

**GENERASI *SANDWICH*: STUDI DAMPAK PSIKOSOSIAL PADA
MASYARAKAT DI KELURAHAN KOTA KARANG**

(Skripsi)

Oleh

DINI MAULIA PUTRI

NPM 2116011088



**FAKULTAS ILMU SOSIAL ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

**GENERASI *SANDWICH*: STUDI DAMPAK PSIKOSOSIAL PADA
MASYARAKAT DI KELURAHAN KOTA KARANG**

**Oleh
DINI MAULIA PUTRI**

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA SOSIOLOGI**

Pada

**Jurusan Sosiologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik**



**FAKULTAS ILMU SOSIAL ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG**

2025

ABSTRAK

“GENERASI SANDWICH: STUDI DAMPAK PSIKOSOSIAL PADA MASYARAKAT DI KELURAHAN KOTA KARANG”

Oleh

DINI MAULIA PUTRI

Fenomena generasi *sandwich* menggambarkan individu usia produktif yang harus menanggung beban dua generasi sekaligus, yakni orang tua lanjut usia dan anak atau saudara yang belum mandiri, baik secara finansial maupun emosional. Kondisi ini menciptakan tekanan psikologis dan sosial yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor penyebab dan dampak psikososial yang dialami oleh generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang, Kota Bandar Lampung. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data diperoleh melalui observasi, dokumentasi dan wawancara mendalam terhadap dua belas informan generasi *sandwich*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab terbagi menjadi dua kategori, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup keterbatasan ekonomi dan minimnya perencanaan finansial, peran ganda, kesiapan emosional yang rendah, kekhawatiran terhadap kemampuan memenuhi kebutuhan serta minimnya waktu untuk diri sendiri. Faktor eksternal meliputi minimnya dukungan keluarga, tekanan sosial lingkungan, nilai budaya resiprositas dan tanggung jawab moral pribadi. Dampak psikososial yang dialami meliputi stres, kelelahan, gangguan tidur, ketegangan emosional, penarikan diri dari lingkungan sosial, dan konflik keluarga. Namun, sebagian informan menunjukkan respons adaptif, seperti menarik diri sebagai strategi perlindungan, nilai tanggung jawab yang dimaknai secara positif, serta membentuk relasi resiprokal dengan keluarga. Variasi respons tersebut dipengaruhi oleh usia, pengalaman, pekerjaan, dan dukungan sosial. Penelitian ini menyimpulkan bahwa tekanan psikososial generasi *sandwich* bersifat kompleks dan saling berkaitan dengan kondisi personal maupun lingkungan sosialnya.

Kata Kunci: Generasi *Sandwich*, Dampak Psikososial, Konflik Peran, Kelurahan Kota Karang

ABSTRACT

"THE SANDWICH GENERATION: A STUDY OF THE PSYCHOSOCIAL IMPACT ON THE COMMUNITY IN THE KOTA KARANG VILLAGE"

By

DINI MAULIA PUTRI

The sandwich generation refers to individuals of productive age who bear the responsibility of supporting two generations simultaneously elderly parents and children or siblings who are not yet financially or emotionally independent. This condition creates complex psychological and social pressures. This study aims to analyze the contributing factors and the psychosocial impacts experienced by the sandwich generation in Kota Karang, Bandar Lampung City. The research employs a qualitative method with a phenomenological approach. Data were collected through observation, documentation, and in-depth interviews with twelve informants identified as members of the sandwich generation. The findings indicate that the causes of psychosocial pressure fall into two main categories: internal and external factors. Internal factors include economic limitations, lack of financial planning, multiple roles, low emotional readiness, anxiety about meeting family needs, and limited personal time. External factors involve lack of family support, social pressure, cultural values of reciprocity, and personal moral responsibility. The psychosocial impacts include stress, fatigue, sleep disturbances, emotional tension, social withdrawal, and family conflict. However, some informants demonstrated adaptive responses such as withdrawal as a protective strategy, interpreting responsibility positively, and forming reciprocal relationships within the family. These varied responses are influenced by age, life experience, occupation, and social support. This study concludes that the psychosocial burden of the sandwich generation is complex and closely linked to both personal conditions and the surrounding social environment.

Keywords: Sandwich Generation, Psychosocial Impact, Role Conflict, Kota Karang Village

Judul Skripsi : **Generasi *Sandwich*: Studi Dampak Psikososial
Pada Masyarakat di Kelurahan Kota Karang**

Nama Mahasiswa : **Dini Maulia Putri**

Nomor Pokok Mahasiswa : **2116011088**

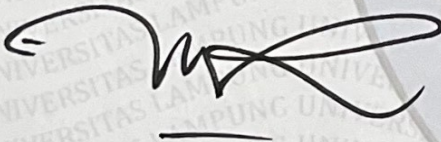
Program Studi : **Sosiologi**

Fakultas : **Ilmu Sosial dan Ilmu Politik**

MENYETUJUI

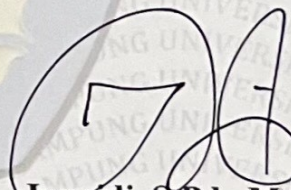
1. Komisi Pembimbing

Pembimbing Utama,



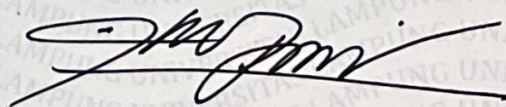
Drs. Usman Raidar, M.Si.
NIP. 19601119 198802 1 001

Pembimbing Pembantu,



Junaidi, S.Pd., M.Sos.
NIP. 19910901 201903 1 010

2. Ketua Jurusan Sosiologi

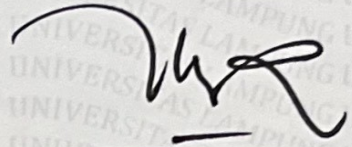


Damar Wibisono, S.Sos., M.A.
NIP. 19850315 201404 1 002

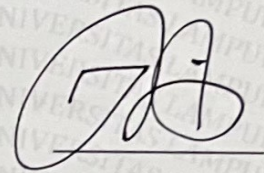
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

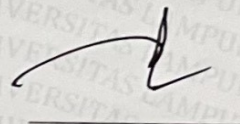
Ketua : Drs. Usman Raidar, M.Si.



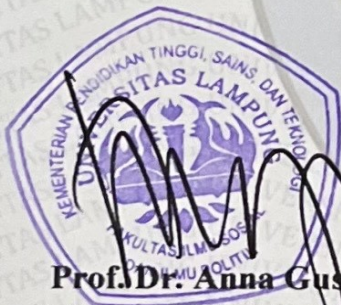
Pembimbing Pembantu : Junaidi, S.Pd., M.Sos.



Penguji Utama : Dra. Anita Damayantie, M.H.



2. Dekan Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



Prof. Dr. Anna Gustina Zainal, S.Sos., M.Si.

NIP. 197608212000032001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 29 Juli 2025

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik di Universitas Lampung maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari Komisi Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi.

Bandar Lampung, 29 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Dini Maulia Putri
NPM 2116011088

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Dini Maulia Putri, yang lahir di Bandar Lampung pada tanggal 6 Maret 2003. Anak pertama dari Bapak Maulana Insani dan Ibu Dahlia, serta kakak dari Muhammad Azzam Abiyyu dan Almarhumah Adinda Zhafira. Berkewarganegaraan Indonesia, serta menganut Agama Islam.

Penulis menempuh pendidikan di SD Negeri 1 Kota Karang dan lulus di tahun 2014. Kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 6 Bandar Lampung dan lulus tahun 2017, serta melanjutkan pendidikan menengah atas di SMK Negeri 3 Bandar Lampung dan lulus pada tahun 2020. Satu tahun berikutnya, penulis melanjutkan pendidikan tingkat tinggi, di Jurusan Sosiologi FISIP Universitas Lampung melalui jalur SBMPTN.

Selama perkuliahan, penulis aktif di beberapa kegiatan kampus dan bergabung di HMJ Sosiologi Universitas Lampung sebagai bendahara pada divisi Minat dan Bakat pada tahun 2022-2023. Pada tahun 2024, penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) selama 40 hari di Desa Pakuan Baru, Kecamatan Pakuan Ratu, Kabupaten Way Kanan. Pada tahun yang sama, penulis mengikuti Program Magang dan Studi Independen Bersertifikat (MSIB) Angkatan 6 selama 5 bulan di Bakrie Center Foundation penempatan pada Divisi TB Workplace di Inisiatif Lampung Sehat Provinsi Lampung.

MOTTO

"La tahzan innallaha ma'ana."

(Q.S. At-Taubah: 40)

"Setiap orang memiliki alur hidupnya masing-masing, kamu tidak tertinggal oleh siapapun, dan kamu tidak mendahului apapun."

(Anonymous)

*"Teruslah jalan, terus berjalan. Kaki mungilku yang terus menahan beban.
Teruslah jalan, terus berjalan. Sebentar lagi, kau akan sampai tujuan."*

(Yura Yunita)

"Keberuntungan terbesar adalah kemampuan untuk selalu bangkit. Dunia tidak membentukmu: perjuanganmu yang menentukan siapa kamu."

(Dini Maulia Putri)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil Alamin,

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Generasi *Sandwich*: Studi Dampak Psikososial Pada Masyarakat di Kelurahan Kota Karang.” Penulis mempersembahkan tulisan ini sebagai bentuk rasa sayang dan terima kasih kepada:

Keluargaku

Teruntuk Bapak Maulana Insani dan Ibu Dahlia, Adik penulis Muhammad Azzam Abiyyu dan Adinda Zhafira, Nenek Ros dan Kakek Yasin, Nenek Sumiati dan Kakek Aliudin, serta seluruh keluarga penulis.

Terima kasih atas cinta dan kasih sayang yang selalu tercurahkan. Atas segala doa, didikan, dukungan, dan pengorbanan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tulisan ini dan terus melangkah maju menuju kesuksesan dunia dan akhirat.

Guru dan Dosen

Terima kasih telah memberikan ilmu, bimbingan, ruang untuk berkembang, dan pengalaman berharga bagi penulis sehingga dapat menjadi bekal penulis untuk menempuh perjalanan selanjutnya.

Sahabat

Terima kasih telah menjadi pelipur lara dalam hari-hari yang berat dengan dukungan yang tidak pernah pudar. Semoga bahagia selalu menyertai kalian.

Jurusan tercinta

Sosiologi FISIP Universitas Lampung

SANWACANA

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah mencurahkan karunia dan hidayahnya sehingga penulis dapat melangkah jauh hingga di titik ini. Shalawat serta salam penulis lantunkan kepada Nabi Muhammad SAW yang penulis harapkan syafaatnya di hari akhir kelak. Penulis mengucapkan terima kasih atas doa dan dukungan kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam proses penelitian dan penulisan skripsi yang berjudul "**Generasi Sandwich: Studi Dampak Psikososial Pada Masyarakat di Kelurahan Kota Karang**" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya suatu usaha maksimal, bimbingan serta bantuan baik moril maupun materiil dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan ridho serta keberkahan ilmunya, penulis sudah diberikan kesehatan, kekuatan dan kemampuan dalam proses penyusunan skripsi;
2. Rektor, Wakil Rektor dan segenap pimpinan serta tenaga kerja Universitas Lampung;
3. Ibu Prof. Dr. Anna Gustina Zainal, S.Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung;
4. Bapak Damar Wibisono, S.Sos., M.A., selaku Ketua Jurusan Sosiologi sekaligus dosen pembimbing akademik. Terima kasih atas segala kesempatan, dan pengalaman berharga yang telah diberikan penulis;
5. Bapak Drs. Usman Raidar, M.Si. selaku dosen pembimbing utama dan Bapak Junaidi, S.Pd., M.Sos. selaku dosen pembimbing pendukung. Terima kasih telah meluangkan waktunya untuk membantu, memberikan bimbingan dan ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan

skripsi ini dengan tuntas. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan bapak, dan selalu diberikan kesehatan serta keberkahan oleh Allah SWT Amin ya rabbal alamin;

6. Ibu Dra. Anita Damayantie, M.H. selaku dosen pembahas skripsi. Terima kasih untuk saran dan masukan serta nasihat yang telah diberikan kepada penulis. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan ibu, dan selalu diberikan kesehatan serta keberkahan oleh Allah SWT Amin ya rabbal alamin;
7. Seluruh dosen di Jurusan Sosiologi Universitas Lampung yang telah berbagi ilmu dan pengalaman selama proses perkuliahan. Serta staff administrasi Jurusan Sosiologi dan staff administrasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik yang telah membantu melayani keperluan administrasi;
8. Teristimewa dan tersayang untuk kedua orang tuaku, Bapak Maulana Insani dan Ibu Dahlia, kalian adalah rumah yang selalu menerima, tempat di mana penulis dapat kembali ketika lelah, dan alasan mengapa penulis selalu berjuang meraih setiap impian. Terima kasih atas segala cinta, ketulusan, kasih sayang, dukungan, pengorbanan, dan doa yang tak terhingga di setiap langkah kehidupan penulis. Perjalanan keluarga kecil kita memang tidak mudah, namun Bapak dan Mak telah berhasil mendidik anak pertama yang kini tumbuh menjadi perempuan yang kuat hingga akhirnya menyandang gelar sarjana. Keberhasilan ini tidak akan pernah terwujud tanpa doa dan usaha Bapak serta Mak. Gelar sarjana yang kini tersemat di belakang nama penulis bukanlah untuk dinilai hebat, melainkan menjadi bukti bahwa kedua orang tua penulis telah berhasil memberikan pendidikan tinggi, meskipun mereka sendiri belum sempat merasakannya. Maka, kali ini, menangkan dan mudahkanlah perjalanannya ya Allah, karena cita terbesarku adalah melihat senyum bangga orang tuaku;
9. Kepada adik penulis, Muhammad Azzam Abiyyu yang selalu penulis sayangi dan Almh. Adinda Zhafira yang selalu penulis rindukan, terimakasih sudah menjadi motivasi penulis untuk selalu belajar dan tumbuh lebih baik untuk menjadi sosok kakak yang dapat memberikan

contoh positif dan selalu berusaha untuk dapat menjadi panutan di masa depan kelak, semoga langkah kaki kita selalu beriringan untuk membawa keluarga ini tetap utuh dan penuh kasih;

10. Nenek Ros dan Nenek Sum, terimakasih atas doa yang tidak pernah terputus untuk cucu pertama yang sedang meniti mimpinya. Setiap doa dan harapan yang kalian panjatkan menjadi penerang langkah penulis hingga sampai di titik ini. Serta Alm. Kakek Yasin dan Alm. Kakek Aliudin, yang selalu mengasihi penulis sedari kecil, semua memori indah akan selalu penulis ingat di sepanjang hidup penulis yang menjadi sumber kehangatan dan kekuatan dalam menjalani kehidupan;
11. Untuk seluruh keluarga penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas segala dukungan, doa, dan harapan yang telah diberikan. Setiap perhatian, sekecil apa pun, telah menjadi bekal berharga yang menguatkan langkah penulis. Dari kata-kata penyemangat hingga doa yang diam-diam dipanjatkan, semuanya menjadi sumber kekuatan yang menuntunku melewati semua ini. Semoga keberhasilan ini menjadi kebanggaan bersama bagi kita semua;
12. Untuk Rahmad Herdiansyah, partner sejak tahun 2021, dari awal perkuliahan hingga tiba di titik ini kita telah bersama-sama menggapai gelar yang kita cita-citakan. Terima kasih atas kesabaranmu, terima kasih telah menjadi teman berbagi cerita, bertukar pikiran, dan selalu hadir di setiap perjalanan hidup penulis, terutama sejak awal masa perkuliahan hingga akhirnya kita berhasil meraih gelar ini bersama. Semoga segala harapan dan rencana baik yang kita impikan dapat terwujud di masa depan;
13. Untuk Seli Ade Putri dan Mulia Teja Kesuma, sahabat terbaik. Terimakasih atas segala dukungan, dan telah menjadi tempat terbaik dan ternyaman untuk penulis mencurahkan segala isi hati dan pikiran. Semoga bahagia menyertai dan selalu dalam lindungan Allah SWT;
14. Untuk Melvina Putri Rikhardo, rekan seperjuangan penulis. Terimakasih atas setiap semangat, kehadiran, dan dukungan yang tidak pernah putus

terutama dalam proses pengerjaan skripsi, semoga kita akan terus kebersamai di setiap perjalanan dan pencapaian berikutnya;

15. Untuk teman terdekat, Safira (oma), Melvina, Nurhaliza, Savana Akhsa, dan Amanda Choirunnisa. Terimakasih telah kebersamai penulis dari awal perkuliahan. Terimakasih atas segala canda tawa, dukungan, dan semangat serta bantuan yang sangat berarti bagi penulis;
16. Untuk Jia, Faishal, dan Rahmad. Terima kasih telah menjadi teman seperjuangan di Kopi Kenangan selama proses mengerjakan skripsi. Terimakasih telah berbagi informasi, dan saling mengingatkan serta bersama-sama memperjuangkan skripsi hingga tuntas;
17. Untuk Syakirah Cindy Avisia, My roommate. Terimakasih telah menjadi teman dekat penulis, menghibur penulis dengan tingkah-tingkah lucu, serta dengan tulus mendukung dan memberikan perhatian kepada penulis. Semoga bahagia selalu dan menjadi dokter yang sukses;
18. Teman-teman Sosiologi 2021 dan teman seperbimbingan terimakasih telah menemani dan berbagi informasi selama masa perkuliahan dan berjuang bersama-sama untuk mendapatkan gelar sarjana;
19. Untuk teman-teman di organisasi HMJ Sosiologi khususnya Divisi Minat dan Bakat. Terima kasih atas pengalaman berharga, kerja sama, dan dukungan yang telah dibagi bersama. Setiap momen dan kebersamaan menjadi bagian penting di masa perkuliahan penulis;
20. Keluarga di KKN Pakuan Baru 2024, Cindy, Via, Nur, Miftah, Tebe, Andri. Terkhusus keluarga Uti, terimakasih atas tempat yang nyaman, kasih sayang, dan kebersamaan serta momen-momen indah yang akan selalu penulis ingat dan simpan. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan uti, dan selalu diberikan kesehatan serta keberkahan oleh Allah SWT Amin ya rabbal alamin;
21. Seluruh informan generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang, yang telah meluangkan waktu, dan bersedia membagi kisah kepada penulis. Terimakasih telah menjadi bagian penting dalam penulisan, tanpa kalian, penulis tidak akan mampu menyelesaikan skripsi. Semoga Allah SWT

senantiasa membalas seluruh kebaikan dan memberikan kemudahan dalam kehidupan, Aamin ya rabbal alamin;

22. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini;
23. Terakhir tidak lupa, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri, Dini Maulia Putri, terimakasih untuk memilih bertahan di setiap ketidakmungkinan, terimakasih untuk terus berjuang di setiap ketidakmungkinan, dan terimakasih untuk tetap kuat di setiap banyaknya cobaan. Untuk setiap air mata yang jatuh dan luka yang tidak ingin orang lain tahu menjadi saksi bahwa kamu telah berhasil dan mampu melewatinya hingga tersemat gelar S.Sos. di belakang namamu. Atas segala hal yang sudah diperjuangkan, ketidaksempurnaan dan kegagalan, semoga kelak kemenangan akan segera berpihak. Dan ketika hari itu tiba, semoga kamu tetap menjadi diri yang rendah hati, bersyukur, dan tidak lupa pada setiap langkah kecil yang membawamu sampai di titik ini.

Penulis berdoa dan berharap kepada Allah SWT membalas semua kebaikan, motivasi, dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis. Akhir kata penulis menyadari bahwa penulisan ini masih jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Bandar Lampung, 29 Juli 2025
Penulis,

Dini Maulia Putri

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR TABEL	xviii
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Tinjauan Tentang Generasi <i>Sandwich</i>	11
2.1.1 Pengertian Generasi <i>Sandwich</i>	11
2.1.2 Bentuk-Bentuk Generasi <i>Sandwich</i>	12
2.1.3 Faktor-Faktor Penyebab Terbentuknya Generasi <i>Sandwich</i>	14
2.2 Tinjauan Dampak Psikososial Pada Generasi <i>Sandwich</i>	16
2.2.1 Pengertian Psikososial	16
2.2.2 Aspek-Aspek Psikososial.....	18
2.2.3 Dampak Psikososial Pada Generasi <i>Sandwich</i>	22
2.4 Penelitian Terdahulu.....	26
2.5 Landasan Teori Konflik Peran.....	29
2.6 Kerangka Berpikir	34
III. METODE PENELITIAN	36
3.1 Tipe Penelitian.....	36
3.2 Fokus Penelitian	37
3.3 Lokasi Penelitian	37
3.4 Penentuan Informan Penelitian	38
3.5 Jenis dan Sumber Data	39
3.6 Teknik Pengumpulan Data	40

3.7 Teknik Analisis Data	42
IV. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN	44
4.1 Gambaran Umum Kelurahan Kota Karang	44
4.2 Sejarah Kelurahan Kota Karang	46
4.3 Visi dan Misi Kelurahan Kota Karang	47
4.4 Kondisi Fasilitas Lokasi Penelitian	47
4.5 Kependudukan Kelurahan Kota Karang	49
4.6 Kondisi Sosial dan Ekonomi Kelurahan Kota Karang	51
V. HASIL DAN PEMBAHASAN	54
5.1 Hasil Penelitian.....	54
5.1.1 Profil Informan	54
5.1.2 Faktor-faktor penyebab psikososial pada generasi <i>sandwich</i> di Kelurahan Kota Karang	62
5.1.3 Dampak psikososial yang dialami generasi <i>sandwich</i> di Kelurahan Kota Karang	89
5.2 Pembahasan	106
5.2.1 Penyebab Terjadinya Dampak Psikososial Generasi Sandwich di Kelurahan Kota Karang	107
5.2.2 Dampak Psikososial Generasi <i>Sandwich</i> di Kelurahan Kota Karang.	114
5.3 Kerangka Hasil Dan Pembahasan (Psikososial Generasi <i>Sandwich</i> di Kelurahan Kota Karang).....	120
VI. PENUTUP	128
6.1 Kesimpulan.....	128
6.2 Saran.....	130
DAFTAR PUSTAKA	132
LAMPIRAN.....	138

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. 1 Beban Finansial Generasi <i>Sandwich</i> di Indonesia.....	2
Gambar 1. 2 Dampak Yang Dialami Generasi <i>Sandwich</i> di Indonesia	4
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	35
Gambar 4. 1 Peta Wilayah Kelurahan Kota Karang	43
Gambar 5. 1 Kerangka Hasil dan Pembahasan.....	121

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1.1 Jumlah Penduduk berdasarkan Status Pekerjaan	7
Tabel 4. 1 Batas Wilayah Kelurahan Kota Karang	45
Tabel 4. 2 Jarak Kelurahan dari Pusat Pemerintahan (Orbitasi)	46
Tabel 4. 3 Fasilitas Pendidikan di Kelurahan Kota Karang	48
Tabel 4. 4 Fasilitas Kesehatan di Kelurahan Kota Karang	48
Tabel 4. 5 Jumlah Penduduk Berdasarkan Wilayah dan Jenis Kelamin	49
Tabel 4. 6 Penduduk berdasarkan Kelompok Umur di Kelurahan Kota Karang..	50
Tabel 4. 7 Penduduk berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	51
Tabel 4. 8 Penduduk berdasarkan Jenis Pekerjaan di Kelurahan Kota Karang	52
Tabel 4. 9 Jumlah Keluarga Penerima Manfaat Program Bantuan	53
Tabel 5. 1 Profil Informan	61
Tabel 5. 2 Faktor Internal Penyebab Psikososial Generasi <i>Sandwich</i>	78
Tabel 5. 3 Faktor Eksternal Penyebab Psikososial Generasi <i>Sandwich</i>	87
Tabel 5. 4 Dampak Psikologis Generasi <i>Sandwich</i>	96
Tabel 5. 5 Dampak Sosial Generasi <i>Sandwich</i>	105

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Merawat orang tua sekaligus keluarga inti ialah hal yang umum ditemui dalam masyarakat Indonesia (Roring dkk., 2024). Generasi yang berada dalam situasi menanggung beban generasi lainnya atau “terjepit” di antara generasi di atasnya dan di bawahnya, dikenal sebagai *generasi sandwich* (Roring dkk., 2024). Generasi *sandwich* merupakan istilah yang pertama kali diperkenalkan oleh Dorothy A. Miller pada tahun 1981, merujuk pada individu dewasa yang berada di antara dua generasi, yaitu orang tua lanjut usia dan anak-anak atau anggota keluarga lainnya yang masih bergantung secara finansial maupun emosional.

Schlesinger dan Raphael (1993), menyatakan generasi *sandwich* umumnya, merupakan orang-orang yang berada pada usia *middle aged* yang terlibat dalam beban atau peran ganda, (Marts, 2013 dalam Rari dkk., 2021). Seiring dengan perkembangannya, Schlesinger dan Raphael (1993) dalam mengklasifikasikan generasi *sandwich* tidak lagi membatasi usia individu, namun mereka menerapkan batasan khusus yaitu individu yang berusia di atas 18 tahun yang telah bekerja dan bertanggung jawab atas orang tua atau mertuanya dan generasi lain yang ditanggungnya (Miller, 1981 dalam Rari dkk., 2021).

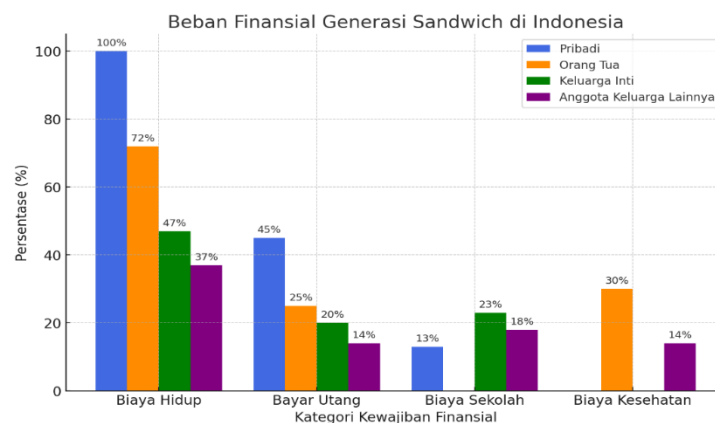
Fenomena generasi *sandwich* tidak hanya terjadi di negara-negara maju, tetapi juga semakin nyata di Indonesia. Survei JakPat (2020) mengungkap bahwa sekitar 48% penduduk Indonesia tergolong sebagai generasi *sandwich*, dengan dominasi usia 20–29 tahun. Data ini menunjukkan bahwa kelompok usia muda sudah menanggung beban ganda secara signifikan. Dua tahun kemudian, Litbang Kompas (2022) mencatat peningkatan proporsi generasi *sandwich* menjadi 67%, menandakan bahwa tekanan sosial dan ekonomi antar generasi semakin meningkat.

Lebih lanjut, Harmadi (2022) mengelompokkan generasi *sandwich* ke dalam dua kategori: pertama, individu yang tinggal bersama anggota keluarga yang menjadi tanggungannya dalam satu rumah; dan kedua, individu yang bertanggung jawab secara finansial atau emosional, meskipun tidak tinggal dalam rumah yang sama. Kategori ini menyoroti bahwa beban generasi *sandwich* tidak hanya berasal dari tempat tinggal, tetapi juga dari ekspektasi sosial dan emosional.

Analisis data Susenas tahun 2022 memperkirakan bahwa terdapat sekitar 8,4 juta individu yang termasuk dalam kategori generasi *sandwich* dalam rumah tangga keluarga besar (*extended family/EF*). Mereka didominasi oleh individu berusia 24–58 tahun. Dalam konteks budaya Indonesia yang menjunjung nilai kekeluargaan, hidup dalam *extended family* sering dianggap sebagai hal yang wajar. Namun, tanggung jawab menghidupi lebih dari satu generasi dalam keluarga, baik secara finansial maupun emosional, membawa dampak jangka panjang yang tidak dapat diabaikan (Harmadi, 2022).

Selanjutnya, Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Goodstats pada tahun 2023 menampilkan beban finansial generasi *sandwich* di Indonesia pada gambar di bawah ini.

Gambar 1. 1 Beban Finansial Generasi *Sandwich* di Indonesia



Sumber: Goodstats, 2023

Dapat dilihat melalui gambar 1.1 bahwa generasi *sandwich* di Indonesia menghadapi beban finansial yang cukup kompleks. Beban utama berasal dari kebutuhan hidup harian dan pembayaran utang, yang mencerminkan tekanan

ekonomi yang tinggi. Selain itu, tanggungan biaya pendidikan dan kesehatan juga memperberat beban finansial. Kondisi ini menunjukkan bahwa generasi *sandwich* berada dalam posisi rentan secara ekonomi, karena harus membagi penghasilannya untuk mendukung beberapa generasi sekaligus.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, seorang generasi *sandwich* tidak hanya menanggung beban merawat orang tua atau lansia saja, melainkan juga harus menghadapi tanggung jawab besar dalam mendukung generasi lainnya, yaitu anak/adik/kerabat dan sebagainya (Ilahiah, 2021). Adapun tanggung jawab ini mencakup berbagai aspek, mulai dari kebutuhan finansial, biaya pendidikan, hingga perhatian emosional yang harus diberikan secara seimbang.

Tantangan selanjutnya, tingginya ekspektasi untuk kehidupan yang lebih baik menyebabkan biaya hidup yang ditanggung generasi *sandwich* mengalami peningkatan. Sebagai contoh, seorang anak kebutuhannya akan selalu berubah tergantung dari situasi sosialnya. Dengan kemajuan teknologi dan perkembangan zaman yang kian maju membuat kebutuhan sehari-hari, kebutuhan pribadi/sosial dan lainnya juga mengalami peningkatan (Plante, dalam Theresia, 2022). Artinya, seorang generasi *sandwich* tidak hanya dituntut untuk memenuhi kebutuhan dasar, tetapi juga kebutuhan lainnya di mana mereka juga harus mempersiapkan masa depan bagi generasi di bawahnya serta memberikan perhatian yang intens kepada generasi di atasnya.

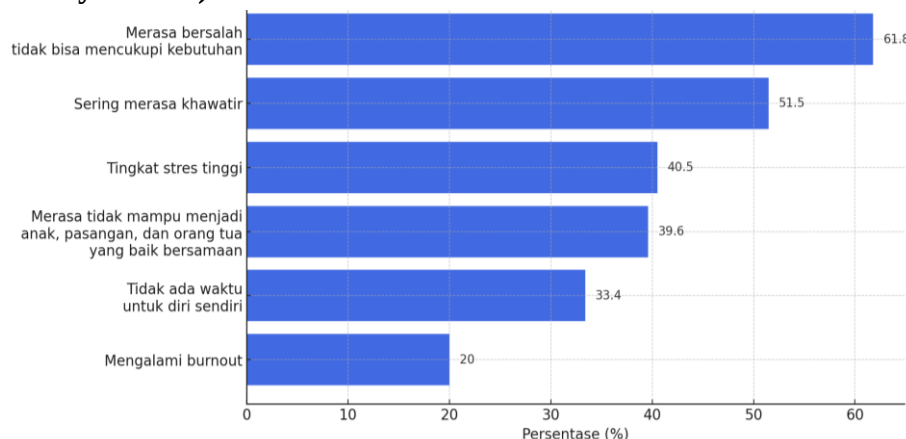
Fenomena generasi *sandwich* sedang menjadi sorotan dan diperbincangkan sejak hadirnya film layar lebar Indonesia yang berjudul "*Home Sweet Loan*", film tersebut menggambarkan seorang individu yang mengalami fenomena generasi *sandwich* yang harus bertanggung jawab atas beberapa generasi dalam keluarganya, membuat dirinya "terjepit" ke dalam beban ganda tersebut yang menyebabkan terjadinya konflik (Rozli, 2024).

Kemudian dari film tersebut muncul tagar *#homesweetloan* dengan tanda 11,1 ribu postingan diakses pada Oktober 2024 di platform TikTok. Sebagian isi konten dalam tagar tersebut berasal dari generasi *sandwich*, yang merasakan

hal serupa dan mencurahkan isi hatinya melalui postingan tersebut. Dengan trendingnya tagar *#homesweetloan* menjadikan fenomena ini penting untuk dibahas. Di sisi yang berbeda, masih banyak juga yang tidak menyadari fenomena generasi *sandwich* itu sendiri. Karena sebagian masyarakat menganggap hal tersebut sudah "kewajiban" dari seorang anak yang telah bekerja untuk "membalas budi" dengan membiayai atau bertanggung jawab atas keluarganya, namun pihak keluarga yang dibiayai tidak cukup *aware* dengan masalah apa yang dihadapi oleh seorang generasi *sandwich* sehingga menambah beban bagi generasi *sandwich*.

Seiring dengan beban ganda yang diemban, generasi *sandwich* sangat rentan mengalami gangguan kesehatan mental, seperti stres, depresi, dan kecemasan (Sujardi dkk., dalam Roring dkk., 2024). Kondisi tersebut terjadi karena generasi *sandwich* harus memenuhi kebutuhan finansial, serta merawat fisik hingga emosional orang tua, dan generasi lainnya yang ditanggung sehingga menyebabkan permasalahan psikologis secara signifikan. Adapun beberapa dampak yang dialami oleh generasi *sandwich* di Indonesia menunjukkan permasalahan psikologis yang signifikan dapat dilihat dari survey yang dilakukan oleh JakPat pada tahun 2022 pada gambar di bawah ini.

Gambar 1. 2 Dampak Yang Dialami Generasi Sandwich di Indonesia (Survey JakPat) 2022



Sumber: JakPat, 2022

Sejalan dengan data di atas, Ilahiah (2021) menjelaskan bahwa kekhawatiran yang terjadi pada generasi *sandwich* ialah mengenai masa depan diri sendiri, orang tua, dan juga anak/adik/kerabatnya. Generasi *sandwich* kerap kali

merasa khawatir akan penghasilan yang telah diberikan, apakah cukup untuk membiayai kesehatan orang tua, atau khawatir akan pendidikan yang diberikan terhadap generasi di bawahnya belum maksimal karena keterbatasan biaya. Menurut Marini (2022), kondisi tersebut dapat mempengaruhi hubungan personal generasi *sandwich* dengan lingkungan sekitar, serta mempengaruhi kesejahteraan pribadi (dalam Roring dkk., 2024). Septiyani (2023), menambahkan jika keadaan tersebut dibiarkan membuat kemungkinan terjadinya konflik dalam keluarga.

Idealnya, keluarga ialah komunitas moral, artinya sebuah kelompok yang menjadi acuan identitas anggotanya dan sebagai wadah keterlibatan emosional mereka. Namun, jika berbagai fungsi tersebut tidak berjalan seiringan, hal ini dapat menimbulkan masalah (Peter Burke, 2003:79-80). Sama halnya dengan kondisi yang dialami oleh generasi *sandwich*, apabila fungsi-fungsi atau tanggung jawab yang telah diberikan menimbulkan berbagai persoalan maka memicu tekanan psikologis serta konflik dalam kehidupan sosial dan keluarga.

Dalam hal ini, perspektif yang dikemukakan oleh Secord dan Backman (1964) dapat membantu memahami kondisi generasi *sandwich*, yaitu "*Sociologists as sociologists are interested primarily in analysis in terms of the social system*" (Walgito, 2003:13). Dalam menganalisis hal ini ditekankan pada bagaimana perilaku individu dan mengaitkannya dengan faktor kebiasaan (*customs*), sistem nilai dan tradisi yang terdapat di kehidupan masyarakat.

Selanjutnya, yaitu tinjauan dari sisi (*personality system*) ialah meninjau perilaku individu dari aspek psikologis, khususnya psikologi kepribadian, yaitu melihat individu berdasarkan sudut pandang bahwa individu memiliki kemampuan-kemampuan, sifat-sifat, perasaan-perasaan, sehingga pendekatannya dilihat dari segi aspek psikologis yang ada dalam diri individu. Faktor-faktor tersebut yang menjadi *output* seorang individu berperilaku (Walgito, 2003:13), dan perilaku itu ditimbulkan oleh konteks sosial individu.

Oleh karena itu, kehadiran psikologi sosial menjadi penting untuk memahami interaksi manusia dalam menghadapi persoalan praktis kehidupan sehari-hari

(Ahmadi, dkk., 2002:1). Salah satu contohnya adalah fenomena generasi *sandwich* dalam konteks masyarakat Indonesia, di mana norma sosial menuntut individu yang telah bekerja untuk bertanggung jawab dalam pendidikan atau pengasuhan generasi di bawahnya, serta merawat orang tua lansia sebagai bentuk bakti. Kondisi ini merupakan konstruksi sosial yang terbentuk dari sistem nilai, tradisi, dan kebiasaan yang hidup dalam masyarakat. Akibatnya, generasi *sandwich* mengalami ketergantungan psikis terhadap lingkungan sosialnya dan harus memikul beban ganda secara bersamaan. Tekanan dalam memenuhi ekspektasi sosial ini pada akhirnya berdampak terhadap kesejahteraan psikososial mereka.

Dari hal tersebut, menyebabkan generasi *sandwich* dapat mengalami konflik peran untuk mencapai keberfungsian sosial, menyebabkan sikap-sikap tidak profesional dalam pekerjaan. Seperti tidak bersemangat, datang terlambat, menurunnya motivasi kerja, gangguan kesehatan fisik maupun keadaan psikis (*anxiety*, stress, depresi, pengurangan atau berat badan berlebih), masalah perilaku (menjadi apatis, malas), dan permasalahan sosial lainnya (Khalil & Santoso, 2022). Dari survei yang dilakukan oleh *Tirto* bersama *Jakpat*, terdapat 1500 orang responden berusia produktif (15-64 tahun), sekitar setengah dari responden merupakan generasi *sandwich*. Dari Jumlah tersebut, mayoritas menyatakan adanya pengaruh menjadi generasi *sandwich* terhadap kesehatan mental mereka (Hartanto, 2023). Data tersebut merupakan hasil survei yang dilakukan di beberapa pulau di Indonesia, salah satunya pulau Sumatera yang mencakup Provinsi Lampung.

Kelurahan Kota Karang, yang terletak di Kecamatan Teluk Betung Timur, Kota Bandar Lampung memiliki karakteristik yang relevan dalam mengamati fenomena generasi *sandwich*. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Bandar Lampung tahun 2024, Kelurahan Kota Karang memiliki jumlah penduduk sebesar 10.255 jiwa. Dari jumlah tersebut, sekitar 65% merupakan usia produktif (15-65 tahun), sementara 9% adalah penduduk lanjut usia (di atas 65 tahun) dan 26% merupakan anak-anak (0-15 tahun). Rasio ketergantungan penduduk usia tidak produktif terhadap penduduk usia

produktif sebesar 53,84%. Komposisi demografi ini menunjukkan adanya kemungkinan individu berada dalam posisi menanggung beban generasi di atas dan di bawahnya. Selain itu, dalam konteks ekonomi, mayoritas penduduk bekerja di sektor informal, dengan distribusi sebagai berikut:

Tabel 1. 1 Jumlah Penduduk berdasarkan Status Pekerjaan di Kelurahan Kota Karang, 2024

Kategori Pekerjaan	Jumlah
Sektor Pemerintahan (PNS, TNI/POLRI, Guru, Dosen)	50
Karyawan Swasta	426
Wiraswasta & Pedagang	642
Sektor Pertanian & Peternakan (Petani & Peternak)	31
Pekerja Keterampilan (Tukang, Pengrajin, Jasa)	612
Nelayan	1.182
Tenaga Kesehatan (Dokter, Perawat, Bidan)	5
Pekerja Seni	10
Pensiunan	9
Lainnya	63

Sumber: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka 2024 (BPS Kota Bandar Lampung, 2024)

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas mata pencaharian penduduk di Kelurahan Kota Karang ialah sebagai nelayan yaitu sebanyak 1182 orang, disusul dengan pekerja wiraswasta/pedagang sebanyak 642 orang dan 426 orang bekerja sebagai karyawan swasta. Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar masyarakat di Kelurahan Kota Karang bergantung pada sektor informal untuk memenuhi kebutuhan ekonomi mereka. Selain itu, mayoritas penduduk Kelurahan Kota Karang hanya menyelesaikan pendidikan hingga tingkat SD (32%), yang mencerminkan rendahnya tingkat pendidikan di wilayah ini. Ketidakstabilan penghasilan dari sektor pekerjaan dan rendahnya tingkat pendidikan dapat memengaruhi kesejahteraan keluarga, terutama bagi individu yang berada dalam kondisi generasi *sandwich*.

Dengan luas wilayah 0,36 km² Kelurahan Kota Karang dihuni oleh 10.255 jiwa menunjukkan bahwa wilayah ini memiliki tingkat hunian yang cukup padat (BPS Kota Bandar Lampung, 2024). Dalam konteks generasi *sandwich*, kondisi ini dapat memperburuk tekanan psikososial yang dialami oleh generasi *sandwich*. Dalam lingkungan padat penduduk, kehidupan sosial lebih erat, yang dapat menjadi sumber dukungan tetapi juga dapat memicu tekanan sosial. Sehingga dari fenomena-fenomena praktis tersebut menjadikan penelitian ini menarik untuk diteliti.

Telah banyak penelitian-penelitian terdahulu mengenai *generasi sandwich* yang telah dilakukan. Seperti, penelitian oleh (Amalianita & Putri, 2023) yang mengkaji terkait permasalahan psikologis yang dihadapi generasi *sandwich*, seperti stress akibat pembagian waktu dan tanggung jawab antara anak, orang tua, dan pekerjaan. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh (Hadiningrat, 2023) yang mengkaji fenomena generasi *sandwich* dalam aspek peluang bonus demografi di Indonesia, dalam penelitiannya menyatakan bahwa apabila rasio ketergantungan lansia terus mengalami peningkatan, maka tingkat ketergantungan pun menjadi meningkat, kondisi tersebut yang dapat mempengaruhi produktivitas generasi *sandwich*.

Penelitian selanjutnya, dilakukan oleh (Rari dkk., 2021) yang dalam penelitiannya ditemukan hasil bahwa faktor utama kebahagiaan generasi *sandwich* ditentukan oleh kondisi finansial dan kesehatan, dalam penelitian ini juga mengungkapkan bahwa adanya timbal-balik antara hubungan generasi *sandwich* dengan keluarganya. Dan terakhir, penelitian yang dilakukan oleh (Khalil & Santoso, 2022) yang menyoroti dampak konflik peran yang dialami oleh generasi *sandwich*, terutama dalam keseimbangan antara pekerjaan dan tanggung jawab dalam keluarga.

Penelitian-penelitian terdahulu membantu memberikan rujukan untuk menganalisis fenomena generasi *sandwich*, namun dalam penelitian ini akan berfokus pada aspek psikososial yang lebih mendalam. Selain itu, penelitian akan dilakukan di Kelurahan Kota Karang, yang tentunya akan lebih berfokus terhadap konteks sosial dan tradisi nilai setempat, yang dari penelitian

sebelumnya, belum terlalu menyoroti konteks sosial dan budaya lokal secara mendalam.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak psikososial yang dialami oleh generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang, menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya dampak psikososial tersebut, serta mengetahui strategi yang digunakan dalam menghadapi permasalahan psikososial yang mereka alami. Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini mengangkat judul penelitian "Generasi *Sandwich*: Studi Dampak Psikososial Pada Masyarakat Di Kelurahan Kota Karang".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apa saja faktor-faktor penyebab psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang?
2. Bagaimana dampak psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang?

1.3 Tujuan Penelitian

Adanya tujuan penelitian yaitu untuk mendapatkan suatu rumusan masalah atau mendapatkan hasil dari sebuah penelitian. Adapun tujuan di dalam penelitian ini yaitu:

1. Bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor penyebab terjadinya dampak psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang.
2. Bertujuan untuk mendeskripsikan dampak psikososial yang dialami oleh generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan teori sosiologi yang digunakan serta memperluas

pengetahuan dan wawasan pembaca mengenai fenomena generasi *sandwich*, khususnya terkait dengan dampak psikososial yang dialami generasi *sandwich*.

2. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam kepada masyarakat, khususnya generasi *sandwich*, mengenai situasi yang mereka hadapi. Penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi pemangku kepentingan terkait dalam menyusun kebijakan atau program yang relevan untuk membantu generasi *sandwich* dalam menghadapi tantangan psikososial mereka.
3. Secara akademis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa sosiologi, pembaca dan masyarakat sebagai bahan referensi mengenai fenomena generasi *sandwich* yang akan dibahas dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji isu-isu serupa secara lebih mendalam.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Tentang Generasi *Sandwich*

2.1.1 Pengertian Generasi *Sandwich*

Istilah generasi *sandwich* dipopulerkan oleh seorang profesor pekerja di Amerika Serikat Dorothy Miller (1981), menurutnya generasi *sandwich* terdiri dari individu-individu yang merawat tidak hanya dirinya sendiri tetapi juga orang tuanya dan anak kandungnya yang sudah dewasa (Nursyamana et al., dalam Rahayu & Rifayani, 2024). Sejalan dengan itu, Frassinetti (2023:1) generasi *sandwich* ialah generasi orang dewasa yang menanggung hidup tiga generasi yaitu orang tua atau keluarganya, diri sendiri, dan anaknya.

Pada awalnya generasi *sandwich* didefinisikan sebagai orang dewasa yang berusia 30-40 tahun yang memiliki tanggung jawab untuk tiga generasi atau lebih yaitu orang tua yang sudah lanjut usia, diri sendiri serta anak-anak mereka yang telah beranjak remaja/dewasa. Namun, saat ini definisi dan kategori umur pada generasi *sandwich* mengalami pergeseran seiring dengan fenomena generasi *sandwich* berada di tengah-tengah masyarakat.

Andalas (dalam Ananda, 2023), menyatakan bahwa pergeseran kategori usia generasi *sandwich* terjadi terutama di Indonesia. Generasi muda yang belum menikah pun kini mulai mengalami peran ganda dalam menanggung hidup tiga generasi, yaitu orang tua, dirinya sendiri, dan adik-adiknya. Pergeseran ini disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kondisi ekonomi keluarga yang membuat mereka menjadi tulang punggung dan sumber nafkah utama.

Kondisi generasi *sandwich* diibaratkan seperti sepotong *sandwich* di mana terdapat daging yang terhimpit di antara dua roti bagian atas dan bawahnya. Roti bagian atas dianalogikan sebagai orang tua, bagian bawah diibaratkan

anak, sedangkan daging isinya ialah diri kita sendiri (Frassinetti, 2023:1). Menurut Petroliana (2023:26) generasi *sandwich* merupakan generasi yang tumbuh di masa sekarang dengan terhimpit zaman, artinya generasi *sandwich* ialah generasi yang "dihancurkan" di antara dua generasi yang berbeda, yaitu generasi orang tua yang menua dan generasi anak yang masih tumbuh.

Fenomena generasi *sandwich* ini keberadaannya sudah sejak lama di kehidupan masyarakat dan menjadi rantai budaya yang belum terpecahkan hingga kini. Karena seseorang yang membiayai kehidupan orang tua dan anggota keluarga lain yang dalam kondisi lemah seperti suatu tradisi yang harus dilestarikan secara turun temurun. Sejalan dengan pendapat Frassinetti (2023:1) bahwa fenomena generasi *sandwich* biasanya terjadi apabila orang tua sudah terjebak pada generasi ini, maka besar kemungkinan anak yang diturunkannya akan demikian. Menurut (Khalil & Santoso, 2022) mayoritas fenomena generasi *sandwich* terjadi pada keluarga yang memiliki pendapatan rendah, di mana generasi *sandwich* sendiri membutuhkan penghasilan yang "cukup" untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarga.

Dengan demikian, generasi *sandwich* merupakan istilah yang menggambarkan individu dalam usia produktif yang menjalani beban ganda. Mereka harus memenuhi kebutuhan orang tua yang sudah lanjut usia, anggota keluarga inti (anak atau saudara), serta diri mereka sendiri dalam waktu yang bersamaan. Seperti isian *sandwich* yang terhimpit di antara dua lapisan roti, individu dalam kondisi ini berada di tengah-tengah tekanan yang kompleks dari dua arah tanggung jawab keluarga.

2.1.2 Bentuk-Bentuk Generasi *Sandwich*

Carol Abaya dalam Abramson (2015) mencetuskan pembagian *generasi sandwich* dalam tiga klasifikasi, sebagai berikut:

1. *The Traditional Sandwich*, adalah individu berusia 30-50 tahun yang berada di tengah-tengah tanggung jawab mengurus beberapa generasi.

Dalam konteks ini, generasi sandwich memiliki beban utama untuk merawat orang tua lanjut usia yang biasanya sudah pensiun atau memerlukan perawatan khusus akibat penurunan kesehatan, atau ketergantungan penuh pada bantuan sehari-hari. Selain itu, the traditional sandwich juga sering kali masih memiliki anak-anak yang berada di usia sekolah/remaja yang masih membutuhkan perhatian dalam bentuk pendidikan dan pengasuhan. Dalam beberapa kasus, individu dalam kategori ini juga harus membantu saudara/kerabat yang belum mandiri secara finansial atau menghadapi kesulitan hidup, seperti pengangguran atau masalah kesehatan (Khalil & Santoso, 2022).

2. *The Club Sandwich*, mencakup individu yang berusia 30–60 tahun dengan tanggung jawab yang lebih luas dan kompleks dibandingkan kategori sebelumnya. Dalam konteks ini, tanggung jawab yang diberikan tidak hanya untuk orang tua yang telah lanjut usia dan anak-anak. Individu dalam kategori ini juga terlibat dalam pengasuhan cucu, terutama jika anak-anaknya memerlukan bantuan dalam membesarkan keturunannya (anaknya) akibat berbagai alasan, seperti kesibukan pekerjaan atau kondisi finansial yang tidak stabil. Selanjutnya, individu pada kategori ini juga menghadapi tanggung jawab yang lebih luas lagi, hingga merawat kakek dan nenek, sehingga generasi *the club sandwich* harus menanggung beban tanggung jawab dari tiga hingga empat generasi sekaligus (Khalil & Santoso, 2022).
3. *The Open Faced Sandwich*, adalah individu yang belum menikah, tetapi menanggung beban mengasuh orang tua dan saudara-saudaranya. *Generasi sandwich* ini berada pada usia produktif, yaitu antara 15-65 tahun, sementara tanggung jawab mereka berada pada dua generasi yang bukan usia produktif, yaitu lansia di atas 65 tahun dan anak-anak usia 0-15 tahun. Dapat disimpulkan, bahwa siapa saja yang terlibat dalam pengasuhan/memiliki tanggung jawab kepada kerabat yang telah berumur atau selain untuk dirinya sendiri termasuk ke dalam jenis *generasi sandwich* ini (Khalil & Santoso, 2022).

Menurut Ananda (2023), terdapat bentuk generasi *sandwich* "timbang balik" di mana *generasi sandwich* ini terdiri dari seseorang yang sudah menikah dan memiliki keluarga yang memutuskan untuk tinggal satu atap bersama orang tua atau mertua. Keputusan ini didasari dengan sebuah "hubungan timbal balik" yang saling menguntungkan bagi kedua belah pihak atau lebih. Terjadinya hubungan timbal balik *win-win solution* antara generasi *sandwich* dan orang tua akan terus berlangsung selama generasi *sandwich* masih ada (Ananda, 2023).

Secara keseluruhan, *generasi sandwich* memikul tanggung jawab besar dalam merawat beberapa generasi sekaligus, mencakup aspek waktu, tenaga, finansial, bahkan psikis. Peran *generasi sandwich* sangat penting dalam menopang kehidupan keluarga, tetapi juga dapat berpotensi menimbulkan tekanan yang signifikan, apabila tidak disertai dukungan yang memadai. Setiap jenis *generasi sandwich* seperti yang telah disebutkan di atas, semuanya memiliki tantangan tersendiri bagi individu yang mengalaminya.

2.1.3 Faktor-Faktor Penyebab Terbentuknya Generasi Sandwich

Ronald J. Burke, dalam bukunya *The Sandwich Generation* menyatakan faktor-faktor yang menyebabkan terbentuknya generasi *sandwich* adalah sebagai berikut (Burke, dalam Ananda, 2023):

- a. Jumlah anak yang tinggal di rumah semakin meningkat karena melanjutkan pendidikan tinggi, mencari pekerjaan, atau bekerja di pekerjaan dengan gaji rendah.
- b. Meningkatnya populasi lansia.
- c. Bertambahnya kebutuhan akan pelayanan kesehatan seiring dengan meningkatnya jumlah lansia.
- d. Bergesernya perawatan ke arah perawatan informal.
- e. Perawatan informal semakin terbatas akibat ukuran keluarga yang semakin kecil dan anggota keluarga yang merantau ke kota atau negara lain.
- f. Meningkatnya beban pada pihak pengasuh.

- g. Semakin banyak perempuan dan laki-laki yang membawa pekerjaan ke rumah karena keterbatasan waktu di kantor.
- h. Meningkatnya beban dan stres di kalangan perempuan dan laki-laki paruh baya dalam *generasi sandwich*.

Selanjutnya menurut Septiyani (2023), menyatakan penyebab terbentuknya *generasi sandwich* disebabkan oleh masalah atau tekanan ekonomi. Fenomena ini banyak terjadi pada keluarga dengan pendapatan rendah, di mana seorang anggota *generasi sandwich* membutuhkan penghasilan yang memadai untuk memenuhi kebutuhan keluarganya (Amalianita & Putri, 2023). Karyono (2024), menyatakan bahwa penyebab paling umum terbentuknya *generasi sandwich* ialah karena kurangnya persiapan dalam perencanaan finansial.

Kurangnya pengetahuan mengenai perencanaan finansial, menyebabkan masyarakat generasi pertama gagal dalam menyiapkan dana pensiun, sehingga ketika memasuki usia non-produktif, generasi kedua dibutuhkan untuk mencukupi kebutuhan hidupnya (Rahayu & Rifayani, 2024). Sejalan dengan pendapat tersebut Ananda (2023), menyatakan bahwa fenomena *generasi sandwich* disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan orang tua terhadap kesiapan finansial untuk masa depan/hari tua. Kesiapan seseorang dalam aspek finansial merupakan hal yang sangat penting sebagai modal di masa depan. Kurangnya kesiapan dan pemahaman atas modal tersebut, biasanya terjadi pada keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah. Karena dengan pendapatan yang sedikit (minim), hanya cukup digunakan untuk kebutuhan sehari-hari, sehingga tidak ada kesiapan finansial untuk hari tua.

Terjadinya fenomena *generasi sandwich* juga disebabkan oleh nilai-nilai dan tradisi yang ada di masyarakat. Seorang anak dianggap investasi orang tua dalam bentuk ekonomi maupun perawatan hari tua (Ananda, 2023). Harapan tersebut ialah anak bertanggung jawab dalam mengasuh orang tua, sebagai bentuk balas budi anak kepada orang tua karena telah dibesarkan hingga dewasa. Selain itu Sudarji, Riyanti, & Dahesihhasari (2024), menyatakan bahwa merawat orang tua juga diyakini memberikan berkah tersendiri bagi

generasi sandwich melalui doa-doa baik yang dipanjatkan orang tua untuk anak-anaknya.

Menurut Prasetya (2022), secara sosiologis, utang budi termasuk wujud konsep resiprositas artinya ialah sebuah sikap untuk memberi bantuan kembali kepada mereka yang telah memberikan bantuan sebelumnya. Di dalam hubungan anak dan orang tua pada fenomena *generasi sandwich*, utang budi diartikan sebagai kesadaran seorang anak yang telah dirawat dibesarkan sehingga merawat orang tua lanjut usia menjadi sebuah sikap timbal balik kepada orang tua atas jasa dan dedikasi yang sudah diberikan (Ananda, 2023).

Dengan demikian, dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa terbentuknya *generasi sandwich* karena perpaduan dari tantangan ekonomi, sosial, dan budaya. Untuk memudahkan pemahaman, maka dapat diklasifikasikan faktor-faktor penyebab terjadinya fenomena *generasi sandwich* ke dalam dua kategori yaitu sebagai berikut.

- a) Faktor internal yang menjadi penyebab *generasi sandwich* ialah kurangnya perencanaan dan pemahaman kesiapan finansial, rendahnya kesiapan emosional, kekhawatiran akan masa depan, serta kurangnya waktu untuk diri sendiri.
- b) Faktor eksternal meliputi minimnya dukungan keluarga yang menambah beban tanggung jawab *generasi sandwich*; tekanan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar, serta nilai budaya balas budi (resiprositas) kepada orang tua dan anggota keluarga lain yang menjadi tanggungan.

2.2 Tinjauan Dampak Psikososial Pada Generasi *Sandwich*

2.2.1 Pengertian Psikososial

Psikologi sosial dalam kajiannya ialah terletak pada psikologi individu manusia dan kaitannya dengan manusia sebagai makhluk sosial. Jika mengacu pada pengertian tersebut maka berfokus pada: (1) sisi kejiwaan

dari individu manusia, dan (2) konteks sosial di mana manusia itu hidup (Susilo, 2009). Menurut Widyastuti (2014), psikologi sosial merupakan usaha sistematis untuk mempelajari perilaku sosial (*social behavior*). Menurutnya, fokus utama psikologi sosial ialah pada pemahaman mengenai bagaimana dan mengapa individu berperilaku, berpikir dan memiliki perasaan tertentu dalam konteks situasi sosial.

Sherif dan Sherif (1956) dalam bukunya yang berjudul "*An Outline of Social Psychology*" mendefinisikan psikologi sosial adalah cabang ilmu yang mempelajari pengalaman dan perilaku individu manusia dalam kaitannya dengan berbagai situasi sosial yang mempengaruhi mereka (Ahmadi, 2002). Roueck dan Warren (1962), dalam bukunya "*Sociology*" menyebutkan bahwa psikologi sosial adalah ilmu yang mempelajari aspek-aspek psikologis dari perilaku manusia yang dipengaruhi oleh interaksi sosial (Ahmadi, 2002).

Sejalan dengan pendapat tersebut, dalam kehidupan sosial, terdapat berbagai jenis proses interaksi yang dapat dikelompokkan ke dalam tiga pola hubungan (Widyastuti, 2014), yaitu:

1. Interaksi yang terjadi apabila seorang individu berhubungan dengan orang lain (antar individu).
2. Interaksi yang terjadi karena hubungan individu dengan kelompok.
3. Interaksi yang terjadi karena hubungan antar kelompok (dua orang atau lebih).

WA Gerungan (2004) mendefinisikan bahwa psikologi sosial merupakan ilmu yang mempelajari pengalaman dan perilaku individu yang dipengaruhi atau timbul sebagai akibat dari situasi-situasi sosial. David G. Myers (1983), berpendapat bahwa psikologi sosial adalah ilmu yang mempelajari bagaimana cara individu berpikir, saling memengaruhi, dan berhubungan satu sama lain (Widyastuti, 2014).

Baron dan Byrne (2004) mendefinisikan psikologi sosial (*social psychology*) sebagai suatu disiplin ilmu yang berusaha untuk memahami

sumber dan faktor-faktor penyebab perilaku serta pemikiran individu dalam konteks situasi sosial (Widyastuti, 2014). Michener dan Delamater (1999), mendefinisikan psikologi sosial sebagai kajian sistematis mengenai sifat dasar dan penyebab perilaku sosial manusia (Dayaksini, dalam Widyastuti, 2014).

Baron & Byrne (2004), mengidentifikasi lima faktor utama yang mempengaruhi perilaku sosial. Pertama, tindakan dan karakteristik individu lain, yang memiliki pengaruh langsung terhadap perilaku sosial. Kedua, proses kognitif dasar seperti ingatan dan penalaran, yang menjadi dasar bagi pikiran, keyakinan, ide, dan penilaian seseorang terhadap orang lain. Ketiga, variabel ekologi atau lingkungan, yang mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung melalui faktor-faktor fisik di sekitar individu. Keempat, konteks kebudayaan di mana perilaku sosial berlangsung, yang memberikan kerangka bagi interaksi sosial. Terakhir, aspek biologis, termasuk warisan sifat dan genetik, yang juga berperan dalam membentuk perilaku sosial (Widyastuti, 2014).

Sementara Michener dan Delamater (1999), mengungkapkan empat faktor utama dalam psikologi sosial (Dayaksini, dalam Widyastuti, 2014), yaitu:

- a. Pengaruh individu terhadap orang lain.
- b. Pengaruh kelompok terhadap anggotanya.
- c. Pengaruh anggota kelompok terhadap kelompok mereka sendiri.
- d. Pengaruh antar kelompok satu dengan kelompok lainnya.

2.2.2 Aspek-Aspek Psikososial

Psikososial ialah suatu kondisi di mana perilaku manusia yang ditimbulkan atau dipengaruhi oleh perilaku atau kehadiran orang lain. Psikososial terdiri dari dua aspek yaitu aspek psikis dan aspek sosial, di mana dari kedua aspek tersebut menjadi faktor terpenting dalam mempengaruhi perilaku manusia yang disebabkan oleh timbulnya situasi sosial.

2.2.2.1 Aspek Psikologis

Aspek psikososial yang pertama ialah aspek psikologis, yang berasal dari kata Yunani "*psyche*". Aspek ini mencakup berbagai kondisi jiwa, termasuk gejala, proses, dan latar belakang psikologis seseorang (Ahmadi, 2002). Beberapa faktor psikologis yang mempengaruhi perilaku individu antara lain:

1. Emosi merujuk pada kecenderungan untuk merasakan perasaan tertentu saat berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Menurut William James (dalam Wegde, 1995), emosi merupakan respon terhadap situasi tertentu dalam lingkungan. Crow & Crow (1962) menyatakan emosi sebagai reaksi penuh gejolak dalam diri individu, yang bertujuan untuk mencapai kesejahteraan (dalam Nasruddin, 2018). Daniel Goleman (2009), menjelaskan bahwa terdapat macam-macam emosi, antara lain: Kesedihan, amarah, rasa takut, kebahagiaan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu (dalam Gultom, 2017).
2. Stres adalah reaksi tubuh terhadap perubahan yang memerlukan respons fisik, psikologis, dan emosional (Silverman dkk., 2010). Stres bisa muncul akibat situasi atau kondisi tertentu dan menyebabkan perasaan frustrasi, kegugupan, atau kecemasan (Hidayati & Harsono, 2021). Menurut Suharto (2009), tubuh bereaksi terhadap stres dalam tiga tahap:
 - a. Tahap penandaan (*the alarm stage*): respons awal terhadap stres yang berupa reaksi "*fight or flight*".
 - b. Tahap perlawanan (*the resistance stage*): upaya tubuh untuk kembali ke keseimbangan (*homeostasis*) dan memperbaiki kerusakan yang terjadi pada tahap alarm.
 - c. Tahap kelelahan (*exhaustion*): kondisi stres yang berlarut-larut yang dapat merusak tubuh secara fisik dan mental.
 Ketiga reaksi yang telah disebutkan di atas yang dapat memicu kondisi stres oleh seseorang. Stres dapat muncul akibat sesuatu yang dikenal

dengan *burnout*, yang berhubungan erat dengan stres. *Burnout* adalah reaksi terhadap situasi yang sangat menegangkan.

3. Trauma, Cavanagh dalam *Mental Health Channel* (2004) mengartikan trauma sebagai peristiwa luar biasa yang menyebabkan luka fisik atau emosional. Trauma dapat terjadi akibat peristiwa langsung atau tidak langsung. Selanjutnya, trauma dibagi ke dalam empat jenis (Hatta, 2016), yaitu:
 - a. Trauma situasional: akibat peristiwa seperti bencana alam, kecelakaan kendaraan, perceraian, kehilangan pekerjaan, kehilangan orang yang dicintai, dan lain-lain.
 - b. Trauma perkembangan: terkait dengan peristiwa dalam tahap perkembangan kehidupan, seperti penolakan atau kegagalan dan sebagainya.
 - c. Trauma intrapsikis, yaitu trauma timbul dari peristiwa internal seseorang yang menimbulkan perasaan cemas yang sangat kuat atau penuh konflik.
 - d. Trauma eksistensial, yaitu trauma yang muncul akibat perasaan kurangnya makna atau tujuan dalam kehidupan.
4. Konsep diri adalah cara individu mengelola informasi tentang dirinya, termasuk evaluasi diri dan pengelolaan citra diri (Baron & Byrne, 2004). Hal ini berkaitan dengan bagaimana individu mempertahankan konsistensi diri dan menghadapi ketidaksesuaian yang terjadi dalam hidupnya (Widyastuti, 2014).
5. Harapan, Snyder (2000) dalam Carr (2004), menyatakan bahwa Harapan adalah kemampuan individu untuk merencanakan jalan menuju tujuan yang diinginkan, disertai dengan motivasi untuk mencapainya. Harapan menjadi lebih kuat ketika didasari tujuan yang bernilai dan dapat dicapai, bukan yang mustahil (Habibah, 2018).

2.2.2.2 Aspek Sosial

Selanjutnya aspek yang kedua ialah aspek sosial. Aspek sosial akan menjelaskan mengenai bagaimana individu menjalankan kehidupannya,

seperti bagaimana individu melakukan interaksi, sosialisasi, relasi dengan lingkungan sosialnya, dan bagaimana individu melakukan peranan sosial sesuai dengan perannya di lingkungan sosial. Adapun aspek sosial, sebagai berikut:

- 1 Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik antara individu yang dapat mempengaruhi satu sama lain. Interaksi ini dapat terjadi antar individu, individu dengan kelompok, atau antar kelompok (Walgito, 2003). Soerjono (2007) menyatakan bahwa interaksi sosial tidak akan terjadi jika tidak memenuhi syarat-syarat tertentu (Mulyaningsih, 2014), yaitu:
 - a) Kontak sosial, yang bersifat langsung atau tidak langsung, dan dapat terjadi dalam tiga bentuk, yaitu antara individu, antara individu dengan kelompok, dan antara kelompok.
 - b) Komunikasi, di mana individu memberikan makna pada perilaku orang lain dan perasaan yang disampaikan oleh orang tersebut. Selanjutnya, individu yang bersangkutan akan memberikan reaksi terhadap perasaan yang disampaikan.
- 2 Relasi sosial, menurut Michener dan Delamater (1999) dalam Hidayati (2014), menyatakan bahwa relasi sosial, atau yang juga dikenal dengan hubungan sosial, merujuk pada hubungan yang terbentuk akibat interaksi sosial yang terstruktur. Hubungan ini bersifat timbal balik dan saling memengaruhi antar individu atau kelompok. Beberapa tahapan terjadinya relasi sosial yaitu: Pertama, *Zero contact* yaitu tidak ada hubungan atau interaksi antara dua orang. Kedua, *Awareness* yaitu tidak ada hubungan atau interaksi antara dua orang. Ketiga, *Surface Contact* yaitu individu pertama kali menyadari adanya aktivitas atau pergerakan orang lain di sekitarnya. Keempat, *Mutuality* yaitu terjalinnya relasi sosial antara dua orang yang sebelumnya tidak saling mengenal atau asing (Bahrudin dkk., 2023).
- 3 Sikap sosial, sikap yang dalam bahasa inggris disebut "*attitude*", merujuk pada kesadaran individu yang mempengaruhi tindakannya

dalam interaksi sosial. Sikap ini tidak hanya dimiliki oleh individu, tetapi juga menjadi perhatian kelompok sosialnya (Ahmadi, 2002).

- 4 Penyesuaian diri, adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dengan tuntutan sosial dan mempertahankan keseimbangan antara motivasi internal dan tuntutan eksternal (Choirudin, 2015). Penyesuaian diri berperan dalam membantu individu merasa puas dengan dirinya dan lingkungannya.
- 5 Aktivitas Sosial, menurut Napitupulu (2010) dalam Sagitta (2017), Aktivitas sosial adalah kegiatan yang dilakukan secara bersama dengan masyarakat sekitar, yang memungkinkan individu memperluas jaringan sosial dan meningkatkan kepedulian sosial. Aktivitas ini juga memberi pengalaman tambahan bagi individu yang terlibat di dalamnya.

2.2.3 Dampak Psikososial Pada Generasi *Sandwich*

Menurut Swastika & Hamid (2023), menyatakan status sebagai *generasi sandwich* dapat berdampak negatif terhadap pernikahan, kesehatan, serta menyebabkan stres, kecemasan, dan kesedihan (Amalianita & Putri, 2023). Sejalan dengan pendapat tersebut, penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat oleh Hopps dkk. (2017) menemukan bahwa individu yang memiliki tanggung jawab merawat orang tua cenderung merasa lebih tertekan dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki tanggung jawab serupa.

Kondisi generasi *sandwich* juga dapat berdampak pada hubungan mereka dengan anak, keluarga, bahkan juga terhadap kesejahteraan pribadinya. Dampak ini semakin memburuk apabila tuntutan atau beban tanggung jawab dalam pekerjaan domestik (selain sebagai pencari nafkah) terus meningkat. Perempuan dalam generasi *sandwich*, yang mengemban peran ganda, mengalami dampak yang signifikan, terutama kelelahan fisik dan psikologis. Mereka harus menghadapi tuntutan bekerja untuk mencari nafkah sambil menyelesaikan pekerjaan rumah tangga secara bersamaan (Ananda, 2023).

Status generasi *sandwich* dapat berdampak terhadap kesehatan mental yang mencakup banyak hal. Beban emosional menjadi salah satu tantangan terbesar generasi *sandwich* yang diakibatkan oleh banyaknya tanggungan. Seorang generasi *sandwich* dapat merasa cemas, khawatir, atau mendapati perasaan rasa bersalah terus-menerus. Keterbatasan waktu dan energi yang dibagi antara orang tua dan anak atau generasi lainnya sehingga hanya menyisakan sedikit saja energi atau ruang untuk merawat diri sendiri, hal tersebut menyebabkan kelelahan fisik dan mental. Tekanan finansial juga berdampak pada beban keuangan yang banyak, seperti biaya untuk anak atau biaya merawat orang tua, tekanan finansial tersebut berdampak terhadap kesehatan mental (Utomo, 2023: 44).

Organisasi *Mental Health America*, menyebutkan bahwa ada empat pemicu stres yang sering dialami oleh generasi *sandwich*, yaitu kurangnya waktu untuk diri sendiri, konflik keluarga, perasaan emosional yang kompleks, serta harapan yang tinggi yang dapat menyebabkan perasaan gagal dalam menjalankan tanggung jawab (Hartanto, 2023). Sejalan dengan pendapat Dokter Spesialis Psikiatri Rumah Sakit Pondok Indah dr. Zulfia Oktanida Syarif (dalam Hartanto, 2023), menyatakan generasi *sandwich* rentan terhadap masalah kesehatan, gangguan psikis, seperti kelelahan fisik dan mental (*burnout*), gangguan tidur, perasaan bersalah, kekhawatiran yang berkelanjutan, kehilangan minat terhadap kegiatan yang sebelumnya disukai, serta depresi.

Peran-peran yang dihadapi oleh generasi *sandwich* dapat berdampak pada berbagai aspek, seperti tekanan atau tuntutan peran, efek negatif terhadap kondisi fisik dan psikologis, serta penurunan kualitas hubungan keluarga (Hernandez, dalam Khalil & Santoso, 2022). Hal tersebut berpengaruh terhadap keberfungsian sosial generasi *sandwich*, karena berbagai tanggung jawab yang harus dijalankan secara terus-menerus, dengan tuntutan untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional, dan finansial bagi individu-individu yang ditanggungnya.

Raharjo (dalam Khalil & Santoso, 2022), menekankan bahwa keberfungsian sosial seorang individu akan berkembang jika mereka merasa puas dengan diri mereka sendiri dan merasa puas dalam menjalankan berbagai peran dalam hidupnya. Konflik peran yang terjadi pada generasi *sandwich* membuat mereka tidak dapat memenuhi kebutuhan diri sendiri, sehingga mereka merasa tidak puas dengan kehidupan pribadinya (Khalil & Santoso, 2022).

Selanjutnya, dari penelitian yang dilakukan oleh (Hadiningrat, 2023) generasi *sandwich* juga dapat berdampak terhadap bonus demografi, dengan kondisi generasi *sandwich* yang menanggung beban tiga generasi termasuk dirinya, dapat berdampak positif apabila mereka berpendidikan lebih tinggi dan berpenghasilan lebih tinggi karena dapat memenuhi kebutuhan diri dan keluarganya. Sebaliknya, dampak negatif akan muncul apabila mereka memiliki tingkat pendidikan dan pendapatan yang lebih rendah. Beban yang mereka tanggung dapat memengaruhi produktivitas dan daya saing secara signifikan, yang pada gilirannya akan berdampak buruk terhadap optimalisasi peluang bonus demografi, yang puncaknya diperkirakan terjadi antara tahun 2030-2040 (Hadiningrat, 2023).

Adapun dari apa yang telah dipaparkan di atas, dampak yang dialami generasi *sandwich* dapat diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yaitu dampak psikologis dan dampak sosial. Dalam dampak psikologis, generasi *sandwich* rentan menghadapi stress dan kecemasan (*anxiety*) akibat beban finansial serta tanggung jawab terhadap generasi lain yang ditanggungnya. Selain itu, generasi *sandwich* juga sering mengalami kelelahan fisik dan mental (*burnout*) karena tuntutan pekerjaan dan peran ganda. Keterbatasan waktu untuk diri sendiri membuat mereka sering merasakan beban emosional seperti rasa bersalah dan kekhawatiran karena tidak dapat memberikan perhatian penuh kepada orang tua maupun anak. Konflik peran yang terjadi menyebabkan perasaan tidak puas dan rendahnya kesejahteraan diri, karena kebutuhan pribadi mereka sering terabaikan. Ekspektasi tinggi dan tekanan sosial juga memperparah kondisinya, karena generasi *sandwich*

sering merasa harus memenuhi ekspektasi keluarga dan masyarakat yang tinggi, yang pada akhirnya menimbulkan kekhawatiran mengenai kemampuan dalam menjalankan peran tersebut dengan baik.

Sementara itu, dampak sosial juga menjadi bagian penting yang dialami generasi *sandwich*. Penurunan kualitas hubungan keluarga sering terjadi, di mana berbagai peran yang diemban menyebabkan hubungan dengan pasangan, anak, dan keluarga besar menjadi renggang karena waktu dan perhatian yang terbagi dalam memenuhi tanggung jawab berlapis. Konflik peran yang terus-menerus juga menghambat keberfungsian sosial seorang generasi *sandwich*, karena banyaknya kewajiban yang harus dipenuhi baik secara fisik, emosional, maupun finansial.

Beban finansial yang tinggi dalam memenuhi kebutuhan keluarga dari berbagai generasi menambah tekanan pada generasi *sandwich*, yang akhirnya membuat mereka tidak mampu menabung atau mencapai stabilitas ekonomi jangka panjang. Dampak lainnya generasi *sandwich* dengan tingkat pendidikan dan penghasilan rendah mengalami penurunan produktivitas, yang berisiko menghambat optimalisasi bonus demografi. Sebaliknya, bagi yang berpendidikan dan berpenghasilan tinggi, peran ini dapat menjadi peluang untuk menciptakan generasi yang lebih sejahtera. Selain itu, tekanan dalam memenuhi tanggung jawab juga mengakibatkan kesejahteraan pribadi dan sosial mereka terabaikan, karena sering tidak memiliki waktu untuk aktivitas pribadi yang dapat meningkatkan kebahagiaan atau keseimbangan hidup, sehingga berdampak negatif terhadap kesejahteraan sosial seorang generasi *sandwich*.

2.4 Penelitian Terdahulu

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu

NO	Penelitian Terdahulu	Hasil Penelitian
1	Berru Amalianita dan Yola Eka Putri (2023) mengkaji tentang "Permasalahan Psikologis Pada Sandwich Generation Serta implikasi Dalam Layanan Bimbingan Konseling"	Penelitian ini menyatakan bahwa generasi <i>sandwich</i> ialah sebagai pendukung kelangsungan kehidupan keluarga, generasi <i>sandwich</i> dapat mengalami pengalaman yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, dan pengalaman tersebut akan memengaruhi apakah seseorang merasa bahagia atau tidak bahagia. Melalui metode tinjauan penelitian dijelaskan bahwa generasi <i>sandwich</i> umumnya merasa tertekan dalam membagi waktu dan tanggung jawab antara anak, orang tua dan pekerjaannya. Dapat terjadi permasalahan kondisi psikologis karena generasi <i>sandwich</i> belum sepenuhnya memenuhi kebutuhan hidupnya sehingga menjadikan kehidupannya tidak sejahtera. Untuk mengatasi kondisi tersebut perlu diberikan penanganan yaitu layanan bimbingan dan konseling untuk generasi <i>sandwich</i> menjadi individu yang berdaya dalam menjalankan kehidupannya.
2	K.P Suharyono S. Hadiningrat (2023) mengkaji tentang "Dampak Generasi Roti Apit Terhadap Peluang Bonus Demografi di Indonesia"	Dalam penelitian ini, menyajikan data-data bonus demografi salah satunya dijelaskan bahwa rasio ketergantungan lansia terus mengalami peningkatan, sehingga tingkat ketergantungan pun menjadi meningkat, kondisi tersebut mempengaruhi generasi <i>sandwich</i> . Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa generasi <i>sandwich</i> di Indonesia, yang menanggung beban tiga generasi, berdampak negatif terhadap peluang optimalisasi pemanfaatan bonus demografi yang diperkirakan akan mencapai puncaknya pada tahun 2030-2040. Oleh karena itu, kebijakan dan program untuk meningkatkan kualitas generasi <i>sandwich</i> perlu diperkuat oleh pemerintah bekerja sama dengan para pemangku kepentingan, agar generasi <i>sandwich</i> menjadi lebih produktif dan memiliki daya saing yang tinggi sebagai aktor utama dalam keberhasilan pemanfaatan bonus demografi dan pembangunan nasional.

3	Ferlistya Pratita Rari, Jamaluddin, dan Putri Nurokhmah (2022) yang mengkaji tentang “Perbandingan Tingkat Kebahagiaan Antara Generasi Sandwich dan Non-Generasi Sandwich”	Dalam penelitian ini, hasil penelitian berbanding terbalik dengan asumsi bahwa generasi <i>sandwich</i> selalu dikaitkan dengan tingkat stres yang tinggi, dalam penelitian ini ditemukan fakta menarik bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat kebahagiaan antara generasi <i>sandwich</i> dengan non-generasi <i>sandwich</i>. Dalam penelitian ini untuk mengidentifikasi perbandingan tingkat kebahagiaan antara generasi <i>sandwich</i> dan non-generasi <i>sandwich</i> berdasarkan empat variabel: (1) jumlah anggota keluarga yang ditanggung, (2) waktu luang yang dimiliki, (3) kondisi kesehatan, dan (4) jumlah pendapatan per bulan. Dari keempat variabel tersebut, hanya variabel kesehatan dan pendapatan yang memiliki pengaruh langsung terhadap tingkat kebahagiaan generasi <i>sandwich</i>, sementara jumlah tanggungan anggota rumah tangga dan waktu luang tidak memengaruhi secara langsung. Penelitian ini juga menemukan temuan menarik bahwa kondisi finansial bukanlah suatu kekhawatiran besar bagi generasi <i>sandwich</i>, dan tanggung jawab terhadap orang tua tidak dianggap sebagai beban. Sebaliknya, orang tua justru memberikan dukungan dengan membantu generasi <i>sandwich</i>, terutama dalam merawat anak dan menjalankan pekerjaan domestik. Hubungan antara generasi <i>sandwich</i> dan orang tua ini dipengaruhi oleh budaya Indonesia, di mana terdapat pola saling bantu dan dukung antar generasi.
4	Raihan Akbar Khalil dan Meilanny Budiarti Santoso (2022) yang mengkaji tentang “Generasi Sandwich: Konflik Peran	Penelitian ini, mengungkapkan bahwa generasi <i>sandwich</i> rentan menghadapi dampak dari konflik peran yang mereka jalankan. Konflik peran yang dialami oleh generasi <i>sandwich</i> dapat memengaruhi fungsi sosial mereka, terutama dalam konteks peran mereka di tempat kerja. Dalam hubungan keluarga, hal ini dapat menyebabkan disharmonis keluarga, meningkatkan potensi konflik, serta kesulitan dalam membagi peran antara tanggung jawab di keluarga dan pekerjaan. Selain itu, generasi <i>sandwich</i> juga berisiko mengalami masalah kesehatan, baik secara

	Dalam Mencapai Keberfungsian Sosial”	fisik maupun psikologis, serta tantangan dalam aspek sosial. Untuk mengatasi hal tersebut penelitian ini menyarankan diperlukan intervensi dari pekerja sosial untuk membantu mengembalikan fungsi sosial generasi <i>sandwich</i>. Selain itu, tempat kerja juga dapat bekerja sama dengan konselor untuk mendukung pemulihan fungsi sosial tersebut. Generasi <i>sandwich</i> juga sebaiknya dilibatkan dalam proses pertimbangan kebijakan di tempat kerja atau oleh pekerja sosial dalam merancang program yang dapat diterapkan untuk generasi <i>sandwich</i>.
5	Iqbal Ardhy Latansa (2024) yang mengkaji tentang “Gambaran Generasi Sandwich: Konflik Peran Pada Pekerja di Yogyakarta.”	Dalam penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat bagaimana gambaran konflik peran pada generasi <i>sandwich</i>. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, dengan melibatkan tidak informan yang berdomisili di Yogyakarta. Penelitian ini menunjukkan semua informan dalam penelitian mengalami konflik peran, namun jenis konfliknya bervariasi tergantung dengan kondisi keluarga, peran pengganti di rumah, serta jenis pekerjaan yang dilakukan. Ditemukan, bahwa beban generasi <i>sandwich</i> lebih kompleks dibandingkan dengan generasi sebelumnya, mencakup tanggung jawab finansial dan emosional. Dukungan keluarga dan strategi adaptasi diperlukan untuk mengurangi dampak dari beban ganda generasi <i>sandwich</i>.

Dari berbagai penelitian terdahulu, telah banyak yang menjelaskan mengenai fenomena generasi *sandwich* dari berbagai perspektif, mulai dari aspek psikologis, sosial dan ekonomi, namun belum ditemukan penelitian yang secara spesifik dan mendalam mengenai dampak psikososial yang dialami oleh generasi *sandwich* khususnya dalam konteks lokal, seperti di Kelurahan Kota Karang, Kecamatan Teluk Betung Timur, Kota Bandar Lampung. Oleh karena itu, dalam penelitian ini ingin melihat bagaimana karakteristik sosial, budaya, dan dinamika keluarga setempat mempengaruhi cara generasi

sandwich dalam menjalankan peran-peran yang ditanggung. Dalam penelitian ini juga menggunakan teori konflik peran untuk memahami bagaimana generasi *sandwich* mengalami tekanan psikososial akibat peran-peran yang ditanggungnya, serta menganalisis strategi yang digunakan individu generasi *sandwich* dalam menghadapi tekanan yang kompleks. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan menambah tinjauan pustaka bagi para pembaca.

2.5 Landasan Teori Konflik Peran

Teori ini digunakan untuk menganalisis bagaimana individu generasi *sandwich* mengalami tekanan akibat menjalankan berbagai peran ganda secara bersamaan. Peran (*Role*) didefinisikan sebagai serangkaian tingkah laku atau fungsi-fungsi yang dikaitkan dengan posisi khusus dalam hubungan tertentu (Widyastuti, 2014). Menurut Baron & Byrne (2004), peran diartikan sebagai suatu set perilaku yang diharapkan dilakukan oleh seseorang yang memiliki posisi spesifik dalam suatu kelompok.

Apabila seseorang menjalankan banyak peran secara bersamaan maka dapat mengakibatkan terjadinya konflik. Konflik jika diartikan secara umum ialah kondisi yang terjadi disebabkan adanya pertentangan dalam diri individu akibat diharuskan untuk memilih antara dua kebutuhan atau lebih di waktu yang bersamaan. Hal tersebut muncul karena adanya kebutuhan dan dorongan yang muncul tidak selalu satu persatu (Nadya, 2022). Sejalan dengan pendapat Irwanto dalam Rahmadita (2013) menjelaskan konflik dapat terjadi dikarenakan muncul dua kebutuhan atau lebih di waktu bersamaan (Akbar & Kartika, 2016).

Sehingga konflik peran dapat terjadi karena adanya ketegangan antara peran-peran yang harus dijalankan secara bersamaan, di mana antar peran-peran tersebut memiliki tuntutan yang saling bertentangan. Menurut Farradinna dan Halim (2016), menyatakan bahwa konflik peran memiliki tiga faktor yaitu konflik antar waktu, konflik antar ketegangan, dan konflik antar perilaku (Nadya, 2022). Menurut William J. Goode (1960), konflik peran didefinisikan

sebagai suatu kesulitan yang dirasakan oleh seseorang dalam memenuhi kewajiban suatu peran (Hopper, 2020). Menurut Gibson dkk (1990), konflik peran dapat terjadi apabila individu dihadapkan pada situasi di mana terdapat dua atau lebih persyaratan untuk melaksanakan peran yang satu dan dapat menghalangi pelaksanaan peran yang lain (Akbar & Kartika, 2016).

Pendapat selanjutnya, dikemukakan oleh Greenhaus dan Beutell (1985), konflik peran didefinisikan sebagai suatu bentuk dari konflik antar peran di mana tekanan dari peran dalam pekerjaan dan keluarga saling bertentangan yaitu ketika menjalankan peran di pekerjaan menjadi lebih sulit karena harus menjalankan peran di keluarga, dan sebaliknya, menjalankan peran di keluarga menjadi sulit karena tuntutan peran di pekerjaan (Nadya, 2022).

Menurut Nimran (2004), konflik peran adalah ketidaksesuaian terkait peran yang dijalankan. Konflik ini muncul akibat perbedaan antara tuntutan peran, kebutuhan individu, dan nilai-nilai yang ada (Nadya, 2022). Menurut Palomino dan Frezatti (2018), konflik peran dapat terjadi ketika seseorang menjalankan dua peran atau lebih secara bersamaan dan merasa bahwa peran tersebut tidak sesuai dengan harapan. Berdasarkan pendapat Ramadhi dkk. (2021), konflik peran timbul karena adanya benturan antara tanggung jawab keluarga dan pekerjaan, yang membuat individu kesulitan menjalankan kedua peran tersebut secara bersamaan (Nadya, 2022).

Greenhaus dan Beutell (1985) mengklasifikasikan tiga jenis konflik peran (Darmawati, 2019), yaitu:

1. *Time-based conflict*, merupakan konflik berbasis waktu yang muncul akibat terbatasnya waktu yang diperlukan untuk menjalankan salah satu tanggung jawab, sehingga mengurangi waktu untuk memenuhi tuntutan lainnya. Hal ini terjadi karena seseorang yang mengalami konflik peran tidak dapat menjalankan dua peran atau lebih secara bersamaan.

Penelitian oleh (Byron, 2005) menghasilkan bahwa jadwal kerja yang tidak fleksibel dan jam kerja yang panjang sering kali menjadi penyebab utama

time-based conflict, yang berkontribusi terhadap penurunan kepuasan hidup dan stres yang lebih tinggi. Oleh karena itu, fleksibilitas waktu dalam menjalankan peran-peran ini menjadi penting untuk mengurangi konflik berbasis waktu.

Dalam masyarakat Indonesia, konflik ini sering dialami oleh perempuan yang bekerja dan juga bertanggung jawab terhadap urusan domestik. Menurut (Sunarti, 2015), perempuan yang berperan ganda sebagai ibu rumah tangga dan pekerja menghadapi tekanan waktu yang signifikan karena harus membagi perhatian antara pekerjaan dan keluarga. Hal ini diperparah oleh nilai budaya yang cenderung mengutamakan peran perempuan dalam pengasuhan anak dan pekerjaan domestik, meskipun mereka juga memiliki tanggung jawab profesional.

2. *Strain-based conflict*, atau ketegangan yang terjadi ketika tekanan dari salah satu peran mempengaruhi kinerja peran yang lainnya. Ketegangan yang terjadi akan mempengaruhi kualitas hidup individu secara keseluruhan. Ketegangan peran tersebut dapat menyebabkan individu mengalami stress, kecemasan, gangguan emosional, bahkan masalah fisik dan psikis lainnya.

Greenhaus dan Powell (2006), menjelaskan bahwa *strain-based conflict* tidak hanya memengaruhi kinerja dalam peran tertentu, tetapi juga kualitas hidup secara keseluruhan, termasuk kesehatan mental dan fisik. Penelitian oleh (Allen dkk., 2000) menekankan bahwa dukungan sosial, baik dari keluarga maupun rekan kerja, dapat membantu mengurangi dampak negatif dari *strain-based conflict*.

Oleh karena itu, penting bagi individu untuk mengenali sumber tekanan dalam perannya dan mencari bantuan atau strategi manajemen stres yang efektif. Rahmawati (2015), juga menambahkan bahwa konflik ini sering memengaruhi kesehatan fisik individu, seperti munculnya kelelahan kronis dan *burnout* akibat tekanan berlebihan dari pekerjaan maupun keluarga.

3. *Behavior-based conflict*, konflik berbasis perilaku terkait dengan ketidaksesuaian antara pola perilaku yang ditampilkan dengan yang diharapkan oleh kedua pihak (tanggung jawab). Ketidaksesuaian pola perilaku ini disebabkan oleh kurang kesadaran seseorang akan akibat dari pola perilakunya kepada orang lain atau perilaku-perilaku yang diharapkan muncul pada saat melaksanakan peran lainnya bertentangan dengan ekspektasi dari peran yang dijalankan.

Penelitian oleh (Carlson dkk., 2000) menunjukkan bahwa perilaku yang tidak sesuai ini dapat menimbulkan kebingungan peran (*role ambiguity*) dan ketegangan interpersonal, baik di lingkungan kerja maupun keluarga. Untuk mengatasi *behavior-based conflict*, diperlukan kesadaran dan kemampuan untuk beradaptasi dalam setiap peran yang dijalankan, sehingga ekspektasi dalam peran-peran tersebut dapat terpenuhi dengan baik.

Soekanto (2012), menyebutkan bahwa ketidaksesuaian ini sering kali disebabkan oleh kurangnya kesadaran individu terhadap dampak perilakunya terhadap orang lain. Misalnya, seorang kepala keluarga yang terbiasa bersikap tegas di tempat kerja mungkin kesulitan menunjukkan empati atau kelembutan dalam lingkungan keluarga. Selain itu, menurut Kartika (2018), ekspektasi sosial terhadap pola perilaku tertentu, terutama di lingkungan kerja dan keluarga, sering menjadi sumber konflik dalam budaya Indonesia yang memiliki nilai hierarki yang kuat.

Berdasarkan yang telah disebutkan sebelumnya, individu yang berada dalam situasi generasi *sandwich* dihadapkan pada tuntutan peran ganda yaitu sebagai pencari nafkah sekaligus bertanggung jawab terhadap keluarga yang dapat memicu ketegangan dalam menjalankan peran-peran tersebut secara bersamaan. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh William J. Goode (1960), ketika seorang anak dewasa memasuki usia produktif dan bekerja, serta mengemban berbagai peran, contoh di antaranya adalah memenuhi kewajiban bekerja dan mengurus anggota keluarga, maka dapat menyebabkan terjadinya

sebuah ketidakseimbangan antara peran-peran yang dijalankan (dalam Hopper, 2020). Maka, analisis teori konflik peran dalam individu generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang ialah dengan menerapkan tiga jenis konflik peran yang dikemukakan oleh Greenhaus dan Beutell (1985), yaitu:

1. *Time-based conflict*, akan menganalisis bagaimana individu generasi *sandwich* mengalami keterbatasan waktu untuk memenuhi kebutuhan dua generasi yang ditanggungnya. Misalnya, keterikatan waktu kerja seringkali menyita waktu yang seharusnya digunakan untuk merawat anggota keluarga di rumah, sehingga dapat memicu ketegangan antara tuntutan kerja dan tanggung jawab keluarga.
2. *Strain-based conflict*, yaitu ketegangan emosional atau stres dari satu peran yang memengaruhi kualitas pelaksanaan peran lainnya. Dalam kasus generasi *sandwich*, tekanan ekonomi, beban kerja, dan tanggung jawab keluarga yang tinggi dapat menyebabkan kelelahan emosional, gangguan kesehatan mental, serta menurunnya kualitas relasi sosial. Dalam hal ini, akan menganalisis bagaimana generasi *sandwich* menghadapi tekanan ini dan bagaimana kondisi tersebut memengaruhi kesejahteraan psikososial.
3. *Behavior-based conflict*, akan menganalisis bagaimana generasi *sandwich* memahami ketidaksesuaian pola perilaku berdasarkan tuntutan peran yang berbeda. Misalnya, seseorang bersikap tegas dan otoriter di tempat kerja mungkin merasa kesulitan untuk menunjukkan kelembutan dan kesabaran dalam merawat keluarga di rumah. Dalam hal ini, akan melihat bagaimana individu generasi *sandwich* menyadari perbedaan ekspektasi perilaku tersebut dan sejauh mana mereka mampu beradaptasi.

Respon individu terhadap konflik peran ialah sebagai bentuk penyesuaian psikologis terhadap ketegangan antara tuntutan peran yang dijalankan. Lazarus dan Folkman (1984), menjelaskan bahwa individu mengatasi tekanan melalui berbagai strategi penyesuaian untuk menjaga keseimbangan psikis dan sosial. Dalam *time-based conflict*, strategi yang digunakan meliputi pengelolaan waktu dan pembagian tanggung jawab (Greenhaus & Beutell, 1985). Pada *strain-based conflict*, strategi mencakup pencarian dukungan sosial dan

pengelolaan stres (Allen dkk., 2000), sementara dalam *behavior-based conflict*, penyesuaian perilaku menunjukkan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan peran yang berbeda (Carlson et al., 2000).

Oleh karena itu, dengan menerapkan tiga jenis konflik peran yang dikemukakan oleh Greenhaus dan Beutell, analisis ini diharapkan dapat menggambarkan secara menyeluruh tekanan psikososial yang dialami oleh generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang, serta menelusuri berbagai strategi yang digunakan oleh mereka untuk menghadapi tekanan psikologis, sosial, dan peran ganda yang dijalani.

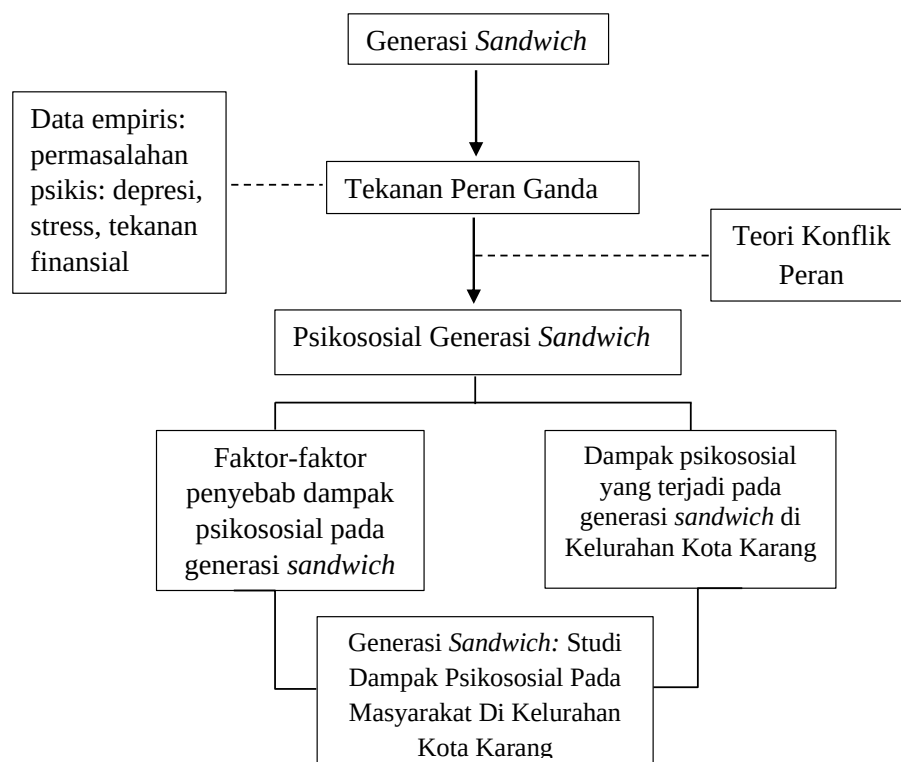
2.6 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir dalam penelitian ini disusun untuk menggambarkan hubungan antar peran ganda generasi *sandwich* dengan dampak psikososial yang dialami, serta strategi yang digunakan dalam menghadapi tekanan tersebut. Generasi *sandwich* merupakan individu yang berada di antara dua tanggung jawab, yaitu merawat orang tua yang telah lanjut usia sekaligus mendukung generasi yang masih bergantung seperti anak-anak atau kerabat. Posisi ini menimbulkan tekanan psikologis akibat ekspektasi sosial untuk menjalankan peran tersebut secara optimal.

Survei di Amerika Serikat (2007) menunjukkan bahwa generasi *sandwich* mengalami permasalahan psikologis yang signifikan seperti depresi, *anxiety*, dan stres karena tuntutan untuk menyeimbangkan peran dan beban yang ditanggung (Syarif, 2024). Studi dari *The Pew Research Center* (2013) menguatkan temuan ini, dengan menyatakan bahwa generasi *sandwich* cenderung mengalami tingkat kekhawatiran (*anxiety*) yang lebih tinggi dan kesejahteraan emosional yang lebih rendah akibat dari beban ganda yang mereka emban (Muliani, 2024). Sementara di Indonesia, survei oleh Tirto bersama Jakpat (2023) mengungkap bahwa sebagian generasi *sandwich* menghadapi kekhawatiran dalam memenuhi kebutuhan dirinya, orang tua, dan anak atau kerabat lainnya yang menjadi tanggungan (Rohmah, 2023).

Untuk menganalisis fenomena ini, penelitian ini menggunakan teori konflik peran dari Greenhaus dan Beutell yang menyatakan bahwa konflik peran terjadi ketika tekanan dari dua atau lebih peran tidak dapat diselaraskan, sehingga satu peran menjadi sulit dijalankan karena tuntutan peran lainnya. Terdapat tiga jenis konflik peran yang dikemukakan, yaitu *time-based conflict*, *strain-based conflict*, dan *behavior-based conflict*. Ketiga jenis konflik ini dapat menimbulkan dampak psikososial seperti stres, kelelahan emosional, hingga menurunnya kesejahteraan mental. Berdasarkan kerangka berpikir ini, penelitian ini akan menganalisis faktor penyebab dampak psikososial dan mendeskripsikan dampak psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang.

Adapun kerangka berpikir dalam penelitian ini ialah sebagai berikut.



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

III. METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Dalam penelitian ini, menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut Moleong (2013) dalam Fiantika (2022), mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh individu sebagai subjek penelitian misalnya pelaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara holistik, dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada konteks khusus yang alamiah dengan menggunakan berbagai metode ilmiah. Selanjutnya, menurut (Hikmat, 2014) mengartikan metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari perilaku individu-individu yang diamati.

Menurut Mulyana (2008) dalam Fiantika (2022), mendeskripsikan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang menggunakan metode ilmiah untuk menjelaskan suatu fenomena dengan cara mendeskripsikan data dan fakta melalui kata-kata secara menyeluruh terhadap subjek penelitian. Jenis penelitian kualitatif dipilih karena dianggap relevan dengan topik yang akan dibahas yaitu mengenai fenomena generasi *sandwich* dan penelitian ini berdasarkan pada tujuan untuk menjelaskan dan menganalisis fenomena dengan detail dan mendalam mengenai suatu peristiwa.

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi fenomenologi. Watt (1995), mendefinisikan studi fenomenologi sebagai suatu pendekatan yang berusaha menemukan bagaimana seseorang mengalami suatu hal dan bagaimana arti pengalaman tersebut bagi (Yanti, 2023). Menurut Creswell (2016), pendekatan fenomenologi berupaya untuk merepresentasikan makna pengalaman hidup beberapa orang mengenai suatu hal (dalam Hana & Purwandani, 2023). Dengan menggunakan pendekatan fenomenologi dalam meneliti fenomena

generasi *sandwich*, peneliti dapat menggali bagaimana individu yang mengalami kondisi generasi *sandwich* memaknai peran dalam hidupnya.

3.2 Fokus Penelitian

- a. Faktor-Faktor Penyebab Dampak Psikososial Pada Generasi *Sandwich* di Kelurahan Kota Karang

Penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang. Dalam penelitian ini, faktor-faktor penyebab dampak psikososial akan dianalisis ke dalam faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup keterbatasan ekonomi keluarga dan minimnya perencanaan finansial, rendahnya kesiapan emosional, kekhawatiran akan masa depan, serta kurangnya waktu untuk diri sendiri. Sedangkan faktor eksternal meliputi tekanan sosial dari keluarga dan lingkungan, nilai budaya balas budi (resiprositas) yang mengharuskan anak merawat orang tua serta minimnya dukungan keluarga.

- b. Dampak Psikososial pada Generasi *Sandwich* di Kelurahan Kota Karang

Fokus penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dampak psikososial yang dialami generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang, baik secara psikologis maupun sosial. Secara psikologis, individu dalam generasi *sandwich* rentan mengalami stres, *anxiety*, *burnout*, dan kelelahan emosional akibat tekanan peran ganda yang mereka jalani dan keterbatasan waktu untuk diri sendiri (Swastika & Hamid, 2023). Dari sisi sosial, beban tanggung jawab yang terus-menerus berdampak pada penurunan kualitas hubungan keluarga dan keberfungsian sosial (Khalil & Santoso, 2022).

3.3 Lokasi Penelitian

Penelitian akan dilakukan di Kelurahan Kota Karang, Kecamatan Teluk Betung Timur, Kota Bandar Lampung. Adapun beberapa alasan peneliti melakukan penelitian di lokasi ini yaitu:

1. Berdasarkan karakteristik kondisi sosial dan ekonomi Kelurahan Kota Karang sebagai berikut:
 - a) Berdasarkan data yang diambil dari BPS Kota Bandar Lampung (2024), ditemukan bahwa terdapat dominasi penduduk usia produktif dan tingginya rasio ketergantungan pada wilayah ini. Jumlah penduduk usia produktif sebanyak 6.666 jiwa dari total penduduk 10.255 jiwa dengan rasio ketergantungan sebesar 53,84, kondisi ini menunjukkan adanya tekanan peran ganda yang relevan dengan fenomena generasi *sandwich*.
 - b) Dengan luas wilayah 0,36 km², Kelurahan Kota Karang dihuni oleh 10.255 penduduk, menunjukkan wilayah ini memiliki tingkat hunian yang padat atau kepadatan penduduk pada wilayah ini cukup tinggi. Dalam lingkungan padat penduduk, kehidupan sosial lebih erat, yang dapat menjadi sumber dukungan tetapi juga dapat memicu tekanan sosial. Sehingga, dalam konteks generasi *sandwich*, kondisi ini dapat memperburuk tekanan psikososial yang dialami oleh generasi *sandwich* (BPS Kota Bandar Lampung, 2024).
 - c) Selanjutnya, penduduk pada Kelurahan Kota Karang mayoritas bekerja pada sektor informal, dengan tingkat pendidikan yang didominasi oleh lulusan SD (3.295 jiwa). Ketidakstabilan penghasilan dari sektor pekerjaan dan rendahnya tingkat pendidikan dapat memengaruhi kesejahteraan keluarga, terutama bagi individu yang berada dalam kondisi generasi *sandwich*.
2. Selanjutnya, di Kelurahan Kota Karang belum ditemukan penelitian yang serupa mengenai fenomena *generasi sandwich* dengan permasalahan yang diangkat dalam rumusan masalah penelitian ini.

3.4 Penentuan Informan Penelitian

Dalam Penelitian ini, penentuan informan akan menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan tujuan yakni pengambilan sampel berdasarkan kepada kapasitas dan kapabilitas atau seseorang yang memiliki pemahaman di

bidangnya di antara anggota populasi (Hikmat, 2014). Menurut (Margono dalam Hadi, 2021) pemilihan subjek dalam teknik purposive sampling, didasarkan pada ciri-ciri tertentu yang dianggap mempunyai keterkaitan yang erat dengan kriteria-kriteria populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Adapun dalam penelitian ini, melibatkan dua belas informan yang sesuai dengan kriteria-kriteria yang sudah ditentukan, sebagai berikut:

1. Berusia produktif berkisar antara 20–58 tahun. Meskipun secara umum usia produktif berada dalam rentang 15–65 tahun, kriteria ini ditentukan berdasarkan temuan awal di lapangan yang menunjukkan bahwa individu yang bekerja dengan tanggung jawab antar generasi di Kelurahan Kota Karang umumnya berada dalam rentang usia tersebut. Rentang ini dianggap paling relevan untuk mengkaji fenomena generasi *sandwich* di lokasi penelitian.
2. Telah bekerja, baik di sektor formal dan informal.
3. Memiliki tanggung jawab terhadap lebih dari satu generasi, seperti orang tua yang telah lanjut usia, anak, maupun saudara lain yang belum mandiri secara finansial atau memerlukan dukungan khusus.

3.5 Jenis dan Sumber Data

1. Data Primer

Menurut Sugiyono (2019), data primer ialah data yang didapatkan langsung dari lapangan. Data ini diperoleh dari sumber asli, yaitu responden atau informan yang terkait dalam penelitian (Suwarsa, 2021). Berbagai metode yang dilakukan untuk mengumpulkan data primer, ialah melalui wawancara, observasi, dan survei. Afrizal (2019), menyatakan karakteristik pentingnya data primer dalam penelitian ialah: (1) Data primer merupakan data asli yang belum diolah, sehingga data yang diinterpretasikan peneliti lebih akurat dan relevan sesuai dengan tujuan penelitian; (2) Data primer didapat langsung dari sumber pertama, sehingga meminimalisir kemungkinan kesalahan interpretasi dalam penelitian (Sulung & Muspawi, 2024).

2. Data Sekunder

Data sekunder ialah data penelitian yang didapatkan secara tidak langsung melalui media perantara. Maksudnya, data sekunder merujuk pada informasi yang diperoleh oleh peneliti melalui sumber yang telah tersedia sebelumnya, bukan secara langsung dari subjek penelitian. Data ini bisa didapatkan melalui dokumen, literatur, atau informasi yang disediakan oleh pihak lain. Contoh data sekunder menurut Alir (2005), meliputi, buku, jurnal akademis, artikel, laporan keuangan, dan data sensus yang dikumpulkan oleh instansi atau pemerintahan (Sulung & Muspawi, 2024).

3. Data Tersier

Data tersier adalah informasi tambahan yang digunakan untuk menjelaskan data primer dan sekunder. Data ini diperoleh dari sumber yang tidak langsung berhubungan dengan fenomena yang sedang diteliti, namun masih memiliki keterkaitan dan relevan, seperti kamus, ensiklopedia, dan bahan-bahan lain yang memberikan penjelasan atau informasi penunjang mengenai topik penelitian.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa metode untuk mengumpulkan data dan Informasi, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi, sebagai berikut :

1. Observasi (Pengamatan)

Observasi atau pengamatan adalah aktivitas yang dilakukan dengan fokus pada objek penelitian menggunakan seluruh indra. Dengan kata lain, observasi adalah proses pengumpulan data melalui panca indra, yang juga dilengkapi dengan pencatatan rinci mengenai objek yang sedang diteliti (Prawiyogi dkk., 2021).

Dalam penelitian ini, observasi dilakukan secara langsung terhadap para informan di lingkungan Kelurahan Kota Karang. Observasi dilakukan dengan mengamati tanda-tanda tekanan psikologis seperti kelelahan,

kecemasan, atau stres, serta reaksi emosional ketika topik sensitif seperti tanggung jawab keluarga dibahas dalam wawancara. Selain itu, observasi juga dilakukan terhadap aspek sosial seperti kondisi lingkungan tempat tinggal dan pola interaksi antar anggota keluarga, untuk melihat sejauh mana lingkungan dan dinamika keluarga berkontribusi terhadap beban peran yang dijalani oleh informan sebagai generasi *sandwich*.

2. Wawancara

Menurut Afifuddin (2009), wawancara adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengajukan pertanyaan kepada seseorang yang menjadi subjek informan atau responden. Sementara itu Rianto (2010), menyatakan bahwa wawancara atau *interview* adalah metode pengumpulan data yang melibatkan komunikasi langsung antara peneliti dengan subjek atau informan (dalam Hadi, 2021).

Dalam penelitian ini, menggunakan teknik wawancara mendalam (*in-depth interview*) kepada dua belas informan yang dipilih secara purposive. Wawancara dilakukan secara langsung dan semi-terstruktur menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun. Jenis wawancara ini dipilih agar peneliti dapat menggali lebih banyak informasi berdasarkan pengalaman dan sudut pandang informan, sekaligus menjaga fokus pembahasan sesuai dengan variabel yang diteliti.

3. Dokumentasi

Dokumentasi ialah teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memberikan informasi terhadap objek penelitian terutama dokumen yang relevan dengan fokus penelitian, baik berupa notulensi penting, peraturan undang-undang, naskah, foto-foto, manuskrip dan dokumen penunjang lainnya (Saleh, 2017). Menurut Arikunto (2002), Teknik dokumentasi dilakukan dengan mengamati berbagai benda tertulis, seperti buku, majalah, dokumen, peraturan, notulen rapat, catatan harian, dan sebagainya (dalam Hadi, 2021).

Dalam penelitian ini, teknik dokumentasi digunakan untuk melengkapi data hasil wawancara dan observasi. Peneliti mengumpulkan dokumen sekunder berupa data kependudukan, profil wilayah, serta data sosial ekonomi dari sumber resmi seperti publikasi oleh Badan Pusat Statistik (BPS). Selain itu, dokumentasi juga mencakup foto-foto lingkungan tempat tinggal informan dan dokumentasi wawancara dengan informan yang dibuat selama proses pengumpulan data berlangsung.

3.7 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan model analisis data Miles dan Huberman (2014), yang menguraikan proses analisis data dalam penelitian kualitatif sebagai berikut (Saleh, 2017):

a. Reduksi Data (*data reduction*)

Reduksi data ialah suatu proses penyempurnaan data, baik pengurangan data yang kurang relevan, maupun penambahan data yang dirasa belum mencukupi. Reduksi data diartikan sebagai proses pemilahan, memfokuskan terhadap pokok-pokok bahasan penelitian, pengabstrakan, dan mengubah data yang ditemukan dengan menyederhanakannya. Reduksi data berlangsung secara terus menerus setelah penelitian lapangan hingga laporan akhir tersusun. Dalam penelitian ini, proses reduksi dilakukan sejak tahap awal setelah pengumpulan data dari wawancara dan observasi. Dilakukan dengan memilah kutipan, pernyataan, dan hasil pengamatan yang relevan dengan fokus penelitian.

b. Penyajian Data (*data display*)

Penyajian data ialah proses pengumpulan data yang disusun berdasarkan kategori atau pengklasifikasian yang dibutuhkan. Data display atau penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart, dan sejenisnya. Umumnya, dalam penelitian kualitatif penyajian data dilakukan dengan bentuk teks yang bersifat naratif. Dalam penelitian ini, penyajian data dilakukan dengan

mengelompokkan hasil wawancara berdasarkan fokus penelitian yang telah ditentukan.

c. Verifikasi dan Penarikan Kesimpulan (*conclusion drawing*)

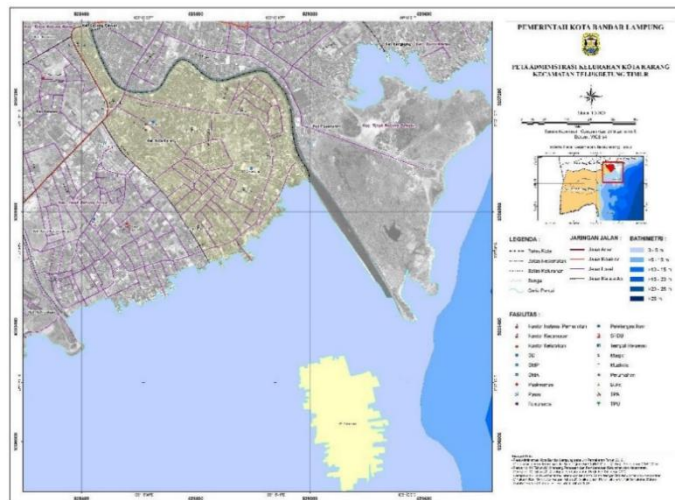
Penarikan kesimpulan ialah proses perumusan makna dari hasil penelitian yang dituliskan dan disusun dengan kalimat singkat-padat namun dapat dipahami, serta dilakukan dengan cara melakukan peninjauan secara berulang mengenai kebenaran dari penyimpulan, khususnya terkait dengan relevansi dan konsistensi dalam judul, tujuan dan perumusan masalah. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan suatu temuan baru yang sebelumnya belum pernah ditemukan (Hadi, 2021).

IV. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN

4.1 Gambaran Umum Kelurahan Kota Karang

Ruang lingkup wilayah yang dijadikan sebagai lokasi penelitian adalah Kelurahan Kota Karang. Wilayah ini memiliki berbagai potensi dan tantangan yang berpengaruh terhadap kehidupan sosial masyarakat, termasuk dalam hal struktur keluarga dan tanggung jawab sosial. Dalam konteks penelitian ini, Kelurahan Kota Karang dipilih sebagai lokasi yang relevan untuk menggali lebih dalam mengenai fenomena generasi *sandwich*, dengan mempertimbangkan kondisi sosial, ekonomi, dan budaya yang ada. Berikut merupakan peta wilayah Kelurahan Kota Karang.

Gambar 4. 1 Peta Wilayah Kelurahan Kota Karang.



Sumber: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Gambar 4.1 menggambarkan peta wilayah Kelurahan Kota Karang yang menunjukkan batas-batas administratif kelurahan ini, yang terletak di Kecamatan Teluk Betung Timur, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung. Kelurahan Kota Karang memiliki 2 Lingkungan, yaitu Lingkungan 1 yang terdiri dari 12 RT dan Lingkungan 2 terdiri dari 10 RT. Penduduk Kelurahan

Kota Karang terdiri dari berbagai macam suku, diantaranya suku jaseng, suku bugis, suku lampung, dan suku sunda.

Kelurahan Kota Karang memiliki luas baku wilayah sebesar 0,36 km². Berdasarkan peruntukannya, sebagian besar area Kelurahan Kota Karang digunakan untuk pemukiman, yang mencakup sekitar 0,30 km² dari total luas wilayah. Selain itu, ada sekitar 0,05 km² diperuntukkan untuk jalan. Sisanya, yaitu sekitar 0,01 km², digunakan untuk area lain seperti siring, sungai, dan fasilitas lainnya. Kelurahan Kota Karang berada pada ketinggian 3 meter di atas permukaan laut. Berdasarkan letak geografisnya, Kelurahan Kota Karang berada di wilayah daratan. Berdasarkan tipologinya, wilayah ini termasuk dalam kategori dataran. Berikut merupakan tabel batas wilayah administratif Kelurahan Kota Karang.

Tabel 4. 1 Batas Wilayah Kelurahan Kota Karang

Batas Wilayah	
Sebelah Utara	Way Blau
Sebelah Selatan	Kelurahan Kota Karang Raya
Sebelah Barat	Laut Teluk Lampung
Sebelah Timur	Kelurahan Perwata

Sumber: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Selain batas wilayah administratif, jarak Kelurahan Kota Karang terhadap pusat-pusat pemerintahan juga menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan. Informasi ini menggambarkan tingkat aksesibilitas masyarakat terhadap pelayanan publik dan infrastruktur pemerintahan di berbagai tingkatan. Kelurahan Kota Karang memiliki lokasi yang cukup strategis karena berada tidak terlalu jauh dari pusat pemerintahan kecamatan, kota, maupun provinsi.

Untuk memberikan gambaran yang lebih rinci. Berikut disajikan data orbitasi atau jarak Kelurahan Kota Karang terhadap beberapa pusat pemerintahan di Kota Bandar Lampung:

Tabel 4.2 Jarak Kelurahan dari Pusat Pemerintahan (Orbitasi)

No	Orbitasi	Jarak (Km)
1	Jarak dari Pusat Pemerintahan ke Kecamatan	0,75
2	Jarak dari Pusat Pemerintahan Kota	3,5
3	Jarak dari Kota/Ibukota Kabupaten	3,5
4	Jarak dari Ibukota Provinsi	3,5

Sumber: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Pusat administrasi Kelurahan Kota Karang berlokasi di RT 005, Lingkungan 2. Kelurahan ini berjarak sekitar 0,75 km dari pusat pemerintahan kecamatan, sedangkan jarak ke pusat Kota Bandar Lampung, ibukota kabupaten, dan ibukota provinsi masing-masing adalah sekitar 3,5 km. Kedekatan ini menunjukkan bahwa Kelurahan Kota Karang memiliki kemudahan akses terhadap pelayanan pemerintahan dan fasilitas publik lainnya.

4.2 Sejarah Kelurahan Kota Karang

Pada abad ke-18, wilayah ini mulai dihuni dan dibuka oleh Pangeran Tanun Dewangsa dan Pangeran Tanun Jaya bersama keluarganya. Mereka merupakan keturunan dari Buay Nunyai, sebuah marga yang berasal dari wilayah Sekala Bekhak. Sejak saat itu, nama Kota Karang mulai dikenal luas dan hingga kini tidak lagi asing di telinga masyarakat, khususnya di kawasan pesisir Kota Bandar Lampung. Nama Kota Karang sendiri berasal dari istilah dalam bahasa Lampung, yakni Kuta Kakhang, yang berarti "Pagar Karang". Penamaan ini berkaitan erat dengan kondisi geografis wilayah tersebut pada masa lampau yang terletak di tepi Pantai Teluk Lampung. Dahulu, wilayah ini kerap menjadi tempat bersandarnya kelompok bajak laut. Untuk melindungi pemukiman dari ancaman tersebut, masyarakat pada waktu itu membangun pagar dari batu karang di sepanjang pesisir sebagai bentuk pertahanan. Dari sinilah nama Kota Karang berasal dan terus digunakan hingga saat ini.

Perkembangan administratif wilayah ini mengalami perubahan signifikan pada tahun 2012. Berdasarkan Peraturan Daerah Kota Bandar Lampung Nomor 04 Tahun 2012 tentang Penataan dan Pembentukan Kelurahan dan Kecamatan,

Kelurahan Kota Karang secara resmi dimekarkan menjadi dua wilayah, yaitu Kelurahan Kota Karang dan Kelurahan Kota Karang Raya. Pemekaran ini bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pelayanan publik serta memperkuat tata kelola pemerintahan di tingkat kelurahan. Hingga saat ini, Kelurahan Kota Karang telah mengalami pergantian kepemimpinan sebanyak 18 kali, baik dalam bentuk kepala desa maupun lurah.

4.3 Visi dan Misi Kelurahan Kota Karang

a. Visi

Menciptakan Kelurahan Kota Karang yang bersih, indah, nyaman dan asri.

b. Misi

1. Membangun tata pemerintahan kelurahan yang baik sesuai kaidah-kaidah *good governance*.
2. Melayani masyarakat dengan baik sesuai prinsip pelayanan prima.
3. Meningkatkan tertib administrasi sebagai modal dasar terwujudnya pelayanan masyarakat yang baik dan benar sesuai aturan yang berlaku.
4. Bersama segenap lapisan masyarakat Kelurahan Kota Karang membangun wilayah kelurahan kota karang yang kondusif, indah, nyaman dan asri.

4.4 Kondisi Fasilitas Lokasi Penelitian

a. Fasilitas Pendidikan

Peningkatan pembangunan di sektor pendidikan menjadi salah satu agenda utama, baik melalui jalur pendidikan formal mulai dari tingkat Sekolah Dasar (SD) hingga jenjang Perguruan Tinggi, maupun pendidikan nonformal. Di wilayah Kelurahan Kota Karang, terdapat sejumlah fasilitas pendidikan yang mencerminkan dukungan terhadap upaya tersebut. Sarana pendidikan yang tersedia meliputi 3 unit Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), 2 unit Taman Kanak-Kanak (TK), 3 unit Sekolah Dasar (SD), 3 unit Sekolah Menengah Pertama (SMP), serta 3 unit Sekolah Menengah

Atas dan Kejuruan (SMA/SMK/MA). Sementara itu, untuk tingkat Perguruan Tinggi belum tersedia di wilayah ini.

Tabel 4. 3 Fasilitas Pendidikan di Kelurahan Kota Karang

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah
1	PAUD	3
2	Taman Kanak-Kanak (TK)/ Raudatul Athfal (RA)	2
3	Sekolah Dasar (SD)/ Madrasah Ibtidaiyah (MI)	3
4	Sekolah Menengah Pertama (SMP)/ Madrasah Tsanawiyah (MTs)	3
5	Sekolah Menengah Atas (SMA)/ Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)/ Madrasah Aliyah (MA)	2
Total		13

Sumber: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

b. Fasilitas Kesehatan

Akses terhadap pelayanan kesehatan merupakan bagian penting dalam menunjang kesejahteraan masyarakat di tingkat kelurahan. Keberadaan sarana dan prasarana kesehatan di suatu wilayah mencerminkan sejauh mana kebutuhan dasar masyarakat dapat terpenuhi, terutama dalam hal pelayanan medis dasar dan preventif. Di Kelurahan Kota Karang, jenis dan jumlah fasilitas kesehatan yang tersedia cukup terbatas. Berikut adalah data mengenai fasilitas kesehatan yang terdapat di Kelurahan Kota Karang.

Tabel 4. 4 Fasilitas Kesehatan di Kelurahan Kota Karang

Fasilitas Kesehatan	Jumlah
Poskeskel	1
UKBM (Posyandu/Polides)	8
Total	9

Sumber: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Selanjutnya, Kelurahan Kota Karang dilengkapi dengan sejumlah fasilitas penunjang yang berfungsi mendukung kehidupan masyarakat dalam berbagai bidang, seperti keagamaan, sosial, dan ekonomi. Untuk fasilitas ibadah, saat ini baru tersedia sarana yang diperuntukkan bagi penduduk beragama Islam, yaitu 7 masjid dan 1 mushola. Sementara itu, fasilitas

umum yang ada masih terbatas, hanya mencakup sarana olahraga serta pasar yang menjadi pusat aktivitas perekonomian masyarakat setempat. Keberadaan fasilitas-fasilitas ini mencerminkan upaya pemenuhan kebutuhan dasar warga di Kelurahan Kota Karang.

4.5 Kependudukan Kelurahan Kota Karang

Berikut merupakan data persebaran penduduk Kelurahan Kota Karang berdasarkan wilayah dan jenis Kelamin

Tabel 4. 5 Jumlah Penduduk Berdasarkan Wilayah dan Jenis Kelamin

Wilayah	2024	
	Laki-laki	Perempuan
Lingkungan 1		
RT. 001	228	217
RT. 002	233	230
RT. 003	363	331
RT. 004	218	223
RT. 005	226	206
RT. 006	188	208
RT. 007	210	183
RT. 008	273	293
RT. 009	179	161
RT. 010	130	112
RT. 011	176	209
RT. 012	123	106
Lingkungan 2		
RT. 001	228	126
RT. 002	233	123
RT. 003	363	67
RT. 004	218	263
RT. 005	226	373
RT. 006	188	356
RT. 007	210	360
RT. 008	273	231
RT. 009	179	316
RT. 010	130	333
Total	5.228	5.027
Total Penduduk	10.255	

Sumber: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Kelurahan Kota Karang memiliki jumlah penduduk sebanyak 10.255 jiwa, yang terdiri dari 5.228 laki-laki dan 5.027 perempuan. Jumlah penduduk terbanyak terdapat di RT 06 Lingkungan II dengan 764 jiwa, sedangkan yang paling sedikit ada di RT 03 Lingkungan II dengan hanya 183 jiwa. Secara keseluruhan, Kelurahan Kota Karang terdiri dari 2.826 Kepala Keluarga (KK). Rasio jenis kelamin di kelurahan ini adalah 104, yang berarti jumlah penduduk laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan. Dengan rasio tersebut, terdapat sekitar 104 laki-laki untuk setiap 100 perempuan di Kelurahan Kota Karang.

Tabel 4. 6 Penduduk berdasarkan Kelompok Umur di Kelurahan Kota Karang

Wilayah	Kelompok Umur (Jiwa)		
	0-14	15-64	65 ke atas
Lingkungan 1			
RT. 001	95	324	26
RT. 002	102	330	31
RT. 003	140	467	87
RT. 004	24	304	113
RT. 005	121	247	64
RT. 006	106	235	55
RT. 007	250	210	33
RT. 008	223	310	33
RT. 009	68	257	15
RT. 010	47	178	17
RT. 011	200	122	63
RT. 012	46	147	36
Lingkungan 2			
RT. 001	125	145	21
RT. 002	53	187	10
RT. 003	45	103	35
RT. 004	147	318	30
RT. 005	159	569	34
RT. 006	131	529	104
RT. 007	156	466	74
RT. 008	107	332	12
RT. 009	186	437	45
RT. 010	196	449	24
Total	2627	6666	962
Jumlah Penduduk	10.255		

Sumber Data: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Berdasarkan data penduduk menurut kelompok usia di Kelurahan Kota Karang, mayoritas penduduk berada pada rentang usia produktif, yaitu 15-64 tahun, dengan jumlah mencapai 6.666 jiwa. Sementara itu, kelompok usia lanjut atau 65 tahun ke atas merupakan yang paling sedikit, yakni sebanyak 962 jiwa. Kondisi ini mencerminkan tingkat rasio ketergantungan sebesar 53,84% yang berarti terdapat sekitar 54 penduduk usia non-produktif yang bergantung pada setiap 100 penduduk usia produktif.

4.6 Kondisi Sosial dan Ekonomi Kelurahan Kota Karang

Kondisi sosial dan ekonomi merupakan indikator penting dalam menggambarkan tingkat kesejahteraan suatu wilayah. Di Kelurahan Kota Karang, gambaran ini dapat ditinjau dari beberapa aspek utama, seperti tingkat pendidikan terakhir yang ditempuh penduduk, jenis pekerjaan, serta jumlah keluarga yang menerima bantuan sosial dari pemerintah. Ketiga aspek tersebut saling terkait dalam menggambarkan kualitas hidup dan ketergantungan masyarakat terhadap intervensi pemerintah. Berikut merupakan data penduduk berdasarkan tingkat pendidikan di Kelurahan Kota Karang:

Tabel 4. 7 Penduduk berdasarkan Tingkat Pendidikan di Kelurahan Kota Karang

No	Tingkat Pendidikan	Total
1	Tidak/belum pernah sekolah/belum tamat SD	674
2	Sekolah Dasar/ sederajat	3.295
3	SMP	2.495
4	SMA/SMU	3.231
5	Akademi/D1-D3	131
6	Sarjana	287
7	Pascasarjana (S2)	12
8	Pondok Pesantren	70
9	Pendidikan Keagamaan	31
10	Sekolah Luar Biasa	3
11	Kursus Keterampilan	26
Total		10.255

Sumber Data: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Berdasarkan data yang disajikan, mayoritas penduduk Kelurahan Kota Karang menempuh pendidikan terakhir pada jenjang Sekolah Dasar (SD) atau

sederajat, dengan jumlah mencapai 3.295 jiwa atau sekitar 32% dari total populasi. Dominasi pendidikan dasar ini turut memengaruhi jenis pekerjaan masyarakat, karena tingkat pendidikan berkaitan erat dengan kualitas dan peluang kerja masyarakat. Selanjutnya, berikut data penduduk berdasarkan jenis pekerjaan di Kelurahan Kota Karang.

Tabel 4. 8 Penduduk berdasarkan Jenis Pekerjaan di Kelurahan Kota Karang

No	Jenis Pekerjaan	Total
1	Pegawai Negeri Sipil	23
2	TNI/POLRI	6
3	Karyawan Swasta	426
4	Wiraswasta/Pedagang	642
5	Petani	30
6	Tukang	342
7	Pensiunan	9
8	Nelayan	1.182
9	Peternak	1
10	Dokter	1
11	Perawat	4
12	Guru	20
13	Dosen	1
14	Pengrajin	8
15	Pekerja Seni	10
16	Jasa	262
17	Lainnya	63
Total		3.030

Sumber Data: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Mengacu pada data yang tersedia, Mayoritas penduduk Kelurahan Kota Karang bekerja sebagai nelayan, dengan jumlah mencapai 1.182 jiwa. Disusul oleh 642 orang yang berwirausaha atau berdagang, serta 426 orang sebagai karyawan swasta. Kategori “lainnya” pada tabel merupakan klasifikasi yang tidak dijelaskan secara rinci, namun dapat mencakup jenis pekerjaan informal, tidak tetap, atau profesi lain yang tidak termasuk dalam kategori yang telah disebutkan. Data ini mencerminkan struktur ekonomi yang beragam, meskipun sektor informal masih mendominasi.

Tabel 4. 9 Jumlah Keluarga Penerima Manfaat Program Bantuan di Kelurahan Kota Karang

Wilayah	BPNT	PKH	PIP	RTLH	dll
Lingkungan 1					
RT. 001	50	40	-	-	-
RT. 002	60	45	37	-	-
RT. 003	112	67	30	-	-
RT. 004	0	2	3	-	21
RT. 005	45	70	6	-	-
RT. 006	40	70	6	-	-
RT. 007	40	25	15	-	-
RT. 008	60	50	10	-	-
RT. 009	10	10	15	-	-
RT. 010	7	12	8	-	11
RT. 011	30	30	30	-	6
RT. 012	8	5	6	-	-
Lingkungan 2					
RT. 001	25	18	35	-	-
RT. 002	22	21	15	10	33
RT. 003	16	8	7	-	-
RT. 004	48	17	0	50	137
RT. 005	23	50	90	14	-
RT. 006	40	50	20	-	-
RT. 007	65	10	13	-	-
RT. 008	10	40	10	4	-
RT. 009	30	70	15	-	-
RT. 010	70	30	25	-	-
Total	811	700	400	78	208

Sumber Data: Kelurahan Kota Karang Dalam Angka, 2024

Berdasarkan data di atas, di Kelurahan Kota Karang, sejumlah keluarga menerima berbagai bantuan sosial dari pemerintah. Sebanyak 811 keluarga memperoleh Bantuan Pangan Non Tunai (BPNT), 700 keluarga mendapat bantuan dalam Program Keluarga Harapan (PKH), dan 400 keluarga menerima bantuan melalui Program Indonesia Pintar (PIP) serta 78 keluarga mendapat bantuan program Rumah Tidak Layak Huni (RTLH), serta 208 keluarga menerima bantuan sosial lainnya. Data ini mencerminkan masih adanya ketergantungan masyarakat terhadap program perlindungan sosial untuk menunjang kesejahteraan.

VI. PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti bahas dengan judul “Generasi *Sandwich*: Studi Dampak Psikososial Pada Masyarakat di Kelurahan Kota Karang”, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor penyebab dampak psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang terbagi menjadi dua kategori utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

- a. Faktor internal

Faktor internal yang menyebabkan dampak psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang meliputi keterbatasan ekonomi, minimnya perencanaan finansial, peran ganda, kesiapan emosional yang rendah, kekhawatiran terhadap masa depan keluarga, serta minimnya waktu untuk diri sendiri. Keterbatasan penghasilan yang tidak sebanding dengan jumlah tanggungan dan tidak adanya tabungan menyebabkan tekanan finansial yang berdampak pada kestabilan psikologis. Peran ganda yang dijalani tanpa pembagian tugas memicu kelelahan fisik dan emosional, sementara ketidaksiapan emosional dan kekhawatiran akan masa depan pendidikan adik atau kebutuhan orang tua menambah beban bagi generasi *sandwich*. Minimnya waktu untuk diri sendiri juga mempengaruhi kondisi psikologis, sehingga tekanan yang dialami menjadi berlapis dan kompleks.

- b. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang memengaruhi dampak psikososial generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang meliputi minimnya dukungan keluarga, tekanan sosial dari lingkungan sekitar, nilai budaya

resiprositas, serta struktur keluarga yang kompleks. Ketidakterlibatan saudara kandung dalam menanggung beban keluarga menyebabkan tekanan ekonomi dan emosional bertumpu pada satu individu saja. Tekanan sosial dari lingkungan seperti komentar tetangga, tuntutan untuk hadir dalam suatu acara di lingkungan tempat tinggal, dan stigma terhadap anak yang dianggap tidak bertanggung jawab memperkuat beban psikologis. Di sisi lain, nilai budaya seperti balas budi, amanah orang tua, dan ajaran moral sejak kecil membentuk tanggung jawab moral pribadi yang kuat dalam diri informan, membuat mereka menjalankan peran sebagai penopang keluarga bukan karena paksaan, tetapi karena kesadaran diri dan ikatan nilai yang telah tertanam sejak dini. Kompleksitas struktur keluarga seperti *broken home*, *single parent*, atau ketimpangan peran pada seseorang yang dianggap paling “kuat” yang menjadi tumpuan turut memperberat kondisi ini, menjadikan tekanan yang dihadapi tidak hanya bersifat sosial tetapi juga emosional dan struktural.

2. Dampak psikososial yang dialami generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang

Generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang mengalami tekanan psikososial yaitu pada dampak psikologis meliputi stres, kelelahan fisik dan mental, gangguan tidur, hingga emosi yang mudah meledak. Tekanan ini diperparah oleh kurangnya dukungan sosial serta kondisi rumah yang justru menjadi sumber beban emosional, bukan tempat pemulihan. Secara sosial, mereka cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, menjadi lebih tertutup, serta mengalami ketegangan dalam hubungan keluarga. Penyesuaian sikap di berbagai peran juga menimbulkan kebingungan peran dan pelampiasan emosi pada orang terdekat. Namun, tidak semua dampak bersifat negatif. Terdapat temuan resiprositas positif antara anak dan orang tua dalam bentuk pengasuhan cucu. Individu generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang juga menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik seiring usia, serta mendapat dukungan dari pasangan atau orang

tua yang membantu meringankan beban dan memperkuat fungsi keluarga. Respons terhadap tekanan ini bervariasi, tergantung usia, latar pendidikan, jenis pekerjaan, serta keberadaan dukungan sosial. Individu dengan dukungan yang memadai cenderung lebih mampu mengelola konflik peran secara adaptif. Dengan demikian, dampak psikososial generasi *sandwich* bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai dampak psikososial pada generasi *sandwich* di Kelurahan Kota Karang, penulis memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan yang bermanfaat bagi berbagai pihak:

1. Untuk individu generasi *sandwich*

Bagi individu yang saat ini berada dalam posisi sebagai generasi *sandwich*, penting untuk mulai memberi perhatian pada diri sendiri, bukan hanya pada orang-orang yang ditanggung. Meskipun membantu keluarga adalah bentuk tanggung jawab yang mulia, tetap perlu ada ruang untuk beristirahat, mengelola stres, serta mencari kegiatan yang menyenangkan dan menenangkan. Menyadari bahwa kelelahan emosional adalah hal yang wajar bisa menjadi langkah awal untuk mencari cara menghadapinya, entah itu dengan berbagi cerita kepada orang yang dipercaya, mengikuti kegiatan komunitas, atau sekadar memberi waktu untuk diri sendiri. Mengatur waktu dan keuangan sebaik mungkin juga akan sangat membantu dalam mengurangi tekanan peran yang ditanggung.

2. Untuk keluarga dan orang terdekat

Sering kali, beban yang dirasakan oleh generasi *sandwich* menjadi lebih berat karena kurangnya pemahaman dari orang-orang terdekat. Maka dari itu, keluarga perlu lebih peka terhadap kondisi anggota keluarga yang menanggung banyak peran. Apresiasi kecil, saling membantu dalam hal-hal sederhana, atau setidaknya tidak menambah tekanan emosional, bisa

menjadi bentuk dukungan yang sangat berarti. Keluarga adalah tempat pertama untuk saling menguatkan, bukan hanya tempat untuk menggantungkan harapan.

3. Untuk pemerintah dan lembaga sosial

Pemerintah, baik di tingkat kelurahan maupun kota, diharapkan dapat memberi perhatian lebih terhadap kelompok usia produktif yang menjalani peran sebagai tulang punggung keluarga. Program pendampingan terkait akan sangat membantu, terutama di wilayah-wilayah yang didominasi oleh sektor pekerjaan informal, dukungan dari lembaga sosial sangat dibutuhkan agar generasi *sandwich* tidak merasa sendirian dalam menghadapi tantangan hidup.

4. Untuk peneliti selanjutnya

Disarankan untuk melibatkan informan dengan latar belakang sosial, ekonomi, dan pendidikan yang lebih beragam agar hasil penelitian lebih komprehensif. Selain itu, penelitian juga dapat dilakukan dari sudut pandang anggota keluarga yang ditanggung, seperti orang tua atau adik, untuk memahami persepsi mereka terhadap peran dan beban generasi *sandwich*. Dengan begitu, hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai dinamika peran ganda dalam keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Buku dan Publikasi

- Ahmadi, A., dkk. (2002). *Psikologi Sosial*. PT Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Badan Pusat Statistik.
- Baron, R., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- BPS Kota Bandar Lampung. (2024). *Kecamatan Teluk Betung Timur Dalam Angka 2024*. BPS Kota Bandar Lampung
- BPS Kota Bandar Lampung. (2024). *Kelurahan Kota Karang Dalam Angka 2024*. Satu Data Indonesia: Pemerintah Kota Bandar Lampung.
- Burke, P. (2003). *Sejarah dan Teori Sosial* (Terj. Yayasan Obor Indonesia). Yayasan Obor Indonesia.
- Darmawati. (2019). *Work Family Conflict (Konflik Peran Pekerjaan dan Keluarga)*. IAIN Parepare: Nusantara Press.
- Fiantika, R. F., Wasil M, et. all. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif*. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Hadi, A. (2021). *Penelitian kualitatif studi fenomenologi, case study, grounded theory, etnografi, biografi*. CV. Pena Persada.
- Hikmat, M. M. (2014). *Metode Penelitian Dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan Sastra*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif*. Pustaka Ramadhan: Bandung.
- Soekanto, S. (2012). *Sosiologi: suatu pengantar*.
- Suharto, E. (2009). *Membangun Masyarakat Memberdayakan Rakyat*. PT Refika Aditama.
- Sunarti, I. E. (2015). *Peran Wanita dalam Rumah Tangga dan Karir*. PT Penerbit IPB Press.
- Susilo, S. (2009). *Psikologi Sosial*. Jenggala Pustaka Utama.
- Walgito, B. (2003). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi offset.
- Widyastuti, Y. (2014). *Psikologi Sosial*. Graha Ilmu.

Jurnal

- Abramson, T. A. (2015). Older Adults: The “Panini Sandwich” Generation. *Clinical Gerontologist*, 38(4), 251-267.
- Akbar, D. A. (2017). Konflik Peran Ganda Karyawan Wanita dan Stres Kerja. *An Nisa'a*, 12(1), 33-48.
- Akbar, Z., & Kartika, K. (2016). Konflik Peran Ganda Dan Keberfungsian Keluarga Pada Ibu Yang Bekerja. *Jurnal penelitian dan pengukuran psikologi*, 5(2), 64-69.
- Allen, T. D., Herst, D. E. L., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: a review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(2), 278.
- Amalianita, B., & Putri, E. Y. (2023). Permasalahan psikologis pada sandwich generation serta implikasi dalam layanan bimbingan dan konseling. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 8(2), 163–171.
- Bahrudin, E. A. A., Sadewa, I. R. P., & Amanda, S. (2023). Menerapkan Komunikasi Asertif Dalam Relasi Sosial Pada Praktik Pekerjaan Sosial. *Perspektif*, 2(4).
- Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work–family conflict and its antecedents. *Journal of Vocational Behavior*, 67(2), 169–198.
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., & Williams, L. J. (2000). Construction and initial validation of a multidimensional measure of work–family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 249–276.
- Choirudin, M. (2015). Penyesuaian diri: sebagai upaya mencapai kesejahteraan jiwa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 12(1), 1-20.
- Faozi, A., Adzani, A. A., Izza, D. S. N., & Kibtiyah, M. (2023). Dampak Kecemasan Masyarakat Terhadap Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Mercusuar: Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 3(1), 1-11.
- Frassinetti, A. A., Husada, D. B. P., & Ayutasari, E. J., Mahdalena, M., Petroliana, M. Y., Natacia, N., ... & Megarani, W. (2024). Konsep Diri Generasi Sandwich.
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *Academy of Management Review*, 31(1), 72–92.
- Gusmini, G., & Tetteng, B. (2023). Pengaruh Persepsi Kesesakan Terhadap Psychological Well-Being Pada Penghuni Rumah Susun Di Kota Makassar. *Mandub: Jurnal Politik, Sosial, Hukum dan Humaniora*, 1(3), 262-272.

- Hadiningrat, K. S. S. (2023). Dampak Generasi Roti Apit Terhadap Peluang Bonus Demografi Di Indonesia. *Jurnal Lemhannas RI*, 11(2), 112-126.
- Hana, D. R., & Purwandani, E. (2023). Ketangguhan Pada Generasi Sandwich. Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta. 1–22.
- Hayati, H. HS., & Karyono, O. (2024). Eksistensi Anak Generasi Sandwich Menurut Pandangan Islam. *An-Nisa*, 17(1), 41-50.
- Hidayati, D. S. (2014). Peningkatan Relasi Sosial Melalui Social Skill Therapy Pada Penderita Schizophrenia Katatonik. *Cognicia*, 2(1). <https://doi.org/10.22219/cognicia.v2i1.1816>
- Hidayati, L. N., & Harsono, M. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20-30.
- Kartika, T. (2018). *Perilaku Sosial dalam Keluarga: Studi Konflik Peran*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Khalil, R. A., & Santoso, M. B. (2022). Generasi Sandwich: Konflik peran dalam Mencapai Keberfungsian Sosial. *Share: Social Work Journal*, 12(1), 77-87.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101-107.
- Mulyaningsih, I. E. (2014). Pengaruh Interaksi Sosial Keluarga, Motivasi Belajar, Dan Kemandirian Belajar Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 20(4), 441-451.
- Nasruddin, I. (2018). Emosi dan Aspeknya. *Journal Pendidikan*, 2, 1-16.
- Prawiyogi, A. G., Sadiyah, T. L., Purwanugraha, A., & Elisa, P. N. (2021). Penggunaan Media Big Book untuk Menumbuhkan Minat Membaca di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 446–452. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.787>
- Rahayu, I. P., & Rifayani, H. (2024). Penerimaan Diri Pada Generasi Sandwich. *Journal of Creative Student Research*, 2(2), 69-82.
- Rahmawati, D. (2015). Pengaruh Konflik Peran terhadap Stres Kerja pada Wanita Karir. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Rari, F. P., Jamalludin, J., & Nurokhmah, P. (2021). Perbandingan Tingkat Kebahagiaan Antara Generasi Sandwich Dan Non-Generasi Sandwich. *Jurnal Litbang Sukowati : Media Penelitian Dan Pengembangan*, 6(1), 1–13.
- Roring, B. W., Simanjuntak, E. J., & Feeling, G. (2024). Kepuasan Hidup Generasi Sandwich di Indonesia: Peran Bakti Kepada Oran Tua, Tanggung Jawab Kepada Orang Tua. 17(3), 233–246.

- Shandy, T. K., & Martha, M. (2023). Kontribusi Dukungan Sosial Terhadap Kepuasan Hidup Pada Individu Yang Menjadi Tulang Punggung Keluarga. *Arjwa: Jurnal Psikologi*, 2(4), 165-178.
- Sulung, U., & Muspawi, M. (2024). Memahami Sumber Data Penelitian : Primer, Sekunder, Dan Tersier. *Universitas Jambi*, 5(3).
- Suwarsa, T. (2021). Pengaruh Pajak Restoran Dan Pajak Hotel Terhadap Pendapatan Asli Daerah Kota Padangsidempuan Periode 2018-2020. *Jurnal Akuntansi*, 51(1), 1–15.
- TNP2K, & Kemenkes RI, K. K. (2020). Situasi lansia di Indonesia dan akses terhadap program perlindungan sosial: In *Kementrian Kesehatan RI (Vol. 10, Issue 2)*.
- Yenny Septiyani, I. (2023). *Penciptaan Naskah Drama Tiga Wanita Terinspirasi dari Fenomena Generasi Sandwich*. Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
- Swastika, Y., & Hamid, N. (2023). Pengaruh Literasi Keuangan, Generasi Sandwich Overconfidence Dan Dual Ernest Terhadap Perilaku Keuangan. *ECOTECHNOPRENEUR: Journal Economics, Technology And Entrepreneur*, 2(03), 112-118.

Website

- BPS Kota Bandar Lampung. (2024). Jumlah Penduduk Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kecamatan (Jiwa) 2023. Diakses dari <https://bandarlampungkota.bps.go.id>
- Gultom, S. (2017). Kecerdasan Emosional. BKPSDMD. diakses dari <https://bkpsdmd.babelprov.go.id/content/kecerdasan-emosional>
- Hartanto, A. Y. (2023, November 22). Mayoritas *generasi sandwich* rasakan dampak ke kesehatan mental. Tirto. Diakses dari <https://tirto.id/mayoritas-generasi-sandwich-rasakan-dampak-ke-kesehatan-mental-gRKk>
- Hopper, E. (2020). What Is Role Strain? Definition and Examples. diakses dari <https://www.thoughtco.com/what-is-role-strain-in-sociology-4784018>
- Ilahiah, Y. C. S. (2021). Sandwich Generation: Pengertian, Ciri, Dampak, dan Cara Mencegahnya. Gramedia. Diakses dari <https://www.gramedia.com/best-seller/sandwich>
- Kelurahan Kota Karang. (2024). Sejarah Kelurahan Kota Karang. Pemerintah Kota Bandar Lampung. https://kelurahan.bandarlampungkota.go.id/kota_karang_sejarah
- Muliani, H. (2024). Gen Sandwich Rentan Terganggu Mental Health?. Soa Edu. Diakses dari <https://soa-edu.com/gen-sandwich-rentan-terganggu-mental-health/>

- Rachmawati, A.A. (2020). Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja. Egsa UGM. Diakses dari <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>
- Rohmah, F. N. (2023). Riset: Separuh Responden Usia Produktif Adalah Generasi Sandwich. Tirto. Diakses dari https://tirto.id/riset-lebih-dari-separuh-usia-produktif-jadi-generasi-isandwichi-gRin#google_vignette
- Rozli, T. O. (2024). Sinopsis Film Home Sweet Loan. RRI. Diakses dari <https://rri.co.id/hiburan/978800/sinopsis-film-home-sweet-loan>
- Sudarji, S., Riyanti B.P.D., & Dahesihsari, R. (2024). Generasi Sandwich: Sumber Kebahagiaan atau Penderitaan?. Diakses dari <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1488-generasi-sandwich-sumber-kebahagiaan-atau-penderitaan>
- Syarif, Z. O. (2024). Menjaga Kesehatan Mental Generasi Sandwich. RS Pondok Indah. Diakses dari <https://www.rspondokindah.co.id/id/news/menjaga-kesehatan-mental-generasi-sandwich>
- Theresia. (2022). Mengenal Sandwich Generation. Binus University. Diakses dari <https://psychology.binus.ac.id/2022/11/29/mengenal-sandwich-generation/>
- Harmadi, S. H. B. (2022). Antisipasi "Ledakan" Generasi "Sandwich" Pascabonus Demografi. Diakses dari <https://www.kompas.id/artikel/antisipasi-ledakan-generasi-sandwich-pascabonus-demografi>
- GoodStats. (2023). Beban Berlapis Generasi *Sandwich* di Indonesia. Diakses dari <https://goodstats.id/infographic/beban-berlapis-generasi-sandwich-di-indonesia-N3g7K>
- Prasetya, D. (2022). Marak Generasi Sandwich di Indonesia, Apa Solusinya?. Diakses dari <https://magdalene.co/story/solusi-maraknya-generasi-sandwich/>

Skripsi

- Habibah, E. N. F. (2018). *Hubungan Antara Harapan Dengan Kepuasan Hidup Pada Polisi. Program Studi Psikologi. Fakultas Psikologi Dan Kesehatan. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.*
- Latansa, I. A. (2024). *Gambaran Generasi Sandwich: Konflik Peran Pada Pkerja di Yogyakarta.* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta).
- Nadya, S. (2022). *Stres Kerja Di Tinjau Dari Konflik Peran Dan Ambiguitas Peran Pada Guru Wanita Selama Pembelajaran Dalam Jaringan* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Sagitta, A. A. (2017). *Hubungan Aktivitas Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Padukuhan Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta.* B

Program Studi Ilmu Keperawatan. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Yanti, C. I. (2023). Toxic Relationship Pada Remaja Yang Berpacaran (Studi Fenomenologi Pada Remaja Korban Toxic Relationship Di Kota Bandar Lampung). Program Studi Sosiologi. Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik Universitas Lampung.

Ananda, N. A. (2023). *Perkembangan Peran Ganda Dalam Kehidupan Perempuan Generasi Sandwich*. Bachelor's thesis. Program Studi Sosiologi. Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta