

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan sebuah sistem sosial kecil yang terdiri atas suatu rangkaian bagian yang sangat saling bergantung dan dipengaruhi baik oleh struktur internal maupun eksternalnya (Friedman, 2015). Keluarga terdiri atas sekelompok orang yang memiliki hubungan darah atau perkawinan atau menyediakan terselenggaranya fungsi-fungsi instrumental mendasar dan fungsi-fungsi ekspresif keluarga bagi para anggotanya yang berada dalam suatu jaringan (Lestari, 2018). Menurut Efendi (2019) Keluarga saling berinteraksi dan mempunyai peran masing-masing dalam menciptakan serta mempertahankan suatu budaya serta meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional, serta sosial dari setiap anggota keluarga. Sedangkan Batson (Tylor, et al, 2019) menjelaskan bahwa keluarga dapat terdiri atas satu atau lebih generasi. Dalam sebuah keluarga yang terdiri atas beberapa generasi, didalamnya terdapat generasi yang memiliki posisi berada diantara dua generasi membuat seseorang yang berada pada posisi tersebut diibaratkan seperti *Sandwich* dan generasi tersebut yang disebut generasi *sandwich* (Miller, 2014).

Generasi *Sandwich* merupakan individu yang berada dalam kondisi fit untuk bekerja dan terperangkap antara tanggung jawab keluarga dengan tanggung jawab profesional (Hernandez dkk, 2019). Menurut Marts (2013)

generasi *sandwich* merupakan orang-orang yang memiliki peran ganda yaitu bertanggung jawab terhadap anaknya yang masih tinggal bersama dirumah dan juga bertanggung jawab atas orang tua serta mertuanya. Shclisinger & Raphael (2013) menjelaskan bahwa keberadaan status generasi *sandwich* tidak terlepas dari adanya kewajiban menjaga keluarga diluar keluarga intinya. Sejalan dengan hal tersebut, Juin (2015) di Perancis menemukan bahwa tanggung jawab merawat orang tua memiliki efek negatif terhadap tingkat kesehatan fisik maupun mental, terutama apabila tanggung jawab perawatan tersebut adalah intensif (lebih dari 20 jam per minggu). Menurut Farian (2020) dalam teori Standar Ekonomi, kebahagiaan hidup diturunkan dari kepuasan yang dipengaruhi oleh pendapatan dan waktu luang. Status sebagai generasi *sandwich* juga memberikan dampak negatif terhadap kondisi pernikahan, kesehatan fisik dan mental, menimbulkan stress, kecemasan dan kesedihan (Solberg , 2014).

Keberadaan generasi *sandwich* di Indonesia menurut Velrahga (2021) yang mengambil dari data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik dalam Statistik Penduduk Lanjut Usia pada tahun 2017, beberapa sumber pembiayaan rumah tangga untuk lanjut usia berasal dari anggota rumah tangga yang bekerja sebesar 77,82%, kiriman uang atau barang sebesar 14,97%, 6,46% berasal dari dana pensiun dan 0,76% berasal dari investasi. Lalu jika dilihat dari tempat tinggal penduduk lanjut usia didominasi oleh penduduk lanjut usia yang tinggal bersama tiga generasi sebesar 36,37%, tinggal bersama anak atau bersama mertua sebesar 26,91%, tinggal bersama

pasangan sebesar 18,89% dan 9,80% lanjut usia tinggal sendirian. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penduduk lanjut usia masih tinggal bersama dengan anggota keluarga seperti anak mereka. Disamping itu pemenuhan kebutuhan mereka juga bergantung pada pengiriman uang atau barang dari anak mereka.

Temuan berikutnya adalah mengenai keberadaan generasi *sandwich* di Indonesia berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh Jakpat pada tahun 2020, menunjukkan hasil bahwa tercatat 48% masyarakat Indonesia merupakan generasi *sandwich* (JAKPAT, 2020). Jumlah 48% dari data tersebut diantaranya berusia 20-29 tahun (Bayu, 2021). Peran ganda yang dijalankan oleh generasi *sandwich* dapat berimplikasi pada penurunan kesehatan, peningkatan stress, dan ketidakmampuan untuk menemukan keseimbangan dalam hidupnya (Yuliana, 2021), terlebih sebagai seorang kesulitan diantaranya adalah biaya hidup yang semakin tinggi tentunya akan sulit bagi generasi *sandwich* yang memiliki kondisi ekonomi yang tidak cukup kuat sehingga mengalami kesulitan dalam keuangan dan berakhir dengan berhutang, dan generasi *sandwich* yang merawat orang tua dan anaknya lebih rentan mengalami masalah kesehatan mental, seperti *burnout*, gangguan tidur, perasaan bersalah, merasa khawatir secara terus menerus, hilangnya minat terhadap aktivitas yang sebelumnya disenangi, *anxiety*, bahkan depresi, tanggungjawab yang diberikan justru menuntun mereka terjebak dalam kesulitan dimana mereka harus melakukan banyak hal dalam waktu yang singkat. Hal ini berhubungan dengan semakin banyak

jumlah anggota rumah tangga maka akan semakin rendah tingkat *Subjective Well Being* seseorang (Marts,2013).

Menurut Lucas (2022) *Subjective well-being* adalah evaluasi afektif (perasaan) dan kognitif (pikiran) seseorang terhadap kehidupannya. Evaluasi kognitif yang dimaksud adalah kepuasan hidup individu secara menyeluruh dan secara khusus , sedangkan evaluasi afektif yang dimaksud adalah reaksi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup yang meliputi emosi yang menyenangkan dan emosi yang tidak menyenangkan . Seseorang dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi adalah ketika mereka banyak merasakan emosi yang menyenangkan dan sedikit memiliki pengalaman-pengalaman yang menyedihkan, dan ketika mereka puas dengan kehidupan mereka.

Subjective well-being dapat dikatakan memiliki kondisi ideal apabila seseorang percaya dengan kehidupan yang diinginkannya yang menyenangkan dan baik serta menilai kehidupannya termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, *fulfilment*, kepuasan terhadap area-area seperti pernikahan dan pekerjaan, tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener, 2013). Sedangkan menurut Myers (2014) seseorang yang memiliki *subjective well-being* yang rendah akan mudah cepat cemas, kurang puas dengan hidupnya, jarang merasa bahagia, dan lebih sering merasakan emosi yang tidak menyenangkan, seperti marah dan khawatir berlebihan terhadap hal-hal tertentu. Menurut Park (2014) *subjective well-being* sudah sejak lama dianggap sebagai komponen inti dari

hidup yang baik. *Subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu karena *subjective well-being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan. Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan coping yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener, 2017). Individu ini akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik. Sedangkan individu dengan *subjective well-being* yang rendah, memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan (Myers & Diener, 2015).

Dilansir dari portal berita Kompas.com edisi Minggu , 21 November 2021 memberitakan mengenai *generasi sandwich* yang mengorbankan kepentingan pribadi demi membiayai orang tua, hingga keponakannya. Warga Jakarta bernama Elizabeth, 26 tahun tersebut, sehari-harinya merelakan diri untuk makan di warteg demi menyisihkan uangnya untuk diberikan kepada orang tua dan adiknya. Elizabeth merupakan satu dari sekian anak muda produktif yang termasuk dalam generasi *sandwich*. Ia harus menanggung biaya hidup orang tua, adik, hingga keponakannya, sedangkan Ia juga harus membiayai hidupnya sendiri diwaktu yang sama.

Seharusnya dengan pendapatan sebesar Rp. 11.000.000 / bulan, Ia mampu untuk memanjakan dirinya sendiri, menyenangkan diri sendiri, membeli apa yang Ia mau dan butuhkan serta memikirkan tabungan untuk masa depan, namun karena posisinya sebagai generasi *sandwich* membuat Elizabeth harus membagi waktu, uang, tenaga dan pikiran untuk orang tua dan keluarganya.

Berita yang dilansir dari portal berita Kompas.com edisi Rabu, 09 Oktober 2019 memberitakan mengenai beban berat generasi *sandwich* yang mengorbankan finansial dan juga emosionalnya. Warga Jakarta bernama Riza Adiran, 25 tahun tersebut adalah seorang bungsu di keluarga Jawa, dirinya merasa dilimpahi tanggung jawab untuk merawat orang tuanya. Padahal disisi lain dia juga sudah memiliki rumah tangga yang harus dihidupi. Kerap kali Riza Adiran melakukan pertimbangan prioritas pengeluaran dan tentunya kerap kali dirinya harus mengalah. Akibat terjebak dalam kondisi terhimpit diantara dua tanggung jawab itu, akhirnya banyak hal yang dikorbankan oleh Riza.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis pada tanggal 13 Juli 2022 terhadap seorang narasumber yang berinisial M, narasumber adalah seorang laki-laki berusia 37 tahun karyawan swasta dengan upah gaji UMR Kudus yaitu Rp.2.439.000, dimana narasumber juga berada pada posisi generasi *sandwich*, narasumber menyampaikan bahwa banyak waktu, tenaga dan pikiran yang dimaksimalkan selain untuk mengurus dirinya sendiri, juga mengurus anak-anaknya dan kedua orangtuanya yang sudah

memasuki usia lanjut. Selain aspek finansial yang dirasa berat, terkadang kepuasan hidup dan kebahagiaannya belum sepenuhnya dirasakan. Hal tersebut terjadi karena masalah internal dengan orang tua yang terlalu bergantung secara finansial dan mengontrol gaya hidup dan pola asuh narasumber terhadap anak. Disamping itu kredibilitas sebagai seorang suami cukup terganggu dengan hak prerogatif seorang suami dan kepala rumah tangga, khususnya dalam pengambilan keputusan yang masih sering diintervensi oleh orang tua. Hal tersebut menjadikan narasumber merasa dirinya kerap kali kurang dihargai dalam mengambil keputusan oleh kedua orang tuanya, serta konflik-konflik kecil yang sering terjadi menjadikannya rapuh dan tidak bersemangat dalam menjalani kehidupannya sehari-hari, karena itu narasumber sangat membutuhkan dukungan dari orang terdekat

Wawancara kedua dilakukan pada tanggal 25 Juli 2022 terhadap narasumber seorang anak tunggal yang sudah berumah tangga dan memiliki dua orang anak narasumber berusia 34 tahun berinisial A. Narasumber merupakan seorang laki-laki yang berprofesi sebagai kuli panggul pasar dengan berpenghasilan Rp.2.200.000 per bulan. Menurut narasumber, subjek merupakan orang yang sangat mencintai diri sendiri, selain subjek harus mengurus tiga generasi sekaligus yaitu dirinya dan istri, anak-anaknya dan orangtuanya namun subjek selalu mengutamakan dirinya sendiri sebelum orang lain. karena subjek merupakan seorang kepala rumah tangga, dimana semua keputusan yang diambil harus sesuai kehendaknya. Narasumber memiliki pola pikir idealis, dimana menurut beliau harga diri

dari seorang kepala rumah tangga harus diterapkan dan harus terjaga, karena kepala rumah tangga adalah seorang pemimpin dalam keluarga, dimana anggota keluarga lain harus bisa menghormati dan menghargai pemimpinnya. Dengan sifat narasumber yang memiliki harga diri yang tinggi justru narasumber kerap kali mendapatkan perlakuan yang kurang baik dari keluarganya sendiri, hal ini menyebabkan narasumber memiliki *subjective well-being* yang rendah, sehingga narasumber membutuhkan dukungan sosial dari orang terdekat.

Wawancara Ketiga dilakukan pada tanggal 17 Agustus 2022 terhadap narasumber seorang generasi *sandwich* berinisial KR, narasumber KR ini adalah seorang perempuan yang bekerja sebagai karyawan pabrik swasta dikodus yang memiliki penghasilan Rp.2.439.000 per bulan, dan narasumber ini mengurus ibunya yang sedang sakit stroke selama hampir lima tahun. Selain merawat ibunya dan menanggung biaya hidup serta biaya pengobatan ibunya, Ia juga harus membantu mencari nafkah. Beliau mengatakan waktu, tenaga, pikiran setiap harinya Ia dedikasikan untuk bertanggung jawab atas kesejahteraan keluarganya. Hal tersebut menyebabkan Narasumber tertekan, depresi dan cukup stress untuk membagi waktu dirumah dan waktu kerja, dikarenakan selain bekerja ia juga harus meluangkan waktu untuk merawat ibunya. Ketika bekerja seringkali terbagi antara fokus bekerja dan memikirkan kondisi ibunya di rumah. Hal tersebut sering kali narasumber bekerja kurang optimal sehingga narasumber harus menerima perlakuan kurang baik dari atasannya, hal ini

tentu saja berdampak pada harga diri yang rendah bagi narasumber. Dengan demikian narasumber merasa sangat membutuhkan dukungan secara finansial dan secara emosional dari berbagai orang terdekatnya untuk tetap semangat menjalani rutinitasnya tersebut. Namun meskipun begitu sangat sulit bagi ia untuk mendapatkan kebahagiaan, karena kondisi kehidupannya. Hal tersebut mengakibatkan Ia memiliki *Subjective well-being* yang rendah.

Subjective well-being dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya adalah harga diri (Compton, 2015). Harga diri adalah penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain (Alief Imam & Nailul Fauziah, 2018). Harga diri merupakan hasil penilaian yang dilakukannya dan perlakuan orang lain terhadap dirinya dan menunjukkan sejauh mana individu memiliki harga diri yang tinggi jika kita merasa senang domain yang kita anggap penting bagi harga diri kita sendiri, misalnya penampilan, kecerdasan, kekayaan, dan sebagainya (Widyastuti, 2014)

Seseorang dengan harga diri yang baik akan mampu menghargai dirinya sendiri sehingga akan mencapai *subjective well-being* yang baik pula (Dariyo, 2013). Harga diri berkaitan dengan bagaimana cara orang menghadapi kehidupan mereka sehari-hari. Mereka yang memiliki harga diri yang positif cenderung untuk bahagia, sehat, berhasil dan mampu menyesuaikan diri. Sedangkan orang-orang yang menilai dirinya negatif, secara relatif menjadi tidak sehat, cemas, tertekan dan pesimis terhadap masa depannya serta mudah atau cenderung mengalami kegagalan

(Widyastuti, 2014:25). Rendahnya tingkat kebahagiaan individu dapat dilihat dari cara Ia memandang rendah hal – hal yang terjadi pada hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan, oleh sebab itu timbul emosi yang tidak menyenangkan, seperti kecemasan, depresi dan kemarahan (Myers & Diener, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Elizabeth Febe Yulian Suwandai dan Margaretta Erna setianingrum (2020) dengan judul “*Subjective Well-Being* ditinjau dari Harga diri Pada Remaja yang memiliki orangtua tunggal ibu dikota Magelang” menunjukkan adanya hubungan positif antara harga diri dengan *subjektif well-being*. Sejalan dengan pendapat tersebut, Nur Afni safarina, Abdul Munir & Nuraini (2019) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan harga diri dan Dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Magister Psikologi Universita Medan Area” menerangkan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan *subjektive well-being*. Berdasarkan dua penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang.

Selain harga diri faktor lain yang mempengaruhi munculnya *subjektif well-being* adalah dukungan sosial (Jamilah, 2013). Menurut Sarafino (2010) dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima idnividu dari orang lain maupun kelompok. Individu yang menerima dukungan sosial cenderung memiliki mental yang lebih sehat. Individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan menjadi individu yang lebih optimis dan lebih

mampu beradaptasi terhadap stress (Baron & Bryne, 2013). Dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well being*, karena dukungan sosial dapat meningkatkan kepuasan terhadap lingkungan yang memberikannya sehingga akan mempengaruhi penilaian individu terhadap kepuasan hidupnya secara global (Jamilah,2013). Sejalan dengan hal tersebut, Sanderson (2014) menyatakan dukungan sosial yang diterima individu dari keluarga, teman maupun lingkungan yang lain, menunjukkan adanya penghargaan terhadap diri individu sehingga dapat merasakan adanya rasa aman dan nyaman.

Terkait dengan dukungan sosial, berdasarkan hasil penelitian oleh Shinta Kumala Samputri dan Hastaning Skati (2015) dengan judul “Dukungan Sosial dan *Subjective Well-Being* Pada tenaga kerja wanita PT. ARNI FAMILY UNGARAN” menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being*. Penelitian lain dari Fitri Ayu Kusmaningrum (2018) yang bertajuk “Beban Pengasuhan dan Dukungan Sosial dengan *subjective well-being* pada wanita bekerja *sandwich generation*” menunjukkan adanya hubungan positif dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada wanita yang bekerja sekaligus generasi *sandwich*.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka penulis perlu mengkaji lebih dalam melalui penelitian dengan judul “ Hubungan Antara Harga Diri dan Dukungan Sosial Dengan *Subjective Well-Being* Pada Generasi *Sandwich*”. Keunikan dari penelitian ini adalah bahwa belum ada penelitian

terkait hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada generasi *sandwich* sebelumnya.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada generasi *sandwich*.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis kepada berbagai pihak. Adapun manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial berkaitan dengan hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan *subjective well-being*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* kepada narasumber, sehingga narasumber mampu untuk menyikapi kehidupan sebagai generasi

sandwich dan dapat menerima kebahagiaan didalam sebuah keluarga, meskipun dalam posisi generasi *sandwich*.

b. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji bidang yang sama guna menyempurnakan hasil penelitian ini.

