 164–174. <https://doi.org/10.1037/fam0000259>
- Purwoko, S. A. (2024). Empty nest syndrome, perasaan hampa saat anak pergi dari rumah. *Hello Sehat*. <https://hellosehat.com/mental/mental-lainnya/sindrom-sarang-kosong-empty-nest/>
- Putama, R. A. (2022). Kepuasan komunikasi sebagai variabel mediator pada pengaruh manajemen konflik terhadap kepuasan pernikahan (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Malang.
- Robinson, L. C., & Blanton, P. W. (1993). Marital strengths in enduring marriages. *Family Relations, 42*(1), 38–45. <https://doi.org/10.2307/584919>
- Roscoe, B., Kennedy, D., & Pope, T. (1987). Adolescents' view of intimacy: Distinguishing intimate from nonintimate relationships. *Adolescence, 22*(87), 511–518.
- Saidiyah, S., & Julianto, V. (2016). Problem pernikahan dan strategi penyelesaiannya: Studi kasus pada pasangan suami istri dengan usia perkawinan di bawah sepuluh tahun. *Jurnal Psikologi Undip, 15*(2), 124–133.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development*. McGraw-Hill.
- Saxton, L. (1986). *The individual, marriage, and the family*. Wadsworth.
- Schaefer, M. T., & Olson, D. H. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. *Journal of Marital and Family Therapy, 7*(1), 47–60.
- Seccombe, K., & Warner, R. L. (2004). *Marriages and families: Relationships in social context*. Thomson Wadsworth.
- Sternberg, R. J. (1988). *The triangular theory of love: Intimacy, passion, commitment*. Basic Books.
- Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology, 27*, 313–335.
- Stone, E. A., & Shackelford, T. K. (2006). Marital satisfaction. In T. K. Shackelford & J. L. Weekes-Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of family psychology*. Sage Publications.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Susanti, E., Maryana, & Rochma, I. (2024). Kepuasan pernikahan pada individu yang telah menikah. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi, 7*(1), 109–124.
- Tracy, E. L., & Putney, J. M., & Papp, L. M. (2021). Empty nest status, marital closeness, and perceived health; testing couples' direct and moderated associations with an actor-partner interdependence model. *The Family Journal, 30*(1), 30-35. <https://doi.org/10.1177/10664807211027287>