

## **Dinamika Resiliensi Perempuan *Sandwich Generation* Yang Menjadi *Caregiver* Dalam Keluarga Multigenerasi**

WAHYU NUR LATIFAH] & WIWIN HENDRIANI  
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Peningkatan angka kelahiran era *baby boom* memperbesar piramida penduduk usia tua yang meningkatkan rasio ketergantungan bagi penduduk usia produktif. Fenomena ini menyebabkan meningkatnya trend struktur keluarga multigenerasi yang memberikan tantangan berat bagi generasi yang terapat atau disebut *sandwich generation*. Tantangan tersebut merupakan adanya beban untuk menjadi pengasuh dan pemenuh kebutuhan ganda dua generasi yang mengakibatkan emosi-emosi negatif dan memperburuk kondisi individu, tantangan ini lebih banyak dibebankan pada perempuan.

Agar mampu menghadapi tantangan ini perlu adanya kemampuan untuk Tangguh dan bangkit yang disebut sebagai resiliensi, hal ini akan sangat membutuhkan kekuatan personal dalam diri individu sebagai sumber daya utama untuk bangkit. Umumnya *sandwich generation* yang dihadapkan pada tantangan ini akan merasakan dampak dan emosi negatif, namun disisi lain ada yang mampu resilien. Oleh karena itu peneliti ingin mengkaji dinamika resiliensi Perempuan *sandwich generation* yang menjadi *caregiver* dalam keluarga multigenerasi menggunakan kekuatan personal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga Partisipan telah mampu resilien dalam menghadapi tantangan berat yang dialami. Proses ini melalui rangkaian proses yang dinamis dan melibatkan berbagai respon kognisi dan emosi, penyesuaian diri, proses penerimaan takdir, serta melibatkan kekuatan personal dan eksternal yang dimiliki oleh ketiganya sebagai sumber kekuatan untuk bangkit.  
**Kata kunci:** *Dinamika Resiliensi, Perempuan Sandwich Generation, Caregiver, Keluarga Multigenerasi*

### **ABSTRACT**

*The increase in the birth rate during the baby boom era enlarged the old age population pyramid which increased the dependency ratio for the productive age population. This phenomenon causes an increasing trend of multigenerational family structures which provide serious challenges for the sandwich generation or the so-called sandwich generation. This challenge is the burden of being a caregiver and fulfilling the multiple needs of two generations which results in negative emotions and worsens individual conditions. This challenge is more demanding for women.*

*To be able to face this challenge, it is necessary to have the ability to be tough and rise up, which is called resilience. This will really require personal strength within the individual as the main resource to rise up. Generally, the sandwich generation that is faced with this challenge will feel negative impacts and emotions, but on the other hand, there are those who are able to be resilient. Therefore, researchers want to examine the dynamics of resilience of sandwich generation women who become caregivers in multigenerational families using personal strengths.*

*The results of the research showed that the three participants were able to be resilient in facing the serious challenges they faced. This process goes through a series of dynamic processes and involves various cognitive and emotional responses, self-adjustment, the process of accepting destiny, and involves personal and external strengths possessed by the three as sources of strength.*

**Keywords:** *Resilience Dynamics, Sandwich Generation Women, Caregiver, Multigenerational Families*

## PENDAHULUAN

Pada tahun 1960-an Indonesia berada dalam masa perbaikan kualitas kesehatan yang berdampak pada meningkatnya harapan hidup penduduk, hal ini mengakibatkan terjadinya fenomena *baby boom*, yakni terjadinya angka kelahiran bayi yang sangat tinggi. Angka kelahiran bayi di era *baby boom* ini memperbesar piramida penduduk usia tua/ lansia pada masa sekarang dan menyebabkan adanya peningkatan rasio ketergantungan yang menjadi beban bagi penduduk usia produktif (Rahman & Wongkaren, 2022). Fenomena ini menyebabkan adanya *trend* struktur keluarga baru pada masa sekarang, yakni keluarga multigenerasi. Keluarga multigenerasi dapat diartikan sebagai keluarga yang terdiri dari tiga generasi atau lebih dan tinggal bersama dalam satu rumah, generasi pertama ialah kakek dan nenek, generasi kedua adalah ayah dan ibu, dan generasi ketiga adalah anak (Fry & Passel, 2014)

Berdasarkan data *survey* yang dilakukan oleh *Pew Research Center*, prevalensi keluarga multigenerasi di Amerika Serikat terus mengalami peningkatan di setiap tahunnya, pada tahun 2019 terdapat 58,4 juta penduduk yang tinggal dalam keluarga multigenerasi, data ini mengalami peningkatan pada bulan maret tahun 2021 bahwa terdapat 59,7 juta atau 18% jumlah penduduk yang tinggal dalam keluarga multigenerasi. Di Indonesia sendiri prevalensi keluarga multigenerasi dapat dilihat berdasarkan data Badan Pusat Statistik bahwa terdapat 40,64% keluarga yang tinggal bersama tiga generasi (BPS 2019; Rahman & Wongkaren, 2022), selain itu menurut data Badan Pusat statistik 2021 sebanyak 34.7% lansia tinggal bersama dengan tiga generasi (BPS, 2021).

Struktur keluarga multigenerasi yang melibatkan lintas generasi memberikan tantangan bagi generasi yang berada dalam posisi terapanit diantara dua generasi yang berbeda untuk memenuhi kebutuhan keluarga intinya dan kebutuhan orang tua mereka. Generasi inilah yang kemudian disebut dengan istilah *sandwich generation* (Rahman & Wongkaren, 2022). Istilah *sandwich generation* dicetuskan pertama kali oleh Dorothy Miller pada tahun 1981, istilah ini menggunakan analogi bahwa generasi ini layaknya *sandwich* yaitu sepotong daging yang terhimpit diantara dua roti, seperti itu pula gambaran keadaan para *sandwich generation* yang terjepit dalam dua pilihan untuk memberikan pemenuhan kebutuhan dan memberikan pengasuhan sebagai *caregiver* bagi anak dan orang tua sekaligus (Rozalina & Anwar, 2021).

Berbagai tanggungan dan tuntutan pengasuhan ini lebih banyak dirasakan oleh perempuan, budaya masyarakat Indonesia yang menempatkan perempuan dengan tugas gender sebagai pemberi pengasuhan merupakan salah satu penyebab banyaknya perempuan yang mengalami *caregiver burden* lebih tinggi sejumlah (4,7%) jika dibandingkan dengan laki-laki (2,7%) (Noguchi dkk, 2020 dalam Khairunnisa, 2022). Menurut Data Pengasuhan dan Pusat Nasional untuk Wanita dan Lansia menunjukkan bahwa 66% pengasuh adalah perempuan, 33% perempuan pekerja mengalami penurunan jam kerja, menurut (Clumber ; Kusumaningrum, 2018) perempuan lebih banyak dilaporkan mengalami peningkatan beban pengasuhan yang tidak hanya ke anak namun juga ke orang tua yang lanjut usia, selain itu sebgain besar Lansia menginginkam dirawat oleh anak perempuannya dengan pengharapan mereka akan mendapat perawatan, dicintai serta mendapat bantuan finansial dan pelayanan kesehatan yang bisa dipenuhi oleh anak mereka (Laubunjong, 2008 dalam Riasmini dkk, 2013). Menurut (Sudarji & Marta, 2022) banyak kasus kelelahan emosional negatif dari *sandwich generation* yang terlibat dalam perawatan multigenerasi karena meningkatnya tekanan dan tuntutan yang ditanggung ketika menanggung beban ganda dua generasi.

Berdasarkan hasil penelitian-penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa menjadi *sandwich generation* sekaligus *caregiver* dalam keluarga multigenerasi merupakan situasi dengan *adversity* yang signifikan dan memiliki tantangan berat sehingga berdampak negatif dalam berbagai konteks kehidupan *sandwich generation*. Meski begitu, ternyata terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan hasil berbeda, Rari dkk (2022) menyatakan bahwa *sandwich generation* tidak merasa terbebani dengan keadaan orang tua, selain itu hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat *psychological well being*/kebahagiaan antara *sandwich generation* dan *non-sandwich generation*, sedangkan seharusnya resiliensi memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap *psychological well being* (Purwanti & Kustanti, 2018).

Salah satu informan dalam penelitian Supriatna, dkk (2022) mengungkapkan bahwa menjadi *sandwich generation* bukan suatu hal yang buruk, tetapi kondisi ini diperlukan untuk melatih ketahanan dan kemampuan dalam menghadapi masalah. Informan berusaha mencari solusi dengan merencanakan keuangan yang baik agar memiliki tabungan untuk masa depan dan tetap berpegang teguh pada keyakinan yang kuat terhadap pertolongan Tuhan. Selain itu (Priyandoko & Rahmasari, 2023) menunjukkan hasil yang berbeda pula, penelitian ini berfokus untuk mengungkap faktor pelindung bagi perempuan *sandwich generation*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keadaan *sandwich generation* yang harus merawat anak, suami, dan orang tua bukan suatu hal yang mudah, namun mereka dapat beradaptasi secara positif dan memiliki ketangguhan dalam menghadapi perjalanan hidupnya. Melalui ketangguhan inilah *sandwich generation* memiliki rasa syukur dalam setiap peristiwa sehingga mempengaruhi hubungan antar anggota keluarga untuk menjadi lebih kuat. Oleh karena itu kemampuan resiliensi menjadi hal yang penting untuk dimiliki oleh individu yang memiliki *adversity* yang signifikan, salah satunya ialah *sandwich generation* yang menjadi *caregiver* dalam keluarga multigenerasi.

Berdasarkan adanya kontradiktif data dan gap riset pada penelitian - penelitian terdahulu yang telah dijelaskan di atas menimbulkan sejumlah pertanyaan. Bukankah berdasarkan sejumlah besar hasil penelitian menjadi *sandwich generation* sekaligus *caregiver* dalam keluarga multigenerasi memiliki tantangan dan berbagai permasalahan yang berat sehingga berdampak pada ketidakmampuan individu untuk memiliki resiliensi yang baik? Lantas di sisi lain terdapat *sandwich generation* dengan resiliensi yang baik dikarenakan memiliki faktor pelindung. Bagaimana para perempuan *sandwich generation* yang berada dalam posisi ini mampu mencapai resiliensi?

Oleh karena itu, berdasarkan pertanyaan tersebut peneliti menangkap adanya kejanggalan yang perlu dikaji lebih jauh dan mengungkap lebih dalam mengenai pengalaman hidup personal tentang bagaimana dinamika psikologis yang terjadi dan dirasakan oleh perempuan *sandwich generation* yang menjadi *caregiver* dalam keluarga multigenerasi dalam proses mencapai resiliensi dari sudut pandang orang pertama. Hal ini dilakukan karena pengalaman hidup masing-masing individu adalah hal yang bersifat unik dan bisa berbeda dalam prosesnya meskipun berada pada situasi yang sama. Perbedaan pengalaman ini dapat disebabkan oleh adanya kekuatan-kekuatan personal yang berpengaruh signifikan pada diri Individu dalam merespon keadaan yang dialami. Kekuatan personal ini sangat menentukan bagaimana Individu membentuk pengalaman untuk tetap beradaptasi secara positif. (Synder & Lopez, 2018). Pengalaman dari perspektif langsung Partisipan merupakan hal utama yang akan digali dalam penelitian ini karena konsep tersebut akan memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai apa yang individu lihat, rasakan, pikirkan, dan maknai mengenai suatu fenomena yang dialami langsung.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk memahami suatu fenomena dengan cara mengedepankan interaksi yang mendalam antara peneliti dan fenomena yang diteliti (Moleong, 2010). Menurut Neuman (2014) penelitian kualitatif merupakan penelitian yang mengandalkan prinsip-prinsip dalam ilmu sosial interpretif atau kritis yang membahas mengenai sebuah kasus dalam konteks tertentu dan menekankan pada pemeriksaan rinci kasus-kasus tertentu yang terjadi dalam kehidupan sosial. Hasil dari penelitian kualitatif dapat dipahami dengan cara menjabarkan secara deskriptif dan komprehensif terkait hal-hal yang dialami dalam diri Partisipan, misalnya seperti ucapan, perilaku, atau tulisan yang diamati langsung dari Partisipan penelitian untuk memahami apa yang terjadi dalam sebuah fenomena secara holistic (Bogdan & Tailor, dalam Moleong, 2010).

Metode yang dipilih dalam penelitian ini adalah metode fenomenologi, fenomenologi dapat diartikan sebagai salah satu metode dalam pendekatan penelitian kualitatif yang digunakan untuk meneliti dan mengembangkan pemahaman terkait pikiran, perasaan, dan persepsi Partisipan. Peneliti berusaha memahami suatu pengalaman dari sudut pandang Partisipan, untuk mengembangkan pemahaman

tentang pengalaman Partisipan peneliti harus memahami interpretasi Partisipan terhadap pengalamannya. Terdapat berbagai jenis penelitian fenomenologi, menurut Kahija (2017) penelitian fenomenologi merupakan salah satu jenis pendekatan penelitian dalam studi kualitatif yang dapat memberikan gambaran mengenai arti mendalam dari pengalaman subjektif setiap individu. Penelitian ini menggunakan jenis fenomenologi interpretatif yang berfokus untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam terkait pengalaman dan pemaknaan yang dialami dalam realitas konteks sosial budaya serta bagaimana pengalaman tersebut mengubah seluruh keadaan/ perjalanan hidup Partisipan (Matua & Van, 2015).

### *Partisipan*

Partisipan dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan kriteria purposif, partisipan tidak diambil secara acak, namun ditentukan berdasarkan kriteria-kriteria yang telah ditentukan sebagai berikut

- a. Perempuan berusia 18 tahun keatas yang sedang bekerja dan telah menikah serta memiliki anak.
- b. Tinggal bersama anak yang berusia dibawah 18 tahun dan orang tua atau mertua yang sedang mengalami sakit dalam satu rumah yang sama.
- c. Menjalankan peran pengasuhan bagi anak dan orang tua atau mertuanya secara bersamaan.
- d. Individu yang memenuhi kriteria resiliensi yang diukur menggunakan alat ukur The Resilience Scale (RS-14).
- e. Menyatakan kesediaan secara tertulis untuk terlibat dalam penelitian ini.

Partisipan yang didapatkan sejumlah 3 orang dengan masing-masing gambaran umum Partisipan sebagai berikut :

- a. Partisipan 1 bernama GDK (inisial) merupakan seorang perempuan berusia 27 tahun yang bekerja sebagai guru honorer di salah satu SD negeri di Kabupaten Pacitan, Jawa Timur. GDK tinggal bersama dengan anaknya yang masih berusia 3 tahun dan Ibunya yang berusia 62 tahun, ayahnya telah meninggal, Suami GDK bekerja sebagai karyawan swasta di luar Kota dan menjalin LDR, Kondisi kesehatan Ibu GDK yang menyebabkan menurunnya kemampuan fisik menjadi salah satu alasan utama GDK untuk tinggal bersama Ibunya. Selain menjadi guru honorer, GDK juga bekerja mengolah ladang dan membuka warung sembako untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari.
- b. Partisipan 2 bernama C (inisial) merupakan seorang perempuan berusia 35 tahun yang bekerja sebagai ASN Guru di salah satu sekolah di Kota Yogyakarta, C tinggal bersama kedua orang tua, dan dua anaknya yang berusia 8 tahun dan 10 bulan, suami C bekerja di pelayaran sehingga harus menjalin LDR . Interaksi sehari hari C lebih banyak dilakukan dengan anak dan orang tuanya ketika pagi dan sore hari , dalam melaksanakan perawatan kepada orang tuanya C lebih banyak melakukan perawatan ketika sakit paru- paru ayahnya kambuh.
- c. Partisipan 3 bernama NN (inisial) merupakan seorang perempuan berusia 30 tahun yang bekerja sebagai karyawan swasta di salah satu koperasi syariah di Kota Yogyakarta. Akhir-akhir ini NN mendapatkan kebijakan *Work From Home*, NN telah tinggal bersama anak, suami, dan juga mertuanya kurang lebih selama 6 bulan terakhir. Kondisi mertua NN yang mengalami sakit *stroke* membuatnya harus melakukan perawatan penuh untuk membantu aktivitas sehari-hari mertuanya. Selain bekerja sebagai karyawan swasta NN juga bekerja sebagai penyedia jasa *massage* bagi bayi dan Ibu serta berjualan *crepes* bersama suaminya untuk memenuhi kebutuhan.

### *Strategi Pengumpulan Data*

Strategi pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam (*indepth interview*) berupa wawancara semi terstruktur sebagai teknik penggalian data. *Indepth interview* merupakan jenis wawancara yang dilakukan secara detail dan mendalam untuk mendapatkan informasi yang rinci mengenai pengalaman Partisipan (Showkat & Parveen, 2017). Alasan peneliti menggunakan *indepth interview* dikarenakan dengan metode wawancara ini peneliti dapat memahami dan mengeksplorasi secara rinci pengalaman, motif, dan pendapat Partisipan serta dapat belajar melihat

suatu fenomena berdasarkan sudut pandang yang lebih mendalam (Rubin, 2012). Wawancara semi terstruktur merupakan jenis wawancara yang lebih bebas dan terbuka pelaksanaannya dibandingkan dengan wawancara terstruktur dan dapat memunculkan jawaban yang lebih terbuka dari Partisipan serta peneliti dapat melakukan *probing* dari jawaban yang diberikan Partisipan selama proses wawancara.

### *Analisis Data*

Analisis data penelitian dilakukan menggunakan teknik Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). IPA merupakan teknik analisis data dalam penelitian kualitatif yang digunakan untuk mengetahui tentang bagaimana Individu memahami pengalaman hidup yang dijalani (Smith & Pietkiewicz, 2014). Tujuan utama dari IPA adalah menyelidiki bagaimana individu memahami pengalamannya sendiri. Tahap analisis data menggunakan teknik IPA merupakan proses dinamis yang mana peran aktif peneliti akan sangat mempengaruhi sejauh mana mendapatkan akses terhadap pengalaman Partisipan serta melakukan interpretasi sehingga dapat memahami dunia pribadi Partisipan (Smith & Pietkiewicz, 2014).

Menurut Smith & Pietkiewicz (2014), analisis data dalam IPA dilakukan melalui beberapa tahapan yakni;

#### *a. Multiple Reading and Make Notes*

Pada tahap awal ini peneliti akan membaca transkrip wawancara atau mendengarkan rekaman wawancara secara cermat dan berulang, hal ini dilakukan oleh peneliti untuk membantu memahami kedalaman data dan memberikan wawasan baru dari apa yang disampaikan oleh Partisipan serta membantu peneliti mengingat suasana dan latar wawancara yang dilakukan. Setelah mendengar atau membaca secara berulang peneliti membuat catatan-catatan tentang pengamatan dan refleksi peneliti apabila menemukan hal-hal yang berpotensi signifikan dalam mendalami hasil data penelitian. Catatan ini dapat digunakan sebagai komentar interpretatif awal untuk menyorot ungkapan yang khas atau tanggapan emosional tertentu.

#### *b. Transforming Notes Into Emergent Themes*

Pada tahap ini peneliti bekerja lebih untuk mentransformasikan catatan - catatan komprehensif yang telah dibuat untuk diubah menjadi sebuah tema dengan merumuskan frasa ringkas pada tingkat abstraksi yang lebih tinggi dan merujuk pada sebuah konseptualisasi psikologis yang lebih mudah untuk dipahami.

#### *c. Seeking Relationships and Clustering Themes*

Pada tahap ini peneliti mencari hubungan antar tema tema dan mengelompokkannya berdasarkan kesamaan secara konseptual dan memberikan label deskriptif pada setiap cluster. Peneliti akan menyusun tema pada keseluruhan transkrip dan memungkinkan beberapa tema dihapus apabila dirasa tidak cocok dengan struktur tema lain yang akan menghasilkan tema utama dan sub tema final dari penelitian yang disertai dengan kutipan pernyataan Partisipan yang dirasa relevan dari transkrip.

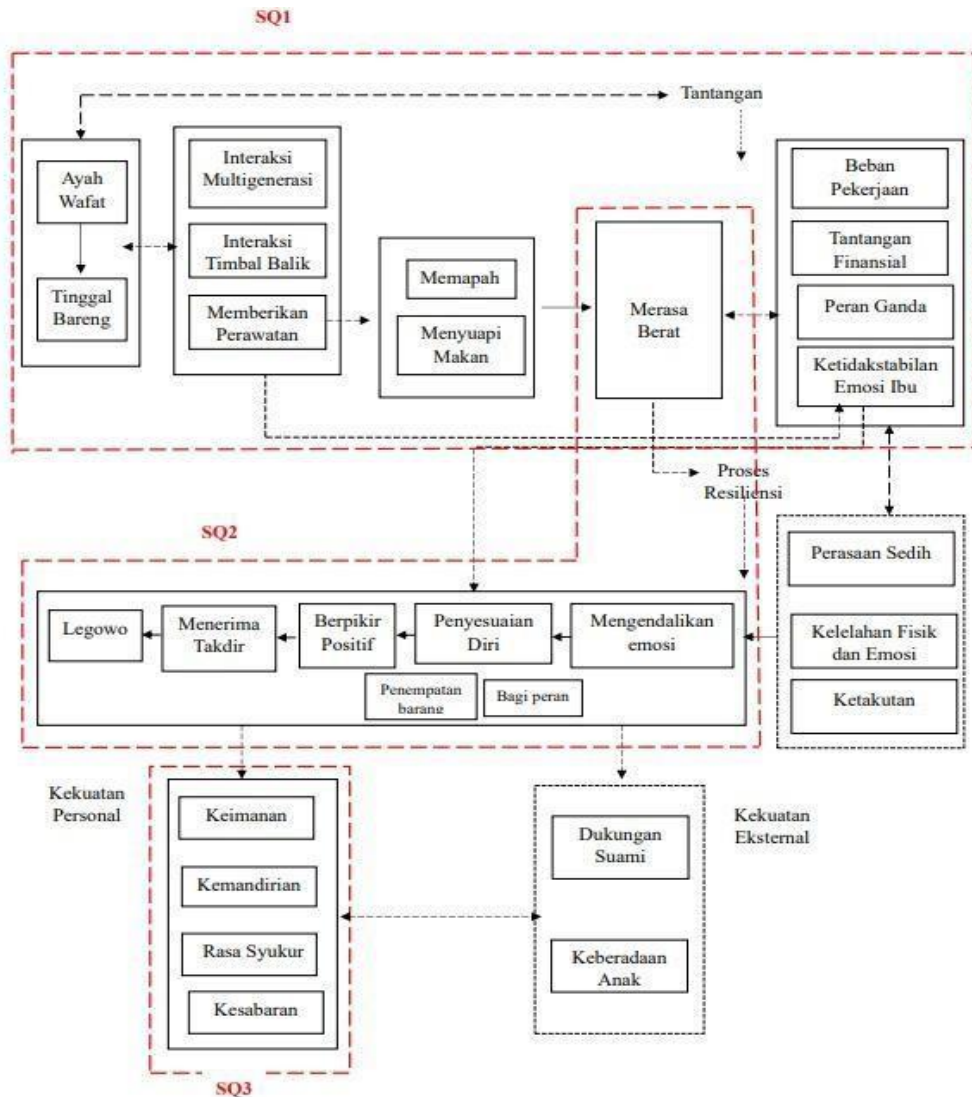
## **HASIL PENELITIAN**

Hasil analisis data yang diperoleh menggunakan analisis IPA menghasilkan 5 tema superordinat untuk menjelaskan bagaimana dinamika resiliensi yang dialami oleh masing-masing Partisipan yakni ; deskripsi keluarga multigenerasi, tantangan yang dihadapi, respon kognisi dan emosi, proses mencapai resiliensi, dan kekuatan personal dan eksternal. Tema- tema superordinat ini diperoleh dari kumpulan tema-tema emergen yang diklasifikasikan berdasarkan konseptualisasi psikologis yang lebih mudah dipahami.

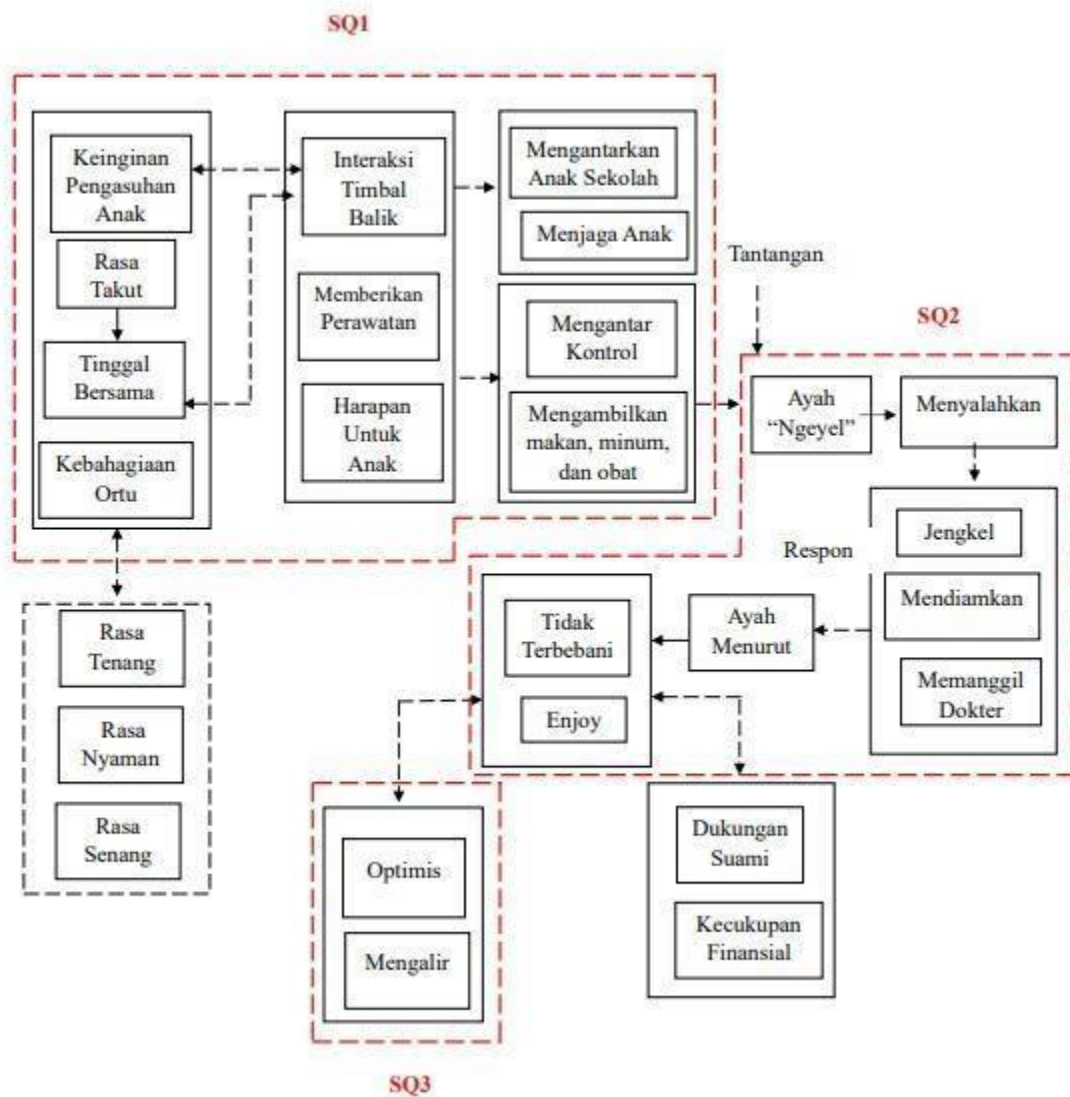
Hasil analisis tema pada masing-masing Partisipan secara garis besar menggambarkan bagaimana proses dan dinamika psikologis yang dirasakan dalam proses mencapai resiliensi sebagai seorang *sandwich generation* yang menjadi *caregiver* dalam keluarga multigenerasi. Ketiga Partisipan memiliki kesamaan latar belakang tinggal dalam keluarga multigenerasi dan memiliki kewajiban untuk merawat orang tuanya, dalam proses inilah para perempuan *sandwich generation* mengalami berbagai ,

tantangan-tatangan yang dihadapi, respon kognisi dan emosi, penyesuaian diri hingga berujung penerimaan takdir sebagai seorang *sandwich generation* yang menjadi *caregiver*. Hasil analisis data pada ketiga Partisipan dapat dilihat pada bagan-bagan berikut:

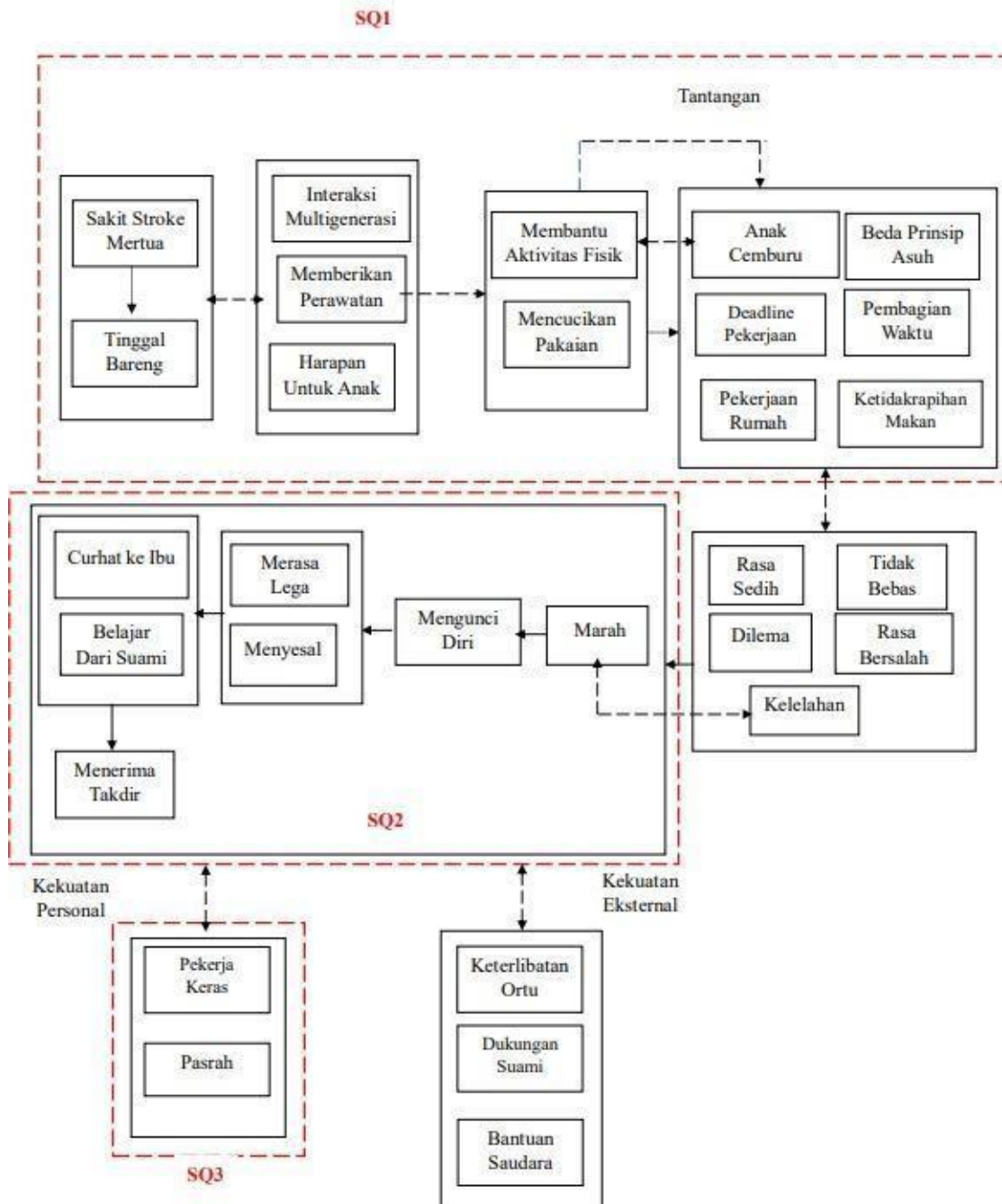
#### A. Hasil analisis data Partisipan 1



## B. Hasil analisis data Partisipan 2



## C. Hasil analisis data Partisipan 3



Temuan pertama yang dibahas adalah temuan-temuan mengenai latar belakang keluarga multigenerasi masing-masing Partisipan. Terdapat temuan yang sama antar Partisipan 1 dan 3 mengenai alasan untuk tinggal bersama dengan orang tua/mertuanya dalam keluarga multigenerasi, GDK dan NN memiliki alasan yang sama yakni keadaan yang mengharuskan untuk melakukan perawatan dan tinggal bersama, hal ini dikarenakan kondisi kesehatan dan kemampuan fisik orang tua/ mertua yang semakin menurun dan merupakan satu-satunya anak yang memungkinkan untuk melakukan perawatan. Temuan ini sejalan dengan temuan pada penelitian Riasmini, dkk (2013) yang menyatakan bahwa sebagian anak yang memilih untuk tinggal di keluarga multigenerasi memiliki beberapa alasan yang membuat mereka



memilih untuk tetap tinggal bersama dan merawat orang tuanya. Alasan-alasan tersebut diantaranya adalah; perasaan tanggung jawab sebagai anggota keluarga, balas budi atas jasa orang tua, menjadi satu satunya *caregiver* utama yang bisa merawat orang tua, adanya rasa kepuasan ketika melihat orang tua terawat dengan baik, memiliki kedekatan yang lebih intens, dan merasa kasihan dengan kondisi orang tuanya yang sudah semakin renta, hal ini sejalan pada temuan kedua Partisipan.

Interaksi-interaksi yang muncul dalam konteks pengasuhan *sandwich generation*, kerap kali dikaitkan dengan jenis interaksi yang membebankan *sandwich generation* yang harus melakukan pengasuhan ganda untuk orang tua dan anaknya, Leahy (2022) menemukan tema-tema yang mendeskripsikan beban pengasuhan yang dialami yakni berupa kurangnya sosialisasi, perawatan orang tua, masalah finansial, ketegangan keluarga, kurangnya dukungan, dan dampak pengasuhan. Tema -tema tersebut menyimpulkan bahwa *sandwich generation* merasa kewalahan dengan tugas sehari-hari dan stres karena perawatan yang diberikan kepada anggota keluarga lainnya.

Terdapat temuan unik pada masing masing Partisipan yang menunjukkan hal berbeda, temuan ini lebih mengarah pada konteks interaksi timbal balik yang muncul pada ketiga Partisipan. Partisipan 1 (GDK) melakukan interaksi timbal balik berupa pemberian pengasuhan kepada Ibunya, sedangkan Ibunya juga membantu GDK untuk mengasuh anaknya ketika ditinggal bekerja. Temuan yang sama juga tampak pada Partisipan 2 (C) interaksi timbal baliknya lebih kuat jika dibandingkan dengan GDK, hal ini lantaran C memang menginginkan tinggal bersama orang tuanya untuk mempercayakan pengasuhan anak kepada orang tuanya ketika ditinggal bekerja. Pengasuhan yang diberikan berupa mengantar sekolah, menyiapkan makan, dan mengurus segala hal untuk anaknya ketika C bekerja. sedangkan pada Partisipan 3 temuan tersebut juga ditemukan namun memiliki perbedaan konteks, pada NN interaksi timbal balik tidak terjadi dalam satu rumah yang sama yakni ketika NN menitipkan anak di rumah orang tua kandungnya.

Melalui berbagai pengalaman masing-masing Partisipan sebagai seorang *sandwich generation* yang menjadi *caregiver*, muncul temuan unik berupa harapan untuk anak, temuan tersebut nampak pada Partisipan 2 (C), dan Partisipan 3 (NN). Harapan ini merupakan keinginan C dan NN bagi anak-anaknya agar di masa depan tidak menjadi seorang *sandwich generation*, C tidak ingin merepotkan anaknya di masa tua dan telah memiliki dana pensiun, sedangkan NN tidak ingin anaknya merasakan beban berat seperti kondisi yang dialaminya sekarang. Temuan ini sejalan dengan pernyataan (Supriatna dkk, 2022) yang menyatakan sebagian *sandwich generation* berpendapat bahwa beban yang dirasakan membawa dampak buruk bagi generasi mendatang. Keadaan ini membuat *sandwich generation* akan berusaha mempersiapkan tabungan dan jaminan hari tua agar generasi mendatang tidak memiliki beban lebih terhadap orang tuanya.

Berbagai tantangan yang dialami oleh masing-masing Partisipan sebagai seorang *sandwich generation* yang menjadi *caregiver* dalam keluarga multigenerasi menyebabkan munculnya emosi-emosi negatif pada sebagian besar Partisipan. Pada Partisipan1 (GDK) berbagai tantangan yang dialami memicu munculnya respon kognisi dan emosi yang dominan negatif seperti; perasaan sedih, kelelahan fisik dan emosi, dan rasa khawatir. Pada NN respon kognisi dan emosi negatif yang muncul berupa perasaan sedih, dilema, merasa tidak bebas, merasa bersalah, dan kelelahan. Emosi- emosi negatif ini muncul sebagai respon atas berbagai tekanan dan beban pengasuhan ganda yang dijalani oleh GDK dan NN. Temuan ini sejalan dengan temuan pada penelitian (Sudarji & Marta, 2022) yang menyatakan bahwa banyak kasus kelelahan dan emosional negatif dari *sandwich generation* yang terlibat dalam perawatan multigenerasi ketika menanggung beban ganda dua generasi.

Pada Partisipan 2 (C), terdapat temuan unik yang berbeda dari GDK dan NN, ketika tinggal dalam keluarga multigenerasi yang berperan sebagai seorang *sandwich generation* dan *caregiver* bagi orang tuanya, C justru merasakan lebih dominan munculnya emosi-emosi positif, seperti rasa tenang, nyaman, dan juga senang. Emosi-emosi positif ini muncul lantaran NN memang menginginkan untuk tinggal bersama dengan orang tuanya.

Adanya tantangan dan berbagai respon kognisi dan emosi yang dirasakan oleh masing-masing Partisipan mengarahkan pada proses masing-masing Partisipan untuk mencapai proses resiliensi. Proses ini tentunya dinamis dan akan sangat bervariasi antar individu, meskipun dihadapkan pada

tantangan yang sama akan sangat mungkin terdapat perbedaan antar Individu dalam merespon dan beradaptasi. Seorang individu mungkin mampu resilien pada suatu *adversity* pada waktu tertentu, namun belum tentu resiliensi itu akan stagnan dan memiliki pola yang sama di waktu yang lain.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa ketiga Partisipan telah resilien dalam menghadapi berbagai tantangan yang dialami sebagai seorang *sandwich generation* dan *caregiver* dalam keluarga multigenerasi. Proses ini melalui berbagai dinamika psikologis yang cukup kompleks yang tergambar melalui bagaimana pengalaman, proses mencapai resiliensi, dan kekuatan-kekuatan personal yang tampak pada masing masing Partisipan sebagai berikut;

#### 1. Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup sebagai seorang *sandwich generation* dan *caregiver* dalam keluarga multigenerasi melibatkan berbagai interaksi sehari-hari dan pemberian perawatan secara timbal balik. *Sandwich generation* yang memberikan bantuan perawatan bagi orang tua/mertua dan anak ternyata juga mendapatkan bantuan pengasuhan anak dari orang tuanya. Berbagai tantangan yang dialami oleh *sandwich generation* dan *caregiver* dalam keluarga multigenerasi lebih banyak mengakibatkan munculnya emosi-emosi negatif seperti sedih, kelelahan, rasa tidak bebas, dan kemarahan, namun tak menutup kemungkinan pula terdapat emosi positif yang dirasakan seperti rasa tenang, senang dan nyaman.

#### 2. Proses Mencapai Resiliensi

Proses mencapai resiliensi pada perempuan *sandwich generation* yang menjadi *caregiver* dalam keluarga multigenerasi melibatkan sebuah proses dinamis yang didalamnya melibatkan berbagai respon kognisi dan emosi yang muncul akibat tantangan berat ketika dihadapkan pada peran-peran ganda. Respon kognisi dan emosi ini kemudian mengarahkan para *sandwich generation* pada upaya adaptasi positif dengan kondisi yang dialami sampai mampu menerima takdir dengan Ikhlas.

#### 3. Kekuatan Personal

Kekuatan-kekuatan personal dalam diri perempuan *sandwich generation* menjadi sumber daya utama yang membantu untuk bertahan dan beradaptasi secara positif. Adaptasi positif ini mampu mengaktualisasikan fungsi positif dalam diri Individu pada proses bangkit dari emosi-emosi negatif sebagai *sandwich generation* yang menjadi *caregiver* dalam keluarga multigenerasi.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT, keluarga, dan teman-teman yang telah mendukung Penulis selama ini. Tak lupa saya ucapkan terima kasih khususnya kepada Dr. Wiwin Hendriani, S.Psi., M.Si. yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis sehingga penulis sampai pada titik ini.

### DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

“Wahyu Nur Latifah dan Wiwin Hendriani 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

- Rari, F. P., Jamalludin, J., & Nurokhmah, P. (2022). *Perbandingan Tingkat Kebahagiaan Antara Generasi Sandwich dan Non-Generasi Sandwich. Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan*, 6(1), 1- 13.

- Rahman, A., & Wongkaren, T. S. (2023). *Pengaruh Modal Sosial Terhadap Kebahagiaan Generasi Sandwich di Indonesia*. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 17(2), 143-160.
- Fry, R dan Passel, J. (2014). *The Growth in Multi-Generational Family House*. Washington, DC: Pew Research Center
- Rozalinna, G. M., & Anwar, V. L. N. (2021). *Rusunawa dan Sandwich Generation: Resiliensi Masa Pandemi di Ruang Perkotaan*. *Brawijaya Journal of Social Science*, 1(1), 63-79.
- Khairunnisa, I., & Hartini, N. (2022). *Hubungan Antara Caregiver Burden dengan Subjective Well-Being Pada Ibu Generasi Sandwich*. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 97-106.
- Kusumaningrum, F. A. (2018). *Generasi Sandwich: Beban Pengasuhan dan Dukungan Sosial pada Wanita Bekerja*. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 109-120.
- Sudarji, S., Panggabean, H., & Marta, R. F. (2022). *Challenges of the Sandwich Generation: Stress and Coping Strategy of the Multigenerational Care*. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3), 263-275
- Purwanti, D. A., & Kustanti, E. R. (2020). *Hubungan Antara Resiliensi dengan Psychological Well-Being Pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Gangguan Autis*. *Jurnal Empati*, 7(1), 283-287.
- Supriatna, A., Islamy, M. R. F., Komariah, K. S., Parhan, M., & Fitria, A. H. N. (2022). *Explaining Sandwich Generation Phenomena in the Modernity Dimension*. *Jurnal Studi Sosial dan Politik*, 6(1), 101-111.
- Priyandoko, N.A., Rahmasari, D.(2023). *Resiliensi Pada Perempuan Sandwich Generation*. *Jurnal Penelitian Psikologi* | 2023, Vol. 10, No.01 | 125-142
- Moleong, J.L. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Neuman, W.L. (2014) *Social Research Methods Qualitative and Quantitative Approaches*. 7th Edition, Edinburgh Pearson Education Inc.
- La Kahija, Y. F. (2017). *Penelitian Fenomenologis. Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. Jogjakarta: Kanisius
- Pietkiewicz, I., & Smith, J. A. (2014). *A Practical Guide to Using Interpretative Phenomenological Analysis in Qualitative Research Psychology*. *Psychological journal*, 20(1), 7-14.
- Showkat, N., Parveen, H. (2017). *In-Depth Interview*. *Quadrant-I E-text*
- Rubin, H. J. & Rubin, I. S. (2012). *Qualitative Interviewing the Art of Hearing and Data*.