

PENGARUH CAREGIVER BURDEN TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DIMODERATORI OLEH RESILIENSI PADA IBU GENERASI SANDWICH

Farah Asy'syifa

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga

Email: farah.asysyifa-2019@psikologi.unair.ac.id,

Abstract

This study aims to determine the moderating effect of resilience on the relationship between caregiver burden and psychological well-being in mothers of the sandwich generation. Providing care for two generations simultaneously leads to a decrease in psychological well-being triggered by the caregiver burden experienced by mothers of the sandwich generation. The presence of resilience in individuals can enhance psychological well-being even when they are still experiencing caregiver burden. This quantitative study utilized a survey method with questionnaires, including the Burden Scale for Family Caregivers short scale, Ryff's Psychological Well-Being Scale, and the Resilience Scale, which were administered to 130 Indonesian married housewives aged 30 to 55 years old, who were simultaneously taking care of and living with both their parents/in-laws and children. Data analysis was performed using moderator analysis techniques with the assistance of the statistical software Jamovi for Windows version 3.2.28. The results of the study indicate that caregiver burden has a negative impact on the psychological well-being of mothers in the sandwich generation. Furthermore, the resilience of mothers in the sandwich generation has a positive influence on psychological well-being, but resilience does not moderate the influence of caregiver burden and psychological well-being

Keyword: caregiver burden, psychological well-being, resiliensi, generasi sandwich

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek resiliensi dalam memoderatori pengaruh caregiver burden (beban pengasuhan) terhadap psychological well-being (kesejahteraan psikologis) pada ibu generasi sandwich. Melakukan perawatan dan pengasuhan kepada dua generasi sekaligus mendorong terjadinya penurunan kondisi kesejahteraan psikologis yang dipicu oleh adanya beban pengasuhan yang dialami oleh ibu generasi sandwich. Hadirnya resiliensi yang dimiliki oleh individu, dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis meskipun individu tersebut masih mengalami beban pengasuhan. Penelitian kuantitatif dengan metode survei berupa kuesioner, terdiri dari alat ukur Burden Scale for Family Caregivers short scale, Ryff's Psychological Well-Being Scale, serta Resilience Scale yang diberikan kepada 130 ibu rumah tangga WNI

berusia 30 hingga 55 tahun, berstatus menikah, sedang menanggung, merawat, serta tinggal bersama dengan orang tua/mertua dan anak sekaligus. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis moderator, dengan bantuan program statistik Jamovi for Windows versi 3.2.28. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban pengasuhan berpengaruh secara negatif terhadap kesejahteraan psikologis ibu generasi sandwich. Kemudian, resiliensi ibu generasi sandwich berpengaruh secara positif terhadap kesejahteraan psikologis, namun resiliensi tidak dapat memoderatori pengaruh beban pengasuhan dan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: caregiver burden, psychological well-being, resiliensi, generasi sandwich

Diserahkan: 20-09-2023;

Diterima: 05-10-2023;

Diterbitkan: 20-10-2023

PENDAHULUAN

Pada tahun 2045, Indonesia diperkirakan akan mengalami bonus demografi ganda. Hal ini didukung oleh data (BPS, 2020), bahwa kelompok usia 65 tahun ke atas akan meningkat sekitar 20% atau sebanyak 23 juta penduduk lansia yang sebelumnya berada pada angka 10%. Di tahun 2020, sejumlah 6 orang penduduk menanggung hidup 1 orang lansia (BPS, 2020). Data tersebut menggambarkan semakin tinggi tingkat rasio ketergantungan maka semakin tinggi pula jumlah biaya penduduk non-produktif yang harus ditanggung oleh penduduk usia produktif (Prakarsa Policy Brief, 2021). Di Indonesia sendiri, tak jarang anak-anak yang telah membina rumah tangganya masih harus menghidupi orang tuanya. Hal ini seperti peristiwa yang tidak dapat terhindarkan, karena sikap bakti, serta budaya dan kultur Indonesia yang kental akan nilai kekerabatan dan kekeluargaan. Sikap bakti atau *filial caregiving* yang dimaksud adalah upaya membantu dan membiayai kehidupan lansia (Harsiwi, 2021 dalam (Marini, 2022)). Di Indonesia terdapat sebanyak 22,78% lansia yang tinggal bersama pasangannya, 29,66% tinggal bersama keluarga inti, dan 34,71% lansia yang tinggal bersama tiga generasi atau generasi *sandwich* (BPS, 2021). Kemudian, temuan hasil survei yang dilaporkan oleh JAKPAT, sebesar 48% masyarakat di Indonesia mengalami kondisi generasi *sandwich* (JAKPAT, 2020). Pada tahun 2022, kondisi lansia tinggal bersama tiga generasi mengalami peningkatan menjadi 35,93% (BPS, 2022). Dari data tersebut tergambar bahwa di Indonesia masih banyak lansia yang bergantung pada rumah tangga anak-anaknya sekaligus pemberi perawatan pada lansia. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2013 (dalam (Kesumaningsari, 2021))), sebanyak 183 lansia di Indonesia dirawat oleh anak atau menantunya sendiri dan sebagian besar anak atau menantunya tersebut tengah berada dalam kondisi sudah menikah, berkeluarga, dan bekerja. Istilah yang menggambarkan kondisi tersebut adalah generasi *sandwich*.

Generasi *sandwich* merupakan orang-orang yang memiliki tugas dan tanggung jawab ganda untuk mengasuh orang tua sekaligus anak-anak mereka (Miller, 1981). Berdasarkan laporan survei pada Paw Research Center (2013), umumnya tugas pengasuhan ini dijalani oleh orang-orang yang berada pada kategori usia dewasa tengah

atau madya yang sudah berumah tangga (Parker & Patten, 2013). Dewasa madya seringkali terjebak diantara multigenerasi, atau biasa disebut “*sandwich*”, “*squeezed*”, atau “*overload*” (Etaugh & Bridges, 2010 dalam (Santrock, 2011)). Kondisi ini membuat mereka memiliki tanggung jawab untuk anak-anak mereka sekaligus orang tua mereka yang sudah menua. Orang-orang yang berada pada kondisi generasi *sandwich* memiliki rentang usia 45 hingga 64 tahun (Sinha, 2012). Namun, peneliti lain menjelaskan bahwa seseorang yang berada pada rentang usia 30 hingga 45 tahun juga dapat mengalami kondisi generasi *sandwich* (Hammer & Neal, 2008). Penelitian menunjukkan, bahwa wanita paling sering bertugas untuk merawat lansia, yang tak lain ialah orang tua atau mertuanya sendiri dalam satu rumah. Penelitian yang dilakukan oleh Riasmini, dkk. (2013) menunjukkan sebesar 70% pengasuh lansia dijalani oleh wanita. Hal serupa juga terjadi di negara Kanada yang diungkapkan oleh Sinha (2013), sebesar 54% yang menjalani tugas pengasuhan terhadap lansia adalah wanita, yang dilakukan dalam kurun waktu 20 jam per minggu dibandingkan dengan pengasuh pria. Hal ini dikarenakan bahwa terdapat ekspektasi peran yang dialami wanita terkait pengasuhan, sehingga tidak ada opsi lain bagi wanita untuk tetap menjadi seorang pengasuh, baik bekerja ataupun tidak (Fredriksen-Goldsen & Scharlach, 2001 (dalam Cravey & Mitra, 2011)). Berdasarkan data prediksi angka dependensi rasio (Prakarsa Policy Brief, 2021), angka generasi *sandwich* akan terus meningkat tiap tahunnya dan hal ini mampu membawa Indonesia ke dalam kondisi beban lansia di masa yang akan datang.

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi yang dibutuhkan oleh setiap individu karena hal ini erat kaitannya dengan kualitas hidup dan kesehatan mental seseorang, terutama bagi seorang ibu. Begitu banyak peran setiap ibu dalam menjalani kehidupan dalam lingkup keluarga, salah satunya adalah menjalani tugas pengasuhan. Ibu yang memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang baik, mampu mengurangi perasaan atau emosi-emosi negatif (Fauziah & Fatimah, 2022) selama menjalankan tugas pengasuhan. Dipaparkan oleh Ryff (1989), kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan gambaran kondisi psikologis seseorang yang didasarkan atas kemampuan untuk mempertahankan kondisi fisik serta psikologis dengan baik. Dengan demikian, memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang baik mampu menyelamatkan individu dari situasi-situasi yang menekan (Hernandez dkk., 2018). Sebagai seorang ibu, idealnya memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang baik, karena hal tersebut dapat mempengaruhi kondisi kesehatan dan kesejahteraan seluruh anggota keluarga (Weber, 1999). Namun pada kenyataannya, tidak semua ibu memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang baik, terutama perbandingan antara ibu rumah tangga dan ibu yang bekerja. Penelitian menjelaskan, bahwa ibu rumah tangga dinilai memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah jika dibandingkan dengan ibu yang bekerja (pekerjaan di luar rumah dan domestik). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Luh, dkk. (2017), bahwa ibu yang bekerja lebih banyak mendapatkan kesenangan karena mereka memiliki kesempatan untuk bisa membangun relasi dengan teman di tempat kerja, memiliki harga diri yang tinggi, memiliki wawasan yang lebih luas, dan memiliki pendapatan sendiri (Santrock, 2002). Adapun faktor-faktor yang memiliki pengaruh

terhadap kesejahteraan psikologis adalah latar belakang budaya, kondisi ekonomi, pendidikan (Ryff, 1995), jenis kelamin (Ryff dkk., 1995), pekerjaan, pernikahan, anak-anak, kesehatan dan fungsi fisik, kepercayaan, emosi yang dirasakan (Mirowsky & Ross, 1999), serta religiusitas (Makoni, 2021) dan spiritualitas (Ivtzan dkk., 2013) seseorang. Generasi *sandwich* merupakan seorang anak yang telah berkeluarga atau menikah dan memiliki tanggung jawab untuk merawat orang tua sekaligus anaknya. Orang dewasa yang telah menikah idealnya memiliki kondisi kesehatan yang lebih baik secara fisik maupun mental (S. L. Brown dkk., 2005, Kaplan & Kronick, 2006; Zhang, 2006 dalam (Papalia & Martorell, 2021)). Namun pada kenyataannya, hal ini tidak berlaku pada orang dewasa yang berada dalam situasi terjepit. Kondisi terjepit (generasi *sandwich*) ini justru membuat orang dewasa merasa kurang bahagia dalam perkawinannya (Bookwala, 2009 dalam (Papalia & Martorell, 2021)). Ketidakhahagiaan perkawinan juga akan berdampak pada kesejahteraan psikologis masing-masing pasangan. Selain faktor-faktor tersebut, terdapat faktor lain yang mampu menyebabkan menurunnya tingkat kesejahteraan psikologis, salah satunya yakni beban pengasuhan (Chappel & Reid, 2002; Makoni, 2021).

Menjadi generasi *sandwich* memungkinkan seseorang akan merasa terbebani karena peran ganda yang mereka alami. Timbulnya perasaan negatif berujung pada pembentukan kondisi beban pengasuhan yang dialami oleh ibu sebagai pengasuh informal. Pengasuh informal merupakan pengasuh yang berasal dari kerabat terdekat, yang bertugas memberikan perawatan dalam jangka waktu yang lama (Graessel dkk., 2014). Wanita paling sering bertugas merawat lansia karena wanita identik dengan pekerjaan mengasuh (Kinsella & Velkoff, 2001 dalam (Papalia & Martorell, 2021)). Dengan demikian, wanita memiliki kerentanan terhadap beban pengasuhan yang mendorong wanita mengalami stres hingga harapan yang tidak sesuai (Depasquale dkk., 2016). Kondisi beban pengasuhan yang dialami, mendorong seseorang untuk menghadapi masalah kesehatan baik fisik maupun mental, sosial, dan finansial (Gillett & Crisp, 2017). Menurut Zarit dkk. (1980) beban pengasuhan didefinisikan sebagai perasaan-perasaan yang dialami oleh pengasuh yang merujuk pada kondisi emosi, fisik, sosial, dan finansial dan berdampak pula pada kehidupan pribadi, keluarga, dan sosial. Beban pengasuhan juga didefinisikan sebagai gangguan kesehatan yang dirasakan oleh pengasuh keluarga, baik dari segi fisik maupun mental karena telah merawat anggota keluarga (Pendergrass dkk., 2018). Beban pengasuhan dinilai mampu menjadi sumber stres tinggi di dalam kehidupan pengasuh pada lingkup keuangan dan aktivitas di waktu senggang (Zarit & Savla, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa pengasuh rentan mengalami depresi dan penyakit (Zarit & Savla, 2016), stres, dan sulit mengelola waktu bekerja dan waktu untuk diri mereka sendiri (Noor & Isa, 2020). Oleh karena itu, generasi *sandwich* rentan mengalami beban pengasuhan, sebab begitu banyak peran serta tugas yang dijalani oleh mereka, seperti mengasuh anak, orang tua, pekerjaan rumah dan kantor yang mendorong ibu mengalami stres hingga harapan yang tidak sesuai.

Disamping munculnya perasaan atau emosi-emosi negatif yang dirasakan selama menjalani tugas pengasuhan ganda, terdapat perasaan positif pengasuh yang juga

dapat timbul selama menjalani tugas pengasuhan, yakni dengan munculnya kepuasan pernikahan dan kepuasan peran dalam merawat orang tuanya (Frack & Chapman, 2021). Hal ini karena mereka menganggap bahwa perawatan yang diberikan adalah sebagai bentuk perilaku balas budi kepada orang tua mereka. Penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Riasmini, dkk. (2013) menunjukkan bahwa adanya kepuasan yang dirasakan oleh pengasuh saat memberikan pengasuhan kepada orang tua dan menganggapnya sebagai suatu anugerah. Efek positif mengenai kepuasan yang dialami oleh pengasuh ditemukan oleh studi lain, yang mana pengasuhan justru menjadi sumber kebahagiaan karena dapat memenuhi kebutuhan orang lain (Novi dkk., 2015). Dari beberapa penelitian yang dijelaskan, bahwa pengalaman dalam memberikan pengasuhan terkadang juga menimbulkan kepuasan dan kesenangan dalam membantu memenuhi kebutuhan orang lain, khususnya kerabat seperti orang tua. Individu yang merasa berguna cenderung lebih bahagia dan lebih mampu untuk menikmati hidupnya (Binder & Freytag, 2013 dalam (Novi dkk., 2015)). Pasangan dalam generasi *sandwich* mengalami peningkatan kebahagiaan pada pernikahannya, dikarenakan terjadinya penyatuan keluarga saat menjalankan pengasuhan, sehingga keluarga tersebut cenderung memiliki ikatan keluarga yang lebih erat (Beach, 1997 dalam (Frack & Chapman, 2021)).

Menurunnya kondisi kesejahteraan psikologis individu salah satunya dipengaruhi oleh adanya beban pengasuhan (Chappel & Reid, 2002). Sebagai stressor, beban pengasuhan ini mungkin dapat diminimalisir dengan resiliensi yang dimiliki oleh individu. Resiliensi memiliki keterkaitan dan berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis dan beban pengasuhan. Resiliensi dapat mempengaruhi kesejahteraan individu sebagai upaya menghadapi tekanan atau stressor yang muncul (Foumani, dkk., 2015). Individu dengan resiliensi yang tinggi akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis dimana individu tersebut menjadi mampu untuk melaksanakan pekerjaan dan menyelesaikan masalah dengan baik (Gibbs & Miller, 2014). Resiliensi merupakan proses adaptasi baik dalam menghadapi situasi yang sulit, seperti trauma, kecelakaan, peristiwa yang mengancam atau sumber stres lainnya yang berasal dari lingkungan keluarga, penyakit serius, tempat kerja, dan keuangan (APA, 2018). Menurut Bonanno (2004) resiliensi psikologis merupakan kemampuan orang dewasa untuk tetap memiliki keberfungsian fisik yang sehat dan keberfungsian psikologis yang baik dan stabil. Menurut Wagnild & Young (1993) terdapat lima aspek resiliensi, yakni *perseverance*, *self-reliance*, *meaningfulness*, *equanimity*, *existential aloneness*. Individu yang resilien, cenderung memiliki keterampilan dalam pengelolaan emosi, perilaku, serta mampu menemukan jalan keluar dari permasalahan secara efektif dan lebih mampu memandang dirinya secara positif juga optimis. Dengan demikian, resiliensi mampu membantu pengasuh dalam menjalani tuntutan pengasuhan sekaligus dapat meningkatkan kualitas hidup pengasuh secara keseluruhan. Penelitian oleh Sorayyanezhad dkk. (2022) melaporkan bahwa pengasuh yang memiliki beban yang tinggi dalam proses pengasuhan memiliki resiliensi keluarga yang rendah, begitupun sebaliknya. Beberapa individu tidak memiliki pilihan lain selain berupaya untuk terus bertahan dalam kondisi sulit, sehingga lambat laun bisa menerima keadaan yang mereka alami. Daripada mereka berfokus pada

beban-beban atau kesulitan-kesulitan yang mereka rasakan, mereka lebih memilih untuk membuka sudut pandang baru dan beradaptasi dengan keadaan yang sulit sekalipun. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Couto dkk. (2011) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian oleh Sorayyanezhad dkk. (2022) melaporkan bahwa pengasuh yang memiliki beban yang tinggi dalam proses pengasuhan memiliki resiliensi keluarga yang rendah, begitupun sebaliknya.

Fenomena generasi *sandwich* menjadi tantangan tersendiri bagi beberapa ibu rumah tangga. Resiliensi tampaknya memiliki kontribusi yang kuat dalam melihat apakah pengasuh memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi walaupun secara bersamaan juga mengalami beban pengasuhan. Untuk itu, perlunya resiliensi individu sebagai upaya bangkit dari masa yang sulit. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka penulis ingin mengetahui efek resiliensi dalam memoderatori hubungan antara beban pengasuhan terhadap kesejahteraan psikologis wanita generasi *sandwich*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survei. Untuk mengukur tingkat *caregiver burden* (beban pengasuhan) menggunakan alat ukur *Burden Scale for Family Caregivers Short Scale* milik Graessel dkk. (2014), pengukuran variabel *psychological well-being* menggunakan *Ryff's Psychological Well-Being Scale* oleh Ryff (1989), dan tingkat resiliensi diukur menggunakan *Resilience Scale* milik Wagnild dan Young (1993). Terdapat 130 ibu rumah tangga WNI berusia 30 hingga 55 tahun, berstatus menikah, sedang menanggung, merawat, serta tinggal bersama dengan orang tua/mertua dan anak sekaligus yang bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Metode analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis moderator, dengan bantuan program statistik Jamovi for Windows versi 3.2.28.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Hasil Model Fit Measure

Model	R	R ²	AIC	BIC	Overall Model Test			
					F	df1	df2	p
1	0.289	0.0835	793	802	11.7	1	128	<.001
2	0.654	0.4282	734	745	47.6	2	127	<.001

Tabel 4.16 merupakan tabel hasil model *fit* measure yang menjelaskan hasil perbandingan pada dua model regresi, dimana model pertama hanya menggunakan satu prediktor (beban pengasuhan) saja untuk memprediksi nilai kesejahteraan psikologis. Sementara itu, model kedua menggunakan dua prediktor (beban pengasuhan dan

resiliensi) untuk memprediksi nilai kesejahteraan psikologis. Berdasarkan model 1, dapat disimpulkan bahwa beban pengasuhan memiliki nilai R^2 sebesar 0.0835 setara dengan 8,35% dengan varians variabel *outcome* (kesejahteraan psikologis). Hal ini berarti, 8.35% besarnya kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan oleh beban pengasuhan, sedangkan sisanya (sebesar 91.65%) dijelaskan oleh faktor lain selain beban pengasuhan. Dengan demikian, model 1 sesuai untuk menjelaskan data ($F(1,128) = 11.7; p <.001$).

Selanjutnya, pada model 2 nilai R^2 ada sebesar 0.4282 atau setara dengan 42.82% dengan varians variabel *outcome* (kesejahteraan psikologis). Hal ini berarti, sebanyak 42.82% besarnya kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan oleh variabel resiliensi, sedangkan sisanya (sebesar 57.18%) dijelaskan oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Dengan demikian, model 2 dapat lebih menjelaskan kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan model 1 dan telah sesuai untuk menjelaskan data ($F(2,127) = 47.4; p <.001$).

Tabel 2 Hasil Model Fit Measure

Comparison						
Model	Model	ΔR^2	F	df1	df2	p
1	2	0.345	76.6	1	127	<.001

Uji perbandingan model pada tabel 4.17 memiliki tujuan untuk memberikan penjelasan terkait 2 model pada penelitian ini. Nilai ΔR^2 memberikan penjelasan bahwa dengan adanya penambahan satu prediktor resiliensi pada model 2, dapat memberikan tambahan informasi mengenai variabel kesejahteraan psikologis sebanyak 34.4%. Hal ini juga dapat dilihat dari adanya perbedaan yang signifikan antara model 1 dan model 2, dilihat dari nilai $p <.001$.

Tabel 3 Model Coefficients – Psychological Well-Being

Model Coefficients – Psychological Well-Being

Predictor	Estimate	SE	95% Confidence Interval		t	p
			Lower	Upper		
Intercept	33.186	2.9170	27.414	38.9585	11.38	<.001
<i>Caregiver Burden</i>	-0.176	0.0697	-0.314	-0.0381	-2.53	0.013
Resiliensi	0.301	0.0343	0.233	0.3685	8.75	<.001

*Estimate= intercept, koefisien X1(*Caregiver Burden*), koefisien X2 (Resiliensi)

Hasil *Model Coefficients* yang tertera pada tabel 4.18 berfungsi untuk membuat persamaan garis regresi. Dengan begitu, persamaan regresi $Y = 33.186 - 0.176X_1 + 0.301 + \varepsilon$. Regresi secara parsial antara beban pengasuhan dan resiliensi masing-masing memiliki nilai $p < 0.05$, sehingga, dapat disimpulkan bahwa *caregiver burden* ($\beta = -0.176$, $CI_{95} [-0.314, -0.0381]$, $SE = 0.0697$, $t = -2.53$, $p = 0.013$) dan resiliensi ($\beta = 0.301$, $CI_{95} [0.233, 0.3685]$, $SE = 0.0343$, $t = 8.75$, $p = <0.001$) merupakan prediktor yang sama-sama berperan secara signifikan dalam menjelaskan kesejahteraan psikologis.

Kemudian, terdapat pula angka koefisien regresi pada *caregiver burden* dan *psychological well-being* secara berturut-turut, yakni 0.176 dan 0.301 yang berarti bahwa setiap peningkatan pada *caregiver burden* (beban pengasuhan), maka *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) menurun sebesar 0.176 atau 17.6%. Kemudian, setiap peningkatan pada resiliensi, maka kesejahteraan psikologis meningkat sebesar 0.301 atau 30.1%.

Tabel 4 Hasil Analisis Moderasi Resiliensi pada *Caregiver Burden* Terhadap *Psychological Well-Being*

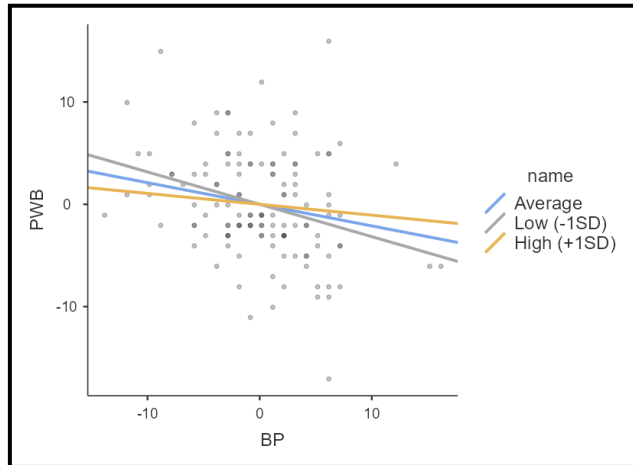
	B	SE	95% Confidence Interval		Z	p
			Lower	Upper		
<i>Caregiver Burden</i>	-0.2112	0.07074	-0.34980	-0.0725	-2.99	0.003
Resiliensi	0.2980	0.03302	0.23327	0.3627	9.03	<.001
<i>Caregiver Burden</i> *Resiliensi	0.0101	0.00672	-0.00307	0.0233	1.50	0.133

Berdasarkan tabel 4.19, dapat diketahui bahwa beban pengasuhan memberikan efek negatif terhadap kesejahteraan psikologis ($\beta = -0.2112$, $CI_{95} [-0.34980, -0.0725]$, $SE = 0.07074$, $p = 0.003$). Sementara, resiliensi memiliki efek yang positif terhadap kesejahteraan psikologis ($\beta = 0.2980$, $CI_{95} [0.23327, 0.3627]$, $SE = 0.03302$, $p = <.001$). Namun, pada analisis moderasi, dapat terlihat bahwa *interaction effects* antara beban pengasuhan*resiliensi memiliki efek yang tidak signifikan ($\beta = 0.0101$, $CI_{95} [-0.00307, 0.0233]$, $SE = 0.00672$, $p = 0.133$). Dengan demikian, penulis tidak memiliki bukti yang kuat untuk menerima H_a , karena resiliensi tidak memoderatori hubungan antara beban pengasuhan dan kesejahteraan psikologis pada ibu generasi *sandwich*.

Tabel 5 Hasil Analisis *Simple Slope* Moderasi Resilensi pada *Caregiver Burden* terhadap *Psychological Well-Being*

	Estimate	SE	95% Confidence Interval		Z	p
			Lower	Upper		
Rata-rata	-0.211	0.0713	-0.351	-0.0713	-2.96	0.003
Rendah (-1SD)	-0.316	0.1147	-0.541	-0.0912	-2.76	0.006
Tinggi (+1SD)	-0.106	0.0827	-0.268	0.0559	-1.28	0.199

Berdasarkan hasil analisis *simple slope* pada tabel 4.20, terjadi efek moderasi yang kecil oleh resiliensi. Hal tersebut dijelaskan melalui garis kemiringan regresi antara individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi ($\beta = -0,106$, $CI_{95} [-0,268, 0,0559]$, $SE = 0,0827$, $p = 0,199$) dengan individu yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah ($\beta = -0,316$, $CI_{95} [-0,541, -0,0912]$, $SE = 0,1147$, $p = 0,006$).



Gambar 1 Simple Slope Plot Moderasi Resiliensi pada Caregiver Burden Terhadap Psychological Well-Being

Gambar 4.3 merupakan bentuk visualisasi moderasi resiliensi, dimana pada kelompok yang memiliki tingkat resiliensi tinggi, memiliki beban pengasuhan yang tinggi diikuti dengan tingkat kesejahteraan psikologisnya yang tergolong rendah. Sedangkan, pada kelompok dengan tingkat resiliensi moderat dan rendah, tingginya beban pengasuhan diikuti dengan menurunnya tingkat kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi tidak dapat memoderatori pengaruh *caregiver burden* dengan *psychological well-being* pada ibu generasi *sandwich*.

Pada hasil penelitian ini, ditemukan bahwa *caregiver burden* memiliki efek negatif terhadap *psychological well-being* pada ibu generasi *sandwich*. Penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang serupa bahwa beban pengasuhan secara signifikan memprediksi kesejahteraan psikologis secara negatif (Anum & Dasti, 2000; Makoni, 2021). Kemudian, ditemukan pula bahwa resiliensi memiliki efek positif terhadap *psychological well-being* pada ibu generasi *sandwich*. Meskipun demikian, tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *caregiver burden* terhadap *psychological well-being* dimoderatori oleh resiliensi pada ibu generasi *sandwich*. Temuan dari hasil penelitian ini berbeda dengan hipotesis di awal, bahwa pada kenyataannya H_a tidak mengkonfirmasi adanya resiliensi sebagai moderator dalam hubungan antara beban pengasuhan (*caregiver burden*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) ibu generasi *sandwich*. Maka dari itu, penulis dapat menyimpulkan bahwa H_0 gagal ditolak.

Resiliensi pada mulanya diasumsikan dapat mempengaruhi hubungan antara beban pengasuhan dengan kesejahteraan psikologis ibu generasi *sandwich*. Namun pada kenyataannya, penjelasan dari visual hasil moderasi pada gambar 4.3 menunjukkan bahwa ibu generasi *sandwich* yang memiliki tingkat resiliensi yang moderat dan rendah memiliki tingkat beban pengasuhan yang tinggi dan rendahnya tingkat kesejahteraan psikologis. Hal ini mungkin dapat terjadi karena resiliensi tidak hanya dipandang sebagai atribut pribadi saja (Werner & Smith, 1992 dalam (Scott, 2010)), melainkan sebagai

proses atau sistem adaptasi dasar yang dimiliki oleh setiap manusia (Masten, 2001 dalam (Scott, 2010)), sehingga apabila individu tidak mampu bertahan dalam kesulitan, bukan berarti individu tersebut tidak hebat dan tidak resilien, namun individu tersebut belum sampai pada proses resiliensi. Kemudian, ibu generasi *sandwich* yang memiliki tingkat resiliensi tinggi, juga diikuti dengan menurunnya tingkat kesejahteraan psikologis dan memiliki beban pengasuhan yang tinggi. Didukung oleh penelitian terdahulu, (Couto dkk., 2011) memaparkan bahwa resiliensi tidak memiliki bukti dapat memoderatori hubungan antara beban pengasuhan dan kesejahteraan individu.

Untuk mencapai proses resiliensi, seringkali dibutuhkan beberapa proses yang individu capai terlebih dahulu, sehingga hal tersebut dapat menentukan apakah individu tersebut sudah bisa melanjutkan ke tahap resiliensi atau belum, yakni strategi koping individu (Stainton dkk., 2019). Untuk bisa bertahan dalam kondisi sulit tersebut, seringkali seseorang memiliki atau mencari cara tersendiri untuk dapat mengatur peristiwa stress yang mereka alami atau biasa disebut dengan strategi koping. Richard Lazarus (1984) menjelaskan bahwa strategi koping adalah suatu proses individu dalam mengelola tuntutan yang dianggap berat atau yang melebihi kapasitas individu tersebut. Resiliensi berinteraksi dengan cara seseorang dalam menangani atau merespon kesulitan (Fullerton dkk., 2021), sehingga resiliensi dan strategi koping merupakan dua hal yang berbeda (Van der Hallen dkk., 2020). Dikemukakan oleh (Rutter, 2007), bahwa strategi koping merupakan satu dari 3 elemen dalam menjelaskan proses resiliensi. Pada penelitian ini, penulis tidak mempertimbangkan peran strategi koping subjek, yang sebenarnya mampu memprediksi tingkat kesejahteraan psikologis seseorang, sehingga hal ini dimungkinkan menjadi penyebab rendahnya tingkat resiliensi pada ibu generasi *sandwich* yang mengalami beban pengasuhan yang tinggi dan penurunan kesejahteraan psikologis. Terdapat beberapa strategi koping menurut hasil penelitian (Sudarji & Panggabean, 2022) yang berorientasi pada pengelolaan emosi, yakni menjaga jarak, menerima tanggung jawab, pengendalian diri, menghindar, dan mencari dukungan sosial emosional. Dukungan sosial sejauh ini paling banyak ditemukan sebagai koping yang efektif dalam mengatasi stres akibat pengasuhan. Dengan adanya dukungan yang diterima oleh pengasuh baik dari pasangan maupun keluarga, maka beban pengasuhan yang dirasakan akan mengalami penurunan (Riley & Bowen, 2005).

Dalam konteks generasi *sandwich*, merawat orang tua sekaligus anak-anak mereka mungkin menjadi suatu tuntutan beban pengasuhan yang dianggap berat. Pada penelitian ini, penulis tidak mempertimbangkan aspek mekanisme pertahanan terkait tingginya resiliensi pada beban pengasuhan ibu generasi *sandwich* yang kemungkinan bisa menjadi bias dari penelitian ini. Freud (1966) menjelaskan salah satu mekanisme pertahanan, yakni penyangkalan. Freud juga menjelaskan bahwa penyangkalan terjadi pada ego seseorang yang menjembatani antara tuntutan lingkungan dengan internal individu. Tuntutan lingkungan pada generasi *sandwich* di Indonesia bisa saja dilatarbelakangi oleh norma sosial dan budaya yang terjadi. Seperti yang dikatakan oleh Lazarus dan Folkman (1984), bahwa individu memiliki cara dalam berupaya mengatasi stress dan cara tersebut sangat bergantung pada norma-norma sosial. *Filial caregiving*

yang merupakan tradisi merawat generasi yang lebih tua telah menjadi budaya dan norma sosial di Indonesia. Oleh karena itu, mereka cenderung menggunakan mekanisme pertahanan penyangkalan atau penolakan untuk mengatasi stres dan ketidaknyamanan yang mungkin timbul dalam proses merawat orang tua sekaligus anak-anak mereka.

Dalam konteks ini, timbulnya penyangkalan adalah sebagai cara untuk mengabaikan perasaan stres, kelelahan, atau beban yang mungkin mereka rasakan sebagai generasi *sandwich*. Namun di sisi lain, penyangkalan justru bisa menjadi faktor penyebab stres akibat beban pengasuhan (Young, 2017). Mereka mungkin sebenarnya merasa terbebani dalam menghadapi peran pengasuhan, namun dengan hadirnya norma sosial atau budaya mengenai *filial caregiving*, mereka mungkin saja berusaha untuk tetap fokus pada nilai-nilai positif, seperti bakti kepada orang tua mereka, sehingga muncullah konflik internal dengan lingkungan yang dapat meningkatkan ketegangan emosional.

Norma sosial atau budaya yang hadir di masyarakat dapat mempengaruhi cara pengambilan keputusan terkait dengan penggunaan layanan perawatan formal (Stone & Clements, 2009). Kehadiran ekspektasi sosial sebagai akibat dari norma sosial atau budaya yang berlaku dapat memunculkan stigma sosial apabila tidak bisa melakukan *filial caregiving* terhadap orang tuanya, sehingga ekspektasi sosial menjadi stressor baru, sebab mereka merasa gagal dan malu apabila mereka tidak mampu untuk mewujudkan harapan masyarakat. Terdapat perbedaan terakrit cara pandang orang-orang Barat dan Asia terkait perawatan orang tua. Menurut Cravey dan Mitra (2011), orang Asia cenderung untuk menyembunyikan perasaan sedih saat menjalani kepengasuhan dibandingkan dengan orang-orang Barat. Apabila mereka mengungkapkan kesedihan atau penderitaannya, hal itu akan mencemarkan nama baik keluarga mereka dari lingkungan sosialnya, sedangkan orang-orang Barat cenderung lebih mementingkan kondisi pribadinya dengan mengekspresikan emosinya secara terbuka (Cravey & Mitra, 2011).

Penggunaan penyangkalan sebagai mekanisme pertahanan pada hasil penelitian ini, kemungkinan dapat berkontribusi pada tingkat resiliensi mereka yang tinggi dalam menjalani peran pengasuhan. Dengan tingginya resiliensi akibat perasaan menyangkal, memungkinkan mereka untuk dapat menjaga keseimbangan antara norma-norma sosial dan budaya di Indonesia, serta tuntutan pengasuhan yang memungkinkan mereka untuk tetap kuat, bertahan, dan setia dalam merawat orang tua, meskipun terkadang terasa sulit.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi tidak dapat memoderatori pengaruh *caregiver burden* dengan *psychological well-being* pada ibu generasi *sandwich*. Penulis menyadari bahwa masih banyak kelemahan serta keterbatasan dalam penelitian ini. Dengan demikian, berikut terdapat beberapa saran yang dapat dipertimbangkan oleh peneliti selanjutnya, khususnya kepada penelitian yang mengangkat topik yang sama, sehingga dapat meminimalisir kekurangan dan kelemahan yang sama.

Penulis menyarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menyempurnakan kriteria inklusi agar dapat sepenuhnya merepresentasikan kondisi generasi *sandwich*. Hal ini meliputi aspek-aspek seperti status tempat tinggal generasi *sandwich*, seperti memastikan apakah mereka memiliki rumah sendiri atau tinggal bersama orang tua mereka, serta pemeriksaan mengenai kemandirian finansial lansia. Dengan demikian, penelitian akan lebih akurat dalam menggambarkan keragaman pengalaman generasi *sandwich* dan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif.

Kemudian, penulis menyarankan agar peneliti selanjutnya bisa mencari atau mengembangkan alat ukur yang dapat disesuaikan dengan situasi pengasuhan dan perawatan generasi *sandwich*, yang mampu mengukur beban pengasuhan saat merawat orang tua sekaligus anak.

Peneliti selanjutnya diharapkan mampu menggali wawasan secara mendalam melalui wawancara atau observasi terhadap sejumlah kecil responden yang dipilih secara komprehensif.

BIBLIOGRAFI

- Anum, J., & Dasti, R. (2000). Caregiver burden, spirituality, and psychological well-being of parents having children with thalassemia. *J Muslim Mental Health*, 8(2), 1069–1081. <https://doi.org/10.3998/jmmh>
- APA. (2018). Resilience. American Psychological Association.
- Badan Pusat Statistik. (2020). Statistik Penduduk Lanjut Usia.
- Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia.
- Badan Pusat Statistik. (2022). Statistik Penduduk Lanjut Usia.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Chappel, N. L., & Reid, R. C. (2002). Burden and well-being among caregivers: Examining the distinction. *The Gerontologist*, 42(6), 772–780. <https://doi.org/10.1093/geront/42.6.772>
- Couto, M. C. P. de P., Koller, S. H., & Novo, R. (2011). Stressful life events and psychological well-being in a brazilian sample of older persons: The role of resilience. *Ageing International*, 36(4), 492–505. <https://doi.org/10.1007/s12126-011-9123-2>
- Cravey, T., & Mitra, A. (2011). Demographics of the sandwich generation by race and ethnicity in the United States. *Journal of Socio-Economics*, 40(3), 306–311. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2010.12.003>
- Depasquale, N., Davis, K. D., Zarit, S. H., Moen, P., Hammer, L. B., & Almeida, D. M. (2016). Combining formal and informal caregiving roles: the psychosocial implications of double- and triple-duty care. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 71(2), 201–211. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbu139>
- Fauziah, A. R., & Fatimah, F. F. (2022). Hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada ibu. *UG Journal*, 15(2).
- Foumani, G.-H., Salehi, E., & Babakhani, J. (2015). The relationship between resilience and personality traits in women. *J. Educ. Manage. Stud*, 5(2).
- Frack, E., & Chapman, J. (2021). The unique experiences of the sandwich generation. *Sociological Viewpoints* 48, 35(1), 48–76.
- Freud, A. (1966). *The ego the mechanisms of defence*. Hogarth Press.
- Fullerton, D. J., Zhang, L. M., & Kleitman, S. (2021). An integrative process model of resilience in an academic context: Resilience resources, coping strategies, and positive adaptation. *Plos One*, 16(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246000>
- Gibbs, S., & Miller, A. (2014). Teachers resilience and well-being: A role for educational psychology. *Teachers And Teaching: Theory And Practice*, 20(5), 609–621. <https://doi.org/10.1080/13540602.2013.844408>

- Gillett, J. E., & Crisp, D. A. (2017). Examining coping style and the relationship between stress and subjective well-being in australia's 'sandwich generation.' *Australasian Journal On Ageing*, 36(3), 222–227. <https://doi.org/10.1111/ajag.12439>
- Graessel, E., Berth, H., Lichte, T., & Grau, H. (2014). Subjective caregiver burden: validity of the 10-item short version of the burden scale for family caregivers bsfc-s. *BMC Geriatrics*, 14(23).
- Hammer, L. B., & Neal, M. B. (2008). Working sandwiched-generation caregivers: prevalence, characteristics, and outcomes. *The Psychologist-Manager Journal*, 11(1), 93–112. <https://doi.org/10.1080/10887150801967324>
- Hernandez, R., Basset, S.M., Boughton, S.W., Schuette, S.A., Shiu, E. W., Moskowitz, J.T. (2017). Psychological well-being and physical health: Associations, mechanisms, and future directions. *Emotion Review*, 10(1), 18-29. <https://doi.org/doi:10.1177/1754073917697824>
- Ivtzan, I., Chan, C.P.L., Gardner, H.E, & Prashar, K. (2013). Linking religion and spirituality with psychological well-being: Examining self-actualisation, meaning in life, and personal growth initiative. *J Relig Health*, 52, 915-929. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-9540-2>
- JAKPAT. (2020). How indonesian sandwich generation deal with the economic shock of covid-19. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200414104733-8-151727/28-juta-pekerja-di-phk-dan-dirumahkan-akibat-covid-19>
- Kesumaningsari, A. (2021). Menjadi family caregiver bagi lansia: Berbagi seputar usia lanjut. Zifatama Jawa.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Luh, N., Apsaryanthi, K., & Lestari, D. (2017). Perbedaan tingkat psychological well-being pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja di Kabupaten Gianyar, 4(1).
- Makoni, Y. A. (2021). Peran caregiver burden terhadap psychological well-being. Universitas Gajah Mada.
- Marini, L. (2022). *Buku seri ketiga: Dinamika karier dan pernikahan pada perkembangan masa dewasa. Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia: Dinamika Karier dan Pernikahan pada Perkembangan Masa Dewasa*, 1–198.
- Miller, D. A. (1981). The “sandwich” generation: Adult children of the aging. work, 26(5). <https://about.jstor.org/terms>
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (1999). *Well-being across the life course. a handbook for the study of mental health: Social contexts, theories, and systems* (2 ed.), 328–347. Cambridge University Press.
- Noor, S., & Isa, F. M. (2020). Malaysian sandwich generation issues and challenges in elderly parents care. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 9(3), 289–312. <https://doi.org/10.17583/rimcis.2020.5277>
- Novi, C. Di, Jacobs, R., & Migheli, M. (2015). The quality of life of female informal caregivers: From scandinavia to the mediterranean sea. 31(3), 309–333. <https://doi.org/10.1007/s10680-014-9336-7>

- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development* (14 ed.). McGraw-Hill Education.
- Parker, K., & Patten, E. (2013). The sandwich generation: Rising financial burdens for middle-aged americans.
- Pendergrass, A., Malnis, C., Graf, U., Engel, S., & Graessel, E. (2018). Screening for caregivers at risk: Extended validation of the short version of the burden scale for family caregivers (BSFC-S) with a valid classification system for caregivers caring for an older person at home. *BMC Health Services Research*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12913-018-3047-4>
- Prakarsa Policy Brief. (2021). *Sejahtera di Masa Lansia: Aspirasi Bantuan Iuran Jaminan Sosial Ketenagakerjaan*.
- Riasmini, N. M., Junaiti, S., & Yeti, R. (2013). Pengalaman keluarga dalam penanganan lanjut usia di masyarakat dari aspek budaya indonesia (family experience in handling the elderly in cultural aspects of indonesia). *Jurnal Ners*, 8(1), 98–106.
- Riley, L. D., & Bowen, C. P. (2005). The sandwich generation: Challenges and coping strategies of multigenerational families. *The Family Journal*, 13(1), 52–58. <https://doi.org/10.1177/1066480704270099>
- Rutter, M. (2007). Resilience, competence, and coping. *Child Abuse and Neglect* 31(3), 205–209. Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.02.001>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6).
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Santrock, J. (2011). *Life-Span Development* (13 ed.). McGraw-Hill.
- Scott, C. B. (2010). Trace: Tennessee research and creative exchange alzheimer' s disease caregiver burden: Does resilience matter? https://trace.tennessee.edu/utk_graddiss/912
- Sinha, M. (2012). *Portrait of Caregivers, 2012*. Minister of Industry.
- Sorayyanezhad, A., Nikpeyma, N., Nazari, S., Sharifi, F., & Sarkhani, N. (2022). The relationship of caregiver strain with resilience and hardiness in family caregivers of older adults with chronic disease: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-022-00966-3>
- Stainton, A., Chisholm, K., Kaiser, N., Rosen, M., Upthegrove, R., Ruhrmann, S., & Wood, S. J. (2019). Resilience as a multimodal dynamic process. *Early Intervention in Psychiatry*, 13(4), 725–732. Blackwell Publishing. <https://doi.org/10.1111/eip.12726>
- Stone, L. J., & Clements, J. A. (2009). The effects of nursing home placement on the perceived levels of caregiver burden. *Journal of Gerontological Social Work*, 52(3), 193–214. <https://doi.org/10.1080/01634370802609163>

- Sudarji, S., & Panggabean, H. (2022). Challenges of the sandwich generation stress and coping strategy of the multigenerational. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3),263–275. <https://doi.org/https://doi.org/10.23917/indigenous.v7i1.19433>
- Van der Hallen, R., Jongerling, J., & Godor, B. P. (2020). Coping and resilience in adults: A cross-sectional network analysis. *anxiety, stress and coping*, 33(5), 479–496. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1772969>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). *Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale*. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2).
- Weber, G. J. (1999). The experiential meaning of well-being for employed mothers. *Western Journal of Nursing Research*, 21(6), 785–795.
- Zarit, S. H., Reever, K. E., Mgr, M., Bach-Peterson, J. (1980). Relatives of the impaired elderly: correlates of feelings of burden. *Gerontologist Oxford Journals*, 20(6), 649–655. <http://gerontologist.oxfordjournals.org/>
- Young, S.M. (2017). *Investigation of Sandwich Generation Caregiver Perceptions and Factors of Caregiving Strain*. Thesis. Eastern Illionis University.
- Zarit, S. H., & Savla, J. (2016). *Caregivers and Stress*. *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress*, 339–344. Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00042-X>

First publication right:

Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia

This article is licensed under:

