

1. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Populasi penduduk Indonesia saat ini didominasi oleh kelompok usia produktif. Berdasarkan data BPS (2020), kelompok usia produktif (umur 15-59 tahun) berjumlah 171 juta orang (64%) pada tahun 2019. Adanya tingkat penduduk usia produktif yang tinggi, dapat menjadi sebuah kesempatan bagi bangsa Indonesia untuk mengejar ketertinggalan dengan negara lain. Dimana kelompok usia produktif ini seharusnya memiliki banyak peluang dan tantangan baru untuk meningkatkan sumber daya manusia yang terampil (Putri, Maulida, & Husna, 2022). Namun, dalam penelitian yang dilakukan Djahhari, dkk (2021) saat ini kelompok usia produktif didominasi oleh generasi *sandwich*. Dimana kelompok produktif ini harus menanggung hidup lebih dari dua generasi, sehingga menjadikan mereka berada dalam kondisi krisis ekonomi pada kelompok kelas bawah, tuntutan pengeluaran yang besar yang menjadikan mereka harus ekstra dalam menghasilkan uang, banyak dari mereka yang mengalami masalah psikis dan kelelahan fisik (Putri, Maulida, & Husna, 2022).

Hal ini dapat dilihat dari potret usia produktif di mana hampir 70% kelompok usia produktif tinggal dalam tiga generasi. Lebih dari 50% kelompok usia produktif tinggal di rumah milik keluarga atau mengontrak. Berdasarkan status pekerjaan, lebih dari 46% kelompok usia produktif tidak bekerja, sebanyak 35% bekerja dan 19% masih sekolah. Lebih dari 76% responden usia produktif yang bekerja berpenghasilan kurang dari Rp2,5 juta per bulan dan sebagian besar dari mereka menanggung hidup orang lain. Pendapatan ini tentu tergolong cukup rendah apalagi jika harus menanggung lebih dari satu generasi. Ini yang menjadi masalah para generasi *sandwich*, sebab dengan pendapatan yang sangat minim akan membuat mereka kurang persiapan dari segi finansial di masa tua (Prakarsa, 2020). Akan tetapi, pada generasi *sandwich* yang berasal dari kelas menengah ke atas tidak akan mengalami persoalan finansial seperti

yang dihadapi golongan kelas menengah bawah (Putri, Maulida, & Husna, 2022).

Istilah generasi *sandwich* pertama kali digunakan oleh Dorothy Miller tahun 1981 dalam tulisannya tentang “The *Sandwich* Generation: Adult of the Aging” (Husain et al., 2021). Istilah ini dianalogikan seperti memakan sebuah kudapan *sandwich*, yaitu sepotong daging yang terjepit di antara dua helai roti. *Sandwich* generation merupakan gabungan dari generasi X (41-60 tahun) dan Y (26-40 tahun) yang menanggung generasi baby boomer dan generasi Z (PUPR, 2020). Menurut data BPS provinsi Jawa Timur tahun 2018-2020 menunjukkan jumlah dari generasi X adalah 36.076.904 jiwa dan generasi Y adalah 26.756.927 jiwa sehingga totalnya sejumlah 62.833.831 juta (Data BPS tahun 2018-2020). Seperti pada table berikut ini :

Tipe-tipe Generasi	Tahun		
	2018	2019	2020
Generasi baby boomer	4.993.000	4.140.990	4.303.506
Generasi X	10.879.000	10.973.050	14.224.854
Generasi Y	8.689.000	8.666.298	9.401.629
Generasi Z	9.134.000	9.123.622	9.089.921
Generasi Alpha	5.805.000	5.752.214	5.745.250

Tabel 1. Data BPS

Generasi X dan Y telah diasumsikan sebagai generasi yang telah menjadi orang tua dan menanggung beban anak serta orang tuanya (Rozalinna & Anwar, 2021). Generasi *sandwich* dikenal sebagai generasi muda produktif yang harus turut mencukupi atau menanggung kebutuhan ekonomi kakek-nenek, orang tua, saudara dan keluarga lainnya (Djamhari, Layyinah, & Ramdlaningrum, 2021). Dalam struktur keluarga generasi *sandwich* termasuk dalam keluarga besar, karena terdiri dari keluarga inti ayah, ibu, dan anak ditambah sedikitnya kakek/nenek, paman dan/bibi yang tinggal bersama dalam satu rumah (Supriatna, dkk, 2022).

Hal ini membuat generasi *sandwich* memiliki jumlah tanggungan keluarga yang lebih banyak apabila dibandingkan dengan non-generasi *sandwich*. Jumlah tanggungan keluarga yang lebih banyak tersebut menyebabkan generasi *sandwich* memiliki kewajiban finansial yang cenderung lebih tinggi dan proporsi waktu luang yang lebih sedikit dibanding non-generasi *sandwich* (Ferlistya Pratita Rari, Jamalludin, Putri Nurokhmah, 2022).

Sehingga pada generasi *sandwich* yang berpendapatan rendah sering kali muncul adanya konflik, dikarenakan mempengaruhi kualitas hidup dalam hal tingkat kepuasan terhadap pekerjaan dan keluarganya (Noor & Isa, 2020). Hal ini timbul adanya stress karena harus memenuhi kebutuhan yang besar, bahkan kelelahan fisik, dapat juga berimplikasi pada lemahnya persiapan untuk memasuki hari tua dan rentan miskin saat memasuki masa lansia karena tidak memiliki peluang yang besar untuk menabung (OECD, Preventing Ageing Unequally, 2017).

Seperti yang dialami oleh Informan NK yaitu: *“saya gajinya kecil mba cuma guru paud di desa gajinya cuma Rp 400.000, semua ditanggung saya semua, orang tua saya sudah tua ditambah adik saya sudah menikah tapi masih tinggal bersama dan belum biasa mandiri makan, uang listrik, biaya apapun masih ikut saya. Beban saya bertambah semua saya pikul sendiri. Orang tua saya sakit kanker ini harus rutin kontrol dan berobat walaupun pakai bpjs tapi yang membayarkan tiap bulan saya, untuk peralanan ke tempat berobat juga jauh biaya transportasi juga saya. Sekarang saya dan suami ekstra cari uangnya karena nggak bisa nabung”*.

Dalam wawancara dengan informan, informan mengungkapkan bahwa dengan gaji Rp. 400.000 informan harus menanggung beban kebutuhan baik kebutuhan keluarga sendiri, orang tua informan bahkan adik informan yang sudah menikah. Suami dan informan kini harus menambah pemasukan untuk biaya pengobatan orang tua informan yang mengidap penyakit kanker.

Hal ini menunjukkan bahwa generasi *sandwich* memiliki jumlah tanggungan keluarga yang lebih banyak apabila dibandingkan dengan non-generasi *sandwich*. Jumlah tanggungan keluarga yang lebih banyak tersebut menyebabkan generasi *sandwich* memiliki kewajiban finansial yang cenderung

lebih tinggi dan proporsi waktu luang yang lebih sedikit dibanding non-generasi *sandwich* (Ferlistya Pratita Rari, Jamalludin, Putri Nurokhmah, 2022). Sehingga menjadikan tingkat stress pada generasi *sandwich* lebih tinggi karena dituntut untuk menyeimbangkan peran dalam perawatan anak, orang tua, dan juga sanak saudara mereka yang masih tinggal bersama (Sumarno, 2022). Masalah kesehatan mental yang dialami oleh generasi *sandwich* meliputi kelelahan fisik dan mental, gangguan tidur, perasaan bersalah, merasa khawatir terus menerus, kehilangan minat terhadap aktivitas yang disenanginya, hingga kecemasan dan depresi (Yanuar, dkk., 2021).

Hal ini seperti yang dialami oleh informan NK berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan yaitu: *“sebenarnya beban saya bukan hanya sekedar soal uang tapi juga karena Bapak saya tiba-tiba sangat membenci suami saya hingga apapun yang dilakukan selalu salah. Saya bingung harus bersikap bagaimana posisi saya takut durhaka tapi saya juga tidak mau keluarga saya berantakan. Saya jadi sering kurang tidur banyak sekali beban dipikiran saya. Gimana agar adek saya mau ikut mikul beban ini sama sama. Sering merasa pusing sekali sampai muntah-muntah, kadang nggak pingin ngapa-ngapain inginnya tidur tapi harus kerja dan ditambah saya jadi sering marah-marah saat mengajar.”*

Berdasarkan wawancara diatas, informan berpendapat bahwa beban yang harus ditanggung tidak hanya perihal uang namun, juga karena adanya perselisihan antara bapak dari informan kepada suami informan. Hal ini menjadikan informan sulit tidur, sering mengalami sakit kepala hingga muntah-muntah, hingga terkadang membuat informan tidak ingin melakukan kegiatan apapun selain tidur tetapi informan harus tetap bekerja dan sering marah-marah saat mengajar.

Hal ini menunjukkan bahwa dampak negatif dari peran dan tanggung jawab *sandwich* generation tidak hanya pada beban pengasuhan saja, namun juga pada segi fisik, psikologis, emosional, dan juga beban keuangan (Kusumaningrum, 2018). Fenomena generasi *sandwich* ini muncul dikarenakan adanya ketidakmampuan orang tua untuk merencanakan hari tua. Oleh karena itu, orang tua gagal memprediksi pendapatan yang diterima di hari tua (Muthia

et al., 2021). Sebagai generasi *sandwich* kerap kali tidak dapat meninggalkan orang tua yang sudah memasuki masa lansia dan sudah tidak sanggup menyukupi kebutuhan. Hal ini dikarenakan anak merasa bahwa harus berbakti kepada orang tuanya.

Selain itu, generasi *sandwich* dengan status pendapatan dengan keadaan kebutuhan dan tanggungan yang semakin besar tidak sebanding dengan penghasilan yang didapatkan. Sehingga uang yang didapatkan belum dapat disisihkan sebagai tabungan untuk mempersiapkan masa depan. Selain itu, banyak dari generasi *sandwich* yang masih hidup menumpang dalam rumah milik orang tuanya bahkan mengontrak sehingga menjadikan generasi *sandwich* memilih untuk tetap tinggal bersama-sama dalam satu rumah dengan harapan dapat saling memberikan keuntungan (Supriatna, dkk , 2022).

Dalam keadaan yang menekan inilah dibutuhkan adanya keuletan, kekuatan, dan daya tahan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan yang dihadapi, hal ini disebut dengan ketangguhan (*hardiness*). Kebribadian tangguh ini lah yang menjadikan seseorang dapat bertahan dalam keadaan sesulit apapun, dengan melakukan usaha sebagai solusi untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi (Apriliana, & Rahmasari, 2021), hal ini seperti yang dilakukan oleh informan NK :

“Alhamdulillah mba saat ini saya dan suami mulai mencari jalan keluar suami setelah jualan sorenya ikut kerja sambil packing buah salak sampai malam untuk dikirim ke pasar. Saya setelah mengajar saya biasanya ada pesanan jajan atau makanan catering jadi langsung buat pesanan kalau lagi nggak ada saya sambil jualan minuman dirumah. Alhamdulillah anak juga banyak pengertiannya jadi untuk waktu sama anak kita masak bareng buat pesanan jadi saya dapat kekuatan buat menjalani ini semua mba. Dan percaya saja sama Allah bahwa pasti akan ada jalan keluar dalam masalah ini walau harus menjalani tanggung jawab seperti ini”.

Dalam wawancara ini informan dan suami kini sudah memulai mencari jalan keluar ekonomi mereka. Suami informan setelah selesai berdagang kemudian disore harinya lanjut bekerja mengemas buah salak dalam wadah untuk dikirim hingga larut malam. Dan informan setelah mengajar jika sedang

ada pesanan *catering* informan membuat jajan atau makanan. Namun, jika tidak ada pesanan saat itu informan menjual minuman dirumah. Informan merasa bersyukur memiliki anak yang pengertian atas kondisi informan hal ini menjadikan kekuatan untuk menjalani kehidupan informan. Untuk meluangkan waktu dengan anak informan memasak bersama saat membuat pesanan *catering*. Informan percaya bahwa Allah pasti akan memberikan jalan keluar dalam masalah yang menimpa walau harus menjalani tanggung jawab besar yang sedang dialami informan.

Peristiwa dan pengalaman pada generasi *sandwich* tak lepas keterkaitannya dengan teori ekologi, dimana ada hubungan timbal balik yang terbentuk antara generasi *sandwich* dengan sosial dan lingkungan sekitarnya (Sudbery & Whittaker, 2018; Fadhilah & Musthofa, 2022) Dalam fenomena ini menjadikan generasi *sandwich* diharapkan dapat bertahan dan mengubah pandangan mengenai situasi yang menekan dan menyebabkan stres menjadi suatu tantangan dan kesempatan untuk bertumbuh, dibutuhkan pula adanya keikhlasan dalam menjalankan perannya, memiliki keberanian untuk tumbuh dari stress, serta merencanakan strategi untuk keluar dari masalah yang dihadapi, inilah yang disebut dengan ketangguhan.

Sehingga dalam penelitian ini peneliti merumuskan masalah yaitu “Bagaimana ketangguhan yang dimiliki pada generasi *sandwich*?”

B. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengkaji proses ketangguhan pada generasi *sandwich*
2. Untuk mengetahui perbedaan proses ketangguhan pada generasi *sandwich* ditinjau dari berbagai sudut pandang demografi

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis, Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pengetahuan bagi ilmu psikologi khususnya bidang ilmu psikologi sosial dan bidang ilmu psikologi keluarga terkait ketangguhan pada generasi *sandwich*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi individu yang saat ini sedang terlibat sebagai *sandwich* dapat menambah kepercayaan diri dalam menjalani kehidupan
- b. Bagi individu yang saat ini sedang terlibat sebagai *sandwich* mendapat dorongan positif dalam memaknai kondisi sulit menjadi peristiwa yang bermakna dalam menjalani kehidupan
- c. Bagi individu yang sedang terlibat sebagai *sandwich* dapat meningkatkan kebersyukuran dalam menjalani

D. Kebaharuan Penelitian

1. Penelitian dari Apriliana dan Rahmasari, (2021). Tentang Gambaran Hardiness Pada Individu Yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja Karena Pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi kasus. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dan berjumlah dua orang yakni : laki-laki berusia 40-60 tahun dan sedang mengalami PHK dikarenakan adanya kebijakan pengurangan karyawan akibat pandemi dan belum memiliki pekerjaan tetap hingga saat ini. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara semiterstruktur. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis tematik dan melalui uji keabsahan data dengan teknik triangulasi sumber data yang akan dibantu dari data significant others. Hasil penelitian ini menemukan bahwa hardiness yang ada dalam diri para subjek terbentuk melalui serangkaian proses, dimulai dari penerimaan kondisi yang sedang mereka hadapi saat ini hingga proses menemukan alasan yang menjadi landasan hardiness yang terbentuk dalam diri mereka, dan dalam penelitian ini faktor support keluarga merupakan faktor terpenting setelah penerimaan diri dalam terbentuknya hardiness dalam diri subjek.

Kelebihan dalam penelitian ini adalah menggali informasi terkini saat adanya fenomena Covid-19 dimana dibutuhkan jiwa yang tangguh.

Kekurangan dalam penelitian ini adalah kurang menggambarkan karakteristik hardiness yang dimiliki informan, serta kurang beragamnya informan dalam penelitian ini.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Swagery, Hikmatul, & Husna. (2017). Penelitian ini tentang Hardiness Pada Wanita Karir Single Parent Yang Memiliki Anak Tunarungu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran hardiness pada wanita karir single parent yang memiliki anak tunarungu dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhinya. Subjek penelitian ini adalah seorang wanita berusia 53 tahun dengan peran sebagai wanita karir sekaligus single parent yang memiliki anak tunarungu. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan melakukan teknik wawancara semi terstruktur dan observasi non partisipan dalam pengumpulan datanya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa subjek memiliki hardiness tinggi yang dideskripsikan melalui 3 aspek yaitu adanya komitmen, kontrol, dan tantangan. Faktor yang dominan mempengaruhi hardiness yang dimiliki subjek adalah adanya penerimaan diri yang baik dalam diri subjek. Kekurangan dalam penelitian ini adalah tidak adanya penjabaran yang spesifik terkait dinamika terbentuknya kepribadian yang tangguh pada subjek penelitian. Kelebihan dalam penelitian ini adalah mengungkapkan faktor-faktor hardiness yang dimiliki oleh subjek yang menjadi sasaran penelitian.
3. Penelitian dari Fridayanti, Permatasari, & Hambali, (2021). Tentang Peran Hardiness sebagai Moderator dalam Pengaruh Job Insecurity terhadap Job Stress. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran hardiness dalam memoderatori pengaruh job insecurity terhadap job stress. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif kausalitas.

Teknik sampling yang digunakan adalah sampling acak sederhana. Total responden dalam penelitian ini berjumlah 142 guru honorer. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang terdiri dari tiga skala ukur, yaitu skala Job Insecurity, Job Stress Scale (JSS) dan Occupational Hardiness Questionnaire (OHQ). Teknik analisa data menggunakan uji Moderated Regression Analysis. Hasil penelitian menunjukkan job insecurity berpengaruh secara signifikan terhadap job stress dan hardiness tidak dapat memoderatori pengaruh job insecurity terhadap job stress.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Abiyoga, dan Sawitri. (2018). Tentang “TABAHAH DI DALAM KEKURANGANKU” Studi Kualitatif Mengenai Hardiness pada Individu Dewasa Madya Penyandang Tunadaksa yang Bekerja Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan perspektif fenomenologi yang bertujuan untuk mengetahui hardiness pada individu dewasa madya penyandang tunadaksa yang bekerja. Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang yang diambil dengan teknik *purposive*. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara. Hasil wawancara menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki kepribadian hardiness dalam bekerja yang dikembangkan dengan cara yang berbeda tergantung dengan latar belakang ketunadaksaan sejak lahir atau ketunadaksaan diperoleh ketika dewasa.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Ayudhia, & Kristiana. (2017). Tentang Hubungan antara hardiness dengan perilaku prososial pada siswa kelas XI SMA Islam Hidayatullah Semarang Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan hardiness dengan perilaku prososial pada siswa kelas XI SMA Islam Hidayatullah Semarang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif dan signifikan antara hardiness dan perilaku prososial. Subjek penelitian adalah 86 siswa kelas XI SMA Islam Hidayatullah Semarang. Alat ukur yang digunakan

adalah skala hardiness (27 aitem $\alpha = .889$) dan skala perilaku prososial (27 aitem, $\alpha = .904$). Analisis regresi menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara hardiness dengan perilaku prososial ($r=0.596$; $p < .001$). Artinya semakin tinggi hardiness yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi perilaku sosialnya. Hardiness memberikan sumbangan efektif sebesar 35.5% terhadap perilaku prososial. Perilaku prososial siswa perlu dipertahankan, salah satu caranya adalah dengan bantuan kegiatan-kegiatan rutin sekolah yang mengasah kemampuan anak dalam melakukan tindakan menolong.