

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi yang terus berkembang, banyak muncul istilah baru yang membawa pemahaman baru yang relevan dengan kehidupan generasi sekarang, salah satunya adalah *sandwich generation*. Fenomena ini sebenarnya bukan konsep baru di masa kini, namun istilahnya mulai dikenal oleh banyak orang dan ramai dibicarakan di media sosial karena banyak generasi muda dan dewasa sekarang yang merasakan hal ini. Munculnya fenomena generasi *sandwich* disebabkan oleh pertumbuhan penduduk yang cepat, yang berdampak pada berbagai masalah sosial, termasuk munculnya istilah “*generasi sandwich*” (Santi et al., 2025). Di abad ke-21 ini, fenomena Generasi *sandwich* menjadi topik yang sering dibicarakan oleh generasi muda saat ini. Istilah Generasi *sandwich* pertama kali diperkenalkan oleh Dorothy Miller pada tahun 1981 dalam tulisannya berjudul "*The Sandwich Generation: Adult of the Aging*". Menurut Dorothy Miller, Generasi *sandwich* adalah individu yang tidak hanya memperhatikan dirinya sendiri, tetapi juga merawat orang tua yang sudah tua serta anak-anak yang masih butuh bantuan (Muflihun et al., 2025).

Mahasiswa yang termasuk dalam generasi *sandwich* memiliki peran yang cukup kompleks karena harus membagi waktu, tenaga, dan pikiran antara tanggung jawab akademik dan kewajiban terhadap keluarga. Di sisi lain,

mahasiswa dituntut untuk fokus menyelesaikan pendidikan tinggi sebagai bekal untuk masa depan, namun di sisi lain mereka juga harus memberikan kontribusi kepada keluarga, baik dalam bentuk dukungan ekonomi seperti bekerja paruh waktu, membantu memenuhi kebutuhan hidup keluarga, maupun membantu menanggung biaya orang tua dan saudara (Roring & Simanjuntak, 2024). Kondisi tersebut membuat mahasiswa generasi *sandwich* menghadapi tuntutan peran yang lebih berat dibandingkan mahasiswa pada umumnya.

Generasi *sandwich* adalah kelompok orang yang merasa tertekan secara finansial dan emosional karena harus mengurus dua hal sekaligus. Mereka harus merawat orang tuanya yang sudah tua sekaligus membantu biaya pendidikan anak-anaknya. Situasi ini semakin banyak terjadi karena jumlah orang yang bertambah tua semakin banyak dan usia harapan hidup juga meningkat (Priselia & Toni, 2025a). Mahasiswa generasi *sandwich* juga sering memikul peran emosional dan sosial dalam keluarga. Mereka tidak jarang menjadi tempat bersandar secara emosional bagi orang tua atau anggota keluarga lainnya, berperan sebagai penengah dalam konflik keluarga, serta turut terlibat dalam pengambilan keputusan rumah tangga (Fingerman, 2020; Miller, 1981). Banyaknya tuntutan peran tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis, kelelahan mental, serta konflik peran, terutama ketika tanggung jawab akademik dan kewajiban keluarga terjadi secara bersamaan.

Mahasiswa generasi *sandwich* sering kali harus mengambil dua peran sekaligus, yaitu sebagai seorang pelajar dan seorang penopang keluarga. Hal ini sering kali menciptakan dinamika psikologis yang rumit, seperti tekanan

emosional yang berkelanjutan, kelelahan mental, dan konflik peran yang sulit dihindari. Mereka menghadapi dilema ketika harus memilih antara menyelesaikan tugas akademik, seperti mengikuti perkuliahan, menyelesaikan tugas, dan menyelesaikan studi tepat waktu, dengan tanggung jawab keluarga yang meminta bantuan ekonomi, perhatian emosional, atau keterlibatan sosial. Kondisi ini bisa menyebabkan stres, rasa bersalah, kecemasan, hingga menurunnya motivasi belajar. Meski begitu, pengalaman mengambil dua peran sekaligus juga membawa dampak positif bagi mahasiswa generasi *sandwich* (Dwi Ayu Indah Sari, 2025).

Kondisi ini ditemukan pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP). Berdasarkan kondisi di lapangan, tidak sedikit mahasiswa FKIP yang harus membantu memenuhi kebutuhan keluarga karena keterbatasan ekonomi, seperti bekerja sebagai tutor les, mengajar privat, atau pekerjaan lain yang berkaitan dengan bidang pendidikan. Di tengah tuntutan akademik seperti mengikuti perkuliahan, menyelesaikan tugas, serta menjalani praktik pengalaman lapangan, mahasiswa FKIP yang menjadi generasi *sandwich* tetap harus membagi waktu untuk menjalankan tanggung jawab keluarga. Situasi ini sering menimbulkan tantangan tersendiri bagi mahasiswa dalam menyeimbangkan peran akademik dan tanggung jawab keluarga, karena generasi *sandwich* pada umumnya memiliki tanggung jawab ganda dalam memenuhi kebutuhan keluarga sekaligus menjalankan peran sosial lainnya (Roring & Simanjuntak, 2024).

Untuk memperkuat fenomena tersebut, peneliti melakukan wawancara awal kepada beberapa mahasiswa FKIP Universitas PGRI Madiun yang terindikasi sebagai generasi *sandwich*. Salah satu mahasiswa mengungkapkan, *"Saya harus kuliah sambil bekerja les privat untuk membantu biaya sekolah adik dan kebutuhan sehari-hari di rumah. Kadang saya merasa kewalahan karena tugas kuliah banyak, tetapi keluarga juga membutuhkan bantuan saya."* (Wawancara awal, 2026). Mahasiswa lain menyampaikan, *"Sebagai anak pertama, saya merasa memiliki tanggung jawab untuk membantu orang tua. Setelah pulang kuliah saya bekerja paruh waktu sehingga waktu belajar sering berkurang."* (Wawancara awal, 2026). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa generasi *sandwich* menghadapi tuntutan akademik dan tanggung jawab keluarga secara bersamaan, sehingga memunculkan pengalaman peran ganda yang unik untuk dikaji lebih mendalam.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa individu yang berada dalam posisi generasi *sandwich* menghadapi berbagai tuntutan peran yang dapat memengaruhi kesejahteraan dan kondisi psikologisnya karena harus menanggung beban tanggung jawab keluarga secara bersamaan (Rahman & Wongkaren, 2022). Fenomena serupa juga ditemukan pada kalangan mahasiswa yang mulai menghadapi tanggung jawab finansial maupun sosial terhadap keluarga di usia muda (Fitrianinda et al., 2025a).

Pendekatan fenomenologis digunakan dalam penelitian ini karena menitikberatkan pada upaya mengeksplorasi pengalaman pribadi seseorang serta memahami makna yang dibangun secara individual oleh mahasiswa

generasi *sandwich* dalam menjalani dua peran sekaligus. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mendalami bagaimana mahasiswa memahami pengalaman hidupnya, perasaan yang muncul, serta cara mereka menafsirkan tuntutan akademik dan tanggung jawab keluarga yang dihadapi secara bersamaan. Dengan perspektif fenomenologis, pengalaman mahasiswa tidak hanya dilihat sebagai kejadian objektif, tetapi dianggap sebagai realitas yang penuh makna, berdasarkan pandangan dan kesadaran subjek penelitian. Pemahaman yang dalam mengenai pengalaman dan makna tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai dinamika psikologis mahasiswa generasi *sandwich*, termasuk tantangan yang dihadapi, strategi untuk bertahan, serta nilai-nilai yang mereka bangun dalam menghadapi dua peran sekaligus.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang lebih penuh perhatian, sesuai dengan konteks, dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa yang menghadapi beban dua peran, sehingga layanan yang diberikan tidak hanya fokus pada aspek akademik, tetapi juga mampu mendukung kesejahteraan psikologis dan pertumbuhan pribadi mahasiswa secara menyeluruh.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus untuk memahami pengalaman hidup mahasiswa generasi *sandwich* dalam menjalani peran ganda serta makna yang mereka bangun terhadap pengalaman tersebut. Fokus penelitian dijabarkan dalam pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana pengalaman mahasiswa generasi *sandwich* dalam menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan anggota keluarga?
2. Apa makna peran ganda yang dibangun oleh mahasiswa generasi *sandwich* berdasarkan pengalaman hidup yang mereka alami?
3. Bagaimana mahasiswa generasi *sandwich* menghadapi dan menafsirkan berbagai tuntutan yang muncul dari peran ganda yang dijalani?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menggali pengalaman hidup mahasiswa generasi *sandwich* dalam menjalani peran ganda.
2. Memahami makna peran ganda yang dibangun oleh mahasiswa generasi *sandwich* dalam kehidupan akademik dan keluarga.
3. Mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya makna peran ganda pada mahasiswa generasi *sandwich*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan bisa membantu memajukan studi ilmu bimbingan dan konseling, terutama soal fenomena sosial dan psikologis para mahasiswa generasi *sandwich*. Hasilnya bisa menambah wawasan teoritis tentang konflik peran, makna hidup, dan pengalaman pribadi mahasiswa dalam konteks keluarga dan pendidikan tinggi.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk Mahasiswa: Membantu mahasiswa generasi *sandwich* dalam memahami diri sendiri dan mengelola dua peran yang dibawa sekaligus.
- b. Untuk Konselor dan Pendidik: Menjadi dasar dalam membangun layanan bimbingan dan konseling yang lebih peka, sesuai dengan konteks, dan mampu merespons kebutuhan mahasiswa generasi *sandwich*.
- c. Untuk Keluarga: Memberikan pemahaman tentang beban dan dinamika psikologis yang dihadapi mahasiswa generasi *sandwich*, sehingga keluarga bisa memberikan dukungan yang lebih baik.
- d. Untuk Peneliti Selanjutnya: Menjadi bahan acuan dan referensi untuk penelitian lanjutan tentang generasi *sandwich* dan peran ganda yang dialami mahasiswa.

E. Definisi Istilah

1. Makna Peran Ganda, Makna peran ganda adalah pemaknaan subjektif yang dibangun oleh mahasiswa generasi *sandwich* terhadap pengalaman menjalani berbagai peran dalam kehidupannya. Makna ini mencakup persepsi, perasaan, nilai, serta interpretasi individu terhadap peran yang dijalani berdasarkan pengalaman hidup yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks generasi *sandwich*, pemaknaan terhadap peran ganda muncul dari pengalaman individu dalam menyeimbangkan tanggung jawab pribadi, akademik, maupun tanggung jawab keluarga yang harus dijalankan secara bersamaan (Kinantika et al., 2024).
2. Generasi *Sandwich*, Generasi *sandwich* adalah individu yang berada pada posisi harus menanggung dan memenuhi kebutuhan dua generasi sekaligus, yaitu generasi di atas (orang tua) dan generasi di bawah (adik atau anggota keluarga lain). Tanggung jawab tersebut dapat berupa dukungan finansial, perawatan, maupun dukungan emosional kepada anggota keluarga. Kondisi ini membuat individu harus menjalankan berbagai peran dan tanggung jawab keluarga secara bersamaan sehingga sering kali menimbulkan tekanan peran maupun tuntutan tanggung jawab yang cukup besar (Roring & Simanjuntak, 2024).

