

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga di Indonesia identik dengan beberapa karakteristik, diantaranya dianggap sebagai satu kesatuan yang utuh, memegang semangat gotong royong, memiliki ikatan yang erat antar anggota keluarga, hormat kepada orang tua, serta berada dalam keluarga besar (*extended family*) (Effendy, 1998). *Extended family* merupakan keluarga yang tidak hanya terdiri atas keluarga inti (ayah, ibu, dan anak) tetapi juga kerabat lainnya seperti kakek-nenek, paman, bibi, dan sepupu yang tinggal bersama (Knox & Schacht, 2010). Keluarga besar (*extended family*) masih berkembang di Indonesia sehingga memungkinkan orang tua lanjut usia untuk tinggal bersama keluarganya dengan anak, menantu, cucu, atau anggota keluarga lainnya (Riasmini, Sahar, & Resnayati, 2013). Hal ini terlihat dari persentase penduduk lansia berdasarkan status tempat tinggal lansia (BPS, 2020).

Tabel 1.1
Persentase penduduk lansia menurut status tinggal bersama

Karakteristik	Status Tinggal Bersama					Total
	Tinggal Sendiri	Bersama Pasangan	Bersama Keluarga	Tiga Generasi	Lainnya	
Total	9,80	20,51	27,85	39,10	2,74	100,00
Tipe Daerah						
Perkotaan	8,91	18,77	30,69	38,59	3,04	100,00
Perdesaan	10,81	22,47	24,65	39,67	2,40	100,00
Jenis Kelamin						
Laki-laki	5,06	25,53	32,94	34,81	1,67	100,00
Perempuan	14,13	15,94	23,21	43,01	3,71	100,00

Sumber: Badan Pusat Statistik, 2020

Tabel diatas menunjukkan bahwa lansia yang tinggal sendiri sebanyak 9,80 persen, tinggal bersama pasangan sebanyak 20,51 persen, tinggal bersama keluarga

27,85 persen, tinggal tiga generasi 39,10 persen, dan lainnya 2,74 persen. Berdasarkan persentase tersebut dapat diketahui bahwa persentase tertinggi ialah lansia tinggal bersama tiga generasi dalam satu rumah (BPS, 2020). Tiga generasi dalam satu rumah tangga artinya lansia tinggal bersama anak atau menantu dan cucunya, atau lansia yang tinggal bersama anak atau menantunya dan orangtua atau mertuanya (BPS, 2015).

Tinggal bersama dengan anak dan cucu merupakan tempat terbaik untuk lansia bertempat tinggal dan melewati hari-hari tuanya (Afrizal, 2018). Hal ini dikarenakan lansia membutuhkan dukungan dari berbagai pihak terutama keluarga sebagai pengasuh lansia lantaran adanya ketidakmampuan lansia untuk berfungsi secara optimal karena penurunan berbagai fungsi organ tubuh (Maryam, dkk., 2012). Selain itu, faktor agama dan budaya yang berkembang di Indonesia turut menekankan bahwa anak memiliki kewajiban untuk memberikan perawatan dan dukungan kepada orang tua lanjut usia (BPS, 2020). Kondisi ini menyebabkan anak yang berada di usia produktif memiliki beban tanggungan yaitu keluarga inti, orang tua, dan dirinya sendiri (BPS, 2020). Sehingga hal ini menyebabkan individu tersebut tergolong ke dalam *sandwich generation* (Aazami, dkk., 2017).

Sandwich generation merupakan istilah yang mengacu pada individu berusia 40 sampai 65 tahun yang menjadi pengasuh bagi anak-anak yang muda atau dewasa dan pengasuh bagi salah satu atau kedua orang tua yang lanjut usia (Chisholm, 1999). Pengasuhan yang diberikan menurut Burke (dalam Burke & Calvano, 2017) melibatkan perawatan langsung (membuatkan dan memberikan makanan, mandi, buang air, memastikan aturan pengobatan yang diikuti) dan

perawatan manajerial (berurusan dengan perusahaan asuransi, berurusan dengan bank, berurusan dengan dokter, membayar tagihan). Di negara Asia, individu *sandwich generation* bertanggung jawab untuk mengasuh orang tua yang telah lanjut usia dan merencanakan sesuatu untuk masa depan. Sebagian besar orang Asia memastikan bahwa mereka harus dapat memberikan perawatan dan pengasuhan yang terbaik untuk orang tuanya (Bt Ahmad, dkk., 2018).

Sandwich generation merujuk pada wanita karena memiliki tanggungjawab untuk memberikan perawatan pada generasi sebelumnya dan generasi berikutnya (Pagani & Marenzi, 2008). Hal ini dikarenakan rumah yang terdiri dari tiga generasi, biasanya pengasuhan utama dilakukan oleh wanita paruh baya (Williams, 2004). Meskipun perawatan lansia dapat dilakukan oleh siapa saja, akan tetapi secara tradisional wanita diasumsikan memiliki peran sebagai pengasuh utama bagi kedua orang tuanya (Wiyono, Sahar, & Wiarsih, 2008). Penelitian yang dilakukan oleh Laubunjong (2008) mengenai pola pemberian perawatan kepada lansia menunjukkan bahwa mayoritas lansia ingin dirawat oleh anak perempuannya. Sehingga, wanita *sandwich generation* akan dihadapkan pada tantangan untuk menyeimbangkan kebutuhan anak dan kebutuhan orang tua lanjut usia (Riley & Bowen, 2005).

Tantangan untuk menyeimbangkan kebutuhan anak dan kebutuhan orang tua lanjut usia akan semakin sulit bagi wanita bekerja (Aazami, dkk., 2017). Perkembangan zaman yang terjadi membuat tidak hanya laki-laki yang bekerja, tetapi wanita juga bekerja (Ramadhani, 2016). Hal ini terlihat dari data BPS (2019) menunjukkan bahwa wanita yang terlibat dalam angkatan kerja sekitar 51%.

Keputusan wanita untuk bekerja adalah membantu mencari nafkah, meningkatkan ekonomi keluarga, dan melakukan aktualisasi diri di lingkungan pekerjaan (Lestari, 2017).

Bagi wanita *sandwich generation* yang bekerja disamping memiliki tanggungjawab keluarga, juga memiliki tanggungjawab pekerjaan (Aazami, dkk., 2017). Hal ini menyebabkan wanita yang bekerja memiliki beban ganda. Disatu sisi wanita akan bekerja untuk mendapatkan penghasilan dan disisi lainnya tetap bertanggungjawab dalam urusan domestik seperti membesarkan anak dan merawat orang tua (Wiratri, 2018). Sehingga, wanita harus menyeimbangkan kebutuhan keluarga, kebutuhan satu atau lebih orang tua, dan pekerjaan (Burke & Calvano, 2017).

Burke menjelaskan bahwa dalam menyeimbangkan kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat menyebabkan adanya dampak negatif dari pekerjaan ke keluarga, perlu adanya kerja keras untuk mengimbangi biaya yang dibutuhkan dalam perawatan lansia, banyaknya waktu yang dihabiskan untuk mengasuh orang tua dan memiliki banyak tanggungjawab terhadap anak (dalam Burke & Calvano, 2017). Juga, wanita *sandwich generation* yang bekerja tidak memiliki waktu luang untuk dirinya (N.E., 2018). Selain itu, menurut Burke pada wanita *sandwich generation* yang bekerja akan banyak ketidakhadiran dalam pekerjaan, rendahnya produktivitas kerja, dan sering menggunakan tunjangan perusahaan (dalam Burke & Calvano, 2017).

Dampak negatif lain yang juga dirasakan oleh wanita *sandwich generation* yang bekerja adalah mengalami penolakan tawaran pekerjaan, perubahan jam kerja,

dan pengurangan pendapatan (Williams, 2004). Kemudian juga berdampak pada masalah kesehatan seperti gangguan tidur, kelelahan, masalah perilaku dalam fungsi keluarga, dan perilaku hidup sehat (Aazami, dkk., 2017; Chassin, Macy, Seo, Presson, & Sherman, 2010). Wanita yang terlibat dalam pengasuhan juga memiliki beban emosional, adanya perasaan bersalah karena tidak melakukan sesuatu dengan baik, dan adanya kebencian karena merasa terbebani (Knox & Schacht, 2010).

Selain itu, kondisi tersebut akan menimbulkan konflik antar peran dimana keterlibatan dalam peran pekerjaan menjadi sulit karena adanya keterlibatan peran dalam keluarga, begitu juga sebaliknya (Aazami, dkk., 2017). Konflik antar peran ini dapat berdampak pada tekanan psikologis, kesehatan fisik, depresi, kecemasan, kesejahteraan, ketidakpuasan dalam perkawinan, dan kualitas hidup. Dampak negatif lain dari peran yang saling bersaing ini adalah ketegangan emosional, konflik perkawinan, dan berkurangnya waktu luang (Chisholm, 1999).

Wanita *sandwich generation* yang bekerja juga akan kehabisan waktu, energi, dan sumber daya untuk memenuhi peran-peran yang ada karena anak dan orang tua yang bergantung pada dirinya, kemudian harus memenuhi tanggungjawab keluarga dan pekerjaan (Riley & Bowen, 2005). Wanita *sandwich generation* yang bekerja akan mudah menjadi terisolasi dan sering mengabaikan kebutuhan-kebutuhannya (Olson, DeFrain, & Skogrand, 2011). Sehingga semua tugas, aktivitas, waktu, cara berpikir, dan perasaannya ditujukan untuk memenuhi peran-peran tersebut, bukan untuk dirinya. Hal ini nantinya dapat meningkatkan stres (Gillet & Crisp, 2017), menimbulkan masalah psikososial (Riley & Bowen, 2005)

dan banyaknya emosi negatif (Evans, Millsteed, Richmond, Falkmer, Falkmer, & Girdler, 2016).

Meskipun mengalami peristiwa yang menimbulkan stres, beberapa individu merespon dan mengelola peristiwa yang penuh tekanan dengan efektif tanpa mengalami penurunan kesehatan, sementara yang lainnya kurang efektif dalam menangani stres sehingga beresiko terhadap kesehatannya (Rodríguez-González, Schweer-Collins, Skowron, Jódar, Cagigal, & Major, 2019). Hal ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk memisahkan antara pikiran dan perasaan dalam berbagai peran yang ada dan dalam sistem hubungan emosional dengan orang-orang yang ada di sekitarnya (Kerr & Bowen, 1988). Kemampuan ini merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Bowen mengenai *differentiation of self* (Kerr & Bowen, 1988).

Differentiation of self merupakan kemampuan individu untuk mengidentifikasi dan membedakan dirinya secara terpisah dari orang lain (Bohlander, 1995). *Differentiation of self* mengacu pada individu yang terpisah secara emosional dan memiliki kemampuan untuk berpikir, merasakan, dan bertindak untuk dirinya (Kerr & Bowen, 1988). *Differentiation of self* dapat dijadikan dasar bagi wanita *sandwich generation* yang bekerja dalam mengelola dan merespon peristiwa yang dialami akibat tuntutan yang saling bersaing antar peran.

Individu yang mampu untuk memisahkan peran-peran yang ada pada dirinya maka dicirikan dengan kurangnya ketegangan emosional, mampu melakukan pemutusan emosi terkait dengan stres yang dihadapinya di rumah

sehingga mengurangi kelelahan kerja yang dirasakannya, mampu mengatur energi dan waktunya, dan sedikit melepaskan tanggungjawab dengan cara berbagi tugas dengan orang lain. Individu juga mampu mengontrol peran yang ada dan mampu mengambil keputusan terkait dengan peran yang akan diprioritaskan (Evans, dkk., 2016). Selain itu, individu juga mampu menyisihkan waktu, merawat diri sendiri, dan mengelola energi diantara peran-peran yang dijalannya (Allen & Stearns, 2014). Sehingga ketika individu mampu menyeimbangkan peran yang saling bertentangan tersebut maka membantu individu tersebut untuk mengurangi stres.

Differentiation of self penting bagi individu karena menggambarkan tentang cara individu berfungsi dalam berhubungan dengan orang lain. Individu dengan *differentiation of self* yang rendah akan didominasi oleh perasaan, tidak mampu membedakan antara perasaan dan pikiran, dan tidak memiliki energi untuk mengarahkan tujuan hidup (Titelman, 2014). Individu dengan *differentiation of self* yang rendah dicirikan dengan lebih reaktif secara emosional, sulit tenang dalam menanggapi emosi orang lain, sebagian besar energi diarahkan ke intensitas perasaan dan pengalaman, serta terlibat pemutusan emosional (Kerr & Bowen, 1988). Sementara individu dengan *differentiation of self* yang tinggi akan mampu memisahkan emosi dan pikirannya sehingga mampu berfungsi secara seimbang (Titelman, 2014). Individu dengan *differentiation of self* yang tinggi dicirikan dengan mampu beradaptasi dengan situasi yang menimbulkan stres, mampu mengarahkan diri pada tujuan hidup, mampu mengelola tanggungjawab, dapat mengambil keputusan, konsisten dalam bekerja, dan mampu memelihara kestabilan keluarga (Kerr & Bowen, 1988).

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dipaparkan diatas, wanita *sandwich generation* yang bekerja dihadapkan pada tantangan untuk menyeimbangkan tanggungjawab antara mengasuh anak, merawat orang tua, dan tuntutan pekerjaan sehingga terkait dengan tingkat stres yang tinggi dan menimbulkan resiko kesehatan fisik dan emosional, serta berbagai masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan. Akan tetapi, tidak semua wanita *sandwich generation* yang bekerja akan mengalami dampak negatif yang ditimbulkan dari tantangan untuk menyeimbangkan peran-peran tersebut. Hal ini berkaitan dengan kemampuan individu membedakan dirinya secara terpisah dari orang lain untuk mengelola dan merespon peristiwa stres yang disebut dengan *differentiation of self*. Dengan tingginya *differentiation of self* yang dimiliki oleh wanita *sandwich generation* yang bekerja akan membantu mereka menghadapi tekanan dalam menyeimbangkan peran yang ada.

Apabila dilihat dari penelitian-penelitian sebelumnya, belum ada penelitian yang secara khusus menggali tentang *differentiation of self* pada wanita *sandwich generation* yang bekerja. Akan tetapi, sudah ada penelitian yang membahas *differentiation of self* pada ibu dan individu yang bekerja. Penelitian yang dilakukan oleh Ghoreishi, Asadzadeh, dan Hosseini (2018) mengenai pemodelan stres orang tua berdasarkan diferensiasi diri orang tua dan peran mediasi kinerja keluarga dengan anak autis menunjukkan bahwa diferensiasi diri dan kinerja keluarga dapat menurunkan stres pada orang tua tersebut. Sementara penelitian lainnya yang dilakukan oleh Cavaiola, Peters, Hamdan, dan Lavender (2012) mengenai diferensiasi diri dan kaitannya dengan stres kerja dan kepuasan kerja menunjukkan

bahwa individu yang memiliki diferensiasi diri yang tinggi memiliki kepuasan kerja yang lebih besar dan stres interpersonal yang lebih rendah.

Oleh karena itu, peneliti menganggap bahwa perlu dilakukannya penelitian untuk melihat bagaimana gambaran *differentiation of self* pada wanita *sandwich generation* yang bekerja karena perannya yang lebih kompleks tidak hanya pada satu peran tetapi dengan beberapa peran. Maka dari itu, penelitian ini diberi judul **“Gambaran *Differentiation of Self* pada Wanita *Sandwich Generation* yang Bekerja”**.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian yaitu bagaimana gambaran *differentiation of self* pada wanita bekerja yang tergolong ke dalam *sandwich generation*?

1.3 Tujuan Penelitian

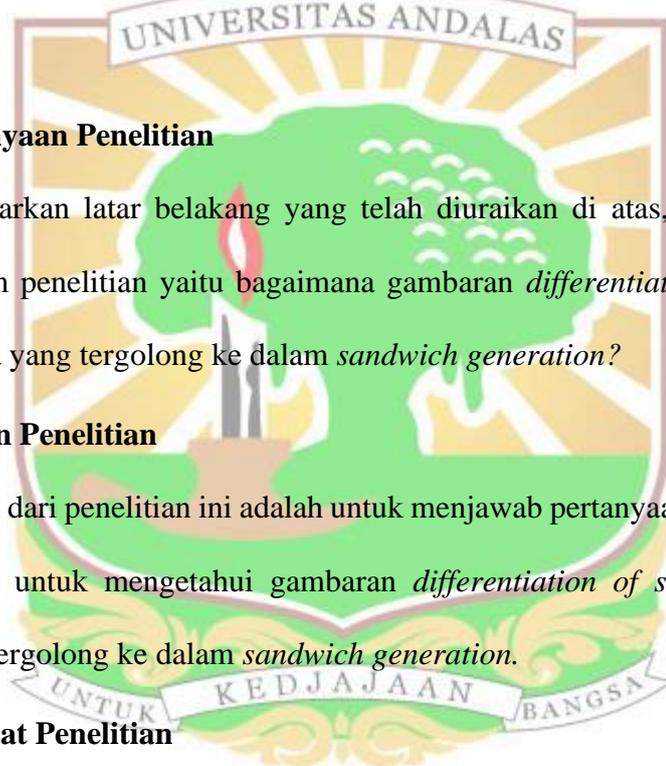
Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan pada rumusan masalah yaitu untuk mengetahui gambaran *differentiation of self* pada wanita bekerja yang tergolong ke dalam *sandwich generation*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi keluarga.
2. Penelitian ini diharapkan memberikan tambahan informasi untuk penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan



gambaran *differentiation of self* pada wanita *sandwich generation* yang bekerja.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

1. Individu yang tergolong ke dalam *sandwich generation*

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada wanita *sandwich generation* yang bekerja mengenai *differentiation of self* sebagai suatu kemampuan untuk mengelola reaksi emosional, bertindak secara bijaksana di bawah tekanan, dan menjaga keseimbangan antara keintiman dan otonomi dalam hubungan.

2. Masyarakat umum

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai *differentiation of self* yang menggambarkan dasar fungsi individu dalam berhubungan dengan orang lain.

1.5 Sistematika Penulisan

Bab I : Pendahuluan berisikan penjelasan mengenai latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan

Bab II : Tinjauan pustaka berisikan landasan teori yang berkaitan dengan *differentiation of self* dan *sandwich generation*, serta diakhiri dengan kerangka berpikir.

Bab III : Metode penelitian berisikan metode yang digunakan dalam penelitian yang mencakup pendekatan yang digunakan dalam penelitian,

partisipasi penelitian, lokasi penelitian, metode pengambilan data, alat bantu pengumpulan data, kredibilitas, prosedur penelitian, dan prosedur analisis dan interpretasi data.

Bab IV : Bab ini menguraikan analisis data ke dalam bentuk penjelasan data yang disertai dengan data pendukung secara terperinci dan runtut.

Bab V : Bab ini menjelaskan mengenai kesimpulan dari hasil penelitian dan saran terkait penelitian.

