

Perempuan dan Beban Ganda dalam Generasi Sandwich: Kajian Sosiologis Terhadap Konflik Peran Keluarga

Farida Hakim*

*Universitas Negeri Surabaya; *farida.23167@mhs.unesa.ac.id

*Penulis Korespondensi

Artikel Dikirim: 20 Desember 2024

Artikel Diterima: 30 Juni 2026

Artikel Dipublikasikan: 30 Juni 2026

Abstrak: Generasi sandwich merujuk pada kelompok individu yang menanggung tanggung jawab merawat orang tua lanjut usia dan anak-anak yang masih bergantung secara bersamaan, sebuah posisi struktural yang menempatkan mereka di antara dua generasi dengan tuntutan yang saling bersaing. Penelitian ini mengkaji bagaimana perempuan dalam generasi sandwich mengalami dan menegosiasikan konflik peran dalam keluarga, dengan perhatian khusus pada distribusi kerja pengasuhan yang bias gender. Dengan pendekatan kualitatif fenomenologis, data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur terhadap tiga informan perempuan di Surabaya yang sekaligus bekerja dan mengelola tanggung jawab rumah tangga serta pengasuhan, dilengkapi dengan analisis dokumen berbasis kasus. Konsep role-set dari Robert K. Merton digunakan sebagai kerangka analitis untuk menjelaskan munculnya ketegangan peran (role strain) dan konflik peran (role conflict) ketika berbagai tuntutan peran tidak dapat dipenuhi secara bersamaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan mengalami beban finansial, emosional, dan waktu yang saling tumpang tindih, dan beban tersebut secara konsisten dimaknai, baik oleh informan maupun lingkungan sosial di sekitarnya, sebagai perpanjangan alamiah dari peran domestik perempuan, bukan sebagai persoalan struktural yang memerlukan intervensi kelembagaan. Pola ini mengindikasikan bahwa fenomena generasi sandwich di kalangan perempuan bukan sekadar persoalan adaptasi individual, melainkan direproduksi melalui ekspektasi sosial berbasis gender yang menempatkan perempuan sebagai pengasuh utama secara default. Penelitian ini merekomendasikan agar program literasi keuangan, dukungan sebaya berbasis komunitas, serta kebijakan tempat kerja dan pemerintah dirancang dengan memperhatikan secara eksplisit struktur gender dalam pengasuhan, bukan diperlakukan sebagai intervensi yang netral gender.

Kata Kunci: Generasi Sandwich; Konflik Peran; Konflik Kerja-Keluarga; Pengasuhan; Peran Gender

Abstract: *The sandwich generation refers to a group of individuals who must simultaneously bear responsibility for the care of aging parents and dependent children, a structural position that places them between two generations with competing demands. This study examines how women in the sandwich generation experience and negotiate role conflict within the family, with particular attention to the gendered distribution of caregiving labor. Employing a qualitative phenomenological approach, data were collected through semi-structured interviews with three women informants in Surabaya who simultaneously work and manage household and caregiving responsibilities, complemented by case-based document analysis. Robert K. Merton's concept of the role-set is used as the analytical framework to explain how role strain and role conflict emerge when multiple role demands cannot be fulfilled simultaneously. The findings show that the informants experienced overlapping financial, emotional, and time-related burdens, and that this burden was consistently framed by both the informants and their surrounding social environment as a natural extension of women's domestic role rather than a structural problem requiring institutional intervention. This pattern indicates that the sandwich generation phenomenon*

among women is not merely an individual coping issue but is reproduced through gendered social expectations that position women as the default caregiver. The study recommends that financial literacy programs, community-based peer support, and workplace and government policies be designed with explicit attention to the gendered structure of caregiving, rather than treated as gender-neutral interventions.

Keywords: *Caregiving; Gender Roles; Role Conflict; Sandwich Generation; Work-Family Conflict*

1. Pendahuluan

Perubahan struktur demografis dan sosial dalam beberapa dekade terakhir telah memunculkan kelompok individu yang secara bersamaan menanggung tanggung jawab merawat orang tua lanjut usia dan membesarkan anak yang masih bergantung secara ekonomi maupun emosional. Kelompok ini dikenal sebagai generasi sandwich, sebuah istilah yang menggambarkan posisi mereka yang terjepit di antara dua generasi dengan kebutuhan yang berbeda namun sama-sama mendesak (Miller, 1981). Fenomena ini tidak hanya dapat dipahami sebagai pengalaman individual, tetapi juga sebagai persoalan sosial yang berkaitan dengan perubahan struktur penduduk, meningkatnya usia harapan hidup, serta bertambahnya kebutuhan perawatan keluarga. Di Indonesia, isu ini semakin relevan karena penuaan penduduk telah menjadi salah satu tantangan sosial yang berpengaruh terhadap kehidupan keluarga, terutama dalam aspek kesehatan, ekonomi, dan perlindungan sosial (Badan Pusat Statistika, 2026).

Konteks Jawa Timur menunjukkan urgensi yang kuat dalam pembahasan ini. BPS Provinsi Jawa Timur mencatat bahwa persentase penduduk lanjut usia di Jawa Timur pada tahun 2025 mencapai 15,40 persen, sehingga Jawa Timur telah masuk dalam kategori struktur penduduk tua atau ageing population (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, 2026). Data ini penting karena penelitian dilakukan di Surabaya, sebagai wilayah urban di Jawa Timur yang memiliki dinamika kerja, keluarga, dan biaya hidup yang kompleks. Di Kota Surabaya sendiri, jumlah angkatan kerja pada Agustus 2025 mencapai 1,64 juta jiwa, dengan Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja sebesar 70,59 persen. Selain itu, sekitar 80,01 persen penduduk bekerja di sektor jasa dan 60,73 persen bekerja pada kegiatan formal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Surabaya dapat dibaca sebagai konteks urban yang mempertemukan tuntutan kerja formal, kebutuhan ekonomi keluarga, dan tanggung jawab pengasuhan dalam kehidupan sehari-hari (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, 2026).

Secara global, fenomena generasi sandwich juga menunjukkan skala yang signifikan. Pew Research Center menemukan bahwa sekitar 23 persen orang dewasa di Amerika Serikat termasuk dalam generasi sandwich, yaitu memiliki orang tua berusia 65 tahun ke atas sekaligus membesarkan anak di bawah 18 tahun atau memberikan dukungan finansial kepada anak dewasa (Juliana Menasce Horowitz, 2022). Persentase ini lebih tinggi pada kelompok usia

40-an, yaitu 54 persen. Data tersebut menunjukkan bahwa generasi sandwich bukan fenomena kecil atau kasuistik, melainkan persoalan sosial yang berkaitan dengan perubahan demografi, relasi keluarga, dan beban perawatan lintas generasi (Horowitz, 2022).

Namun, beban generasi sandwich tidak dapat dipahami secara netral gender. International Labour Organization mencatat bahwa pada tahun 2023 terdapat sekitar 708 juta perempuan di dunia yang berada di luar angkatan kerja karena tanggung jawab perawatan tidak berbayar, dibandingkan dengan sekitar 40 juta laki-laki. Data ini menunjukkan bahwa kerja pengasuhan bukan hanya urusan privat keluarga, tetapi juga persoalan struktural yang terkait dengan pembagian kerja berbasis gender. Dengan demikian, perempuan generasi sandwich tidak hanya menghadapi tekanan ekonomi dan emosional, tetapi juga ekspektasi sosial yang menempatkan mereka sebagai pihak yang dianggap lebih wajar untuk menjalankan fungsi pengasuhan (International Labour Organization, 2024).

Literatur internasional terbaru menunjukkan bahwa kajian mengenai generasi sandwich tidak lagi hanya membahas keberadaan individu yang terjepit di antara dua generasi, tetapi juga mulai menyoroti keterkaitan antara pengasuhan tidak berbayar, partisipasi kerja, dan ketimpangan gender (Laura Addati et al., 2018). (Ansari-Thomas, 2024) menjelaskan bahwa penelitian tentang pengasuhan tidak berbayar dan partisipasi kerja perempuan masih cenderung terfragmentasi karena sering memisahkan pengasuhan anak dan pengasuhan orang tua lanjut usia, padahal generasi sandwich menghadapi kedua tanggung jawab tersebut secara bersamaan. Sejalan dengan itu, (Honda et al., 2025) menunjukkan bahwa konflik kerja-keluarga pada sandwiched caregivers berkaitan dengan jam kerja, fleksibilitas kerja, budaya tempat kerja, dukungan pasangan, serta akses terhadap layanan pengasuhan formal. Dengan demikian, fenomena generasi sandwich perlu dipahami sebagai persoalan lintas ranah yang mempertemukan keluarga, pekerjaan, gender, dan dukungan sosial.

Sebagian besar penelitian mengenai generasi sandwich di Indonesia masih berfokus pada dua ranah yang relatif terpisah: pertama, kajian psikologis tentang tekanan emosional, caregiver burden, resiliensi, dan kesejahteraan subjektif generasi sandwich (Khairunnisa & Hartini, 2022); (Priyandoko & Rahmasari, 2023); (Rari et al., 2021). kedua, kajian ekonomi tentang literasi keuangan, financial well being, dan manajemen keuangan generasi sandwich. Meskipun (Khalil & Santoso, 2022) telah membahas generasi sandwich dalam konteks konflik peran dan keberfungsian sosial, kajian yang secara spesifik menghubungkan pengalaman perempuan, struktur gender dalam kerja pengasuhan, dan teori role-set Robert K. Merton masih relatif terbatas.

Kajian generasi sandwich di Indonesia yang secara eksplisit masih terbatas pada penghubungan tiga aspek sekaligus, yaitu pengalaman perempuan, struktur gender dalam

kerja pengasuhan, dan konflik peran dalam perspektif sosiologis Robert K. Merton (Febrya et al., 2026). Penelitian sebelumnya umumnya masih membaca generasi sandwich sebagai persoalan adaptasi individual, baik dalam bentuk pengelolaan stres, ketahanan diri, maupun pengaturan keuangan. Padahal, ketika perempuan secara sosial ditempatkan sebagai pengasuh utama, beban yang mereka alami tidak hanya lahir dari keterbatasan pribadi, tetapi juga dari struktur peran yang membebankan banyak ekspektasi secara bersamaan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bertanya bagaimana perempuan generasi sandwich bertahan, tetapi juga bagaimana susunan peran sosial membuat mereka berada dalam posisi rawan mengalami *role strain* dan *role conflict*.

Kekosongan tersebut menjadi dasar bagi penelitian ini. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang umumnya menempatkan generasi sandwich sebagai persoalan manajemen individual, baik keuangan, waktu, maupun kesehatan mental, penelitian ini berargumen bahwa beban ganda yang dialami perempuan generasi sandwich perlu dibaca sebagai persoalan struktural yang berakar pada konstruksi gender mengenai siapa yang seharusnya menjadi pengasuh utama dalam keluarga. Dengan menggunakan konsep *role-set*, *role strain*, dan *role conflict* dari Robert K. Merton (Merton, 1957) sebagai kerangka analitis utama, penelitian ini mengkaji bagaimana perempuan generasi sandwich di Surabaya memaknai dan menegosiasikan posisi mereka yang terjepit di antara peran sebagai anak, orang tua, dan pekerja, serta bagaimana norma gender yang berlaku di lingkungan sosial mereka turut membentuk pengalaman tersebut.

Novelty penelitian ini terletak pada penggunaan konsep *role-set*, *role strain*, dan *role conflict* dari Robert K. Merton untuk membaca pengalaman perempuan generasi sandwich sebagai persoalan struktural berbasis gender. Melalui kerangka tersebut, status perempuan sebagai anak, ibu, pekerja, dan anggota keluarga tidak dipahami sebagai peran yang berdiri sendiri, melainkan sebagai rangkaian peran yang saling beririsan dan berpotensi menimbulkan ketegangan ketika tuntutan hadir secara bersamaan. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan pembacaan yang berbeda dari kajian generasi sandwich yang hanya menekankan dimensi psikologis atau finansial. Penelitian ini menegaskan bahwa beban ganda perempuan generasi sandwich merupakan hasil pertemuan antara perubahan demografis, kebutuhan pengasuhan lintas generasi, dan ekspektasi sosial yang menempatkan perempuan sebagai pengasuh utama dalam keluarga.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian adalah memahami makna subjektif yang diberikan oleh perempuan generasi sandwich terhadap pengalaman hidup mereka, bukan untuk mengukur atau menggeneralisasi gejala secara statistik. Penelitian ini secara spesifik menggunakan perspektif fenomenologi sosial Alfred Schutz, yang menekankan bahwa

tindakan sosial individu selalu dimaknai melalui dua motif: motif “karena” (*because motive*), yang bersumber dari pengalaman masa lalu, dan motif “untuk” (*in-order-to motive*), yang berorientasi pada tujuan masa depan (Schutz, 1967). Kerangka ini relevan untuk membaca bagaimana informan memaknai posisi mereka sebagai generasi sandwich, baik sebagai akibat dari riwayat keluarga maupun sebagai orientasi terhadap harapan ke depan.

Penelitian dilakukan di Kota Surabaya, Jawa Timur, yang dipilih karena merepresentasikan konteks urban dengan dinamika kerja, keluarga, dan kebutuhan ekonomi yang kompleks. Kondisi ini relevan dengan fokus penelitian karena perempuan generasi sandwich dalam konteks perkotaan cenderung berhadapan dengan tuntutan peran yang berlangsung secara bersamaan, baik sebagai pekerja, ibu, anak, maupun pengasuh keluarga. Subjek penelitian terdiri atas tiga informan perempuan berinisial IW, VT, dan TAY, berusia antara 27 hingga 35 tahun, yang ketiganya berstatus sebagai pekerja sekaligus ibu rumah tangga dan secara bersamaan menanggung tanggung jawab merawat orang tua serta membesarkan anak.

Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, bukan secara acak. Kriteria yang digunakan meliputi: perempuan yang berstatus bekerja; memiliki tanggung jawab merawat orang tua atau orang tua mertua yang berusia lanjut; memiliki anak yang masih bergantung secara ekonomi maupun emosional; dan bersedia berbagi pengalaman pribadinya secara mendalam melalui wawancara. Jumlah tiga informan dipandang memadai untuk memperoleh pemahaman awal yang mendalam dalam penelitian fenomenologi, karena penelitian ini menekankan kedalaman pengalaman, bukan generalisasi statistik. yang menekankan kedalaman dan kekayaan makna pengalaman individual dibandingkan jumlah subjek penelitian.

2. Hasil dan Pembahasan

2.1 Profil Informan

Penelitian ini melibatkan tiga informan perempuan generasi sandwich di Surabaya yang profilnya disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Profil Informan

Inisial	Umur	Profesi	Tanggungjawab Pengasuhan
IW	27	Pekerja dan ibu rumah tangga	Anak dan ayah yang sakit
VT	33	Pekerja dan ibu rumah tangga	Anak dan orang tua
TAY	35	Pekerja dan ibu rumah tangga	Anak dan ibu yang sakit

Ketiga informan berbagi karakteristik struktural yang sama: berstatus pekerja, berperan sebagai ibu, dan menanggung tanggung jawab perawatan terhadap orang tua atau orang tua mertua yang membutuhkan dukungan finansial maupun fisik. Kesamaan posisi struktural ini

menjadi titik tolak penting untuk membaca pengalaman mereka bukan sebagai kasus individual yang terisolasi, melainkan sebagai manifestasi dari pola sosial yang lebih luas. Dengan karakteristik tersebut, ketiga informan tidak hanya dipahami sebagai individu yang memiliki tanggungan keluarga, tetapi sebagai perempuan yang berada dalam persilangan peran sebagai pekerja, ibu, anak, dan pengasuh. Posisi inilah yang menjadi dasar munculnya ketegangan peran dalam kehidupan sehari-hari, karena setiap peran membawa tuntutan, tanggung jawab, dan ekspektasi sosial yang harus dipenuhi secara bersamaan.

2.2 Kesadaran akan Posisi sebagai Generasi Sandwich

Dalam kerangka role-set (Merton, 1957) seorang individu menempati satu status sosial yang melekat padanya sejumlah peran yang saling berkaitan (*role-set*); misalnya, status sebagai anak dewasa yang sudah menikah dan bekerja melahirkan peran sebagai pencari nafkah, pengasuh anak, dan perawat orang tua secara bersamaan (Fandi Prima Putra Saosono, 2026; Merton, 2013). Ketiga informan menggambarkan momen ketika kesadaran akan posisi yang terjepit ini muncul secara tiba-tiba, biasanya dipicu oleh tumpang tindihnya dua atau lebih tuntutan peran dalam waktu yang berdekatan. IW, misalnya, menjelaskan bahwa kesadarannya muncul ketika ia harus merayakan ulang tahun anaknya sekaligus mengurus biaya pengobatan ayahnya yang sakit dalam waktu yang berdekatan, sebuah pengalaman yang ia gambarkan sebagai perasaan terus-menerus dikejar waktu tanpa ruang untuk istirahat.

"...Baru nyadar banget jadi generasi sandwich itu pas lagi ulang tahun anak, terus besoknya langsung harus ngurusin biaya ayah yang sakit dan kebutuhan rumah tangga aku yang tanggung. Rasanya kayak dikejar waktu terus, nggak ada istirahat..." (Wawancara IW, 3 Oktober 2024)

Pengalaman serupa dialami TAY, yang menyadari posisinya sebagai generasi sandwich justru ketika anaknya mulai masuk sekolah dan, hampir bersamaan, ibunya mulai sering jatuh sakit, sehingga rutinitas hariannya dipenuhi oleh pergantian peran yang cepat antara mengantar anak sekolah, bekerja, dan mengurus kebutuhan medis ibunya.

"...Dulu sih nggak nyangka bakal jadi generasi sandwich. Tapi pas si kecil masuk sekolah, terus Ibu mulai sering jatuh sakit, baru deh bener-bener kerasa. Setiap hari bolak-balik rumah sakit, antar jemput anak sekolah, kerjaan numpuk..." (Wawancara TAY, 5 Oktober 2024)

Pola ini menunjukkan bahwa kesadaran akan konflik peran pada generasi sandwich tidak muncul secara bertahap, melainkan melalui titik kritis ketika dua tuntutan peran yang sebelumnya dapat dikelola secara terpisah tiba-tiba hadir dalam waktu yang sama. Pengalaman IW yang harus membagi perhatian antara perayaan ulang tahun anak dan biaya pengobatan ayahnya memperlihatkan bahwa konflik peran tidak hanya muncul karena banyaknya peran, tetapi karena setiap peran menuntut prioritas moral yang sama-sama kuat.

Sebagai ibu, IW diharapkan hadir secara emosional bagi anaknya; sebagai anak, ia merasa berkewajiban memenuhi kebutuhan kesehatan ayahnya; dan sebagai pekerja sekaligus pengelola rumah tangga, ia harus memastikan keberlanjutan ekonomi keluarga. Dalam terminologi Merton, situasi ini menunjukkan perubahan dari role strain menuju role conflict: ketegangan awal muncul karena keterbatasan waktu, energi, dan biaya, kemudian berkembang menjadi konflik ketika peran sebagai ibu dan anak sama-sama menuntut pemenuhan segera. Dengan demikian, pengalaman generasi sandwich tidak dapat dipahami hanya sebagai kelelahan personal, melainkan sebagai akibat dari benturan tuntutan peran yang memiliki legitimasi sosial dan emosional yang sama kuat.

2.3 Konflik Peran dan Pemaknaan Gender atas Beban Pengasuhan

Temuan paling signifikan dalam penelitian ini adalah bagaimana ketiga informan secara konsisten memaknai beban ganda yang mereka alami melalui kerangka gender, bukan sebagai persoalan struktural yang bersifat netral gender. VT, misalnya, menyatakan secara eksplisit bahwa perempuan lebih sering menjadi pihak yang menanggung beban generasi sandwich karena dianggap lebih perhatian terhadap keluarga dibandingkan laki-laki.

“...Cewek lebih sering jadi korban karena mereka memang lebih perhatian sama keluarga. Jadi, mereka yang paling kena imbasnya kalau ada masalah keuangan...” (Wawancara VT, 4 Oktober 2024)

Pemaknaan serupa muncul pada pernyataan TAY bahwa perempuan pada masa kini dituntut untuk dapat menjalankan peran sebagai ibu, pekerja, dan perawat secara bersamaan.

“...Di zaman sekarang, perempuan tu dituntut bisa jadi ibu, pekerja, dan sekaligus perawat. Bayangin aja, capek banget kan?...” (Wawancara TAY, 5 Oktober 2024)

Pernyataan VT dan TAY menunjukkan bahwa perempuan tidak hanya mengalami beban ganda secara praktis, tetapi juga memaknai beban tersebut melalui norma gender yang telah lama dilekatkan pada peran perempuan dalam keluarga. Ungkapan bahwa perempuan lebih “perhatian” terhadap keluarga memperlihatkan adanya naturalisasi peran pengasuhan, yaitu kecenderungan sosial untuk menganggap kemampuan merawat sebagai sifat alamiah perempuan, bukan sebagai bentuk kerja sosial yang dapat dibagi secara setara. Di titik ini, konflik peran perempuan generasi sandwich tidak hanya terjadi pada level aktivitas, seperti bekerja, mengasuh anak, dan merawat orang tua, tetapi juga pada level makna. Perempuan tidak sekadar dituntut melakukan banyak tugas, melainkan juga diharapkan menerima tuntutan tersebut sebagai kewajiban moral. Interpretasi ini penting karena menunjukkan bahwa beban generasi sandwich pada perempuan tidak hanya bersumber dari jumlah tanggungan, tetapi juga dari cara masyarakat mendefinisikan perempuan sebagai subjek yang “seharusnya” siap berkorban bagi keluarga.

Pemaknaan ini selaras dengan literatur internasional yang menunjukkan bahwa pengasuhan keluarga sering terdistribusi secara tidak proporsional menurut gender, terutama karena perempuan lebih sering diasosiasikan dengan tanggung jawab pengasuhan anak dan orang tua lanjut usia. (Aazami et al., 2018) menunjukkan bahwa perempuan generasi sandwich yang bekerja mengalami tingkat family interference into work berbasis waktu yang lebih tinggi, sementara (Ansari-Thomas, 2024) dan (Honda et al., 2025) menegaskan bahwa tumpang tindih pengasuhan anak, pengasuhan orang tua, dan kerja berbayar memperbesar risiko konflik peran pada perempuan. Dengan demikian, beban pengasuhan perempuan generasi sandwich tidak dapat dipahami sebagai konsekuensi individual semata, melainkan sebagai hasil dari norma sosial yang menempatkan perempuan sebagai pengasuh utama dalam keluarga.

Dibaca melalui kerangka Merton, pemaknaan semacam ini menunjukkan bahwa role-set yang melekat pada perempuan tidak bersifat netral, melainkan dibentuk oleh ekspektasi gender. Status sebagai anak, ibu, istri, pekerja, dan anggota keluarga tidak hadir sebagai posisi yang terpisah, tetapi sebagai rangkaian peran yang saling menekan dan sering kali tidak memiliki batas yang jelas. Pada laki-laki, tanggung jawab ekonomi sering lebih mudah dikenali sebagai kontribusi utama dalam keluarga, sedangkan pada perempuan, kontribusi ekonomi tidak menghapus tuntutan domestik dan pengasuhan. Akibatnya, perempuan generasi sandwich mengalami penumpukan peran yang lebih kompleks: mereka tetap dituntut produktif secara ekonomi, tetapi pada saat yang sama tetap diposisikan sebagai pengelola emosi, perawat, dan penjaga harmoni keluarga. Hal ini memperlihatkan bahwa role conflict pada perempuan generasi sandwich bukan hanya benturan antarperan, melainkan juga benturan antara peran formal sebagai pekerja dan peran kultural sebagai pengasuh utama.

2.4 *Beban Finansial sebagai Sumber Role Strain*

Selain dimensi gender, ketiga informan secara konsisten mengidentifikasi keterbatasan finansial sebagai sumber utama ketegangan peran yang mereka alami. IW menyebut kurangnya persiapan finansial sebagai akar dari permasalahan generasi *sandwich*, sambil menjelaskan bahwa keterbatasan dana memper berat tanggung jawab mengurus banyak anggota keluarga sekaligus.

"...Generasi sandwich itu masalah udah dari akarnya, kurangnya persiapan finansial. Gimana enggak keteteran kalau duit pas-pasan, tapi harus ngurusin banyak orang?..."
(Wawancara IW, 3 Oktober 2024)

Beban finansial yang dialami informan juga perlu dibaca dalam hubungannya dengan struktur kerja dan intensitas pengasuhan. Ansari-Thomas (2024) menemukan bahwa perempuan *sandwich caregivers*, khususnya yang memiliki anak kecil dan memberikan perawatan intensif

kepada orang dewasa, cenderung memiliki peluang kerja yang lebih rendah dan bekerja dalam jam berbayar yang lebih sedikit.

Temuan ini menunjukkan bahwa tekanan finansial pada generasi *sandwich* tidak hanya muncul karena kurangnya persiapan atau literasi keuangan, tetapi juga karena tanggung jawab pengasuhan membatasi ruang perempuan untuk mempertahankan stabilitas kerja dan pendapatan. Dalam konteks ini, role strain tidak hanya bersumber dari keterbatasan uang, tetapi juga dari benturan antara tuntutan sebagai pekerja, ibu, dan anak yang bertanggung jawab terhadap orang tua.

VT menyampaikan kebutuhan akan bantuan finansial yang konkret, seperti beasiswa atau pinjaman lunak, sebagai salah satu bentuk dukungan yang paling dibutuhkannya, sementara TAY menekankan pentingnya komunikasi yang terbuka dengan pasangan dan keluarga mengenai beban yang ia rasakan sebagai langkah awal untuk meringankan tekanan tersebut.

Dalam perspektif Merton, keterbatasan sumber daya finansial berfungsi sebagai faktor yang memperlebar jarak antara tuntutan peran dan kapasitas individu untuk memenuhinya. Namun, beban finansial dalam konteks generasi *sandwich* perempuan tidak dapat dipahami semata-mata sebagai persoalan kurangnya pendapatan atau lemahnya perencanaan keuangan. Beban tersebut muncul karena sumber daya ekonomi yang terbatas harus dibagi untuk memenuhi kebutuhan yang sama-sama mendesak: kebutuhan anak, biaya rumah tangga, biaya pengobatan orang tua, serta kebutuhan pribadi perempuan yang sering kali justru dikorbankan.

Pada titik ini, uang tidak hanya berfungsi sebagai sumber daya ekonomi, tetapi juga sebagai medium konflik peran. Ketika dana terbatas, perempuan harus membuat keputusan moral tentang kebutuhan siapa yang harus didahulukan. Inilah yang memperkuat role strain, karena kegagalan memenuhi salah satu kebutuhan sering kali dimaknai bukan sekadar sebagai keterbatasan ekonomi, tetapi sebagai kegagalan menjalankan peran sebagai ibu, anak, atau anggota keluarga yang bertanggung jawab. Dengan demikian, tekanan finansial dan tekanan emosional saling memperkuat dalam pengalaman perempuan generasi *sandwich*.

2.5 Kebutuhan Dukungan: dari Keluarga, Masyarakat, hingga Negara

Ketiga informan secara konsisten menyebutkan kebutuhan akan dukungan yang bersifat multidimensi: dukungan emosional dalam bentuk ruang berbagi pengalaman atau komunitas sebaya, dukungan praktis dalam bentuk layanan perawatan lansia atau anak, dan dukungan finansial dalam bentuk bantuan langsung maupun akses pembiayaan. TAY secara eksplisit menyatakan kebutuhan akan bantuan yang komprehensif dan mencakup ketiga dimensi tersebut secara bersamaan.

"...Sejujurnya, aku butuh semuanya. Butuh dukungan emosional untuk bisa kuat, dukungan finansial untuk memenuhi kebutuhan keluarga, dan dukungan praktis untuk meringankan beban sehari-hari..." (Wawancara TAY, 5 Oktober 2024)

Kebutuhan dukungan yang disampaikan informan tersebut sejalan dengan temuan internasional mengenai pentingnya dukungan multidimensi bagi generasi *sandwich*. (Pashazade et al., 2024) menemukan bahwa *sandwich* generation caregivers menggunakan berbagai strategi koping, seperti *self-care*, mencari dukungan sosial, membagi tanggung jawab keluarga, memprioritaskan kebutuhan, dan memanfaatkan layanan komunitas. Sementara itu, (Wu et al., 2024) menunjukkan bahwa tekanan ganda dalam keluarga *sandwich* muncul karena adanya persaingan tanggung jawab antara merawat lansia dan mengasuh anak, tetapi tekanan tersebut dapat dikurangi melalui keseimbangan dukungan antargenerasi, pemanfaatan teknologi, serta layanan sosial yang saling melengkapi. Dengan demikian, dukungan bagi perempuan generasi *sandwich* tidak cukup hanya berbentuk bantuan finansial, tetapi juga perlu mencakup dukungan emosional, fleksibilitas kerja, pembagian kerja keluarga, serta akses terhadap layanan pengasuhan anak dan lansia yang terjangkau.

Pernyataan TAY menegaskan bahwa kebutuhan perempuan generasi *sandwich* tidak bersifat tunggal, melainkan multidimensi. Dukungan emosional dibutuhkan karena beban pengasuhan sering kali menimbulkan rasa bersalah, kelelahan, dan tekanan batin; dukungan finansial dibutuhkan karena tanggung jawab lintas generasi menuntut pengeluaran yang terus-menerus; sedangkan dukungan praktis dibutuhkan karena waktu dan tenaga perempuan terbatas.

Secara ilmiah, temuan ini menunjukkan bahwa masalah generasi *sandwich* tidak dapat diselesaikan hanya melalui strategi individual, seperti manajemen waktu atau literasi keuangan, apabila struktur keluarga, tempat kerja, dan negara masih menyerahkan mayoritas kerja pengasuhan kepada perempuan. Dalam kerangka Merton, dukungan keluarga, masyarakat, tempat kerja, dan negara dapat dipahami sebagai mekanisme sosial untuk mengurangi ketegangan dalam role-set. Dukungan tersebut membantu membagi beban peran yang sebelumnya terkonsentrasi pada individu perempuan, sehingga role strain tidak terus berkembang menjadi role conflict yang berulang. Dengan demikian, penyelesaian persoalan perempuan generasi *sandwich* tidak cukup diarahkan pada kemampuan adaptasi individu, tetapi juga perlu menyoroti redistribusi tanggung jawab peran di tingkat keluarga, komunitas, tempat kerja, dan kebijakan sosial.

3. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa generasi *sandwich* pada perempuan bukan sekadar masalah manajemen waktu atau keuangan, melainkan fenomena struktural yang dibangun

oleh konstruksi gender dalam keluarga. Menggunakan kerangka role-set, role strain, dan role conflict dari Robert K. Merton, penelitian ini menemukan tiga hal. Pertama, ketiga informan mengalami ketegangan peran ketika tuntutan sebagai anak, orang tua, dan pekerja bersaing dalam waktu bersamaan. Kedua, ketegangan ini dianggap wajar bagi perempuan karena diyakini secara alami lebih peka terhadap kebutuhan keluarga. Ketiga, pemaknaan ini bukanlah fakta biologis, melainkan hasil sosialisasi peran gender yang berkelanjutan. Akibatnya, beban generasi sandwich terdistribusi tidak proporsional antara laki-laki dan perempuan.

Penelitian ini juga menemukan bahwa beban finansial dan emosional saling memperkuat. Oleh karena itu, dukungan yang dibutuhkan bersifat multidimensi: emosional, finansial, dan praktis secara bersamaan. Implikasi pentingnya adalah kebijakan dan program intervensi harus mempertimbangkan dimensi gender, bukan memperlakukan generasi sandwich sebagai kategori netral gender. Tanpa kesadaran ini, kebijakan yang dimaksud meringankan beban malah dapat melanggengkan distribusi peran pengasuhan yang tidak setara.

4. Penghargaan

Penulis mengucapkan terima kasih kepada orang tua penulis atas doa yang tidak pernah putus, kasih sayang yang tanpa syarat, serta seluruh dukungan moral maupun material. Penghargaan ini tidak akan pernah cukup untuk membalas semua kebaikan Abi dan Umi, namun semoga pencapaian ini bisa menjadi awal untuk membuat Abi dan Umi bangga. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada ketiga subjek penelitian serta seluruh pihak yang telah berkenan berdiskusi mengenai topik generasi sandwich dalam penelitian ini.

5. References

- Aazami, S., Shamsuddin, K., & Akmal, S. (2018). Assessment of Work–Family Conflict Among Women of the Sandwich Generation. *Journal of Adult Development, 25*(2), 135–140. <https://doi.org/10.1007/s10804-017-9276-7>
- Ansari-Thomas, Z. (2024). Sandwich Caregiving and Paid Work: Differences by Caregiving Intensity and Women’s Life Stage. *Population Research and Policy Review, 43*(1), 8. <https://doi.org/10.1007/s11113-023-09852-5>
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur. (2026). *Profil penduduk lanjut usia Provinsi Jawa Timur 2025*. <https://jatim.bps.go.id/Id/Publication/2026/05/26/1e5376c443b13ba80d3cb0ef/Profil-Penduduk-Lanjut-Usia-Provinsi-Jawa-Timur-2025.html>.
- Badan Pusat Statistika. (2026). *Ekonomi Indonesia Tahun 2025 Tumbuh 5,11 Persen*.
- Fandi Prima Putra Saosono. (2026). *Kerangka Peran (Role-set) Satuan Tugas Perlindungan Perempuan dan Anak dalam Upaya Pencegahan dan Penanganan*

Awal Kasus Kekerasan Seksual (Studi Kasus di Kelurahan Wonokusumo Kecamatan Semampir, Surabaya). Universitas Muhammadiyah Malang.

- Febrya, H., Rachmawati, K., & Pauji, D. R. (2026). Beban Sosial dan Tekanan Peran Tokoh Kaluna dalam Novel Home Sweet Loan. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 5(2), 2305–2317. <https://doi.org/10.55681/sentri.v5i2.5847>
- Honda, A., Ono, M., Nishida, T., & Honda, S. (2025). Balancing and Conflict Between Work and Family Life of Sandwiched Caregivers: A Scoping Review. *Safety and Health at Work*, 16(2), 156–163. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2025.04.004>
- Horowitz, J. M. (2022, April 8). More than half of Americans in their 40s are “sandwiched” between an aging parent and their own children. . *Pew Research Center*.
- International Labour Organization. (2024, October 29). *Unpaid care work prevents 708 million women from participating in the labour market*. . <https://www.ilo.org/Resource/News/Unpaid-Care-Work-Prevents-708-Million-Women-Participating-Labour-Market>.
- Juliana Menasce Horowitz. (2022). *More than half of Americans in their 40s are ‘sandwiched’ between an aging parent and their own children*.
- 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.
- Khalil, R. A., & Santoso, M. B. (2022). GENERASI SANDWICH: KONFLIK PERAN DALAM MENCAPAI KEBERFUNGSIAN SOSIAL. *Share : Social Work Journal*, 12(1), 77. <https://doi.org/10.24198/share.v12i1.39637>
- Laura Addati, Umberto Cattaneo, Valeria Esquivel, & Isabel Valarino. (2018). *Care work and care jobs for the future of decent work*.
- Merton, R. K. (1957). *Social theory and social structure*. Free Press.
- Merton, R. K. (2013). *The Role-Set: Problems in Sociological Theory*.
- Miller. (1981). The ‘sandwich’ generation: adult children of the aging. *Social Work*. <https://doi.org/10.1093/sw/26.5.419>
- Pashazade, H., Maarefvand, M., Abolfathi Momtaz, Y., & Abdi, K. (2024). Coping strategies of the sandwich generation in the care process: a qualitative study. *BMC Public Health*, 24(1), 3373. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20327-w>
- Priyandoko, A. N., & Rahmasari, D. (2023). Resiliensi pada perempuan sandwich generation. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(1), 125–142.
- Rari, F. P., Jamalludin, J., & Nurokhmah, P. (2021). PERBANDINGAN TINGKAT KEBAHAGIAAN ANTARA GENERASI SANDWICH DAN NON-GENERASI SANDWICH. *Jurnal Litbang Sukowati : Media Penelitian Dan Pengembangan*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v6i1.254>
- Schutz, A. (1967). *The phenomenology of the social world (G. Walsh & F. Lehnert, Trans.)*. . Northwestern University Press. (Original work published 1932).

Wu, J., Tian, B., Gao, Y., & Wang, L. (2024). Extinguishing the Fire at Both Ends: The Dual Family-Caregiving Stress of the Sandwich Generation of China's "4-2-2" Families. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 105(4), 604–620. <https://doi.org/10.1177/10443894231183406>