

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Generasi *Sandwich*

a) Pengertian Generasi *Sandwich*

Generasi *sandwich* adalah istilah yang menyebutkan seseorang yang berada di tengah dua generasi, yaitu generasi multigenerasi, yang harus ditanggung dan dipenuhi kebutuhannya, seperti orang tua, anak, atau saudara mereka. Ini mencerminkan tekanan ganda yang dirasakan oleh seseorang yang berusia produktif. Proporsi generasi *sandwich* di Indonesia dapat dilihat melalui rasio ketergantungan atau beban yang harus ditanggung, yaitu dengan membandingkan jumlah penduduk yang tidak produktif dengan jumlah penduduk yang produktif (Dini & Febrianita, 2025).

Generasi *sandwich* memiliki banyak peran atau mengalami persaingan dalam peran yang bisa berdampak pada kehidupan mereka, terutama dalam mencapai fungsi sosial yang baik. Penelitian ini membahas tentang persaingan peran yang dihadapi generasi *sandwich* dalam mencapai fungsi sosial, dampak dari persaingan tersebut, serta menawarkan solusi yang bisa digunakan untuk membantu generasi *sandwich* mencapai fungsi sosial mereka. Penelitian ini menggunakan

metode deskriptif dan pendekatan kualitatif, dengan pengumpulan data melalui studi kepustakaan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa persaingan peran yang dihadapi generasi *sandwich* menghambat pencapaian fungsi sosial mereka. Untuk memulihkan fungsi sosial generasi *sandwich*, diperlukan intervensi dari pekerja sosial dengan berbagai praktik yang bisa diterapkan di tingkat individu, keluarga, dan lingkungan kerja.

Generasi *sandwich* adalah generasi usia paruh baya yang memiliki orang tua yang sudah tua dan anak-anak yang masih bergantung. Secara individu, istilah ini menggambarkan orang-orang yang terjepit antara tugas merawat orang tua tua dan menopang kebutuhan anak-anak mereka. Mereka memiliki dua peran dan tanggung jawab yang berat, sehingga menghadapi banyak tantangan. Dampak dari peran ini bisa berpengaruh negatif pada kesehatan tubuh, pikiran, perasaan, dan juga finansial. Wanita yang bekerja bisa termasuk dalam kelompok generasi *sandwich* tersebut (Kusumaningrum, 2018).

b) Ciri-ciri Generasi *Sandwich*

Generasi *sandwich* memiliki beberapa ciri yang membedakannya dari kelompok usia lainnya. Salah satu ciri utama mereka adalah memiliki tanggung jawab ganda, yaitu harus memenuhi kebutuhan dua generasi sekaligus, yaitu generasi di atas seperti orang tua atau keluarga lanjut usia, serta generasi di bawah

seperti anak atau keluarga yang masih belum mandiri. Tanggung jawab ini tidak hanya berupa kebutuhan ekonomi, tetapi juga termasuk dukungan emosional, perawatan, dan partisipasi dalam pengambilan keputusan keluarga (Marunduri & Siregar, 2024).

Ciri lain dari generasi *sandwich* adalah beban finansial yang terbilang besar. Mereka harus mengatur pendapatan untuk kebutuhan pribadi, pendidikan, dan kebutuhan keluarga sekaligus. Hal ini sering kali membuat waktu mereka terbatas dan menambah tekanan saat mengelola uang. Selain itu, mereka juga mengalami tekanan psikologis seperti stres, kelelahan mental, rasa bersalah, dan kecemasan, karena terkadang harus memenuhi tuntutan antara kepentingan pribadi, pekerjaan, dan keluarga.

Selain itu, generasi *sandwich* juga memiliki konflik peran, yaitu kesulitan dalam menyeimbangkan beberapa peran yang harus dijalani sekaligus. Konflik ini bisa terjadi ketika tuntutan dari pekerjaan atau studi bertabrakan dengan tanggung jawab keluarga. Meskipun menghadapi tantangan tersebut, generasi *sandwich* cenderung lebih mandiri dan tangguh, karena sudah terbiasa menghadapi tekanan sejak usia muda. Mereka juga biasanya memiliki sikap bertanggung jawab, kedewasaan, serta nilai keluarga yang kuat dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Fatmasari & Ambarwati, n.d.).

c) Faktor Penyebab Munculnya Generasi *Sandwich*

Fenomena generasi *sandwich* umumnya terjadi pada keluarga dengan pendapatan rendah. Generasi *sandwich* ini perlu memiliki penghasilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarga lainnya. Adanya generasi *sandwich* semakin banyak setiap tahunnya (Khalil1, Raihan Akbar, 2022). Generasi *sandwich* muncul karena berbagai faktor yang saling berkaitan, seperti aspek ekonomi, demografi, sosial, dan budaya.

Faktor utamanya adalah meningkatnya usia harapan hidup, sehingga orang tua bisa hidup lebih lama, tapi tidak selalu memiliki kesehatan yang baik dan ekonomi yang stabil. Karena itu, orang tua lanjut usia masih membutuhkan bantuan finansial dan perawatan dari anak-anak mereka yang sedang bekerja atau berusia produktif. Faktor ekonomi juga berpengaruh besar terhadap munculnya generasi *sandwich*. Jika keluarga memiliki penghasilan rendah, tidak ada perencanaan keuangan yang baik, seperti tabungan untuk pensiun, maka generasi sebelumnya sering mengandalkan generasi berikutnya.

Selain itu, ketidakstabilan ekonomi dan biaya hidup yang semakin mahal membuat beban individu semakin berat, terutama saat harus memenuhi kebutuhan sendiri sekaligus kebutuhan orang tua. Dari segi budaya dan sosial, nilai-nilai kekeluargaan yang mengharuskan anak bertanggung jawab terhadap orang tuanya juga memperkuat fenomena ini. Di banyak masyarakat, termasuk di

Indonesia, merawat orang tua dianggap sebagai kewajiban yang harus dipenuhi. Tekanan dari norma sosial dan harapan keluarga membuat seseorang merasa harus mengorbankan kepentingan pribadi demi kebaikan keluarga. Selain itu, perubahan struktur keluarga dan peran sosial juga menjadi penyebab munculnya generasi *sandwich*. Jika jumlah anggota keluarga yang bisa menanggung biaya menurun, seperti perceraian atau kematian pasangan orang tua, maka tanggung jawab jatuh pada satu atau dua orang saja. Bagi mahasiswa, kondisi ini semakin rumit karena mereka harus menyeimbangkan tuntutan belajar dengan kewajiban keluarga, sehingga memperkuat posisi mereka dalam generasi *sandwich* (Hana & Purwandani, n.d.).

2. Peran Ganda

a) Pengertian Peran Ganda

Peran ganda adalah situasi di mana seseorang memegang dua atau lebih peran sosial sekaligus. Setiap peran memiliki tugas, tanggung jawab, dan harapan yang berbeda. Peran-peran ini bisa berasal dari berbagai aspek kehidupan, seperti sekolah, kerja, keluarga, atau lingkungan sekitar. Ketika seseorang menjalani beberapa peran sekaligus, ia harus mampu mengatur waktu, tenaga, dan perasaan agar semua peran bisa dijalani dengan baik. Dalam kasus mahasiswa, peran ganda muncul ketika mereka tidak hanya bertugas sebagai pelajar yang harus menyelesaikan tugas akademik, tetapi juga

sebagai anggota keluarga yang harus menanggung tanggung jawab ekonomi, emosi, dan sosial.

Situasi ini sering kali menimbulkan masalah, terutama ketika tuntutan dari satu peran bertentangan dengan tuntutan peran lainnya. Karena itu, peran ganda bukan hanya tentang jumlah peran yang diambil, tetapi juga tentang cara seseorang memahami dan mengurus semua tugas tersebut dalam kehidupan sehari-hari (SALAA, n.d.).

b) Jenis Peran Ganda

Peran ganda bisa dibagi menjadi berbagai jenis tergantung pada situasi dan tugas yang dijalani seseorang. Salah satu contoh peran ganda adalah peran ganda antara akademik dan keluarga. Ini terjadi ketika seseorang harus memenuhi tugas sebagai mahasiswa sekaligus menjadi anggota keluarga yang bertanggung jawab secara ekonomi, emosional, dan sosial. Jenis peran ini sering dialami oleh mahasiswa generasi *sandwich* yang harus membagi perhatian antara tugas belajar dan kebutuhan keluarga.

Peran ganda lainnya adalah peran antara akademik dan pekerjaan. Mahasiswa dalam kondisi ini menjalani peran sebagai pelajar sekaligus pekerja, baik part time maupun full time, untuk memenuhi kebutuhan ekonomi pribadi dan keluarga. Kondisi ini membutuhkan kemampuan dalam mengelola waktu dan energi agar tugas akademik dan pekerjaan bisa dikerjakan secara seimbang.

Selain itu, ada juga peran ganda antara sosial dan personal, yakni peran seseorang sebagai bagian dari lingkungan sosial seperti organisasi atau komunitas, yang dijalani bersamaan dengan peran pribadi dalam mengembangkan diri. Kombinasi dari berbagai peran ini sering kali saling tumpang tindih dan bisa menimbulkan konflik jika tidak dikelola dengan baik. Dalam konteks mahasiswa generasi *sandwich*, kompleksitas peran ganda ini meningkatkan tantangan yang dihadapi serta memengaruhi cara seseorang memahami dan menjalani kehidupan secara keseluruhan (Muslihatul et al., n.d.-a).

Peran ganda yang dilakukan seseorang bisa membawa dampak baik atau buruk, tergantung bagaimana kemampuan seseorang mengurus tuntutan dari setiap peran yang dijalani. Dampak buruk yang mungkin muncul adalah tekanan psikologis, seperti stres, kelelahan mental, rasa cemas, dan merasa tertekan karena harus memenuhi banyak tuntutan sekaligus. Jika seseorang tidak mampu menyeimbangkan peran-peran ini, maka bisa terjadi konflik peran dan berpotensi menurunkan kesejahteraan mentalnya. Selain memengaruhi psikologis, peran ganda juga bisa mengganggu kondisi fisik dan kesehatan. Contohnya seperti merasa lelah, kurang tidur, dan daya tahan tubuh menurun karena beban pekerjaan atau aktivitas yang terlalu berat. (Hasibuan, 2018a). Dalam konteks mahasiswa, peran ganda bisa memengaruhi kinerja akademik, seperti sulit fokus belajar,

menunda tugas, hingga menurunnya nilai jika tuntutan keluarga atau pekerjaan lebih dominan.

Namun, peran ganda tidak selalu berdampak negatif. Ada situasi di mana peran ganda justru memberi dampak positif, seperti meningkatkan kemandirian, kesadaran diri, kemampuan mengatur waktu, serta ketangguhan dalam menghadapi tekanan hidup. Orang yang mampu melihat peran gandanya secara positif biasanya lebih mampu beradaptasi dan memiliki tanggung jawab yang tinggi. Oleh karena itu, dampak peran ganda tergantung pada bagaimana seseorang memahami, mengelola, dan mendapat dukungan dalam menjalani berbagai peran yang diambil (Afrida et al., 2017).

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Ada beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian penulis ini. Di antaranya yaitu:

- 1. Pertama,** penelitian yang dilakukan oleh Salsa Rahmadita dengan judul *Pola Relasi Suami Istri Generasi Sandwich (Studi Buruh Pabrik PT Sinergi Gula Nusantara)* (Rahmadita, 2024). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pola Relasi Suami Istri Generasi Sandwich (Studi Buruh Pabrik PT Sinergi Gula Nusantara, dapat di simpulkan bahwa Pola relasi suami istri generasi *sandwich* pada buruh pabrik PT Sinergi Gula Nusantara dapat diklasifikasikan bahwa dari 4 (empat) pasangan generasi *sandwich* menggunakan 2 (dua) dari 4 (empat) pola relasi yang ada, yaitu

adalah pola relasi headcomplement dan pola relasi senior-junior partner. Sedangkan pola relasi yang tidak digunakan adalah pola relasi owner property dan pola relasi equal partner. Sehingga pada suami istri generasi *sandwich* pada buruh pabrik PT Sinergi Gula Nusantara tidak menggunakan pola relasi bahwa suami sebagai kepala keluarga dan istri diharuskan nurut atas perintah yang diberikan suaminya dan tidak menggunakan pola relasi bahwa posisi suami istri setara dalam mencari nafkah keluarga dan juga dalam pengambilan keputusan.

Berdasarkan penjelasan tersebut terdapat beberapa perbedaan dan persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Yang pertama, perbedaan nya terletak pada fokus pola relasi suami istri dalam keluarga generasi sandwich, khususnya pada buruh pabrik PT Sinergi Gula Nusantara, dengan menelaah pembagian peran, pencarian nafkah, dan pengambilan keputusan dalam rumah tangga. Sementara itu, penelitian ini berfokus pada makna peran ganda pada mahasiswa generasi sandwich, yaitu bagaimana mahasiswa memaknai perannya sebagai mahasiswa sekaligus anggota keluarga. Perbedaan juga terletak pada subjek dan konteks penelitian. Penelitian Salsa Rahmadita melibatkan pasangan suami istri generasi *sandwich* yang bekerja sebagai buruh pabrik, sedangkan penelitian ini melibatkan mahasiswa generasi sandwich yang masih menjalani pendidikan tinggi pada tahap perkembangan dewasa awal. Selain itu, perbedaan terdapat pada pendekatan analisis. Penelitian Salsa Rahmadita menekankan pada klasifikasi pola relasi suami istri,

sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologis untuk menggali pengalaman hidup dan pemaknaan subjektif mahasiswa terhadap peran ganda yang dijalani. Dengan demikian, penelitian ini melengkapi penelitian sebelumnya dengan menghadirkan perspektif generasi *sandwich* dalam konteks pendidikan tinggi dan bimbingan konseling.

Persamaan utama terletak pada fokus kajian, yaitu sama-sama membahas fenomena generasi *sandwich* sebagai kelompok yang berada pada posisi menanggung beban ganda dalam kehidupan keluarga. Kedua penelitian tersebut menempatkan generasi *sandwich* sebagai subjek utama yang mengalami tekanan ekonomi, sosial, dan peran dalam kehidupan sehari-hari.

2. **Kedua**, penelitian yang dilakukan oleh Fidela Shabrina Rahmaillahi dengan judul *Self-Healing Berbasis Tasawuf Sebagai Upaya Menghadapi Kecemasan Masa Depan Sandwich Generation Di Kelurahan Proyonanggan Selatan Batang* (Rahmaillahi, 2025a). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Self-Healing Berbasis Tasawuf Sebagai Upaya Menghadapi Kecemasan Masa Depan *Sandwich Generation* Di Kelurahan Proyonanggan Selatan Batang, dapat disimpulkan bahwa, individu yang tergolong dalam kategori *sandwich generation* mengalami kondisi kecemasan masa depan yang kompleks. Kecemasan tersebut muncul sebagai respons terhadap tanggung jawab ganda yang harus mereka pikul, yakni kewajiban untuk memenuhi kebutuhan generasi di atasnya (orang tua) sekaligus generasi di bawahnya

(anak atau saudara). Pelaksanaan *self-healing* berbasis tasawuf terbukti memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis para responden yang tergolong dalam *sandwich generation*. Proses penyembuhan ini dilakukan melalui pendekatan spiritual sufistik yang menekankan pada pengendalian diri, kesadaran penuh (*mindfulness*), serta penerimaan terhadap takdir Allah SWT.

Berdasarkan penjelasan tersebut terdapat beberapa perbedaan dan persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Yang pertama, Perbedaan utama terletak pada fokus dan tujuan penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh Fidela Shabrina Rahmaillahi berpusat pada konsep *self-healing* berbasis tasawuf sebagai cara menghadapi kecemasan masa depan yang dialami generasi *sandwich*, dengan penekanan pada pendekatan spiritual sufistik. Sementara itu, penelitian ini lebih fokus pada makna peran ganda yang dialami mahasiswa generasi *sandwich*, yaitu bagaimana mereka memahami peran sebagai mahasiswa sekaligus anggota keluarga. Perbedaan berikutnya adalah pada subjek dan konteks penelitian. Penelitian Fidela Shabrina Rahmaillahi melibatkan generasi *sandwich* di masyarakat umum, khususnya di Kelurahan Proyonanggan Selatan, Batang, sedangkan penelitian ini fokus pada mahasiswa generasi *sandwich* yang sedang dalam tahap awal dewasa dan masih melanjutkan studi di jenjang pendidikan tinggi. Persamaan penelitian terletak pada fokus kajian yang sama-sama membahas fenomena *sandwich generation*, khususnya terkait dengan kondisi psikologis yang muncul akibat tanggung jawab

ganda yang harus dijalani. Kedua penelitian sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami pengalaman individu dalam menghadapi tekanan peran sebagai generasi *sandwich*.

3. **Ketiga**, penelitian yang dilakukan oleh Santi Lyandi dengan judul *Kontribusi Pendidikan Ekonomi Terhadap Solusi Finansial Untuk Generasi Sandwich Di Indonesia* (Sandwich & Indonesia, n.d.). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Kontribusi Pendidikan Ekonomi Terhadap Solusi Finansial Untuk Generasi *Sandwich* Di Indonesia, dapat disimpulkan bahwa pendidikan ekonomi berperan penting dalam meningkatkan literasi keuangan generasi *sandwich*, sehingga mereka lebih mampu mengalokasikan pendapatan secara efektif, mengelola utang, menyiapkan dana darurat, dan merencanakan dana pensiun. Pengetahuan dan keterampilan ini mengurangi risiko ketergantungan finansial, baik pada generasi di atas maupun di bawah mereka, dan membantu generasi *sandwich* mencapai kemandirian finansial.

Berdasarkan penjelasan tersebut terdapat beberapa perbedaan dan persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Yang pertama, Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokus dan cara penelitian dilakukan. Penelitian Santi Lyandi mengupas peran pendidikan ekonomi dalam membantu generasi *sandwich* mendapatkan solusi keuangan. Penelitian tersebut juga menekankan pada peningkatan pemahaman tentang keuangan, pengelolaan penghasilan,

utang, dana darurat, serta perencanaan pensiun. Sementara itu, penelitian ini lebih memfokuskan pada makna peran ganda yang dialami oleh mahasiswa generasi *sandwich*, terutama cara mereka memahami tugas akademik dan tanggung jawab keluarga yang dilakukan sekaligus.

Persamaan dari kedua penelitian ini terletak pada fokus penelitian yang sama, yaitu membahas fenomena generasi *sandwich* serta berbagai tantangan yang mereka hadapi, terutama terkait dengan beban tanggung jawab yang ganda. Kedua penelitian ini juga memiliki tujuan yang sama, yaitu memahami kondisi dan permasalahan yang dialami oleh generasi *sandwich* dalam konteks kehidupan sosial dan keluarga.

4. **Keempat**, penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurjanah dkk dengan judul *Analisa Strategi Generasi Sandwich dan Dampaknya terhadap Gaya Hidup Chidfree* (Nurjanah & , Agus Hermanto, Rimanto Sulastri⁴, Habib Ismail, 2024). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Analisa Strategi Generasi *Sandwich* dan Dampaknya terhadap Gaya Hidup *Chidfree* dapat disimpulkan bahwa generasi *sandwich* secara psikologis kerap kali mengalami dua dampak; Pertama, sebagian dari generasi *sandwich* mengalami gangguan mental, sehingga dalam rumah tangganya memilih untuk bergaya hidup *childfree*, karena beban yang menghimpitnya, sehingga beranggapan bahwa anak merupakan beban yang akan menambah beban dalam hidupnya. Kedua, sebagian beranggapan bahwa dari *sandwich* yang terjadi pada keluarganya justru

cenderung akan membuatnya berpengalaman dalam mengelola tanggungjawab, hingga ia justru memiliki banyaknya keturunan.

Berdasarkan penjelasan tersebut terdapat beberapa perbedaan dan persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Yang pertama, perbedaan terletak pada fokus dan tujuan penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurjanah dkk. berfokus pada analisis strategi generasi *sandwich* dan dampaknya terhadap pilihan gaya hidup *childfree*, dengan penekanan pada dampak psikologis dan keputusan reproduktif dalam kehidupan rumah tangga. Sementara itu, penelitian ini berfokus pada makna peran ganda pada mahasiswa generasi *sandwich*, khususnya bagaimana mahasiswa memaknai peran akademik dan tanggung jawab keluarga yang dijalani secara bersamaan. Perbedaan selanjutnya terdapat pada subjek dan konteks penelitian. Penelitian Siti Nurjanah dkk. melibatkan generasi *sandwich* dalam konteks rumah tangga dan kehidupan berkeluarga, sedangkan penelitian ini melibatkan mahasiswa generasi *sandwich* yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal dan masih menjalani pendidikan tinggi. Persamaan dalam penelitian ini adalah fokusnya sama, yaitu membahas fenomena generasi *sandwich* dan dampak psikologis yang terjadi karena mereka menghadapi dua beban tanggung jawab sekaligus. Kedua penelitian ini juga menyoroti bagaimana tekanan peran yang dirasakan oleh generasi *sandwich* memengaruhi sikap, cara pandang hidup, serta keputusan yang diambil oleh individu.

5. **Kelima**, penelitian yang dilakukan oleh Kharisma Fitrianind dkk dengan judul *Pandangan Mahasiswa tentang Generasi Sandwich: Studi Kasus Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum UNJ* (Fitrianinda et al., 2025b). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pandangan Mahasiswa tentang *Generasi Sandwich: Studi Kasus Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum UNJ*, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum UNJ memiliki pemahaman yang baik (kognitif) mengenai peran dan tantangan sebagai generasi *sandwich*. Mereka menyadari bahwa tanggung jawab finansial terhadap dua generasi bukan hanya berat secara materi, tetapi juga menimbulkan tekanan emosional (afektif) seperti kecemasan dan ketakutan akan masa depan. Meskipun demikian, mahasiswa juga menunjukkan sikap positif (konatif) dengan mulai merencanakan keuangan, meningkatkan literasi finansial, dan mempersiapkan diri menghadapi peran tersebut. Hal ini mencerminkan bahwa mereka tidak hanya memahami dan merasakan beban generasi *sandwich*, tetapi juga mulai mengambil langkah nyata sebagai bentuk kesiapan menghadapi tantangan sosial-ekonomi di masa depan.

Berdasarkan penjelasan tersebut terdapat beberapa perbedaan dan persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Yang pertama, Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokus dan tujuan. Penelitian oleh Kharisma Fitrianind dkk. mengeksplorasi pandangan mahasiswa tentang generasi *sandwich*,

meliputi aspek kognitif, afektif, dan konatif, yaitu pemahaman, sikap, serta kesiapan mereka dalam menghadapi peran tersebut. Sementara penelitian ini lebih mengeksplorasi makna dari peran ganda yang dialami mahasiswa generasi *sandwich*, khususnya cara mereka memahami pengalaman menjalani peran sebagai mahasiswa dan anggota keluarga sekaligus. Persamaan dalam kedua penelitian itu adalah sama-sama mempelajari mahasiswa yang sedang menghadapi atau berada dalam kondisi generasi *sandwich*. Kedua penelitian tersebut juga membahas tantangan yang dihadapi generasi *sandwich*, termasuk aspek finansial dan psikologis, seperti tanggung jawab ekonomi, tekanan perasaan, serta rasa cemas terhadap masa depan mereka.

C. Kerangka Berpikir

Mahasiswa generasi *sandwich* berada dalam situasi yang unik dan rumit karena mereka harus menjalani dua peran sekaligus. Sebagai mahasiswa, mereka menghadapi tuntutan akademik yang berat, sementara sebagai anggota keluarga, mereka juga harus mengambil tanggung jawab ekonomi, perasaan, dan hubungan sosial. Kondisi ini muncul karena faktor-faktor yang ada di tingkat struktur masyarakat dan juga faktor pribadi, seperti keterbatasan dana keluarga, bertambahnya usia orang tua, norma budaya yang mengharuskan anak mengurus keluarga, serta proses pertumbuhan mahasiswa sebagai individu muda dewasa.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Khalil & Santoso, 2022) yang menjelaskan bahwa generasi *sandwich* mengalami konflik peran karena adanya tuntutan untuk memenuhi berbagai tanggung jawab secara bersamaan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa konflik peran pada generasi *sandwich* dapat memengaruhi keberfungsian sosial individu karena adanya tekanan dalam aspek ekonomi, keluarga, dan kehidupan pribadi.

Peran ganda ini tidak hanya memengaruhi belajar mereka, tetapi juga memengaruhi pikiran dan hubungan sosial mereka. Tuntutan akademik yang bertabrakan dengan tanggung jawab keluarga bisa menyebabkan konflik, tekanan, lelah, dan kesulitan dalam mengambil keputusan. Namun, pengalaman menjadi generasi *sandwich* juga bisa membentuk nilai positif seperti kemandirian, kedewasaan, tanggung jawab, dan makna hidup yang lebih jelas bagi mahasiswa.

Hal ini diperkuat oleh penelitian (Fitrianinda et al., 2025a) yang menemukan bahwa mahasiswa yang berada dalam kondisi generasi *sandwich* memahami bahwa tanggung jawab terhadap keluarga tidak hanya memberikan tekanan finansial, tetapi juga menimbulkan tekanan emosional seperti kecemasan dan kekhawatiran terhadap masa depan.

Dalam penelitian ini, fokusnya bukan hanya pada bagaimana peran ganda itu terjadi, melainkan pada bagaimana mahasiswa memaknai pengalaman mereka. Memaknai pengalaman ini tergantung pada berbagai faktor, seperti dukungan dari keluarga, kondisi ekonomi, pengalaman sebelumnya, nilai budaya, serta cara mereka mengatasi tekanan yang dihadapi. Penelitian ini

menggunakan pendekatan fenomenologis, yaitu menggali pengalaman hidup nyata (*lived experiences*) dari mahasiswa generasi *sandwich*. Tujuannya adalah memahami bagaimana mereka memahami, memberi arti, dan merespons peran ganda yang mereka hadapi. Pengalaman ini kemudian memengaruhi cara mereka belajar, kesehatan mental, dan sikap serta perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memahami cara berpikir dan pengalaman ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang utuh dan dalam tentang peran ganda yang dihadapi mahasiswa generasi *sandwich*. Hasilnya juga bisa menjadi dasar dalam membuat layanan bimbingan dan konseling yang lebih sesuai dengan kebutuhan ma