



Research Article

# Dinamika Psikologis Perempuan Dewasa Belum Menikah dalam Keluarga Sandwich Generations

Aryani Pamukti<sup>1</sup>, Elok Halimatus Sa'diyah<sup>2</sup>

1. Magister Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; [aryanipamukti@gmail.com](mailto:aryanipamukti@gmail.com) 
2. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang; [elok@psi.uin-malang.ac.id](mailto:elok@psi.uin-malang.ac.id)



Copyright © 2024 by Authors, Published by HISTORICAL: Journal of History and Social Sciences. This is an open access article under the CC BY License <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Received : November 30, 2023

Revised : December 26, 2023

Accepted : January 12, 2024

Available online : February 10, 2024

**How to Cite** : Aryani Pamukti, & Elok Halimatus Sa'diyah. (2024). Psychological Dynamics of Unmarried Adult Women in Sandwich Generations Families. *HISTORICAL: Journal of History and Social Sciences*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.58355/historical.v3i1.93>

## Psychological Dynamics of Unmarried Adult Women in Sandwich Generations Families

**Abstract.** Adult women who are old enough but have not yet married in their families or communities in Indonesia are the targets of stigma. There are many factors that make women unmarried, some of which are due to being the breadwinner of the family (sandwich generation), focusing on work and career, continuing education, trauma, either from a partner or from past family experiences, and not having found the right partner. This research aims to explore the psychological dynamics of unmarried adult women in sandwich generation families. The research uses a qualitative analysis method with descriptive phenomenology to determine the psychological dynamics of unmarried adult women in sandwich generation families. The data collection method uses interview techniques for in-depth exploration and comprehensive observation of a phenomenon that is the object of research. The data sources in this research use primary data sources and secondary data sources. The psychological dynamics of unmarried adult women in generational sandwich families consists of three main loci, namely cognition, affection and conation which include multiple roles, pressure and social expectations towards them. This can include helping adult women find a balance between their roles,

dealing with internal conflicts, and communicating their needs and expectations clearly to their families.

**Keywords:** Adult Women, Family, Sandwich Generation

**Abstrak.** Perempuan dewasa yang sudah cukup usia namun belum menikah dalam keluarga atau masyarakat di Indonesia menjadi target stigma. Banyak faktor yang membuat perempuan belum menikah, beberapa diantaranya adalah karena menjadi tulang punggung keluarga (*sandwich generation*), fokus terhadap pekerjaan dan karir, melanjutkan pendidikan, trauma, baik dari pasangan ataupun dari pengalaman masa lalu keluarga, dan belum menemukan pasangan yang tepat. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengeksplorasi dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generation*. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan analisis deskriptif fenomenologis untuk mengetahui dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generation*. Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara untuk eksplorasi mendalam dan observasi menyeluruh terhadap sebuah fenomena yang menjadi objek penelitian. Sumber data dalam penelitian ini menggunakan sumber data primer dan sumber data sekunder. Dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* terdiri dari tiga lokus utama yaitu kognisi, afeksi, dan konasi yang meliputi peran ganda, tekanan dan ekspektasi sosial terhadapnya. Hal ini dapat mencakup membantu perempuan dewasa dalam menemukan keseimbangan antara peran yang diemban, mengatasi konflik internal, dan mengkomunikasikan kebutuhan dan ekspektasinya dengan jelas kepada keluarga.

**Keywords:** Perempuan Dewasa, Keluarga, *Sandwich Generations*

## PENDAHULUAN

Pernikahan dipandang sebagai sesuatu yang penting serta merupakan sebuah kewajiban dalam agama, norma, dan budaya (Zahra, 2020). Perempuan dewasa yang sudah cukup usia namun belum menikah dalam keluarga atau masyarakat di Indonesia menjadi target stigma. Perempuan lajang dengan usia 30-50 tahun cenderung dipandang masyarakat bukan sebagai perempuan dengan profesi tertentu, melainkan sebagai perempuan dewasa yang belum menikah (Selan et al., 2020). Banyak faktor yang membuat perempuan belum menikah, beberapa diantaranya adalah karena menjadi tulang punggung keluarga (*sandwich generation*), fokus terhadap pekerjaan dan karir, melanjutkan pendidikan, trauma, baik dari pasangan ataupun dari pengalaman masa lalu keluarga, dan belum menemukan pasangan yang tepat (Andu, 2019). Seorang perempuan dewasa yang menjadi tulang punggung untuk keluarganya masuk kedalam kategori *sandwich generation*.

*Sandwich generation* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan generasi yang merasa terjepit di antara tanggung jawab merawat orang tua yang menua dan merawat anak-anak (Loomis & Booth, 1995). Generasi ini bukanlah kelompok atau generasi tertentu, melainkan merupakan sebutan dari bagian struktur *extended family*. *Extended family* adalah keluarga yang melibatkan lebih dari tiga posisi anggota keluarga (Ulfiah, 2016). Istilah *sandwich generations* diperkenalkan pertama kali dalam komunitas pekerjaan sosial dan gerontologi oleh Dorothy Miller dan Elaine Brody pada tahun 1981 di Amerika (Miller, 1981). Nyatanya generasi ini tidak hanya ada di Amerika, namun juga menjamur di beberapa negara yang ada di dunia (Aswathy, 2017; Noor & Isa, 2020; Syufa'at et al., 2023). Generasi ini sering

merasa "terjepit" antara dua generasi yang memerlukan perhatian dan dukungan dari yang lebih muda (Hämäläinen & Tanskanen, 2021).

Anggota *sandwich generation* menghadapi tantangan unik, seperti menjaga keseimbangan antara pekerjaan, perawatan anak-anak, dan perawatan orang tua yang mungkin memerlukan bantuan medis atau perawatan sehari-hari. Situasi ini dapat menghasilkan tekanan emosional (Lei et al., 2023), keuangan (Khasanah et al., 2023), dan fisik yang signifikan (Dewi & Wiksuana, 2022). Anggota *sandwich generation* perlu mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang baik, memahami peraturan perawatan kesehatan, dan merencanakan masa depan finansialnya dengan bijak. Meskipun memikul tanggung jawab ganda ini dapat menantang, banyak anggota *sandwich generation* merasa memiliki pengalaman yang memuaskan karena bisa merawat orang yang dicintai (Sengkey et al., 2022). *Sandwich generation* menjadi semakin umum di Indonesia dan membutuhkan dukungan sosial dan sumber daya yang memadai untuk mengelola perannya dengan baik (Syufa'at et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut belum ada penelitian yang berfokus pada perempuan dewasa yang belum menikah dan terjepit dalam *sandwich generations*. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengeksplorasi dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* yang menjadi tulang punggung di dalam keluarganya. Hasil penelitian ini diharapkan mampu untuk memahami dinamika psikologis perempuan dewasa yang menikah sehingga dapat membantu dan memberikan dukungan emosional yang sesuai dan efektif. Pengetahuan mengenai dinamika psikologis perempuan dengan keluarga *sandwich generation* dapat membantu dalam pengambilan keputusan keluarga yang lebih baik, mengidentifikasi potensi masalah mental dan memberikan dukungan yang tepat, serta mendorong kualitas kehidupan keluarga yang lebih baik.

## METODE

Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan analisis deskriptif fenomenologis untuk mengetahui dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generation* (Creswell & Creswell, 2018). Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara untuk eksplorasi mendalam dan observasi menyeluruh terhadap sebuah fenomena yang menjadi objek penelitian (Fadli, 2021). Teknik wawancara terstruktur dilakukan kepada 3 informan dengan mengajukan pertanyaan yang sama (Campion et al., 1997). Sumber data dalam penelitian ini menggunakan sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer diperoleh dari hasil wawancara dengan informan, sedangkan sumber data sekunder menggunakan buku dan jurnal sebagai referensi terkait dengan penelitian ini. Sumber data primer dan sekunder digunakan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif, menyeluruh dan utuh. Analisis data dengan menggunakan teknik coding untuk mendapatkan gambaran fakta sebagai satu kesatuan analisis data kualitatif (Mahpur, 2017).

Informan dalam penelitian ini adalah perempuan usia dewasa dan terlibat secara langsung atau menjadi bagian dari *sandwich generation*. Informan pertama (A) adalah seorang tenaga pendidik, berusia 42 tahun serta belum menikah. A tinggal bersama orang tuanya dan sebagai tulang punggung keluarga karena orang tuanya

sudah lanjut usia dan sering sakit-sakitan, adik – adik A sudah menikah, dan ada satu yang tinggal serumah dengan A, sedangkan suaminya ada di luar kota. Informan kedua (B) adalah seorang karyawan swasta, perempuan berusia 32 tahun, belum menikah, orang tuanya tidak bekerja dan harus membiayai adik-adiknya. Informan ketiga (C), perempuan dengan usia 37 tahun, belum menikah, bekerja sebagai tenaga pendidik dan memiliki usaha berjualan online, orang tua tidak ada pekerjaan yang pasti, adik dan kakaknya tinggal satu rumah meskipun sudah menikah dan tidak ada penghasilan pasti.

**Tabel 1.** Profil Informan Penelitian

Informan	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Inisial	A	B	C
Usia	42 tahun	32 tahun	37 tahun
JK	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Pendidikan	S2	SMA	S1
Pekerjaan	Pendidik	Karyawan	Pendidik
Orang tua	Ibu meninggal	Lengkap	Lengkap
Pekerjaan Orang Tua	Tidak bekerja	Serabutan	Serabutan
Saudara	Adik 2 (sudah menikah)	Adik 3 (belum menikah)	Kakak 3 (sudah menikah) Adik 4 (belum menikah)

## HASIL

Hasil wawancara yang dilakukan terhadap tiga informan perempuan dewasa yang belum menikah dan ada di dalam keluarga *sandwich generation* menggambarkan bahwa terdapat tiga poin utama dalam dinamika ini yang mencakup beban peran berganda, tekanan sosial dan ekspektasi, serta perubahan identitas dan perkembangan psikologis.

### Peran Ganda

Perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* mengalami peran kompleks dan seringkali mempengaruhi berbagai aspek kehidupannya. Peran pertama sebagai generasi yang lebih muda perlu untuk memenuhi kebutuhan pribadi dan perkembangannya. Kebutuhan pribadi yang harus dipenuhi diantaranya adalah pendidikan, karir, dan kehidupan sosial. Pendidikan merupakan hal yang penting dalam perkembangan pribadi, meskipun harus berjuang keras tapi harus bisa selesai (A7c). Perkembangan karir itu memang perlu dan merupakan sebuah kesyukuran namun terkadang harus ada yang diprioritaskan (B5a). Perkembangan pribadi bisa terwujud dengan bertemu dengan kawan atau berkegiatan sosial, sehingga bisa mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang lebih juga (C9d). Perempuan perlu untuk mengembangkan dirinya untuk menjadi pribadi yang lebih baik serta bisa bermanfaat bagi orang lain.

Peran kedua berkontribusi pada perawatan anggota generasi yang lebih tua dalam keluarganya. Perempuan dewasa yang belum menikah dihadapkan pada tanggung jawab sebagai penyokong orang tua, dikarenakan orang tua sudah tidak mampu untuk memberikan dukungan finansial, harus dalam perawatan kesehatan,

serta membantu dalam aktivitas sehari-hari. Orang tua yang sudah tidak mampu untuk bekerja karena sakit mengharuskan diri ini untuk bertanggung jawab di dalam kehidupan berumah tangga (A13c). Kondisi dan ketidakberdayaan orang tua dalam merawat dirinya sendiri bisa menjadi beban tersendiri (A13e). Perawatan terhadap anggota generasi yang lebih tua terkadang dirasakan sebagai beban namun juga merupakan tanggung jawab. Orang tua sudah melahirkan dan membesarkan kita, sudah selayaknya membantu mereka dengan kemampuan yang kita bisa (A15d, B13a, C11c).

Peran ketiga sebagai tulang punggung keluarga yang harus mencukupi kebutuhan finansial anggota keluarga yang lainnya. Pembayaran tagihan listrik, air, dan juga kebutuhan pokok sehari-hari menjadi tanggung jawab pribadi yang tidak bisa dihindari (B11a). Keberadaan saudara yang masih belum mampu untuk mencukupi kebutuhannya secara pribadi, menjadikan beban tersendiri bagi perempuan dewasa yang belum menikah. Hal ini bisa memunculkan konflik internal dalam diri, karena harus mencari keseimbangan yang sulit antara memenuhi kebutuhan dan keinginan pribadi dan kewajiban terhadap keluarga. Dalam wawancara B menegaskan bahwa:

*“Paling sulit ketika ada kebutuhan pengembangan untuk diri yang harus dipenuhi namun juga kebutuhan keluarga lainnya juga harus segera terlaksana, ketika hal ini terjadi maka mau tidak mau harus ada salah satu yang harus dikorbankan, sehingga harus bisa menentukan mana yang prioritas itu yang diutamakan.”*

### **Tekanan Sosial dan Ekspektasi**

Perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* mengalami tekanan sosial dan ekspektasi dari keluarga dan masyarakat. Perempuan mempunyai tekanan yang lebih banyak dalam hal pernikahan, apabila belum menikah di usia yang pantas, dapat dipandang rendah oleh keluarga, rekan ataupun masyarakat. Tekanan paling besar terkait dengan pernikahan muncul dari keluarga sendiri ketika keluarga memaksakan segera menikah karena usia (A19d, B17a, C17b). Tekanan terkait pernikahan juga muncul dari teman-teman yang sudah menikah. Ada rasa bahagia dan sedih ketika mendapatkan undangan dan kabar dari teman yang sudah menikah atau sudah melahirkan anak (A21c). Pernikahan tidak harus dilakukan bagi orang yang belum selesai dengan dirinya, jodoh itu sudah pasti ada (B19b). Status pernikahan dan kondisi keluarga yang kompleks menjadikan tekanan bagi perempuan.

Perempuan sering kali dihadapkan pada ekspektasi tradisional terkait *gender*. Perempuan sering diharapkan untuk mengambil peran sebagai pengasuh, baik terhadap anak-anak, orang tua, dan keluarga. Persepsi bahwa perempuan itu di rumah laki-laki bekerja, itu masih menguat dalam budaya di Indonesia. Terkadang keluarga tidak menyadari atau tidak mau tau bahwa menjadi tulang punggung keluarga saja sudah berat belum lagi disuruh untuk segera menikah (B17d). Pandangan masyarakat yang menilai perempuan dewasa yang tidak sepenuhnya mengabdikan diri untuk merawat keluarga sebagai wujud kurangnya kepedulian dan tidak patuh terhadap norma sosial, sehingga bisa memunculkan perasaan bersalah (A15c, B15a). Tekanan

ini dapat memengaruhi kesejahteraan psikologisnya dan menciptakan ketegangan dalam hubungan keluarga Perempuan dewasa dalam keluarga *sandwich generations* merasa perlu menjaga harmoni dalam keluarga dengan tidak mengeluh atau mengungkapkan tekanan mereka.

Tekanan terhadap perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* apabila tidak disikapi dengan hati yang lapang tentu akan menimbulkan konflik yang berkepanjangan (A21a, B19b, C22d). Konflik yang sering terjadi diantaranya adalah orang tua yang tidak menurut dengan apa yang dikatakan oleh anak (A13d), saudara kandung yang lebih mementingkan ego nya masing – masing (B17c), serta kebutuhan finansial yang semakin hari semakin mahal (C19e). Perempuan dewasa yang belum menikah diharapkan untuk memberikan kontribusi finansial mendukung keluarganya dikarenakan belum memiliki tanggungan. Hal ini dapat menghambat kemampuan perempuan untuk mengumpulkan dana guna keperluan pribadi, termasuk pernikahan dan masa depannya sendiri. Berbagai macam konflik yang terjadi ini menjadikan para perempuan lebih kuat dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya.

### **Dinamika Psikologis**

Dinamika psikologis perempuan dewasa dalam keluarga *sandwich generation* terbagi menjadi tiga lokus yaitu kognisi, afeksi, serta konasi. Lokus kognisi pada perempuan dewasa dalam keluarga *sandwich generations* dipengaruhi oleh tanggung jawab dalam merawat keluarganya, baik keluarga yang lebih tua maupun saudara yang lebih muda. Dalam perawatan keluarga menyebabkan tantangan kognisi tersendiri. Apabila harus menuruti semuanya tidak akan bisa, jadi yang bisa dijalani satu – satu dengan mengutamakan prioritas (B8e). Pengelolaan waktu antara perawatan terhadap keluarga dan merawat diri sendiri bisa menjadi tantangan tersendiri bagi perempuan. Pemecahan masalah ketika ada konflik dalam menentukan prioritas kebutuhan keluarga atau kebutuhan pribadi, serta pengelolaan finansial dalam keluarga supaya bisa tercukupi semuanya merupakan aspek kognisi pada perempuan dewasa dalam keluarga *sandwich generations*

Lokus afeksi pada perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* berkaitan dengan perasaan, emosi dan hubungan interpersonal. Perempuan merasakan cinta dan kasih sayang terhadap keluarganya, sehingga bersedia untuk berkorban dan merawat anggota keluarganya. Rasa ingin sayang terhadap anggota keluarga itu merupakan sebuah kepastian, apabila tidak ada rasa kasih dan sayang dengan keluarga, pastinya akan berjalan sendiri – sendiri tanpa memberikan perhatian terhadap keluarga (B18e). Perempuan juga merasakan beban emosional yang luar biasa karena tanggung jawab ganda yang diembannya. Perempuan merasakan stres dan beban emosional yang tinggi karena harus mengurus dua generasi (A7a, B8c, C3d). Perasaan kewalahan terkadang muncul ketika semuanya harus diutamakan (A22b, B19a, C25b). Namun meskipun demikian perempuan tetap bisa menjalani dan menemukan keseimbangan dalam hidupnya.

Lokus konasi dalam dinamika psikologis perempuan dewasa awal dalam keluarga *sandwich generations* meliputi motivasi dan perilaku. Motivasi dari perempuan dewasa dalam keluarga *sandwich generations* adalah keluarga. Keinginan

untuk merawat orang tua dan mendukung keluarganya. Motivasi untuk merawat orang tua yang sudah renta dan tinggal sendiri menjadikannya selalu mengutamakan kesehatan dan keselamatan orang tua (A19a). Merupakan sebuah kesyukuran dan bentuk pengabdian terhadap orang tua dengan merawatnya (A19d). Kondisi orang tua yang sudah tidak bekerja sementara masih ada tanggungan keluarga menjadikan perempuan dewasa yang belum menikah memprioritaskan kebutuhan keluarga daripada kebutuhan pribadinya (C12a). Menjadi tulang punggung keluarga merupakan tanggung jawab yang tidak bisa dihindari sampai ketika anggota keluarga yang lebih muda bisa mandiri (B13e). Perempuan dewasa dalam situasi yang bertumpuk mampu untuk berbagi tujuan dan keinginan pribadinya dengan keluarga.

## PEMBAHASAN

Dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* sangatlah kompleks dan unik, yang berbeda dengan perempuan yang sudah menikah dan perempuan yang tidak dalam *sandwich generations*. Persepsi terhadap perempuan yang belum menikah menjadikan tekanan tersendiri bagi perempuan khususnya perempuan yang tinggal dalam keluarga *sandwich generations*. Pernikahan dianggap penting dalam budaya dan norma sosial di Indonesia (Taibe, 2022). Hal ini menciptakan tekanan dan stigma terhadap perempuan dewasa yang belum menikah, terutama dalam kelompok usia 30 – 50 tahun (Selan et al., 2020). Pandangan masyarakat terhadap perempuan dewasa yang belum menikah cenderung negatif, masyarakat tidak menilai dan cenderung mengabaikan sisi positif atau faktor dari perempuan yang belum menikah. Pandangan tersebut berdampak pada kesejahteraan psikologis perempuan yang belum menikah (Lakoy, 2009).

Faktor – faktor yang memengaruhi perempuan belum menikah diantaranya adalah adanya tanggung jawab sebagai tulang punggung keluarga, fokus kepada karir, trauma, atau kesulitan dalam menemukan pasangan yang tepat (Pratama & Masykur, 2020; Yusof & Mustafar, 2019). Dalam segi kognisi, tanggung jawab sebagai tulang punggung keluarga dalam *sandwich generations* yang tidak dapat dihindari menjadikan perempuan harus memprioritaskan kesejahteraan keluarga daripada kepentingan pribadinya. Tanggung jawab ini bukan hanya terlibat secara finansial namun juga tanggung jawab dalam proses merawat anggota keluarga (Ulfiyah, 2016). Dalam proses merawat anggota keluarga khususnya anggota keluarga yang lebih tua membutuhkan ketelatenan dan kesabaran. Orang yang sudah renta cenderung untuk bersikap semaunya sendiri dan sulit diatur, sehingga diperlukan pengawasan yang lebih terhadap orang tua, dan hal ini menjadi tanggung jawab perempuan yang belum menikah dalam keluarga tersebut (Noor & Isa, 2020).

Perempuan yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* merasakan terjepit antara merawat orang tua dan mengembangkan kebutuhan pribadinya (Hämäläinen & Tanskanen, 2021). Seringkali hal ini memengaruhi emosional perempuan tersebut. Dari segi emosional atau afeksi perempuan merasakan perasaan cinta dan kasih sayang terhadap orang tua sehingga merelakan masa depannya untuk perawatan terhadap orang (Rari et al., 2021). Stress yang dirasakan bisa muncul apabila terdapat konflik dalam proses perawatan maupun

ketidakseimbangan dalam dinamika keluarga yang ada. Usaha yang telah dilakukan dalam proses perawatan terkadang tidak diterima oleh anggota keluarga sehingga menimbulkan konflik yang tidak bisa dihindari. Namun meskipun terdapat konflik, perempuan dalam keluarga *sandwich generations* ini mampu menyelesaikan konflik yang ada (Syufa'at et al., 2023). Terdapat berbagai macam bentuk penyelesaian masalah yang dilakukan perempuan dalam keluarga *sandwich generations* diantaranya adalah berkompromi dengan anggota keluarga yang lainnya, mendiamkan orang tua yang sedang dalam kondisi tantrum, serta mencari bantuan dari pihak lainnya.

Motivasi dari perempuan yang belum menikah dalam melakukan perawatan untuk keluarganya dalam *sandwich generations* adalah kesejahteraan untuk keluarga dan sebagai wujud cinta kasih terhadap orang tua. Perempuan melakukan perawatan terhadap orang tua adalah wujud dari kesyukuran dan pengabdian karena telah membesarkan dan merawatnya dari kecil (Shabrina et al., 2020). Ketika hal ini sudah menjadi dasar dalam merawat orang tua maka segala macam keresahan yang muncul bisa sirna. Kondisi orang tua yang sudah tidak bekerja bisa menjadi motivasi untuk terus menghasilkan pundi – pundi uang untuk menyejahterakan dan membahagiakan keluarga (Dewi & Wiksuana, 2022). Perempuan dalam kondisi seperti ini mungkin terlihat seperti melupakan konsep pernikahan, namun sejatinya mereka meyakini bahwa pasangan itu sudah pasti ada hanya saja tinggal menunggu waktu yang tepat.

Dukungan sosial dan sumber daya sangat diperlukan oleh perempuan dalam keluarga *sandwich generations* (Chen & Zhou, 2022). Peran serta seluruh anggota keluarga dalam saling mendukung untuk berkontribusi dalam perawatan orang tua khususnya orang tua yang sedang sakit dapat membantu meringankan beban perempuan yang belum menikah dalam melakukan peran ganda nya. Perhatian positif dari masyarakat sangat diperlukan guna menciptakan emosi yang positif bagi perempuan yang belum menikah dan mendukung peran perempuan dalam keluarga *sandwich generations* untuk mengelola perannya dengan baik. Pemerintah juga dapat memberikan dukungan kepada keluarga *sandwich generations* melalui program – program kesejahteraan keluarga maupun dukungan berupa psikoedukasi kepada masyarakat serta pelatihan yang relevan (Yanuar et al., 2021). Sinergitas antara keluarga, masyarakat, dan pemerintah diperlukan guna mendukung dan memotivasi perempuan yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* untuk menjadi pribadi yang sehat secara fisik dan jiwanya serta melakukan perannya dengan baik dan seimbang.

## KESIMPULAN

Dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations* terdiri dari tiga lokus utama yaitu kognisi, afeksi, dan konasi yang meliputi peran ganda, tekanan dan ekspektasi sosial terhadapnya. Penting untuk memberikan dukungan yang sesuai kepada perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations*. Hal ini dapat mencakup membantu perempuan dewasa dalam menemukan keseimbangan antara peran yang

diemban, mengatasi konflik internal, dan mengkomunikasikan kebutuhan dan ekspektasinya dengan jelas kepada keluarga.

Penelitian ini masih terbatas dalam mengetahui dinamika psikologis perempuan dewasa yang belum menikah dalam keluarga *sandwich generations*. Belum dikaji lebih mendalam terkait edukasi maupun intervensi untuk mengurangi tekanan sosial yang dirasakan, menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung untuk semua anggota keluarga terlepas dari status pernikahannya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan untuk mengkaji perempuan dewasa yang belum menikah maupun keluarga *sandwich generations* dengan variabel lainnya yang dirasa relevan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andu, C. P. (2019). Makna pernikahan bagi wanita lajang usia dewasa. *Jurnal Representamen*. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/representamen/article/view/2400/2007>
- Aswathy, V. K. (2017). Ageing Experience of Club Sandwich Generation: The Case of Kattunayakan Tribe, Kerala. In *Indian Journal of Gerontology*.
- Campion, M. A., Palmer, D. K., & Campion, J. E. (1997). A review of structure in the selection interview. *Personnel Psychology*. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1997.tb00709.x>
- Chen, J., & Zhou, X. (2022). Sandwich generation in China: Exchange pattern with older parents and educational expenditure on young children. *Asian Journal of Social Science*. <https://doi.org/10.1016/j.ajss.2022.01.007>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (Fifth). SAGE Publications Inc.
- Dewi, S. K. S., & Wiksuana, I. G. B. (2022). The Factors Analysis of Financial Conditions of Working Women Sandwich Generation. *Signifikan: Jurnal Ilmu Ekonomi*. <https://doi.org/10.15408/sjie.v11i2.25635>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Hämäläinen, H., & Tanskanen, A. O. (2021). “Sandwich generation”: generational transfers towards adult children and elderly parents. *Journal of Family Studies*. <https://doi.org/10.1080/13229400.2019.1586562>
- Khasanah, N., Widyastuti, U., & Fawaiq, M. (2023). Kepuasan Keuangan pada Generasi Sandwich dan Implikasinya terhadap Perilaku Mengelola Keuangan. *Jurnal Bisnis, Manajemen, Dan Keuangan*. <https://doi.org/10.21009/jbmk.0401.19>
- Lakoy, F. S. (2009). Psychological Well-Being Perempuan Bekerja Dengan Status Menikah Dan Belum Menikah. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*.
- Lei, L., Leggett, A. N., & Maust, D. T. (2023). A national profile of sandwich generation caregivers providing care to both older adults and children. *Journal of the American Geriatrics Society*. <https://doi.org/10.1111/jgs.18138>
- Loomis, L. S., & Booth, A. (1995). Multigenerational Caregiving and Well-Being: The Myth of the Beleaguered Sandwich Generation. *Journal of Family Issues*.

- <https://doi.org/10.1177/019251395016002001>
- Mahpur, M. (2017). Memantapkan Analisis Data Melalui Tahapan Koding. *Repository Universitas Islam Negeri Malang*.
- Miller, D. A. (1981). The 'sandwich' generation: Adult children of the aging. *Social Work (United States)*. <https://doi.org/10.1093/sw/26.5.419>
- Noor, S., & Isa, F. M. (2020). Malaysian sandwich generation issues and challenges in elderly parents care. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*. <https://doi.org/10.17583/rimcis.2020.5277>
- Pratama, L. A. jati, & Masykur, A. M. (2020). Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Pengalaman Wanita Dewasa Madya yang Masih Melajang. *Jurnal EMPATI*. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21707>
- Rari, F. P., Jamalludin, J., & Nurokhmah, P. (2021). Perbandingan tingkat kebahagiaan antara Generasi Sandwich dan non-Generasi Sandwich [Comparison of happiness levels between Sandwich Generation and non-Sandwich Generation]. *Jurnal Litbang Sukowati : Media Penelitian Dan Pengembangan*.
- Selan, M. T., Nabuasa, E., & ... (2020). Subjective well-being pada wanita dewasa awal yang belum menikah. *Journal of Health and ...* <https://ejurnal.undana.ac.id/CJPS/article/view/2719>
- Sengkey, R., Solang, D. J., & Sengkey, M. M. (2022). Studi Deskriptif Komparasi Tentang Psychological Well-Being Pada Generasi Sandwich Di Kecamatan Tomohon Tengah Kota Tomohon. *PSIKOPEDIA*. <https://doi.org/10.53682/pj.v3i3.5662>
- Shabrina, A., Purboningsih, E. R., & Widiastuti, T. R. (2020). Gambaran kesejahteraan subjektif pada perempuan dewasa yang merawat orang tua dengan demensia. *Jurnal Psikologi Ulayat*. <https://doi.org/10.24854/jpu149>
- Syufa'at, S., Zaidi, S. M. S., & Mutholaah, M. (2023). Sandwich Generation in Contemporary Indonesia: Determining Responsibility in Caring for Elderly under Islamic Law and Positive Law. *Al-Manahij: Jurnal Kajian Hukum Islam*. <https://doi.org/10.24090/mnh.v17i2.9371>
- Taibe, P. (2022). Gambaran psychological well-being pada wanita dewasa madya lajang bersuku Bugis. *Psikologi*.
- Ulfiah. (2016). *Psikologi Keluarga, Pemahaman Hakekat Keluarga & Penanganan Problematika Rumah Tangga*. Ghalia Indonesia. [https://etheses.uinsgd.ac.id/15219/1/Buku\\_Psikologi\\_Keluarga.pdf](https://etheses.uinsgd.ac.id/15219/1/Buku_Psikologi_Keluarga.pdf)
- Yanuar, A., Amanta, A. G., Puteri, M., Dahesihsari, R., & Ajisuksmo, C. R. P. (2021). Self-Compassion Bagi Sandwich Generation: Program Psikoedukasi Melalui Media Sosial Instagram. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v4i3.13458>
- Yusof, F., & Mustafar, F. W. (2019). Cabaran bujang lewat usia: Stigma terhadap wanita berkerjaya. *Jurnal Sains Sosial: Malaysian Journal of ...* <http://www.unimel.edu.my/journal/index.php/JSS/article/view/455>
- Zahra, S. A. (2020). *Perbedaan Kesiapan Menikah Berdasarkan Tipe Adult Attachment Pada Dewasa Awal Dari Keluarga Bercerai*. repository.unair.ac.id. <https://repository.unair.ac.id/98220>