

ABSTRAK

HUBUNGAN INISIASI PENGEMBANGAN DIRI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA *EMPTY NESTER*

Mariska Andini, Lita Heni Kusumawardani, Kinantika Nur Dewanti

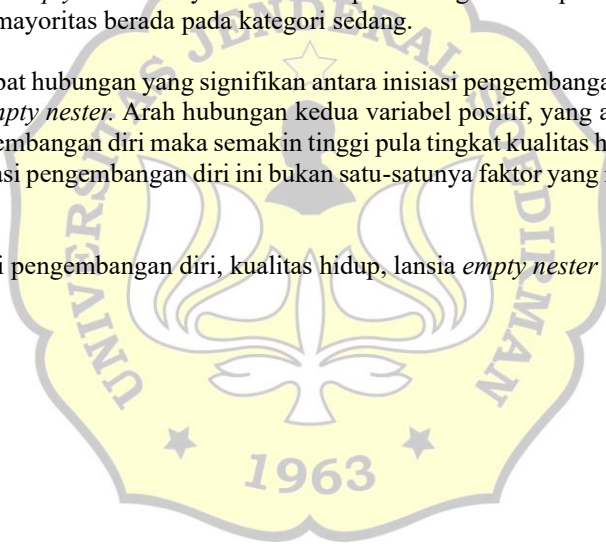
Latar Belakang: *Empty nest syndrome* merupakan salah satu permasalahan psikologis pada lansia yang dapat menyebabkan kesepian, depresi, dan penurunan mental. Inisiasi pengembangan diri menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup, namun belum ada penelitian yang membahas pengembangan diri pada lansia *empty nester*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan inisiasi pengembangan diri dengan kualitas hidup pada lansia *empty nester*.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara *random sampling* sebanyak 108 responden dengan kriteria inklusi dan eksklusi pada bulan September – Desember 2025. Pengukuran menggunakan instrumen *Personal Growth Initiative Scale* (PGIS) dan WHOQOL BREF yang telah teruji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan uji korelasi *Somers'd*.

Hasil Penelitian: Terdapat hubungan yang signifikan antara inisiasi pengembangan diri dan kualitas hidup lansia *empty nester* ($p \text{ value} = 0,001$) dengan tingkat korelasi lemah ($r = 0,269$). Tingkat kualitas hidup lansia *empty nester* mayoritas berada pada kategori cukup baik, sedangkan inisiasi pengembangan diri mayoritas berada pada kategori sedang.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara inisiasi pengembangan diri dengan kualitas hidup pada lansia *empty nester*. Arah hubungan kedua variabel positif, yang artinya semakin tinggi tingkat inisiasi pengembangan diri maka semakin tinggi pula tingkat kualitas hidup dari lansia *empty nester*. Namun, inisiasi pengembangan diri ini bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kualitas hidup.

Kata Kunci: inisiasi pengembangan diri, kualitas hidup, lansia *empty nester*



ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONAL GROWTH INITIATIVE AND QUALITY OF LIFE AMONG EMPTY NESTER ELDERLY

Mariska Andini, Lita Heni Kusumawardani, Kinantika Nur Dewanti

Background: Empty nest syndrome is a psychological condition experienced by older adults that may lead to loneliness, depression, and mental decline. Personal growth initiative is considered one of the efforts to improve quality of life, however studies focusing on personal growth initiative among empty nester elderly remain limited. This study aimed to examine the relationship between personal growth initiative and quality of life among empty nester elderly.

Methods: This study employed a cross-sectional design. A total of 108 respondents were selected using random sampling based on inclusion and exclusion criteria between September and December 2025. Data were collected using the Personal Growth Initiative Scale (PGIS) and the WHOQOL-BREF, both of which have been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using the Somers' d correlation test.

Results: The results showed a significant relationship between personal growth initiative and quality of life among empty nester elderly ($p = 0.001$), with a weak correlation strength ($r = 0.269$). Most respondents had a moderately good level of quality of life, while the majority demonstrated a moderate level of personal growth initiative.

Conclusion: There is a significant and positive relationship between personal growth initiative and quality of life among empty nester elderly, indicating that higher levels of personal growth initiative are associated with better quality of life. However, personal growth initiative is not the sole factor influencing quality of life in empty nester elderly.

Keywords: empty nester elderly, personal growth initiative, quality of life

