KONSEP DIRI GENERASI SANDWICH

Allya Augustine Frassineti
Della Rizki Dwiyan
Devin Bayu Priya Husada
Emay Jili Ayutasari
Maria Mahdalena
Maria Yohana Petroliana
Natacia
Rachel Angelique Putri Agata
Ristofel Krisna Amadea
Theofani Putri Rahayu Utomo
Wahyu Megarani

EDITOR:
Ns. Berliany Venny S, S.Kep.,MNS
Ferdinan Sihombing, S.Kep., Ners., M.Kep.

KONSEP DIRI GENERASI SANDWICH

Generasi sandwich adalah generasi orang dewasa yang menanggung hidup tiga generasi yaitu orang tua atau keluarga, diri sendiri, dan anaknya. Kondisi tersebut diibaratkan seperti sandwich dimana sepotong daging terhimpit oleh dua roti bagian atas dan bawahnya. Roti atas dianalogikan sebagai orang tua, roti bagian bawah diibaratkan anak, sedangkan bagian tengah isinya adalah diri kita sendiri. Generasi sandwich merupakan individu yang terhimpit antara dua generasi, yaitu orang tua, anak, bahkan cucu. Buku "Konsep Diri Generasi Sandwich" membahas fenomena yang dialami oleh generasi sandwich, yaitu generasi yang merasa terjepit di antara tanggung jawab merawat orang tua di satu sisi dan mendukung anak-anak di sisi lain. Buku ini menggali lebih dalam tentang perasaan, tantangan, dan konflik yang dialami oleh generasi ini dalam mengelola peran ganda mereka sebagai orang tua dan anak.

eureka
media aksara
Anggota IKAPI
No. 225/JTE/2021

0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-120-460-8
9 786231 204608

KONSEP DIRI GENERASI SANDWICH

Allya Augustine Frassineti
Della Rizki Dwiyan
Devin Bayu Priya Husada
Emay Jili Ayutasari
Maria Mahdalena
Maria Yohana Petroliana
Natacia
Rachel Angelique Putri Agata
Ristofel Krisna Amadea
Theofani Putri Rahayu Utomo
Wahyu Megarani

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

KONSEP DIRI GENERASI SANDWICH

Penulis : Allya Augustine Frassineti
Della Rizki Dwiyan
Devin Bayu Priya Husada
Emay Jili Ayutasari
Maria Mahdalena
Maria Yohana Petroliana
Natacia
Rachel Angelique Putri Agata
Ristofel Krisna Amadea
Theofani Putri Rahayu Utomo
Wahyu Megarani
Editor : Ns. Berliany Venny S, S.Kep., MNS.
Ferdinan Sihombing, S.Kep., Ners., M.Kep.
Desain Sampul : Eri Setiawan
Tata Letak : Husnun Nur Afifah
ISBN : 978-623-120-460-8
Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, FEBRUARI 2024**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:
Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992
Surel : eurekamediaaksara@gmail.com
Cetakan Pertama : 2024

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Generasi Sandwich, istilah yang merangkum keberadaan di antara dua peran utama dalam keluarga, membawa kita pada sebuah perjalanan introspektif dan pencerahan. Melalui buku ini, para penulis dengan keberanian dan kejujuran membagikan refleksi mereka mengenai dinamika keluarga, perubahan peran, dan pentingnya menjaga keseimbangan antara merawat orang tua dan mendukung perkembangan anak-anak. Buku ini menawarkan suara-suaranya sebagai jendela ke dalam kehidupan sehari-hari, menjelajahi momen-momen penuh makna, kegembiraan, dan kadang-kadang, kekhawatiran. Dari anekdot yang lucu hingga pengalaman yang mendalam, setiap essay adalah sebuah potret yang menggambarkan keberagaman dan kompleksitas generasi sandwich.

Melalui karya-karya mereka, para penulis tidak hanya merayakan kehidupan keluarga, tetapi juga menyelidiki perubahan sosial, nilai-nilai budaya, dan pilihan hidup yang melibatkan generasi sandwich. Kami berharap bahwa buku ini tidak hanya akan menyentuh hati pembaca, tetapi juga akan membuka dialog yang lebih luas tentang peran, harapan, dan tantangan yang dihadapi oleh generasi ini. Terima kasih kepada para penulis yang telah berbagi cerita-cerita mereka, membuka pintu untuk pemahaman dan empati. Semoga buku ini dapat menjadi sumber inspirasi dan dukungan bagi mereka yang berada dalam perjalanan serupa, serta menginspirasi kita semua untuk lebih memahami dan menghargai kontribusi unik generasi sandwich dalam pembentukan masa depan kita.

Selamat menikmati perjalanan membaca ini!

Malang, 2 November 2023

Tim Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **iii**
DAFTAR ISI ..... **iv**
BAB 1 PENGARUH KONFLIK PERAN TERHADAP KEBERFUNGSIAN SOSIAL GENERASI SANDWICH **1**
BAB 2 MEMUTUS GENERASI SANDWICH, HARUS BISA BERHENTI DI KAMU! **9**
BAB 3 PERSPEKTIF GENERASI SANDWICH DALAM NEGERI DAN LUAR NEGERI DALAM PERAWATAN KELUARGA **12**
BAB 4 POTENSI GENERASI SANDWICH DALAM MEMBANGUN KESEIMBANGAN PERAN EMOSIONAL DALAM PERAWATAN ORANG TUA DAN ANAK-ANAK **17**
BAB 5 HUBUNGAN MODAL SOSIAL YANG MEMPENGARUHI KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF (KEBAHAGIAAN) TERHADAP GENERASI SANDWICH **22**
BAB 6 OPTIMALISASI *FINANCIAL WELL BEING* GENERASI SANDWICH DI INDONESIA **26**
BAB 7 KEBIJAKAN MENGATUR KEUANGAN UNTUK KEBUTUHAN EKONOMI DALAM RUANG TRANSISI GENERASI SANDWICH **31**
BAB 8 BEBAN BERAT GENERASI SANDWICH DALAM MENGHADAPI PROBLEMATIC KELUARGA **35**
BAB 9 NAVIGASI KONSEP DIRI GENERASI SANDWICH: TANTANGAN DAN PENEMUAN IDENTITAS GANDA **38**
BAB 10 DILEMA GENERASI SANDWICH DALAM MENGATASI KESEHATAN MENTAL **44**
BAB 11 STRATEGI JITU PEMECAH PROBLEMATIKA GENERASI SANDWICH **47**
DAFTAR PUSTAKA **53**

PENGARUH KONFLIK PERAN TERHADAP KEBERFUNGSIAN SOSIAL GENERASI SANDWICH

Allya Augustine Frassineti

Generasi sandwich adalah generasi orang dewasa yang menanggung hidup tiga generasi yaitu orang tua atau keluarganya, diri sendiri, dan anaknya. Kondisi tersebut diibaratkan seperti sandwich dimana sepotong daging terhimpit oleh dua roti bagian atas dan bawahnya. Roti atas dianalogikan sebagai orang tua, roti bagian bawah diibaratkan anak, sedangkan daging isinya adalah diri kita sendiri. Menurut para ahli, generasi Sandwich memiliki berbagai kategori. Burke (2017) dalam the traditional sandwich generation, Generasi sandwich merupakan individu yang terhimpit antara dua generasi dengan rentang usia 50-60 tahun, dengan orang tua yang menua, anak, bahkan cucu. Namun, seiring dengan dinamika perubahan dan perkembangan dari waktu ke waktu, terdapat transisi rentang usia dalam menempatkan kategori usia pada generasi sandwich.Menurut Carol Abaya (dalam Abramson,2015) kategori generasi sandwhic adalah the club sandwich dan the open faced sandwich. The club sandwich terdiri dari orang dewasa umur 50-60 tahun, yang terhimpit antara lanjut usia, anak, dan cucu, atau seorang individu dewasa dalam usia 30-40 tahun dengan anak kecil, orang tua yang menua, serta kakek dan nenek. Adapun the open faced sandwich adalah siapapun yang terlibat dalam memberikan pengasuhan kepada kerabat yang sudah berumur.

Fenomena generasi sandwich biasanya terjadi apabila orang tua sudah terjebak pada generasi ini, maka besar kemungkinan anak yang diturunkannya akan demikian. Di sisi lain, generasi sandwich terjadi karena kurang siapnya seseorang dalam mempersiapkan masa depan, seperti halnya mengatur keuangan, pengeluaran yang tinggi serta pendapatan yang terbilang rendah

MEMUTUS GENERASI SANDWICH, HARUS BISA BERHENTI DI KAMU!

Della Rizki Dwiyan

Generasi sandwich merupakan istilah yang diperkenalkan oleh Dorothy A. Miller (1981), Profesor dari Universitas Kentucky pada tahun 1981 dalam jurnal berjudul "The 'Sandwich' Generation: Adult Childern of the Aging". Generasi sandwich dikategorikan kedalam 3 jenis yaitu: (1) Tradisional: terdiri dari orang dewasa berusia 40 – awal 50-an yang menanggung beban orang tua sekaligus anak. (2) Club: terdiri dari orang dewasa berusia 50 – 60 yang menanggung biaya orang tua, anak, cucu (jika ada), dan kakek-nenek (jika ada). (3) Open Faced: siapapun yang terlibat dalam pengurusan orang tua, tetapi bukan secara profesional seperti panti jompo.

Secara umum generasi sandwich adalah sebutan bagi orang-orang tertentu yang umumnya berusia produktif yang memiliki peran ganda dalam keuangan. Peran ganda disini artinya bahwa orang-orang tertentu ini bertanggung jawab terhadap anaknya dan juga bertanggung jawab atas orang tua serta mertuanya. Mayoritas fenomena generasi sandwich terjadi pada keluarga yang memiliki pendapatan rendah, mereka tidak hanya mengurusi diri sendiri dan pasangannya, melainkan generasi sebelum dan sesudahnya yang diibaratkan seperti sandwich.

Pertanyaan terbesar adalah apakah generasi sandwich ini dapat dihentikan? Tentu. Dengan mengetahui akar masalah yang ada, generasi saat ini bisa belajar dari kesalahan yang dilakukan generasi sebelumnya terkait pemahaman mengenai pengelolaan keuangan

Pada kenyataannya, tekanan generasi sandwich ini lebih banyak dialami oleh perempuan daripada laki-laki. Perempuan cenderung lebih memberikan perhatian yang intensif kepada orang tua, sementara laki-laki biasanya memberikan dukungan yang

POTENSI GENERASI SANDWICH DALAM MEMBANGUN KESEIMBANGAN PERAN EMOSIONAL DALAM PERAWATAN ORANG TUA DAN ANAK-ANAK

Emay Jili Ayutasari

Kehidupan masyarakat modern saat ini sangat dituntut banyak peran yang harus dijalani secara bersamaan oleh setiap individu. Saat ini, orang sering kali harus menjalankan berbagai peran sekaligus, termasuk karier, peran sebagai orang tua, dan tanggung jawab merawat orang tua yang lanjut usia. Salah satu peran yang sangat bertanggungjawab untuk mengurus orang tua dan anak-anak. Posisi ini disebut dengan "generasi *sandwich*", yang dimana sebuah generasi yang terhimpit oleh dua situasi atau dua generasi yaitu orang tua dan anak-anak. Artinya generasi *sandwich* merujuk pada individu yang berada di tengah-tengah tanggungjawab yang masih membutuhkan perhatian dan panduan. Generasi *sandwich* bisa dialami baik perempuan maupun laki-laki, tapi tidak sedikit juga perbedaan *gender* atau jenis kelamin yang memengaruhi peran sebagai generasi *sandwich* dalam konteks sosial.

Hal ini dapat membuat tekanan secara emosional dan bahkan psikologis yang signifikan. Merawat orang tua dan anak-anak yang memerlukan perawatan khusus sehingga membuat tenaga baik psikologi maupun fisik akan sangat menguras energi dan bahkan bahkan bisa merusak keseimbangan mental generasi *sandwich*. Menurut Khalil tahun 2022 fenomena generasi *sandwich* terjadi pada keluarga yang memiliki pendapatan rendah, sehingga generasi sandwich sendiri sangat membutuhkan sumber penghasilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan keluarga mereka. Karena generasi *sandwich* juga memikirkan untuk biaya perawatan orangtua, biaya anak-anak, kebutuhan keluarga, dan juga

HUBUNGAN MODAL SOSIAL YANG MEMPENGARUHI KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF (KEBAHAGIAAN) TERHADAP GENERASI SANDWICH

Maria Mahdalena

Generasi sandwich merupakan generasi orang dewasa yang harus menanggung hidup 3 generasi yaitu orang tuanya, diri sendiri, dan anaknya. Atau generasi sandwich merupakan generasi yang diapit oleh tanggung jawab ganda dalam merawat anak-anak serta orang tua mereka yang sudah lanjut usia secara bersamaan. Kondisi tersebut dianalogikan seperti sandwich dimana sepotong daging terhimpit oleh 2 buah roti. Roti tersebut diibaratkan sebagai orang tua (generasi atas) dan anak (generasi bawah), sedangkan isi utama sandwich berupa daging, mayonnaise, dan saus yang terhimpit oleh roti diibaratkan bagai diri sendiri, generasi sandwich terjadi pada seseorang baik pria maupun wanita yang memiliki rentan umur dari 30 hingga 40 tahun, ada pula yang menyebutkan rentan umur antara 30-50 tahun.

Saat ini, masyarakat dunia semakin menyadari bahwa ukuran kesejahteraan tidak hanya dapat digambarkan dengan kondisi kemakmuran material atau harta benda duniawi,tetapi juga dapat digambarkan oleh kondisi kesejahteraan subjetif atau kebahagiaan, berdasarkan data World Happiness Report tahun 2020, nilai Happiness Index Indonesia hanya menempati peringkat ke-84 dari 153 negara di dunia. Jika dibandingkan dengan negara di Asia Tenggara lainnya, indeks kebahagiaan Indonesia tergolong cukup rendah. Indeks kebahagiaan Indonesia masih di bawah Singapura, Filipina, Thailand, Malaysia, dan Vietnam. Padahal, kebahagiaan penduduk dapat berpengaruh terhadap keberhasilan pembangunan dan perkembangan sosial di Masyarakat. Setidaknya terdapat beberapa alasan mengapa variabel

OPTIMALISASI *FINANCIAL WELL BEING* GENERASI SANDWICH DI INDONESIA

Maria Yohana Petroliana

Generasi sandwich merupakan generasi yang tumbuh di masa sekarang dengan terhimpit zaman. Generasi sandwich adalah generasi yang" dihancurkan" diantara dua generasi yang berbeda, yaitu generasi orang tua yang menua dan generasi anak yang masih tumbuh. Dengan kata lai bahwa ada dua kategori istilah yaitu, club sandwich yang didalamnya terisi orang berusia 50-60 tahun, dan sandwich terbuka ini seperti sepotong sandwich. Maka dari itu mereka yang telah mencapai usia dewasa " terjebak " diantara usia untuk merawat,mendukung, dan mememnuhi kebutuhan sandang,pangan,dan papan bagi diri mereka sendiri. Menjadi generasi sandwich mungkin bukan impian semua orang akan tetapi. Tanggung jawab tidaklah mudah karena harus mendukung dua generasi sekaligus. Dilema generasi sandwich adalah usia mereka cenderung muda dan baru memulai berkarir sehingga income yang didapatkan tidak besar. Akan berbeda jika dengan yang bertanggung jawab orang yang berusia di atas 40 tahun pendapatnya sudah stabil.

Menjadi bagian dari generasi sandwich tentunya harus mempersiapkan diri menghadapi situasi keuangan yang kurang stabil. Bagian keuangan yang paling penting adalah di atas semua biaya kesehatan orang tua di hari tua dan bagian anggaran yang terus meningkat untuk mengasuh anak. Kebutuhan non ekonomi seperti sandang, papan dan tabungan untuk kesehatan masyarakat. Secara efektif akan menjadi gangguan bagi generasi sandwich berpenghasilan menengah. Namun, generasi sandwich kelas menengah ke atas tidak akan menghadapi masalah keuangan yang dihadapi oleh kelas menengah ke bawah. Selain itu, ada tantangan generasi di tengah masyarakat Industri yang akan terlihat sangat berbeda generasi terbaru.Kesejahteraan finansial

KEBIJAKAN MENGATUR KEUANGAN UNTUK KEBUTUHAN EKONOMI DALAM RUANG TRANSISI GENERASI SANDWICH

Natacia

Pada era saat ini persoalan tentang generasi sandwich banyak diperbincangkan oleh publik, terutama generasi Z yang mulai memasuki fenomena ini. Istilah generasi sandwich ini pertama kali dikenalkan oleh seorang profesor sekaligus direktur praktikum yang bernama Dorothy Milller melalui jurnal yang telah beliau buat dengan judul " *The Sandwich Generation: Adult Children of The Aging*" pada tahun 1981. Generasi sandwich ini ditujukan kepada mereka yang memiliki beban ganda kehidupan 2 generasi sekaligus yang dimana harus menghidupi orang tua dan keluarganya sendiri dalam waktu bersamaan. Generasi sandwich ini sudah dialami oleh 4 generasi sebelumnya yaitu dari generasi *baby boomers* hingga generasi Z saat ini.

Konsep generasi sandwich ini merujuk pada ilustrasi sebuah roti "sandwich" dengan isi daging di antara kedua roti dibagian atas dan bawahnya. Roti bagian atas dan bawah itu di ibaratkan sebagai beban yang harus ditanggung oleh daging sedangkan daging ibaratnya seseorang yang harus memenuhi kebutuhan dari 2 generasi yang ada di atas dan di bawahnya. Mereka berusaha memenuhi kebutuhan generasi atasnya, seperti orang tua, kakek, nenek dan generasi bawahnya seperti kehidupan rumah tangga, anak dan istri. Salah satu faktor pemicu munculnya sandwich generation adalah para orang tua dengan gaya hidup mewah yang salah mengatur keuangan di masa muda. Tidak banyak orang yang paham mengenai pentingnya simpanan untuk hari tua. Ketika hampir mendekati masa pensiun, kebanyakan baru menyadari bahwa mereka perlu untuk mempersiapkan dana pensiun sebagai simpanan di hari tua. Saya mengangkat topik essay mengenai permasalahan ekonomi generasi sandwich ini karena bagi saya

BEBAN BERAT GENERASI SANDWICH DALAM MENGHADAPI PROBLEMATIC KELUARGA

Rachel Angelique Putri Agata

Masalah keluarga yang sangat popular mengenai tentang perekonomian seolah-olah menjadi sebuah makanan yang di konsumsi oleh keluarga, dan masalahini sangat tidak asing bagi telinga kita. Masalah ekonomi juga tidak memandang dari harta atau umur pernikahan pasangan, mulai dari masalah kecil hingga masalah besar. Hal ini biasanya yang menyebabkan retak nya sebuah keluarga, dan pastinya banyak sekali perdebatan yang mereka alami dan bisa jadi berujung ke perceraian.

Pertumbuhan penduduk memamg sangat lah pesat dan berujung padamasalah perekonomian. Dimana banyak sekali problem-problem yang akhrinya muncul yang namanya masalah generasi sandwich. Untuk permasalahan dalam konteks ini generasi sandwich bukan permasalahan yang muncul dari keluarga sendiri/keluarga inti. Menjadi generasi sandwich harus bisa membagi hal apapun dengan orangtua atau mertua nya. Dan yang menjadi permasalahan umum pada generasi sandwich dapat dilihat dari segi perekonomian (keuangan), pernikahan, fisik, dan psikologis.

Dan generasi sandwich ini sangat berat antara peran dantanggung jawabnya, tidak semudah menjadi generasi non sandwich.Dan karena banyaknya permasalahan ekonomi yang di hadapi generasi sandwich, yang kemungkinan besarnya bisa dilihat dari gaya hiduporangtuanya yang mewah pada masa mudanya. Dimana orangtuanya susah untuk menabung di masamuda, yang ada dipikirannya hanya berfoya-foya, mereka tidak memikirkan apa yang akan terjadi di tahun berikutnya. Seharusnya mereka memikirkan bagaimana masa tua nya, dan sebisanya tidak meminta keuangan/mencampuri urusan generasi sandwich

NAVIGASI KONSEP DIRI GENERASI SANDWICH: TANTANGAN DAN PENEMUAN IDENTITAS GANDA

Ristofel Krisna Amadea

Generasi sandwich adalah istilah yang pertama kali dipopulerkan oleh seorang profesor di Amerika Serikat bernama Dorothy A. Miller (1981). Generasi sandwich merujuk pada sebuah generasi yang berada pada posisi "terhimpit" di antara dua generasi yang berbeda, yaitu berada di antara peran orang tua bagi anaknya dan di sisi lain ada orang tua mereka yang mulai menua ataupun saudaranya yang masih membutuhkan bantuan. Generasi sandiwch ini merupakan kelompok yang memiliki tugas ganda dalam mengurus orang tua yang menua dan orang tua bagi anak-anak mereka sendiri, mereka menghadapi perjalanan hidup dalam penemuan identitas ganda dan tantangan-tantangannya. Seiring dengan perubahan zaman dan struktur keluarga yang berkembang, generasi ini menghadapi dinamika yang unik dan kompleks dalam pencarian diri mereka.

Tantangan yang dihadapi oleh generasi sandwich adalah hasil dari tuntutan ganda yang ada di pundak mereka. Di satu sisi, mereka harus merawat orang tua yang semakin membutuhkan perhatian dan dukungan pada tahap lanjut usia mereka. Tugas ini seringkali membutuhkan pengorbanan waktu, tenaga, dan sumber daya finansial. Di sisi lain, generasi sandwich juga memiliki tanggung jawab sebagai orang tua bagi anak-anak mereka sendiri. Mereka harus membimbing, mendukung, dan mengasuh generasi muda ini dengan penuh cinta dan perhatian. Pada akhirnya tantangan ini mengarah pada pergeseran prioritas dalam kehidupan generasi sandwich. Prioritas awal mereka, seperti fokus pada karier dan pengembangan pribadi mungkin harus bergeser kepada tugas merawat yang mendesak. Hal

DILEMA GENERASI SANDWICH DALAM MENGATASI KESEHATAN MENTAL

Theofani Putri Rahayu Utomo

Dilema generasi sandwich, merupakan generasi yang merawat anak-anak mereka sendiri sambil juga merawat orang tua mereka, dan juga tantangan besar dalam mengatasi kesehatan mental.Banyak faktor yang bisa mempengaruhi kesehatan mental generasi sandwich, peran ganda kadang seringkali menimbulkan dilema yang kompleks, terutama dalam hal menjaga kesehatan mental mereka sendiri.Untuk mengatasi masalah generasi sandwich, menjaga kesehatan mental merupakan faktor yang serius. Kesejahteraan mereka berterkait langsung dengan kemampuan mereka untuk merawat orang tua dan anak-anak mereka secara efektif. Kesehatan mental yang buruk dapat mengurangi kualitas perawatan yang mereka berikan dan memperburuk mental mereka.

Kesehatan mental Generasi sandwich sangat mencakup banyak hal. Beban emosional salah satu tantangan terbesar generasi sandwich adalah beban emosional akibat berbagai banyak tanggungan. Mereka mungkin merasa cemas, khawatir, atau rasa bersalah terus-menerus. Keterbatasan waktu dan energi mengalihkan peran orang tua dan anak sering kali memaksa generasi sandwich untuk membagi waktu dan energi mereka, sehingga hanya menyisakan sedikit ruang untuk merawat diri, hal tersebut dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental.

Tekanan finansial pengasuhan ganda juga dapat menyebabkan beban keuangan yang banyak,seperti biaya membesarkan anak dan biaya merawat orang tua. Hal tersebut dapat menyebabkan tekanan finansial, yang berdampak pada kesehatan mental. ketidakseimbangan hidup generasi Sandwich juga seringkali kesulitan menemukan keseimbangan antara peran

STRATEGI JITU PEMECAH PROBLEMATIKA GENERASI SANDWICH

Wahyu Megarani

Manusia terlahir dari Rahim seorang ibu seperti kertas putih, yang belum mengerti benar,baik buruk kehidupan, yang Polos hati dan suci jiwanya itulah yang disebut dengan bayi. Dan hari demi hari bayi tumbuh menjadi seorang dewasa yang mulai mnecari mengerti dan memahami jati diri. Ada suka duka didalamnya. Hantaman kehidupan yang begitu keras menerpa jiwa raganya, namun semua itu adalah sebuah tantangan yang keesokan harinya terbitlah kebahagiaan.

Diatara tumbuh kembang itu ada satu fase dimana seseorang merasakan begitu beratnya kehidupan . Fase dimana seseorang telah tumbuh dan menjadi orang tua bagi anaknya. Dan seseorang itu pun juga mempunyai orang tua yang harus dirawat. sungguh tak terasa waktu berjalan begitu cepat, seperti baru kemarin merasakan hangatnya pelukan dan pitutur dari orang tuanya. Kini sudah berotasi bahwa ia pun juga sudah menjadi orang tua bagi anak-anaknya. Ibarat punggung kanan tercipta untuk orang tuanya dan punggung kiri untuk anak-anaknya. Begitu berat tanggung jawab yang harus dipikul generasi ini. Iya bias kita sebut generasi sandwich , terhimpit oleh tanggung jawab , kebutuhan ekonomi untuk orangtuanya, dan juga anak-anaknya.

Namun, begitulah kehidupan.semua akan berotasi pada waktunya, maka dari itu generasi sandwich ini harus paham bahwa orang tuanya lah yang menjadi jalan dari Tuhan terlahirlah dia kedunia ini. Dan perlu mengingat lagi bahwa orang tuanyalah yang selalu mendampingi tumbuh kembangnya hingga dia mengerti apa arti kehidupan . didikan kasih sayangnya takkan pernah ada yang bisa menandingi . Begitupun pula dengan tanggung jawab para generasi sandwich terhadap anak-anaknya. Anak adalah amanah yang luarbiasa dari Tuhan, anak lahir jalinan cinta kasih sepasangan

DAFTAR PUSTAKA

Khalil, Raihan A. & Santoso, Meilanny. B. (2022). Generasi sandwich: Konflik peran dalam mencapai keberfungsian sosial. *Share Work Journal*. 12(1), 77-87. Dari http://journal.unpad.ac.id/share/article/view/39637

Putri, Mauliana., Maulida, Aura., & Husna, Faizatul. (2022). Urgensi Literasi Keuangan Bagi Generasi Sandwich Di Aceh. *Jurnal Ilmiah Prodi Muamalah*. 14(2). 19-26. Dari https://ejournal.staindirundeng.ac.id/index.php/Tasyri

Muthia, Fida., Novriansa, Agil., & Hamidi, Ichsan. (2021). Peningkatan Pemahaman Mengenai Perencanaan Pensiun Pada Guru SMK Di Palembang. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*. 6(4), 327-332.Dari http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/view/1836

Burke, R. J. (2017). The sandwich generation:individual, family, organizational andsocietal challenges and opportunities. InR. J. Burke, & L. M. Calvano,The Sandwich Generation (pp. 3-39). Cheltenham: Edward Elgar Publishing.Dari :https://doi.org/10.4337/9781785364969.00007

Aeni, S. N. (2022, Maret 8).Apa Itu Generasi Sandwich? Ini Dia Penjelasan Lengkapnya. Retrieved from Katadata.co.id:https://katadata.co.id/sitinuraeni/berita/62273b62d1be5/apa-itu-generasi-sandwich-ini-dia-penjelasan-lengkapnya

Suharto, E. (2005).Membangun MasyarakatMemberdayakan Rakyat: Kajian StrategisPembangunan Kesejahteraan Sosial danPekerjaan Sosial. Bandung: PT RefikaAditama.Dari : https://www.baktinusa.id/keberfungsian-sosial/

Syaukani, A. S. (2022, Januari 27).Keberfungsian Sosial: Kunci Utama ProfesiPekerjaan Sosial. Retrieved frombaktinusa.id: https://www.baktinusa.id/keberfungsian-sosial/

an, PL (2018). "Beban Kepedulian Ganda:"Pasangan Terjepit" di Asia Timur". Jurnal Penuaan dan Kesehatan . 30 (10): 1574–1594. doi : 10.1177/0898264318796061 .

R Adinda (2021) Sandwich Generation: Pengertian, Ciri, Dampak, dan Cara Mencegah.Id :https://www.gramedia.com/best-seller/sandwich-generation/

Dorimulu ,Primus (2022). "*SANDWICH GENERATION"*.id: https://indonesiasatu.co/detail/sandwich-generation

Bimawan ,Dimas A (2023)." Pengertian Sandwich Generation dan Penyebab Munculnya"Id: https://skorlife.com/blog/belanja-cerdas/pengertian-sandwich-generation-dan-penyebab-munculnya/

Suharto Edi (2014)." Membangun masyarakat memberdayakan rakyat : kajian strategis pembangunan kesejahteraan sosial dan pekerjaan sosial" Bandung : Refika Aditama.Id : https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=1906

Haddawi,Rabbani (2023)," Mengenal Generasi Sandwich: Ciri, Sebab, dan Cara Mengatasi". Id: https://www.kitalulus.com/investasi/generasi-sandwich

Nuryasman MN[1]dan Elizabeth Elizabeth[2] .*Generasi Sandwich: Penyebab Stres Dan Pengaruhnya Terhadap Keputusan Keuangan*. http://ecojoin.org/index.php/EJE/article/view/1322

Lianlian Lei PhD, Amanda N. Leggett PhD, Donovan T. Maust MD, MS. *A national profile of sandwich generation caregivers providing care to both older adults and children.* https://doi.org/10.1111/jgs.18138

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. Dari: https://publish.ojs-indonesia.com/index.php/SIKONTAN/article/view/383

Khalil, Raihan A., & Santoso, Meilanny. B. (2022). *Generasi sandwich: Konflik peran dalam mencapai keberfungsian sosial.* Share: Social Work Journal, 12(1), 77-87. Dari: http://journal.unpad.ac.id/share/article/view/39637

Priyandoko, Ardelia N., & Diana Rahmasari. (2023). *Resiliensi pada Perempuan Sandwich Generation*. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 10(1), 125-142. Dari: https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/53387

Rari, Ferlistya P., dkk. (2022). *Perbandingan tingkat kebahagiaan antara generasi sandwich dan non-generasi sandwich.* Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan, 6(1), 1-13. Dari: http://journal.sragenkab.go.id/index.php/sukowati/article/view/254

Amelia Rahman, dan Turo seltris Wongkaren. (2022). The effect of social capital on the happiness of the sandwich generation in Indonesia. Jurnal Kependudukan Indonesia, 17(2). Dari : https://ejurnal.kependudukan.lipi.go.id/index.php/jki/article/download/675/pdf

Ferlistya Pratita Rari,Jamalludin, dan Putri Nurokhmah, (2022). PERBANDINGAN TINGKAT KEBAHAGIAAN ANTARA GENERASI SANDWICH DAN NON-GENERASI. Dari : https://doi.org/10.32630/sukowati.v6i1.254

Adiputra, I Gede, and Ellen Patricia. "The Effect Of Financial Attitude, Financial Knowledge, And Income On Financial Management Behavior." In Proceedings of the Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2019). Barat, Indonesia: Atlantis Press, 2020. https://doi.org/10.2991/assehr.k.200515.019.

Alfian Muhammad(2022) El-Usrah has been accredited by the Decree of the General Director of Strengthening Research and Development, Ministry of Research, Technology, and

Higher Education of the Republic of Indonesia \. This accreditation is effective from publication DOI: http://dx.doi.org/10.22373/ujhk.v5i1.17119.

Rita, Maria, Rio. Nugrahanti,Yeterina,Widi. Supatmi. Tehananda, Dji, Liveren, Adjie.(2023). Dilema Generasi Sandwich Mempersiapkan Kesejahteraan Finansial Dan Psikologis.

E-Book google.com. https://books.google.co.id

Putlia, G., & Effieta, Y. (2023). Gaya hidup generasi sandwich: Studi kasus perilaku belanja online konsumen Shopee. Jurnal Manajemen Strategi Dan Aplikasi Bisnis, 6(1), 123-136. https://doi.org/10.36407/jmsab.v6i1.883

Putri, M., Maulida, A., & Husna, F. (2022). Urgensi Literasi Keuangan Bagi Generasi Sandwich Di Aceh. AT-TASYRI: Jurnal Ilmiah Prodi Muamalah, 14(1), 19-26. https://doi.org/10.47498/tasyri.v14i1.854

Maulana Putri, Aura Maulida, Faizatul Husna. (2022). Urgensi Literasi Keuangan Bagi Generasi Sandwich. https://doi.org/10.47498/tasyri.v14i1.854

Rita, Maria, Rio. Nugrahanti,Yeterina,Widi. Supatmi. Tehananda, Dji, Liveren, Adjie.(2023). Dilema Generasi Sandwich Mempersiapkan Kesejahteraan Finansial Dan Psikologis. E-Book google.com. https://books.google.co.id

Akbar Raihan Khalil, Budiarti Meilanny Santoso, (2022). Generasi Sandwich : Konflik Peran Dalam Mencapai Keberfungsian Sosial. Social Work Jurnal,12(1),77-87. DOI: 10.24198/share.v12i1.39637

Aazami, S., Shamsuddin, K., & Akmal, S. (2017). Assessment of Work–Family Conflict Among Women of the Sandwich Generation. Journal of Adult Development, 25, 135- 140. doi: https://doi.org/10.1007/s10804-017-9276-7

Shanty Sudarji (2023). Generasi Sandwich: Tantangan Pengasuhan Multigenerasi. Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara, 9(3).

https://buletin.kpin.org/index.php/arsip-artikel/1212-generasi-sandwich-tantangan-pengasuhan multigenerasi

Riley, LD, & Bowen, CP (2005). Generasi Sandwich: Tantangan dan Strategi Mengatasi Keluarga Multigenerasi. Jurnal Keluarga , 13 (1), 52–58. https://doi.org/10.1177/1066480704270099

Jang, SJ, Lagu, D., Baek, K., & Zippay, A. (2021). Tanggung jawab ganda dalam mengasuh anak dan orang tua serta kelelahan emosional pada generasi tua yang terjepit: Efek mediasi dari perawatan diri. Pekerjaan Sosial Internasional , 64 (4), 611–624. https://doi.org/10.1177/0020872819833425

Sumarno, Y. (2022). Penerapan Logoterapi sebagai Alternatif Penanganan Kesehatan Mental pada Generasi Sandwich. EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN, 4(5), 6763-6774.

Putri, M., Maulida, A., & Husna, F. (2022). Urgensi Literasi Keuangan Bagi Generasi Sandwich Di Aceh. AT-TASYRI': JURNAL ILMIAH PRODI MUAMALAH, 19-26.

Dhimas A, Fitri A, Afizal N, & Elin R (2022). Childfree and Unmarried Trends among Japanese Society https://doi.org/10.59141/comserva.v1i11.153