



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Narrative Review: Kondisi Beban Pengasuhan pada Generasi *Sandwich* Wanita terhadap Kesejahteraan Psikologis

FARAH ASY'SYIFA & ENDANG RETNO SURJANINGRUM

Departemen Psikologi Kesehatan Mental dan Masyarakat, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Di Indonesia terdapat sebanyak 34,71% lansia yang tinggal bersama tiga generasi. Angka tersebut menunjukkan bahwa tingkat ketergantungan usia non-produktif kepada usia produktif terbilang cukup banyak. Kondisi tersebut mampu mengarahkan Indonesia mengalami kondisi generasi *sandwich* yang mendorong terjadinya beban pengasuhan yang dialami masyarakat Indonesia, khususnya pada pengasuh generasi *sandwich*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara beban pengasuhan generasi *sandwich* terhadap kesejahteraan psikologis pengasuh. Metode penelitian yang digunakan adalah review naratif yang dilakukan dengan cara mencari beberapa literatur terkait kondisi psikologis beban pengasuh yang berada dalam kondisi generasi *sandwich*. Literatur yang ditelaah berasal dari jurnal bereputasi, seperti *Google Scholar*, *Science Direct*, dan *Web of Science* yang dibatasi dari tahun 2008-2021. Dari 527 jurnal yang telah ditelaah, terdapat 7 jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil telaah literatur sampai pada kesimpulan bahwa generasi *sandwich* secara positif memengaruhi beban pengasuhan.

Kata kunci: (*caregiver burden, kesejahteraan psikologis, sandwich generation*)

ABSTRACT

In Indonesia, there are 34.71% elderly who live with three generations. This figure shows that the level of non-productive age on productive age is quite large. This condition is able to direct Indonesia to face the sandwich generation which encourages the caregiver burden experienced by the Indonesian people, especially for the caregivers of the sandwich generation. The aim of this study is to determine the relationship between the psychological well-being and caregiver burden in sandwich generation. The research method used narrative review based on some literature related to the psychological condition of the caregiver burden in sandwich generation. The databases used from Google Scholar, Science Direct, and Web of Science and they were limited to 2008-2021. Five hundred and fifty seven journals were reviewed, there were 7 journals that fulfilled the inclusion criteria were used. The results of the literature review is sandwiches positively affects the burden of parenting.

Keywords: (*caregiver burden, psychological well-being, sandwich generation*)

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: endang.surjaningrum@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Indonesia diprediksi akan mengalami bonus demografi pada tahun 2045, dimana jumlah populasi usia produktif akan lebih besar dibandingkan dengan usia yang tidak produktif. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa sekitar 64% dari populasi adalah usia produktif (usia 15-59 tahun), yang berjumlah sekitar 171 juta orang. Namun, 60% dari penduduk yang tidak bekerja berasal dari kelompok usia produktif (BPS, 2020). Apabila tren ini terus berlanjut, ini akan mengakibatkan peningkatan beban populasi lansia di masa depan. Data BPS (2020) juga menunjukkan bahwa jumlah orang yang berusia 65 tahun ke atas akan meningkat sekitar 20%, atau sekitar 23 juta lansia, dibandingkan dengan hanya 10% sebelumnya. Hal ini mengkhawatirkan karena akan menyebabkan peningkatan tingkat ketergantungan. Diprediksi bahwa persentase ini akan terus meningkat hingga tahun 2045, di mana akan ada sekitar 3 orang penduduk yang harus merawat 1 orang lansia (BPS, 2018). Semakin tinggi tingkat ketergantungan, semakin besar pula biaya yang harus ditanggung oleh populasi usia produktif untuk mendukung populasi yang tidak produktif (Prakarsa, 2021).

Kehidupan lansia sangat tergantung pada dukungan sosial, baik dari keluarga maupun lingkungan sosial mereka. Di banyak kasus, banyak anak yang telah berkeluarga harus mengurus orang tua mereka sekaligus keluarga inti mereka, termasuk anak-anak mereka. Situasi ini sering terjadi di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Data BPS (2021) menunjukkan bahwa sekitar 22,78% lansia tinggal bersama pasangan mereka, 29,66% tinggal bersama keluarga inti, dan 34,71% tinggal bersama tiga generasi. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa masih banyak lansia di Indonesia yang bergantung pada dukungan keluarga mereka. Budaya dan nilai-nilai kekerabatan yang kuat di Indonesia membuat sikap bakti kepada orang tua dianggap sebagai ekspresi dari nilai-nilai keluarga tersebut. Sikap bakti ini mencakup upaya membantu dan mendukung kehidupan lansia (Harsiwi, 2021 dalam Marini, 2021). Lansia sering merasa lebih diperhatikan dan bahagia saat tinggal bersama anak-anak mereka, yang dapat meningkatkan kualitas kesehatan mental mereka karena mereka mendapatkan dukungan langsung dari keluarga (Fathanah, 2020 dalam BPS, 2021).

Namun, selain kesehatan mental lansia, kesehatan mental dari para pengasuh lansia juga penting. Penelitian menunjukkan bahwa para pengasuh rentan mengalami depresi dan masalah kesehatan (Zarit & Savla, 2016), stres, dan kesulitan mengelola waktu antara bekerja dan merawat orang tua (Noor & Isa, 2020). Kondisi-kondisi ini dapat mengarah pada beban pengasuhan. Beban pengasuhan, menurut Zarit dkk. (1980), merujuk pada perasaan yang dialami oleh pengasuh dan dapat mempengaruhi aspek emosi, fisik, sosial, dan finansial, serta berdampak pada kehidupan pribadi, keluarga, dan sosial. Beban pengasuhan juga bisa menyebabkan gangguan kesehatan, baik secara fisik maupun mental, karena pengasuh merawat anggota keluarga mereka (Pendergrass dkk., 2018). Beban pengasuhan dianggap

sebagai sumber stres tinggi dalam kehidupan pengasuh, terutama dalam hal keuangan dan waktu luang (Zarit & Savla, 2016).

Ada dua jenis pengasuh, yaitu pengasuh formal dan pengasuh informal. Pengasuh formal adalah mereka yang bekerja di lembaga layanan kesehatan, sedangkan pengasuh informal adalah orang-orang terdekat, seperti anggota keluarga, yang merawat lansia dalam jangka waktu yang lama (Graessel, 2014). Di Indonesia, seringkali pengasuh lansia berasal dari keluarga mereka sendiri. Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa 183 lansia di Indonesia dirawat oleh anak atau menantu mereka sendiri, sebagian besar di antara mereka sudah menikah, memiliki keluarga, dan bekerja (Putri, 2013 dalam Kesumanigsari, 2021). Situasi ini tentu merupakan tantangan bagi orang-orang yang harus merawat diri mereka sendiri, anak-anak, dan orang tua mereka sekaligus. Istilah yang mencerminkan situasi ini adalah generasi sandwich.

Generasi sandwich adalah orang-orang yang memiliki tanggung jawab ganda, yaitu merawat orang tua dan anak-anak mereka sekaligus (Miller, 1981). Orang-orang dalam kategori generasi sandwich biasanya berusia antara 45 hingga 64 tahun (Sinha, 2013). Namun, penelitian lain mengindikasikan bahwa orang yang berusia antara 30 hingga 45 tahun juga dapat mengalami situasi generasi sandwich, dimana mereka harus merawat anak-anak dan orang tua mereka secara bersamaan (Hammer & Neal, 2008). Beban merawat ini bisa dialami oleh siapa saja, termasuk individu dalam situasi generasi sandwich. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita seringkali menjadi pengasuh lansia, khususnya orang tua atau mertuanya yang tinggal dalam satu rumah. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Riasmini, dkk. (2013) menunjukkan bahwa sekitar 70% pengasuh lansia adalah wanita. Di Kanada, situasi serupa juga terjadi, seperti yang diungkapkan oleh Sinha (2013), di mana sekitar 54% pengasuh lansia adalah wanita yang merawat lansia selama sekitar 20 jam per minggu, dibandingkan dengan pengasuh pria.

Tentu saja, situasi ini memiliki dampak pada keuangan, kesehatan fisik, dan kesehatan mental wanita. Wanita memiliki kerentanan terhadap beban pengasuhan karena mereka harus menjalani banyak peran dan tugas, seperti merawat anak-anak, orang tua, mengelola pekerjaan rumah, dan bekerja di kantor. Hal ini dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi dan ekspektasi yang tidak realistis (Depasquale dkk., 2016). Reaksi yang dialami oleh wanita yang berada dalam generasi sandwich ini dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis meliputi latar belakang budaya, kondisi ekonomi, tingkat ekonomi, pendidikan, pekerjaan, pernikahan, kesehatan fisik, kepercayaan, emosi yang dirasakan, dan jenis kelamin (Chamberlain & Zika, 1992 dalam Amawidyati & Utami, 2007).

Seperti yang dijelaskan oleh Ryff (1989), kesejahteraan psikologis atau psychological well-being adalah gambaran tentang kondisi psikologis seseorang yang mencakup kemampuan untuk menjaga kondisi fisik dan psikologis dengan baik. Aspek-aspek yang terkandung dalam psychological well-being (Ryff, 1989) mencakup penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, kemampuan mengendalikan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan pribadi.

Dari permasalahan dan data dukung penelitian terdahulu maka penulis ingin mengetahui kondisi beban pengasuhan pada generasi *sandwich* wanita terhadap kesejahteraan psikologisnya

METODE

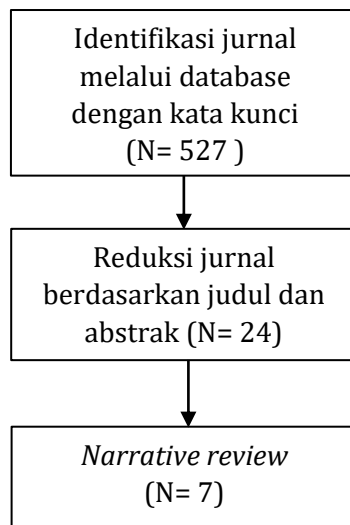
Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah review naratif yang dilakukan dengan cara mencari beberapa literatur terkait kondisi psikologis beban pengasuh yang berada dalam kondisi generasi *sandwich*. Literatur yang ditelaah berasal dari jurnal bereputasi, seperti *Google Scholar*, *Science Direct*, dan *Web of Science*. Penelusuran jurnal yang dilakukan oleh peneliti melalui *Google Scholar* dengan kata kunci “*caregiver burden pada sandwich generation*”, “*beban pengasuhan pada generasi sandwich*”, “*psychological well-being caregiver burden pada sandwich generation*.” Pencarian jurnal pada *Google Scholar* dibatasi dari tahun 2008-2021. Penelusuran jurnal internasional berikutnya adalah *Science Direct* dengan kata kunci “*sandwich generation*”, “*multigeneration*”, “*caregiver burden*”, “*psychological well-being caregiver in sandwich generation*” dengan tahun pencarian dibatasi dari tahun 2008-2021. Selanjutnya penelusuran jurnal internasional terakhir adalah melalui *Web Science* menggunakan kata kunci “*psychological well-being AND caregiver AND generation sandwich OR multigeneration*.”

Jurnal yang diperoleh juga disaring berdasarkan judul dan abstrak yang sesuai dengan topik penelitian yang dibahas. Jurnal yang dipilih peneliti didasarkan atas kriteria yang diinginkan, yakni kondisi psikologis *caregiver* yang berada dalam kondisi generasi *sandwich*. Jurnal dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu jurnal yang dipublikasikan tahun 2008 sampai 2021, beban pengasuhan, kesejahteraan psikologis, dan generasi *sandwich*. Sedangkan jurnal yang tidak relevan dikeluarkan.

Analisis Data

Dari total keseluruhan, terdapat 527 jurnal yang didapat dari *Google Scholar*, *Science Direct*, dan *Web of Science*. Kemudian dilakukan seleksi atas judul dan abstrak, sehingga didapat 24 jurnal. Dari penilaian tersebut, dikeluarkan dan tersisa 7 jurnal yang sesuai untuk dilakukan *narrative review*.



Bagan I. Diagram Alur Pencarian Jurnal Penelitian

HASIL PENELITIAN

No.	Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
1.	Elenka Brenna (2020)	Should I Care for My Mum or for My Kid? Sandwich Generation and Depression Burden in Italy	Mencari hubungan antara pengasuh informal dengan mental distress dan dampak negatif Kesehatan mental pengasuh/ <i>caregiver</i>	Wawancara dan alat ukur Health Interview Survey. Total sampel= 8988 (<i>caregiver</i> = 1758, non- <i>caregiver</i> = 7230, laki-laki 48% dan perempuan 52%). Analisis data: Propensity Score Matching (untuk mengatasi bias seleksi), Radius Matching; Kernel Matching (untuk mendapatkan bukti yang lebih kuat); Covariate Balancing t-test (untuk memeriksa kecocokan kualitas).	Pengasuh informal wanita Italia memiliki kemungkinan lebih rendah menderita depresi dibandingkan dengan wanita yang tidak melakukan pengasuhan. Semakin buruk kesehatan orang yang diasuh, semakin besar kemungkinan pengasuh menghadapi kesulitan yang tinggi Wanita yang berada pada kondisi generasi sandwich dan memberikan perawatan informal 2,3% lebih mungkin untuk menderita depresi dibandingkan dengan non pengasuh dengan karakteristik yang sama. Wanita lebih rentan terpapar stres karena pengasuhan.
2.	Hammer, L. B. & Neal, M. B. (2008)	Working Sandwichee-Generation Caregivers: Prevalence, Characteristics, and Outcomes	Memberi gambaran dan membandingkan tentang karakteristik pasutri yang bekerja sambil merawat orang tua dan anaknya.	Sampel diambil melalui CATI dan didapatkan sebanyak 309 pasangan yang bersedia menjadi partisipan. Depresi diukur dengan CES-D 20-item menggunakan skala 0(tidak pernah)-3(selalu). Work-Family Conflict scale 10-item menggunakan skala Likert 1-5. Skala Work-Family Positive Spillover	Antara 9% dan 13% pasangan yang bekerja di Amerika yang berusia lebih dari 30 tahun mengalami kondisi generasi <i>sandwich</i> . Istri lebih banyak menghabiskan waktu lebih lama untuk merawat orang tua daripada suami. Pasangan lebih nyaman mengasuh anak-anak mereka daripada orang tua. Perempuan generasi <i>sandwich</i> memiliki resiko tinggi mengalami depresi

				digunakan menggunakan skala Likert 1-5.	
3.	Bialon, L. N. & Coke, S. (2012)	A Study on Caregiver Burden: Stressors, Challenges, and Possible Solutions	Mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi beban pengasuhan dan solusi bagi pengasuh yang memiliki pasien dengan penyakit parah	<p>Wawancara tatap muka dan melalui telepon. Mempersilakan 9 (7 perempuan dan 2 laki-laki) partisipan untuk mengekspresikan perasaannya, pikiran, dan perilaku sebagai pengasuh.</p> <p>Analisis data: SPSS 16.0 untuk analisis demografis, Atlasti 6.2, dan QSR Xsight untuk meng-<i>coding</i> data</p>	<p>Faktor-faktor yang menjadi beban pengasuhan: status pekerjaan, status perkawinan, dan hubungan dengan pasien.</p> <p>Pengasuh dewasa yang bekerja memiliki beban yang lebih tinggi. Semakin lama waktu pengasuhan yang dijalani, semakin besar penurunan kesehatan yang diterima dan mengarah ke depresi.</p> <p>Menjadi pengasuh tunggal dan memiliki sedikit dukungan berdampak pada besar pada kesehatan pengasuh daripada mereka yang memiliki banyak dukungan.</p> <p>Pengasuh wanita yang memiliki masalah kesehatan dan dukungan sosial yang sedikit, memiliki kepuasan hidup yang rendah</p> <p>Peningkatan gejala pasien yang diasuh memperkuat perasaan sedih & marah.</p> <p>Solusi bagi pengasuh: Peningkatan layanan dukungan dan pendidikan dapat membantu meringankan sebagian beban pengasuh yang bekerja dan memiliki keluarga. program pendidikan efektif dalam memenuhi kebutuhan pengasuh dan</p>

					meningkatkan kompetensi dan kesiapan mereka untuk menerima peran baru mereka
4.	Zarit, S. H., dkk. (2014)	Combining Formal and Informal Caregiving Roles: The Psychosocial Implications of Double- and Triple-Duty Care	Melihat implikasi psikososial dari perawat anak, perawat lansia, serta perawat lansia dan anak	Metode deskriptif. Data diperoleh dari WFHS (Bray et al., 2013). Menggunakan alat ukur <i>perceived stress</i> (Cohen et al., 1983), K6 of <i>psychological distress</i> (Kessler et al., 2003), Work-family conflict scale (Netemeyer, 1996) Analisis data: <i>Multiple regression analysis</i> dan <i>analysis of covariance tests</i> untuk melihat berbagai implikasi psikososial yang terkait dengan perawatan pada kriteria partisipan penelitian	Pengasuh anak dengan tugas ganda mengalami sedikit stress daripada pengasuh generasi <i>sandwich</i> . Pengasuh generasi <i>sandwich</i> memiliki kesejahteraan psikososial yang buruk dibandingkan dengan <i>non-caregiver</i> .
5.	Boyczuk, A. M. & Fletcher, P. C. (2016)	The Ebbs and Flows: Stresses of Sandwich Generation Caregivers	Menggali pengalaman (pasang surut dan stress menjadi pengasuh) pasangan sebagai pengasuh yang berada pada kondisi generasi <i>sandwich</i> .	Metode kualitatif studi kasus. Partisipan mengisi kuesioner demografis, wawancara semi terstruktur.	Terdapat beberapa efek negative yang dirasakan oleh generasi <i>sandwich</i> , yakni peningkatan stress fisik dan emosional serta memiliki sedikit waktu untuk diri sendiri, dan ketidakhadiran pada pekerjaan. Berbagai tekanan yang dihadapi oleh para pengasuh, meliputi bagaimana mengatasi hambatan dalam memberikan perawatan, bergelut dengan harapan-harapan, kurangnya dukungan eksternal, kurang memiliki kendali atas dirinya, dan mencoba

					mencapai keseimbangan hidup.
6.	Gillet, J. E. & Crisp, D. A. (2017)	Examining Coping Style and The Relationship between Stress and Subjective Well-Being in Australia's 'Sandwich Generation.'	Menguji hubungan antara stress yang dirasakan oleh generasi <i>sandwich</i> dan SWB di Australia dan serta dimoderasi oleh efek positif dan negatif dari gaya koping.	Menggunakan beberapa alat ukur: PSS-10, Brief COPE, SWLS-5, PA dan NA untuk mengukur efek positif dan negative. Menggunakan Teknik <i>purposive sampling</i> (generasi <i>sandwich</i>). Analisis data menggunakan SPSS 22.0.	Adanya hubungan negative antara stress dan SWB. Stres berhubungan dengan tingginya NA dan rendahnya PA dan kepuasan hidup.
7.	Riasmini, N. M., dkk. (2013)	Pengalaman Keluarga dalam Penanganan Lanjut Usia di Masyarakat dari Aspek Budaya Indonesia	Mendapatkan gambaran tentang pengalaman keluarga dalam penanganan lansia dari aspek budaya Indonesia berdasar 4 tema	Kualitatif fenomenologi deskriptif. Partisipan 10 pengasuh. In-depth <i>interview</i> dan observasi. Teknik analisis tema (Collazi, 19778)	Alasan merawat lansia: sudah menjadi tugas keluarga, balas budi, kepuasan, pengasuh utama, kedekatan dan kasihan. Beban merawat lansia: beban fisik, psikologis, sosial, dan finansial Persepsi tentang nilai budaya: kedudukan dan peran lansia dalam keluarga Dukungan dalam merawat lansia: dukungan keluarga & masyarakat

DISKUSI

Beban pengasuhan dapat dialami oleh siapa saja, salah satunya adalah individu yang berada pada kondisi generasi *sandwich*. Berdasarkan literatur penelitian yang ada, bahwa terdapat orang-orang yang apabila memiliki tanggung jawab untuk mengasuh lebih memiliki kepuasan dalam hidupnya. Namun, berdasarkan literatur yang telah ditelaah, umumnya orang-orang yang memiliki tanggung jawab untuk melakukan pengasuhan justru rentan mengalami beban pengasuhan. Beban pengasuhan banyak dialami oleh para wanita. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Riasmini, dkk. (2013) menunjukkan sebesar 70% pengasuh lansia dijalani oleh wanita. Wanita-wanita yang menjalankan pengasuhan rentan mengalami tingkat stress yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki serta mengarah pada kondisi depresi. Wanita lebih rentan terpapar stres karena pengasuhan daripada laki-laki (Brenna, 2008).

Beban pengasuhan merupakan kondisi dimana individu mengalami kesulitan dalam mengurus kehidupan orang lain yang membutuhkan bantuan dalam rentang waktu yang cukup lama. Beban pengasuhan dapat membuat seseorang merasa kelelahan fisik, sedih, marah, terterkan, stress, hingga depresi. Beban pengasuhan juga didefinisikan sebagai gangguan kesehatan yang dirasakan oleh pengasuh keluarga, baik fisik maupun mental karena telah merawat anggota keluarga (Pendergrass dkk., 2018). Beban pengasuhan dinilai mampu menjadi sumber stres tinggi di dalam kehidupan pengasuh pada lingkup keuangan berhubungan dengan keuangan dan aktivitas di waktu senggang (Zarit & Savla, 2016).

Faktor-faktor yang dapat mendorong pengasuh mengalami *caregiver burden*, antara lain status pekerjaan, status perkawinan, dan hubungan dengan pasien (Bialon & Coke, 2012). Beban pengasuhan yang diterima dapat berupa beban fisik, psikologis, sosial, finansial (Riasmini dkk., 2013) dan mengarahkan individu pada kesejahteraan psikologis (Zarit dkk., 2014) dan tingkat kepuasan hidup yang rendah (Gillet & Crisp, 2017). Individu yang mengalami beban pengasuhan mengeluhkan kesehatan fisik, seperti rasa lelah yang mereka rasakan juga kondisi emosi yang kurang baik, seperti mudah marah dan sedih. Selain itu, menjadi generasi *sandwich* yang memiliki beban pengasuhan sebagian besar mengalami kondisi stress berujung depresi. Penelitian yang dilakukan oleh Brenna (2008), mengungkapkan bahwa wanita yang berada pada kondisi generasi *sandwich* dan memberikan perawatan informal 2,3% lebih mungkin untuk menderita stress dan depresi dibandingkan dengan non pengasuh dengan karakteristik yang sama. Penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat beragam efek negative yang ditimbulkan dari beban pengasuhan pada generasi *sandwich*, yakni peningkatan stress, kelelahan fisik dan emosional, memiliki sedikit waktu untuk diri sendiri, dan ketidakhadiran pada pekerjaan (Boyczuk & Fletcher, 2016). Pasangan bekerja yang berada pada kondisi generasi *sandwich* umumnya merasa sangat kewalahan dalam membagi waktu dan tanggung jawab antara anak, orang tua, dan pekerjaannya. Pasangan yang berada dalam situasi tersebut memiliki kerentanan mengalami *work-family conflict* (Hammer & Neal, 2008). Maka dari itu, terdapat penelitian yang menjelaskan bahwa pasangan lebih memilih untuk mengasuh anak-anaknya saja dibandingkan harus memiliki tanggung jawab ganda (Hammer & Neal, 2008).

SIMPULAN

Hasil telaah literatur sampai pada kesimpulan bahwa beban pengasuhan secara negatif memengaruhi kesejahteraan psikologis pada generasi *sandwich*. Hasil penelusuran literatur menunjukkan bahwa faktor-faktor yang menjadi beban pengasuhan pada generasi *sandwich*, yaitu status ekonomi, pekerjaan, pendidikan, kurangnya dukungan sosial yang diterima, tingkat keparahan penyakit yang diderita oleh pasien, serta lamanya waktu yang dihabiskan untuk melakukan pengasuhan. Beban ini mampu mengarahkan individu pada situasi dan kondisi kesehatan dan kesejahteraan psikologis yang buruk, seperti kelelahan, sedih, marah, stress, dan depresi. Menjadi generasi *sandwich* terkadang menjadi suatu hal yang tidak dapat dihindari, karena adanya persepsi tentang nilai budaya bahwa sudah menjadi tugas anak untuk berbakti kepada orang tuanya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Allah, keluarga, teman-teman, dosen pembimbing, dan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak lain yang telah terlibat dan membantu dalam proses penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Farah Asy'syifa dan Endang Retno Surjaningrum tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Amawidyati, S. A. G., & Utami, M. S. (2007). Religiusitas dan psychological well-being pada korban gempa. *Jurnal Psikologi*, 34(2), 164–176. <http://222.124.164.132/article>.
- Bialon, L. N., & Coke, S. (2012). A study on caregiver burden: Stressor, challenges, and possible solutions. *American Journal of Hospice & Palliative Medicine*, 29(3), 210-218.
- Boyczuk, A. M., & Fletcher, P. C. (2016). The ebbs and flows: Stresses of sandwich generation caregivers. *J Adult Dev*, 23, 51-61.
- BPS. (2018). *Proyeksi Penduduk Indonesia* (Revisi ed.). Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- BPS. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- BPS. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*. Badan Pusat Statistik.
- Brenna, E. (2020). Should i care for my mum or for my kid? sandwich generation and depression burden in italy. *Health Policy*, 415-423
- DePasquale, N., Davis, K. D., Zarit, S. H., Moen, P., Hammer, L. B., & Almeida, D. M. (2016). Combining formal and informal caregiving roles: The psychosocial implications of double and triple-duty care. *Journals of Gerontology*, 71(2), 201-211.
- Gillet, J. E., & Crisp, D. A. (2017). Examining coping style and the relationship between stress and subjective well-being in australia's 'sandwich generation.' *Australian Journal on Aging*, 1(6).
- Marini, L. (2021). *Buku seri ketiga: Dinamika karier dan pernikahan pada perkembangan masa dewasa. Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia: Dinamika Karier dan Pernikahan pada Perkembangan Masa Dewasa*, 1–198
- Graessel, E., Berth, H., Lichte, T., & Grau, H. (2014). Subjective caregiver burden: Validity of the 10-item short version of the Burden Scale for Family Caregivers BSFC-s. *BMC Geriatrics*, 14(23)
- Hammer, L. B., & Neal, M. B. (2008). Working sandwiched-generation caregivers: Prevalence, characteristics, and outcomes. *The Psychologist-Manager Journal*, 11(1), 93–112. <https://doi.org/10.1080/10887150801967324>
- Kesumaningsari, A. (2021). Menjadi family caregiver bagi lansia: Berbagi seputar usia lanjut. *Zifatama Jawara*.
- Miller, D. A. (1981). The “sandwich” generation: Adult children of the aging. 26(5). <https://about.jstor.org/terms>
- Noor, S., & Isa, F. M. (2020). Malaysian sandwich generation issues and challenges in elderly parents care. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 9(3), 289–312. <https://doi.org/10.17583/rimcis.2020.5277>
- Pandergrass, A., Malnis, C., Engel, S., Graf, U., & Graessel, E. (2018). Screening for caregivers at risk: Extended validation of the short version of the burden scale for family caregivers (bsfc-s) with valid classification system for caregivers caring for an older person at home. *BMC Health Services Research*, 18(1), 1-10.
- Prakarsa. (2021). *Sejahtera di masa lansia: Aspirasi bantuan iuran jaminan sosial ketenagakerjaan. In Prakarsa Policy Brief*. Jakarta: The Prakarsa.
- Riasmini, N. M., Junaiti, S., & Yeti, R. (2013). Pengalaman keluarga dalam penanganan lanjut usia di masyarakat dari aspek budaya indonesia (family experience in handling the elderly in cultural aspects of indonesia). *Jurnal Ners*, 8(1), 98–106.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. In *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6).
- Sinha, M. (2012). Spotlight on Canadians: Result from the general social survey. Portrait of caregivers. *Statistics Canada Catalogue*, 89(1), 1-21.

- Zarit, S. H., Reever, K. E., Msz, M., Bach-Peterson, J. (1980). Relatives of the impaired elderly: Correlates of feelings of burden. *Gerontologist Oxford Journals*, 20(6), 649–655. <http://gerontologist.oxfordjournals.org/>
- Zarit, S. H., & Savla, J. (2016). Caregivers and stress: Concepts, cognition, emotion, and behavior: *Handbook of Stress*, 339–344. Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00042-X>