



Peran *Social Support* terhadap Resiliensi Wanita Bekerja yang Menjadi *Sandwich Generation*

Valentine Rachmawati¹, Evanytha², Andi Eka Septilla³

Fakultas Psikologi, Universitas Pancasila

valenrachw@gmail.com, evanytha@univpancasila.ac.id, ekaseptilla@univpancasila.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *social support* terhadap resiliensi pada wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*. Individu yang menjadi *sandwich generation* merupakan generasi yang menanggung tuntutan merawat orang tua dan di saat yang bersamaan harus memenuhi kebutuhan anaknya, sehingga posisi tersebut memiliki serangkaian tantangan (Ward & Spitze, 1998). Partisipan pada penelitian ini adalah wanita berusia 30 sampai 40 tahun yang bekerja dan menjadi *sandwich generation*. Jumlah partisipan sebanyak 132 orang. Penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur *social support* dan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) untuk mengukur resiliensi. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social support* berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi. Hal ini berarti semakin tinggi *social support* maka semakin tinggi resiliensi, dan semakin rendah *social support* maka semakin rendah resiliensi. Dimensi *family*, *friends*, dan *significant other* berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap resiliensi pada wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*.

Kata Kunci: *social support*, resiliensi, wanita bekerja, *sandwich generation*

Abstract

This research aims to determine the role of social support on resilience in working women who are part of the sandwich generation. Individuals who make up the sandwich generation are a generation that bears the demands of caring for their parents and at the same time must meet the needs of their children, so that this position has a series of challenges (Ward & Spitze, 1998). Participants in this study were women aged 30 to 40 years who worked and belonged to the sandwich generation. The number of participants was 132 people. This research was conducted using a quantitative approach with a cross-sectional method. The sampling technique uses purposive sampling. The measuring instruments used are The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to measure social support and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) to measure resilience. The data analysis technique uses regression analysis. The research results show that social support has a positive and significant effect on resilience. This means that the higher the social support, the higher the resilience, and the lower the social support, the lower the resilience. The dimensions of family, friends, and significant others have a positive and significant effect on resilience in working women who are part of the sandwich generation.

Keywords: *social support*, resilience, working woman, *sandwich generation*



PENDAHULUAN

Dalam hubungan orang tua dan anak, beberapa dijumpai kondisi sang anak menanggung kebutuhan hidup orang tua nya, saudara kandung dan di sisi lain ia juga menanggung kebutuhan hidup diri nya serta anaknya. Individu yang berada di posisi tersebut memiliki dua tanggung jawab dimana ia membiayai dan memenuhi kebutuhan hidup antara dua generasi. Individu yang merawat orang tua serta anak kandungnya secara bersamaan secara fisik dan finansial disebut *sandwich generation* (Kusumaningrum, 2018). Miller (1981) mendefinisikan *sandwich generation* sebagai sebuah generasi yang berada pada posisi di tengah “terhimpit” di antara dua generasi, yaitu generasi orang tua individu tersebut dan generasi anak dari individu tersebut atau saudara kandung yang membutuhkan bantuan finansial. Kusumaningrum (2018) menjelaskan bahwa *sandwich generation* merupakan generasi yang menanggung kebutuhan hidup orang tua usia lanjut dan anak anaknya

Penelitian yang dilakukan oleh Samudra dan Wisana (2016) menemukan bahwa sebanyak 6,42% dari 7,009 rumah tangga merupakan *sandwich generation* yang dimana 11,3% yang menanggung kebutuhan hidup dan rumah tangga adalah wanita yang bekerja. Papastavrou dkk (2007) menyampaikan bahwa tuntutan yang diberikan kepada wanita *sandwich generation* paling besar berasal dari orang tua, selain dituntut untuk memenuhi kebutuhan hidup secara finansial juga dituntut untuk mengasuh orang tua itu sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Mustchler (2015) mengenai Data Pengasuhan dan Pusat Nasional untuk Wanita dan Lansia memperoleh hasil yaitu sebanyak 66% wanita memiliki dua peran sebagai pencari nafkah dan pengasuh dalam keluarganya. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumaningrum (2018) yaitu wanita lebih banyak berada di posisi *sandwich generation* sebanyak 4,7% dibandingkan dengan laki-laki (2,7%). Umumnya seseorang yang menjadi *sandwich generation* adalah individu dengan usia dewasa rentang 21 hingga 44 tahun, pada usia ini kematangan emosi serta kontrol diri cukup rendah sehingga sering terjadi konflik antara orang tua dan anak (Maryam dkk, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Kusumaningrum (2018) menemukan hasil bahwa wanita yang berada di posisi *sandwich generation* mengalami kelelahan secara fisik seperti mudah terserang penyakit, performa kerja menurun, dan mudah kelelahan, lalu dampak psikologisnya yaitu merasa stress, sulit mengontrol emosi, merasa tidak cukup baik, putus asa, mengalami *burnout* dan emosi negatif lainnya, untuk segi ekonomi individu kesulitan dalam mengatur keuangannya sehingga sulit memiliki tabungan dan selalu kurang karena penghasilannya dialokasikan untuk kebutuhan hidup keluarganya.

Ketegangan dan emosi negatif yang dirasakan memengaruhi cara komunikasi dan keterikatan antara hubungan keluarga, seringkali hal tersebut menyebabkan konflik antara keluarga. Seseorang yang termasuk *sandwich generation* sebagian besar menyimpan keluh kesah yang ia rasakan seorang diri sehingga perasaannya sangat sensitif dan mudah menyerah dengan keadaan (Pinquart & Sorensen, 2007).. Seseorang yang mengalami perasaan negatif terus menerus akan menimbulkan frustrasi hingga depresi (Carol, 2015). Untuk mencegah dan mengontrol emosi negatif tersebut, individu memerlukan cara membangun kemampuan cara beradaptasi positif sehingga yang tangguh dalam mengatasi segala masalah dalam posisi tersebut. Kemampuan yang dapat membantu individu untuk beradaptasi dalam menghadapi stress dan masalah yang terjadi adalah resiliensi.



Menurut Sills dan Steins (2007) resiliensi merupakan kemampuan adaptasi positif ketika seseorang mengalami stress. Smith dkk (2008) menjelaskan bahwa resiliensi ialah kemampuan individu untuk bangkit dari stress dan mampu beradaptasi dengan masalah. Resiliensi dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk berkembang guna mengatasi masalah dalam sebuah kesulitan (Connor & Davidson, 2003).

Kemampuan menyesuaikan diri individu dalam menghadapi suatu masalah atau resiliensi dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari diri individu maupun eksternal. Reisnick dkk (2011) mengemukakan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi resiliensi diantaranya yaitu *self esteem*, emosi positif, spiritualitas, dan salah satunya adalah *social support*. Resiliensi dapat dikembangkan melalui hubungan interpersonal, dengan adanya interaksi dengan lingkungan maka individu akan menerima dukungan yang membantu individu untuk bisa mencari solusi di setiap masalah (Grych dkk, 2015). Seseorang dapat berinteraksi dengan lingkungan atau teman sebaya mengenai pemecahan masalah, interaksi sosial, suportif. Hal ini sejalan dengan pendapat Thoits (2011) mengemukakan bahwa resiliensi individu dapat berkembang dengan adanya dukungan sosial.

Dukungan sosial atau *social support* merupakan bantuan dari orang di sekitar individu yang lalu dipersepsikan sebagai sebuah dukungan (Zimet dkk, 1988). *Social support* memberikan keyakinan dan memotivasi individu bahwa ia dicintai, dihargai, dan diperhatikan (Alwi dkk, 2020). *Social support* ialah suatu hubungan interpersonal yang terjalin dan dapat mencegah emosi negatif (Astuti & Hartati, 2013). Penelitian sebelumnya terkait *social support* terhadap resiliensi pada wanita yang bekerja dilakukan oleh Indrianti (2019) menemukan hasil bahwa terdapat pengaruh *social support* terhadap resiliensi. Semakin tinggi frekuensi individu menerima *social support* maka semakin tinggi tingkat resiliensi wanita yang bekerja.

Social support terdiri dari tiga aspek, yaitu *family*, *friends*, dan *significant other*. *Social support* yang berasal dari *family* merupakan dukungan dan bantuan yang diperoleh dari keluarga terhadap individu dengan tujuan memenuhi kebutuhan fisik, batin, dan materi. *Friends* merupakan dukungan dan bantuan yang diperoleh dari teman terdekat, teman sebaya, dan teman seperjuangan individu, yang dimana dukungan tersebut berupa bantuan fisik, saran, hiburan, dan kegiatan lainnya. *Significant other* merupakan dukungan atau bantuan yang diperoleh dari orang tertentu yang individu anggap sebagai orang yang penting atau istimewa, dukungan dari *significant other* dapat memberikan individu perasaan nyaman, kebersamaan, dan tempat bercerita suka dan duka (Zimmet dkk, 1988).

Pada penelitian ini, peneliti akan melakukan penelitian pada wanita bekerja berusia 30-40 tahun yang menjadi *sandwich generation*. Dari uraian ini, dapat disimpulkan bahwa peneliti akan melakukan penelitian dengan membahas mengenai peran *social support* terhadap resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*.

METODE



Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *social support* terhadap resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*. Untuk mencapai tujuan tersebut, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu untuk menentukan hubungan antar variabel yang diteliti dengan menggunakan teknik pengukuran yang diambil dari sebuah populasi. Penelitian ini menggunakan metode *crosssectional design*, yakni pengambilan data yang hanya dilakukan sekali untuk variabel yang diukur (Gravetter & Forzano, 2018). Kemudian, penelitian ini juga menggunakan desain non-experimental study, dimana partisipan tidak mendapatkan perlakuan apapun dalam penelitian (Kumar, 2011). Terdapat 2 variabel dalam penelitian ini, yaitu Resiliensi dan *Social Support*.

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita bekerja berusia 30-40 tahun. Penelitian ini akan menggunakan *accidental sampling*, dimana pengambilan sampel dengan mempertimbangkan pemilihan sampel yang sesuai dengan apa yang diperlukan untuk mencapai tujuan dalam penelitian (Kumar, 2011). Jumlah minimal responden pada penelitian ini sebanyak 100 responden.

Terdapat tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan penelitian. Tahap persiapan dilakukan dengan merumuskan dan mengidentifikasi masalah, membuat latar belakang, mendefinisikan kerangka teoritis, dan merumuskan hipotesis dengan menggunakan sumber-sumber, seperti jurnal, buku, skripsi, tesis, dan artikel ilmiah lainnya. Setelah itu, dilakukanlah uji coba alat ukur pada partisipan yang memiliki karakteristik yang sama dengan sampel penelitian. Tahap uji coba ini akan dilakukan melalui *Google Form* sehingga dapat diakses secara online. Hasil data yang diperoleh kemudian diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan SPSS untuk mengetahui mana saja item-item yang valid serta mengetahui tingkat reliabilitas alat ukur.

Tahap pelaksanaan penelitian yaitu proses pengambilan data yang dilakukan dengan penyebaran kuesioner melalui *Google Form* secara online. Penyebaran kuesioner melalui media sosial, seperti WhatsApp, Instagram, dan Twitter. Penyebaran kuesioner secara online dilakukan dengan mencantumkan tautan dan pemberitahuan terkait karakteristik yang dibutuhkan sebagai partisipan penelitian. Data yang sudah terkumpul akan dirapikan dalam bentuk *Microsoft Excel* agar dapat lebih mudah dibaca dan dipahami. Pada tahap pengolahan data, data yang sudah terkumpul pada tahap pengambilan data akan diseleksi agar data yang terkumpul hanyalah data yang lengkap dan sesuai dengan karakteristik partisipan penelitian. Pengolahan data, analisa data, lalu hasil penelitian akan menggunakan IBM SPSS Statistik versi 25.

Instrumen dalam penelitian ini ada 2, yaitu alat ukur resiliensi dan alat ukur *social support*. Dalam pengukuran variabel resiliensi, alat ukur yang di susun *Connor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang di susun oleh (Connor & Davidson, 2003). CD-RISC di susun oleh beberapa dimensi yaitu kompetensi pribadi (*personal competence*), kepercayaan pada naluri (*trust in one's instincts*), penerimaan diri (*positive acceptance of change*), pengendalian diri (*self-control*), dan pengaruh spiritual (*spiritual faith*).

Dalam pengukuran alat ukur *social support* yaitu *The Multidimensional Perceived of Social Support* (MPSS) yang disusun oleh Zimet (1988) terdiri dari aspek *family, friends, dan significant others*. Alat ukur CD-RISC terdiri dari 25 item favorable dan berbentuk skala likert



dengan lima alternatif jawaban, yaitu Tidak Benar Sama Sekali (TBSS), Jarang Benar (JB), Terkadang Benar (TB), Sering Benar (SB), Benar Hampir Sepanjang Waktu (BHSW). Cara pemberian skor alat ukur ini adalah jawaban Tidak Benar diberikan skor 0, Jarang diberikan skor 1, Terkadang diberikan skor 2, Sering diberikan skor 3, dan Benar diberikan skor 4.

Alat ukur MPSS terdiri dari 12 item favorable dan berbentuk skala likert 7 poin dengan tujuh alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Agak Tidak Setuju (ATS), Netral (N), Agak Setuju (AS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Cara pemberian skor pada alat ukur ini antara lain, yaitu jawaban “Sangat Tidak Setuju” sampai “Sangat Setuju” diberikan skor secara berurutan 1, 2, 3, 4, 5, 6, dan 7.

HASIL

Pelaksanaan penelitian dimulai dengan proses pengambilan data yang dilaksanakan pada tanggal 02 Januari 2024-23 Januari 2024. Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara online menggunakan *Google Form* dan disebarluaskan melalui media sosial seperti *Twitter*, *Instagram*, *Whatsapp*, *Tiktok*, dan *Telegram*. Total partisipan yang diperoleh sebanyak 132 partisipan.

Data demografi responden penelitian ini berdasarkan usia, domisili, status pekerjaan, status pekerjaan suami, pendapatan, pendapatan suami, dan jumlah anak.

1. Gambaran *Variabel Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*

Apabila responden dikategorikan dalam dua kategori, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1.1 Gambaran *Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 88.00$	78	59,2%
Tinggi	$88.00 \leq X$	54	40,9%
Total		132	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diinterpretasikan bahwa gambaran resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation* pada kategori rendah sebanyak 78 partisipan (59,2%), sedangkan yang berada pada kategori tinggi sebanyak 54 partisipan (40,9%).

2. Gambaran *The Multidimensional of Perceived Social Support (MPSS)*

Apabila responden dikategorikan dalam dua kategori, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1.2 *The Multidimensional of Perceived Social Support (MPSS)*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 65.60$	49	37,4%
Tinggi	$65.60 \leq X$	83	62,9%
Total		132	100%



Berdasarkan tabel di atas, dapat diinterpretasikan bahwa gambaran *social support* pada kategori rendah sebanyak 49 partisipan (37,4%), sedangkan yang berada pada kategori tinggi sebanyak 83 partisipan (62,9%).

3. Uji Normalitas

Sebelum melakukan uji hipotesis maka lebih dulu dilakukan uji normalitas. Uji normalitas bertujuan agar dapat menentukan pendistribusian pada data penelitian. Berdasarkan hasil analisis Pada penelitian ini uji normalitas dengan metode *One-Sample Kolmogorov-smirnov* yang dihitung menggunakan *SPSS Statistic* versi 25, berikut hasil yang diperoleh:

Tabel 1.3 Uji Normalitas

	N	Asymp. Sig. (2-tailed)
Unstandardized Residual	132	0.314

Jika $p > 0.05$ maka data terdistribusi normal, sedangkan jika $p < 0.05$ maka data tidak terdistribusi tidak normal. Berdasarkan tabel di atas, pengujian normalitas menunjukkan hasil bahwa nilai p yang diperoleh dari skor residual *social support* terhadap resiliensi adalah sebesar 0.314 yang artinya lebih dari 0.05. Maka dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi secara normal.

4. Uji Hipotesis

Pengujian koefisien determinasi dilakukan untuk melihat sejauh mana variabel bebas (*social support*) memiliki kontribusi terhadap variabel terikat (resiliensi). Berikut ini adalah hasil uji koefisien determinasi yang telah dilakukan:

Tabel 1.4 Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R ²	Sig.
Tinggi	0.507	0.257	0.000

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh bahwa nilai koefisien determinasi (R^2) *social support terhadap* resiliensi sebesar 0.257. Hasil tersebut dapat diinterpretasikan bahwa sebesar 25.7% *social support*.

Dari hasil data di atas maka dapat diketahui terdapat faktor lainnya yang kemungkinan berpengaruh terhadap resiliensi.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *social support* terhadap resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*. Dalam penelitian ini hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis alternatif pada penelitian ini menyatakan terdapat peran *social*



support yang signifikan terhadap resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation* diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sianturi dan Huwae (2023) pada wanita tulang punggung keluarga yang menemukan bahwa *social support* dari keluarga memberikan subjek rasa aman untuk menceritakan apa yang ia rasakan dan keluhkan. Kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Almun dan Ash Shiddiqy (2021) menemukan bahwa *social support* dari teman menjadi faktor yang berpengaruh besar dalam memengaruhi resiliensi seseorang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziah dan Jamaliah (2020) menemukan bahwa *social support* didapatkan tidak hanya melalui teman, diantaranya juga melalui orang terdekat disekitar.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa subjek penelitian merupakan wanita yang bekerja dengan status pekerjaan terbanyak yaitu pekerjaan tidak tetap. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa subjek penelitian yang merupakan wanita bekerja sebagian besar pasangannya atau suaminya memiliki status pekerjaan tidak tetap.

Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *social support* dari teman memiliki peran yang besar terhadap resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*. Hal ini sesuai dengan temuan hasil penelitian yang dilakukan oleh Almun dan Ash Shiddiqy (2021) bahwa teman individu memberikan dukungan berupa dukungan emosional dan fisik seperti rasa peduli, perhatian, empati, dan rangkulan yang membuat individu merasakan rasa nyaman dan aman.

Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *social support* dari orang yang spesial memiliki peran terhadap resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khasanah (2018) mengenai *social support* pasangan yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dalam hasil penelitian tersebut ditemukan bahwa bentuk dukungan yang diberikan oleh pasangan satu sama lain berupa empati, kepedulian, nasihat, arahan, saran, kehadiran pasangan itu sendiri, dan bantuan secara langsung.

Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa subjek terbanyak dalam penelitian ini yaitu berusia 30 tahun. Usia tersebut termasuk ke dalam rentang usia individu yang dikategorikan sebagai seorang *sandwich generation* yaitu 30 hingga 40 tahun yang dikemukakan oleh Miller (1981). Selanjutnya, dalam penelitian ini menemukan bahwa subjek penelitian ini memiliki penghasilan sejumlah Rp. 1.000.000 – 5.000.000. Menurut data klasifikasi yang dikeluarkan oleh databoks (2022), terdapat tiga klasifikasi kelas ekonomi dalam Masyarakat Indonesia yaitu kelas bawah, kelas menengah, dan kelas atas. Masyarakat Indonesia yang memiliki penghasilan perbulan sebanyak Rp. 1.000.000 – 5.000.000 dikategorikan ke dalam kelas menengah. Menurut Adelman & Morris (1998), kelompok individu yang dilihat dari aspek penghasilan dimana mereka memiliki penghasilan yang stabil namun pengeluaran yang dikeluarkan serupa bahkan lebih dari penghasilan itu sendiri. Maka



dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek penelitian adalah individu dengan ekonomi kelas menengah.

Lalu pada uji perbedaan resiliensi, menunjukkan hasil terdapat perbedaan skor resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation* berdasarkan usia, dimana wanita yang berusia 39 tahun memiliki mean paling besar (M=92.00). Menurut Walgito (dalam Fajar, 2011), Ketika seseorang berada di usia dewasa, kematangan emosional yang dimiliki lebih baik dibandingkan berada di usia remaja yang dimana kematangan emosional berupa bereaksi pada suatu kondisi dan masalah yang dihadapi lebih dipikirkan secara jangka panjang.

Pada penelitian ini aspek *family* berkontribusi sebesar 19,7% dalam mempengaruhi resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*, aspek *friends* berkontribusi sebesar 52,5% dalam mempengaruhi resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*, dan aspek *significant other* berkontribusi sebesar 49,1% dalam mempengaruhi resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*.

KESIMPULAN

Dari hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa hipotesis alternatif pada penelitian ini diterima. *Social support* berperan secara signifikan dan positif terhadap resiliensi wanita bekerja yang menjadi *sandwich generation*. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi *social support* yang didapat oleh individu maka akan semakin tinggi resiliensi yang dimiliki, sebaliknya semakin rendah *social support* yang didapat oleh individu maka akan semakin rendah resiliensi yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Albert, C., & Garcí'a-Serrano, C. (2010). Cleaning the slate? School choice and educational outcomes in Spain. *High Educ*, 559–582. <http://doi.org/10.1007/s10734-010-9315-9>
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (2013). *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*. (2, Ed.) *John Wiley & Sons* (2nd ed., Vol. 53). *New Jersey: John Wiley & Sons*. <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Heppner, P. P., Wampold, B. E., & Kivlighan, D. M. (2008). *Research Design in Counseling, Third Edition*. Belmont: Thomson Higher Education.
- Alwi, M. A., Suminar, D. R., & Nawangsari, N. A. F. (2020). Support in schools and school well-being. *International Journal of Pedagogy and Teacher Education*, 4(2), 119-125.
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (studi fenomenologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP). *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 1-13.



- Catriana, E., dan Djumena, E. (2022). Survei Litbang “Kompas”: 7 dari 10 Responden Adalah Generasi Sandwich. Retrieved February 7, 2023, from <https://money.kompas.com/read/2022/09/08/133300126/survei-litbang-kompas-7-dari-10-responden-adalah-generasi-sandwich?page=all>.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety, 18*(2), 76-82.
- Gallagher, S., Phillips, A. C., Lee, H., & Carroll, D. (2015). The association between spirituality and depression in parents caring for children with developmental disabilities: Social support and/or last resort. *Journal of religion and health, 54*, 358-370.
- Grych, J., Hamby, S., & Banyard, V. (2015). The resilience portfolio model: Understanding healthy adaptation in victims of violence. *Psychology of Violence, 5*(4), 343–354. <https://doi.org/10.1037/a0039671>
- Hasbi, F. I., & Alwi, M. A. (2022). Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Hardiness pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa Volume 2, No 2, Oktober 2022 e-ISSN 2807-789X*.
- Indrianti, N. M. (2019). Hubungan persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).
- Kusumaningrum, F. A. (2018). Generasi sandwich: Beban pengasuhan dan dukungan sosial pada wanita bekerja. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi, 23*(2), 109-120.
- Maryam, S. (2012). Strengthening the character: uphold ethics in indonesian language study pass by supplementary books. *EDUCARE, 5*(1).
- Migliaccio, J. N. (2019). Millennials — the Newest “ Club Sandwich Generation —” Inherit the “ Sandwich Generation .” *November*.
- Miller, D. A. (1981). The ‘sandwich’generation: Adult children of the aging. *Social Work, 26*(5), 419-423.
- Morimoto, T., Schreiner, A. S., & Asano, H. (2003). Caregiver burden and health-related quality of life among Japanese stroke caregivers. *Age and Ageing, 32*(2), 218-223.
- Mutschler, P. (2015). Women and caregiving: Facts and figures. *Family caregiver alliance*.
- Naufaliasari, A. & Andriani, F. (2013). Resiliensi Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi. 2*(2), 264- 269.
- Papastavrou, E., Kalokerinou, A., Papacostas, S. S., Tsangari, H., & Sourtzi, P. (2007). Caring for a relative with dementia: family caregiver burden. *Journal of advanced nursing, 58*(5), 446-457.



- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2007). Correlates of physical health of informal caregivers: a meta-analysis. *The journals of Gerontology series B: Psychological sciences and social sciences*, 62(2), P126-P137.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. *Broadway books*.
- Salmon. (2017). The Sandwich Generation: Effects Of Caregiver Burden And Strategies For Assessment. Westminster College Institutional Repository. *Thaler. (1999). Mental Accounting Matters. Journal Of Behavioral Decision Making*.
- Samudra, R. R., & Wisana, D. G. K. (2016). Female labor force participation of sandwich generation in Indonesia. *The 13th Indonesian Regional Sciences Association International Institute Conference, Malang, Indonesia*.
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W (2011). Health psychology: Biopsychosocial interaction. *New York: Wiley Subandi*
- Sills, C. L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric Analysis and Refinement of The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item Measure of Resilience. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 20(6), 1019- 1028.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International journal of behavioral medicine*, 15, 194-200.
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of health and social behavior*, 52(2), 145-161.
- Ward, R. A., & Spitze, G. (1998). Sandwiched marriages: The implications of child and parent relations for marital quality in midlife. *Social Forces*, 77(2), 647-666.
- Yan, E., & Kwok, T. (2010). Abuse of older Chinese with dementia by family caregivers: An inquiry into the role of caregiver burden. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 26(5), 527–535.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30- 41