

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai makna peran ganda pada mahasiswa "*Generasi Sandwich*" di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas PGRI Madiun, dapat ditarik beberapa simpulan secara ringkas dan jelas guna menjawab fokus penelitian sebagai berikut:

1. Pengalaman dalam Menjalani Peran Ganda: Tanggung jawab ganda sebagai mahasiswa sekaligus penopang keluarga tidak muncul secara instan, melainkan bertahap dan umumnya dipicu oleh krisis spesifik dalam keluarga (seperti orang tua yang sakit, kecelakaan, atau penurunan kondisi kesehatan orang tua lansia). Mahasiswa menjalani rutinitas harian yang sangat padat dan terjadwal ketat guna menyeimbangkan waktu kuliah, bekerja, dan mengurus domestik. Ketika terjadi benturan jadwal krusial antara tuntutan akademik dan keluarga, mahasiswa cenderung tidak mengorbankan salah satunya, melainkan melakukan strategi negosiasi dan kompromi waktu yang menuntut kesiapan fisik serta mental yang besar.
2. Makna Peran Ganda yang Dibangun: Makna peran ganda bersifat subjektif, dinamis, dan tidak tunggal. Mahasiswa mengonstruksikan peran ganda tersebut bukan semata-mata sebagai beban, melainkan sebagai bentuk amanah, ungkapan kasih sayang, bentuk balas budi, hingga ujian keimanan. Terdapat dinamika perubahan pemaknaan seiring berjalannya

waktu dan kematangan individu; pada tahap awal, muncul perasaan sebagai korban keadaan (*victim*) dan kecemburuan sosial terhadap teman sebaya, yang kemudian bertransformasi menjadi rasa syukur, kebanggaan pribadi (*pride*), serta pendalaman nilai bakti kepada orang tua. Pemaknaan ini distimulasi oleh kondisi ekonomi, nilai agama/budaya, dan keteladanan lingkungan terdekat.

3. Cara Menghadapi dan Menafsirkan Tuntutan: Mahasiswa menghadapi tekanan peran ganda melalui kombinasi strategi koping aktif yang meliputi manajemen waktu (penggunaan planner atau catatan digital), pengelolaan emosi (*journaling* atau menulis jurnal syukur), serta pendekatan spiritual (ibadah, sabar, dan penerimaan diri). Peran ganda ini memberikan dampak dualistik: pada sisi psikologis memicu kelelahan fisik, kejenuhan (*burnout*), kecemasan finansial, dan keterbatasan sosial; namun pada sisi akademik, tanggung jawab keluarga justru bertindak sebagai katalisator motivasi belajar yang kuat. Hal ini terbukti dari kemampuan mahasiswa mempertahankan performa akademik yang memuaskan dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) berkisar antara 3,4 hingga 3,6 demi target kelulusan tepat waktu.

B. Saran

Berdasarkan simpulan hasil penelitian di atas, diajukan beberapa saran atau rekomendasi operasional yang dapat ditindaklanjuti oleh pihak-pihak terkait:

1. Bagi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas PGRI Madiun

Pihak birokrasi fakultas beserta jajaran dosen diharapkan dapat merumuskan kebijakan afirmatif yang lebih peka dan responsif terhadap kondisi mahasiswa generasi *sandwich*. Langkah operasional yang dapat diambil antara lain: memberikan fleksibilitas atau dispensasi akademik yang proporsional ketika mahasiswa menghadapi krisis keluarga yang mendesak, memperluas akses serta kuota informasi beasiswa bagi mahasiswa dengan beban finansial tinggi, serta memfasilitasi program kerja paruh waktu di lingkungan kampus yang ramah terhadap jadwal perkuliahan.

2. Bagi Unit Layanan Bimbingan dan Konseling Kampus.

Konselor kampus diharapkan dapat melakukan diversifikasi dan personalisasi model layanan konseling bagi mahasiswa yang mengemban peran ganda. Layanan tidak boleh diseragamkan, melainkan harus menyediakan ruang aman yang akomodatif terhadap variasi kebutuhan subjek, seperti: penyediaan konseling psikologis umum untuk mereduksi *burnout* dan kecemasan, layanan berbasis penerimaan untuk memfasilitasi keluhan mahasiswa, serta pengembangan pendekatan konseling

spiritual berbasis nilai agama/budaya yang selaras dengan sistem keyakinan yang dianut mahasiswa guna memperkuat resiliensi mereka.

3. Bagi Mahasiswa "*Generasi Sandwich*".

Mahasiswa disarankan untuk tetap mempertahankan dan mengoptimalkan mekanisme koping positif yang telah dibangun, seperti manajemen waktu dan ekspresi emosi berkala. Selain itu, mahasiswa diharapkan dapat menekan munculnya perasaan terisolasi secara sosial dengan cara membuka diri terhadap dukungan sosial dari lingkaran terdekat, baik melalui komunikasi yang terbuka dengan saudara kandung mengenai pembagian tugas domestik, maupun pemanfaatan layanan konseling kampus secara aktif tanpa adanya stigma negatif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini terbatas pada lingkup kualitatif dengan pendekatan fenomenologi pada tiga informan di fakultas kependidikan (FKIP). Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas lokus penelitian pada fakultas non-kependidikan yang karakteristik akademiknya berbeda, atau menggunakan metode campuran (*mixed-methods*) dan pendekatan kuantitatif guna menguji efektivitas strategi koping tertentu serta mengukur tingkat resiliensi mahasiswa generasi *sandwich* dalam skala populasi yang lebih luas dan representatif.

