



HUBUNGAN ANTARA CAREGIVER BURDEN DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA IBU GENERASI SANDWICH
CORRELATION BETWEEN CAREGIVER BURDEN AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN SANDWICH GENERATION MOTHERS

Indira Khairunnisa¹, Nurul Hartini²
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
Email: nisaindira14@gmail.com

ABSTRAK

Merawat dan membiayai dua generasi dalam satu keluarga tak terlepas dari aspek psikologis yang menurun, salah satunya *subjective well-being* yang disebabkan oleh *caregiver burden*. *Subjective well-being* penting dimiliki oleh individu, khususnya generasi *sandwich* yang memikul tanggungan ganda. Setelah dilakukan uji analisis korelasi *Pearson* terhadap 81 ibu generasi *sandwich*, dihasilkan bahwa *caregiver burden* memiliki hubungan negatif dengan *subjective well-being* secara signifikan ($r = -0,539$; $p < 0,05$). Hubungan negatif tersebut menjelaskan bahwa jika tingkat *caregiver burden* meningkat, maka tingkat *subjective well-being* menurun.

Kata Kunci: generasi *sandwich*, *subjective well-being*, *caregiver burden*

ABSTRACT

Caring and providing financial support for two generations in one family is inseparable from declining psychological aspects, one of which is subjective well-being that is affected from caregiver burden. It is important for the sandwich generation, who bear multiple demands, to maintain their subjective well-being in a good quality. Pearson's correlation analysis was conducted in 81 sandwich generation mothers that leads to result of a significant negative correlation between caregiver burden and subjective well-being ($r = -0,539$; $p < 0,05$). This result explains that if the level of caregiver burden is increased, it decreases the subjective well-being level.

Keywords: *sandwich generation, subjective well-being, caregiver burden.*

PENDAHULUAN

Kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* menjadi salah satu tolok ukur kesejahteraan mental individu, terutama bagi Ibu yang erat kaitannya dengan peran sebagai pengasuh dalam keluarga. Mereka kerap dihadapkan pada situasi tuntutan keluarga yang tinggi, terutama ketika melibatkan perawatan yang intens dan berkepanjangan dari orang tua lanjut usia ditambah anak-anak mereka sendiri (Lorca & Lay, 2020). Pada umumnya terjadi pada cakupan *extended family*, namun bisa juga terjadi pada anak yang tinggal secara terpisah dengan orangtuanya dan masih menanggung kebutuhan finansial mereka.

Hal ini turut dirasakan oleh para “Generasi *Sandwich*”, yaitu sebuah istilah

yang merujuk pada seorang anak pada umur dewasa yang 'terjepit' di antara peran ganda yang bertanggung jawab dalam pengasuhan untuk anak sekaligus orang tua yang menginjak usia lansia (Miller, 1980 (dalam Ferrante & Derigne, 2012; Tongson, 2018)). Istilah dinamika pengasuhan ini muncul dan banyak terjadi di Amerika dan Eropa namun tidak menutup kemungkinan juga terjadi di negara Asia karena nilai ketimuran yang berkaitan dengan *filial caregiving* (kewajiban berbakti pada orang tua). Munculnya istilah generasi *sandwich* bukanlah fenomena baru, namun riset dalam konteks ini masih terbilang kurang dan masih hanya terbatas pada lingkup konteks gerontologi (Marie-Young, 2017)

Statistik prevalensi persebaran generasi *sandwich* di Indonesia secara spesifik masih



belum memadai, namun hal tersebut dapat dilihat dari namun hal tersebut dapat dilihat dari angka rasio ketergantungan usia non-produktif (anak-anak 0-14 tahun dan lansia > 65 tahun) terhadap penduduk produktif sebesar 44,3% pada tahun 2020 (Badan Pusat Statistik, 2022) yang mana akan berpengaruh pada bertambahnya beban ekonomi dan perawatan yang harus ditanggung oleh usia produktif. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Samudra dan Wisana (2016) tentang keterlibatan perempuan generasi *sandwich* dalam angkatan kerja, menganalisis berdasarkan data SUSENAS 2013, ditemukan bahwa sekitar 6,42% atau sebanyak 7009 dari total rumah tangga diklasifikasi sebagai generasi *sandwich*.

Peran generasi *sandwich* bisa dialami oleh perempuan dan laki-laki, tetapi terdapat banyak perbedaan gender yang didasari oleh perbedaan peran sebagai generasi *sandwich* dalam lingkungan sosial.

Menjadi generasi *sandwich* erat kaitannya dengan pengasuhan terhadap keluarga multigenerasional, yang mana menurut beberapa penelitian lebih berisiko mengalami stress (Piontak, 2016), beban pengasuhan dan finansial akan kebutuhan keluarga yang semakin meningkat akan menyebabkan kecenderungan depresi (Hammer & Neal, 2008) kelelahan berlebih dan kesehatan fisik yang menurun dibandingkan dengan peran ibu yang hanya mengurus satu subyek pengasuhan saja.

Sementara beban pengasuhan yang dialami oleh ibu *sandwich generation* yang bekerja, pada penelitian Kusumaningrum (2018) sebanyak 24,07%. Pada penelitian Noguchi, dkk. (2020) berdasarkan perbedaan gender, tingkat *caregiver burden* yang tinggi lebih banyak dipegang oleh perempuan (4,7%) dibandingkan dengan laki-laki (2,7%).

Caregiver burden, atau beban pengasuhan adalah suatu beban subjektif yang kerap dialami oleh pengasuh, baik bagi yang merawat tanggungan dengan penyakit degeneratif maupun merawat tanggungan ganda, salah satunya yang terjadi pada generasi *sandwich*. Jika individu merawat lansia maupun tanggungan lain dengan kondisi tertentu dalam jangka waktu yang lama, tidak hanya berdampak bagi kesejahteraan mental dan kesehatan fisik dalam kesehariannya saja, tetapi juga menyangkut interaksinya dengan lingkungan sosial (Ong dkk., 2018) Pemberian dukungan tingkat tinggi sangat menguras fisik, emosional, sosial, keuangan (LeSeure & Chongkham-Ang, 2015) serta dapat meningkatkan tekanan yang mengacu pada kesulitan dan penurunan kesejahteraan subjektif dan psikologis yang dialami pengasuh dalam kaitannya dengan penyediaan perawatan (Üzar-Özçetin & Dursun, 2020)

Seiring dengan bertambahnya dinamika peran yang kompleks dan risiko mengalami stress, individu akan cenderung memiliki *subjective well-being* yang rendah, karena semakin tinggi tingkat *stress* dan *caregiver burden* yang dialami oleh generasi *sandwich* akan semakin rendah *subjective well-being* yang dimilikinya (Gillett & Crisp, 2017; Noguchi dkk., 2020).

Subjective well-being penting dimiliki oleh individu untuk bisa mencapai kepuasan dalam hidup dan bermanfaat untuk harapan hidup yang lebih lama dan hubungan sosial yang lebih baik. Jika seseorang memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah, maka akan rentan stress dan kualitas hidup menurun.

Dalam penelitian Verbakel dkk., (2018) ditemukan bahwa ada hubungan negatif antara tingkat *subjective well-being* dengan *caregiver burden* dimana meliputi panjang



durasi waktu dalam aktivitas pengasuhan serta permasalahan perilaku yang ada pada subjek pengasuhan. Selain itu, penelitian dari Fianco (2015) dari sejumlah *informal caregiver* di Italia menjelaskan bahwa adanya penurunan kepuasan hidup dan kebahagiaan (aspek dari *subjective well-being*) diakibatkan oleh tingginya *perceived caregiver burden* pada sejumlah *caregiver* di Italia. Hal ini didasari oleh kemungkinan individu yang memiliki *perceived burden* yang tinggi cenderung memiliki resiko burnout lebih besar, sehingga kepuasan hidup mereka relatif rendah (Fianco, dkk., 2015)

Permasalahan yang harus diperhatikan adalah kesejahteraan subjektif mereka yang memberikan perawatan, pengasuhan dan dukungan finansial (informal), khususnya anggota generasi *sandwich* yang harus menyeimbangkan peran ganda dalam merawat orang tua yang menua peran dengan tambahan seperti peran orang tua bagi anaknya serta tanggung jawab pekerjaan (Gillett & Crisp, 2017). Oleh karena itu, hal ini menjadi kekhawatiran yang harus diperhatikan untuk tetap menjaga kesejahteraan subjektif ibu dalam mengelola perannya sebagai ibu, anak, dan juga sebagai pekerja.

Berdasarkan fenomena dan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara *caregiver burden* dengan *subjective well-being*.

TINJAUAN PUSTAKA

Caregiver burden atau beban pengasuhan didefinisikan sebagai sebuah tingkat ketegangan multidimensional yang dirasakan oleh pengasuh dalam merawat anggota keluarga dari waktu ke waktu (Liu dkk., 2020) Selain itu, *caregiver burden* merupakan beban subjektif yang dialami oleh

pengasuh dalam merawat keluarga atau penerima pengasuhan yang diukur melalui sikap individu terhadap evaluasinya terhadap aktivitas pengasuhan yang meliputi kesehatan mental, kesehatan fisik, kepuasan hidup, finansial, dan kehidupan sosial (Graessel dkk., 2014 (dalam Havilah, 2021).

Menurut Savundranayagam, dkk. (2011), kegiatan dan tanggungjawab pengasuhan dapat mempengaruhi kualitas hidup seorang pengasuh dan mempengaruhi dinamika dan berpotensi menyebabkan beban dalam hubungan interpersonal antara *caregiver* dengan tanggungan/penerima perawatan.

Subjective well-being atau kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagaimana individu dalam memahami, menilai dan mengevaluasi aspek emosi positif dan negatif serta seberapa puas individu tersebut terhadap kualitas hidupnya secara kognitif dan afektif (Diener, 2000; Diener dkk., 2012) Dilihat dari sudut pandang kognitif, penentu tingginya *subjective well-being* tidak hanya pada peristiwa eksternal saja, melainkan juga dari cara individu mempersepsikan hidupnya.

Subjective well-being sendiri memiliki banyak manfaat dan dapat menjadi prediktor positif bagi kesejahteraan individu secara mental, antara lain dapat meningkatkan harapan hidup dan umur yang lebih panjang, performa dalam belajar dan pekerjaan lebih baik, serta meminimalisir tingkat *work-family conflict* (Diener & Chan, 2011; Lansford, 2018; Akhtar, 2019). Individu yang memiliki kepuasan hidup yang baik juga cenderung lebih bahagia dan berfungsi dengan baik di berbagai domain hidup, seperti memiliki hubungan yang sehat dengan keluarga, pasangan dan teman, kemampuan *coping stress* yang baik, dan tingginya partisipasi dalam kegiatan sosial.



METODE

Tipe penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode survey dan bersifat korelasional yang bertujuan untuk menguji hubungan antar dua variabel (bebas dan terikat) dalam penelitian ini, yaitu hubungan antara variabel *caregiver burden* dan *subjective well-being*.

Instrumen atau alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala BSFC-s (*Burden Scale of Family Caregiver (Short Version)*) yang dikembangkan oleh (Graessel dkk., 2014) untuk mengukur variabel *caregiver burden*. Instrumen ini telah diadaptasi dan diuji validitasnya dalam penelitian Havilah (2021). Skala ini memiliki butir aitem sebanyak 10 aitem unfavourable, dilengkapi dengan empat alternatif jawaban (STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju), dengan koefisien reliabilitas yang cukup baik ($\alpha=90$)

Pengukuran *subjective well-being* pada penelitian ini menggunakan SWLS (*Satisfaction with Life Scale*) dengan 5 aitem dan PANAS (*Positive Affect-Negative Affect Scale*) dengan 10 aitem masing-masing untuk mengukur afek positif dan afek negatif. Alat ukur ini dikembangkan oleh Diener, 2000)

dan Watson, dkk. (1988) dalam (Rochma, 2021). Kedua instrument ini telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan diuji validitas oleh penelitian Rochma (2021) dengan koefisien reliabilitas yang cukup baik yaitu SWLS sebesar ($\alpha=0,71$) dan PANAS sebesar ($\alpha=0,78$).

Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Warga Negara Indonesia, jenis kelamin perempuan, (2) Berstatus menikah atau single parent, (3) Tinggal bersama, sedang menanggung dan merawat minimal satu orang tua / mertua dan anak sekaligus.

Teknik analisis yang dilakukan untuk menguji hipotesis adalah uji korelasi antar variabel, baik dari skor total maupun uji korelasi antar aspek. Serangkaian proses analisis ini diuji menggunakan software SPSS versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari pengumpulan data, didapatkan responden sebanyak 81 wanita generasi sandwich (Mean: 36,3; SD: 9,12). Berikut adalah temuan yang dihasilkan setelah dilakukan analisis data.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Kedua Variabel

Keterangan	Caregiver Burden	Subjective Well-being
N	81	81
Mean	12,6	50
Minimum	0	1,94
Maksimum	26	100
Standar Deviasi	6,39	22,6

Diketahui berdasarkan tabel di atas, jumlah responden yang mengisi kuesioner (N) sebanyak 81 orang. Nilai mean, atau rata-rata skor dari sampel keseluruhan untuk caregiver

burden sebanyak 12,6 dan mean *subjective well-being* sebanyak 50. Standar deviasi (SD) atau simpangan baku, sebuah nilai kuadrat sebuah varians dari sebaran data pada



caregiver burden bernilai 6,39 dan (SD) subjective well-being bernilai 22,6. Nilai minimum atau nilai paling rendah sampel pada skala caregiver burden bernilai 0, sedangkan skor minimum dari *subjective*

well-being sebesar 1,94. Nilai tertinggi (maksimum) dari skor *caregiver burden* adalah 26, sedangkan nilai tertinggi *subjective well-being* sebesar 100.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Caregiver Burden

Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
$X \geq (19)$	Tinggi	12	14,8%
$(6,21) \leq X < (19)$	Sedang	57	70,4%
$X < (6,21)$	Rendah	12	14,8%

Diketahui berdasarkan Tabel 2, setelah dilakukan kategorisasi skor *caregiver burden*, responden yang memiliki *caregiver burden* paling banyak berada pada tingkat sedang

(70,4%), lalu skor tinggi dan rendah dengan persentase sebesar 14,8%.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Subjective Well-being

Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
$X \geq (72,6)$	Tinggi	11	13,6%
$(27,4) \leq X < (72,6)$	Sedang	55	67,9%
$X < (27,4)$	Rendah	15	18,5%

Berdasarkan kategorisasi skor subjective well-being pada Tabel 3, ditemukan bahwa responden yang memiliki skor sedang memiliki persentase terbanyak, yaitu 67,9%. Kemudian responden yang memiliki skor rendah dengan persentase 18,5% dan skor tinggi 13,6%.

Selanjutnya dilakukan pengujian normalitas yang bertujuan untuk melihat

persebaran data apakah terdistribusi normal/tidak normal yang setelahnya menentukan teknik statistik yang akan digunakan. Dikarenakan data ini berjumlah > 50 menggunakan uji Kolmogorov-smirnov dengan acuan koefisiensi $p > 0,05$ dinilai berdistribusi normal.

Tabel 4. Uji Asumsi Normalitas Kolmogorov-smirnov

	df	Sig.
CB	81	0,200
SWB	81	0,096

Diketahui setelah uji normalitas Kolmogorov-smirnov di Tabel 4, didapatkan bahwa kedua variabel memiliki distribusi

normal dikarenakan pada nilai signifikansi *caregiver burden* 0,200 ($p > 0,05$) dan



subjective well-being dengan nilai 0,096 ($p > 0,05$).

Tahap berikutnya dilakukan pengujian hipotesis, yaitu menguji secara korelatif apakah ada hubungan negatif yang terjadi

pada *caregiver burden* dengan *subjective well-being*. Teknik yang digunakan adalah korelasi *Pearson product moment* pada skor total *caregiver burden* dan *subjective well-being*.

Tabel 5. Uji Hipotesis Korelasi Antar Variabel

		Pearson's Correlation (r)	Koefisien Determinasi (r²)	Sig. 1-tailed
<i>Caregiver Burden</i>	<i>Subjective well-being</i>	-0,539	0,290	0,000

Berdasarkan uji korelasi Pearson pada Tabel 5, diketahui memiliki koefisien korelasi Pearson dengan nilai -0,539, artinya ada hubungan negatif antara *caregiver burden* dengan *subjective well-being*. Koefisien determinasi dengan nilai 0,290 menandakan bahwa adanya efek kontribusi sebesar 29%, artinya *caregiver burden* dapat menjelaskan *subjective well-being* sebanyak 29% dan sisanya dapat dijelaskan oleh kontribusi dari faktor lain di luar *caregiver burden*. Korelasi

ini dinilai negatif secara signifikan dikarenakan nilai Sig. 1-tailed sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Selain pengujian korelasi secara skor total, dilakukan juga kepada antar aspek pada masing-masing variabel. *Subjective well-being* memiliki tiga aspek, yaitu kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif. Kemudian pada *caregiver burden* diasumsikan memiliki satu aspek (unidimensional).

Tabel 6. Uji Korelasi Antar Aspek

		Kepuasan hidup	Afek Positif	Afek negatif
<i>Caregiver Burden</i>	Pearson's correlation (r)	-0,393	-0,234	0,587
	Sig. 1-tailed	0,000	0,035	0,000
	N	81	81	81

Setelah dilakukan uji korelasi antar aspek pada Tabel 6, dapat disimpulkan bahwa *caregiver burden* berkorelasi negatif secara signifikan dengan kepuasan hidup ($r = -0,393$; $p < 0,05$) dan afek positif ($r = -0,234$; $p < 0,05$) dan memiliki berkorelasi positif dengan afek negatif ($r = 0,587$; $p < 0,05$).

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan menguji korelasi antara *caregiver burden* dengan *subjective well-being* pada ibu generasi sandwich. Setelah dilakukan serangkaian analisis dan diuji hipotesis korelasi *Pearson* sebesar -0,539 dan nilai *R-squared* sebesar 0,290 didapatkan bahwa adanya hubungan negatif antara *caregiver burden* dengan



subjective well-being, dengan efek kontribusi yang dijelaskan sebanyak 29%.

Penelitian ini sejalan dengan studi tentang hubungan antara *caregiver burden* dengan *subjective well-being* pada sejumlah caregiver di Pakistan oleh Malik dkk., (2015), yang mana adanya hubungan negatif antar kedua variabel tersebut dengan nilai koefisien $r = -0,37$ ($p < 0,01$).

Kemudian *caregiver burden* atau beban pengasuhan sendiri terbentuk atas stressor tertentu yang memicu adanya ketegangan dalam pengasuhan yang bisa berdampak pada kepuasan hidup dan reaksi emosionalnya. Dalam konteks generasi sandwich, beban pengasuhan dihasilkan oleh konflik peran yang menumpuk dengan tuntutan yang muncul dari kedua sisi pada saat yang bersamaan yang menjadi tanggungan mereka, sehingga mengalami tekanan secara emosional dan psikologis. Aktivitas pengasuhan dan pemberian dukungan finansial merupakan kegiatan yang menuntut penyesuaian dan adaptasi dalam rutinitas sehari-hari, membuat pengalaman pengasuhan menjadi situasi yang memicu tekanan dalam keseharian (Lorca & Lay, 2020).

Beberapa studi juga menyetujui bahwa *caregiver burden* atau beban pengasuhan memiliki hubungan dan dampak negatif terhadap kepuasan hidup (*salah satu dimensi dari subjective well-being*) dikarenakan tumpukan tanggungjawab peran yang saling tumpang-tindih pada seseorang yang memberikan perawatan (Cheix, 2015; Kikuzawa, 2015 (dalam Lorca & Lay, 2020)

Pada fase *middle-adulthood* adalah tahap kehidupan dimana individu harus membagi peran ke banyak pihak, seperti keluarga, pekerjaan, dan peran masyarakat. Hal ini berkontribusi terhadap stres dan kelelahan yang dapat berdampak pada

kesejahteraan subjektif mereka (Lansford, 2018). *Subjective well-being* juga memiliki hubungan dengan struktur keluarga. Generasi sandwich dalam konteks ini termasuk ke dalam struktur *extended family*. Hal ini dapat dijelaskan oleh penelitian Sonia dkk., (2017) bahwa rata-rata *subjective well-being* individu yang berada pada struktur keluarga *extended family* lebih rendah daripada yang berada dalam *nuclear family* (keluarga inti).

Hasil penelitian ini tak terlepas dari beberapa kontradiksi dengan studi terdahulu. Beberapa peneliti berpendapat bahwa aktivitas pengasuhan itu tidak semuanya memberikan efek yang negatif pada kesejahteraan individu baik secara subjektif maupun keseluruhan, khususnya kepuasan hidup individu. Tugas dan beban kepengasuhan ada yang memberikan rasa *fulfillment* dan kepuasan dalam memberikan perawatan bagi yang membutuhkan, terutama bagi orang terdekat dan yang dicintai, dengan catatan adanya variabel yang memediasi keduanya yaitu *Positive Aspects of Caregiving (PAC)*, atau pengalaman positif dalam aktivitas pengasuhan (Abdollahpour dkk., 2018; Fauziana dkk., 2018)

Seorang *informal caregiver* dalam beberapa studi justru memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi bahkan dengan adanya peningkatan *caregiver burden* yang dihasilkan oleh pengalaman pengasuhan yang positif. Hal ini dapat disebabkan oleh peran pengasuh yang dianggap penting ketika penerima perawatan merasa membutuhkan mereka (Araujo, 2015 (dalam Fauziana dkk., 2018)

Beberapa poin yang ditemukan dalam kategorisasi kedua variabel adalah kategori tingkat tinggi pada *caregiver burden* sebanyak 14,8% dan tingkat rendah pada *subjective well-being* dengan persentase sebesar 18,5%. Tingkatan ini menandakan



bahwa dengan adanya *caregiver burden* yang dialami sejumlah responden akan menghasilkan *subjective well-being* yang rendah meskipun perbedaan persentase kedua kategori tersebut dinilai tidak terlalu jauh. Ketika individu mengalami tekanan dan mempersepsikan kegiatan pengasuhannya adalah sebuah beban, maka akan menilai bahwa ia tidak puas terhadap kehidupannya secara umum dan memiliki afek negatif lebih banyak daripada afek positif.

SIMPULAN

Dari hasil analisis dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa *caregiver burden* memiliki hubungan negatif secara signifikan dengan *subjective well-being* pada ibu generasi *sandwich*. Artinya jika *caregiver burden* individu meningkat, maka *subjective well-being* nya akan menurun, begitupun sebaliknya.

Dengan meminimalisir tingkat beban pengasuhan, maka generasi *sandwich* akan memiliki penilaian terhadap kepuasan hidup yang lebih baik serta evaluasi emosi yang lebih positif, sehingga bisa menjalani keseharian lebih baik, memiliki hubungan sosial dengan keluarga yang lebih harmonis serta dapat mempersepsikan pengalaman dan makna hidup yang lebih optimis.

DAFTAR PUSTAKA

Abdollahpour, I., Nedjat, S., & Salimi, Y. (2018). Positive Aspects of Caregiving and Caregiver Burden: A Study of Caregivers of Patients With Dementia. *Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology*, 31(1), 34–38. <https://doi.org/10.1177/0891988717743590>

Akhtar, H. (2019). Evaluasi Properti Psikometris Dan Perbandingan Mode Pengukuran Konstruk Subjective Well-being. *Jurnal Psikologi* (Vol. 1 No. 18)

Badan Pusat Statistik. (2022) *Analisis Profil Penduduk Indonesia*. Badan Pusat Statistik.

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2012). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, (2 Ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0017>

Fauziana, R., Sambasivam, R., Vaingankar, J. A., Abdin, E., Ong, H. L., Tan, M. E., Chong, S. A., & Subramaniam, M. (2018). Positive Caregiving Characteristics as a Mediator of Caregiving Burden and Satisfaction With Life in Caregivers of Older Adults. *Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology*, 31(6), 329–335. <https://doi.org/10.1177/0891988718802111>

Ferrante, S., & Derigne, L. (2012). The Sandwich Generation: A Review of Literature. In *Florida Public Health Review* (Vol. 9).

Fianco, A., Sartori, R. D. G., Negri, L., Lorini, S., Valle, G., & Fave, A. D. (2015). The relationship between burden and well-being among caregivers of Italian people diagnosed with severe neuromotor and cognitive disorders. In *Research in Developmental Disabilities* (Vol. 39, pp. 43–54). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2015.01.006>

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*(1). <https://doi.org/10.1186/1471-2318-14-23>
- 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>
- Havilah, V. R. (2021). Hubungan Antara Kualitas Hidup dengan Beban Pengasuhan pada Wanita Generasi Sandwich. *Skripsi*.
- Iqbal Malik, N., Professor of Psychology, A., Shakeel, S., Ahmad Rana, S., & Iqbal Malik, N. (2015). Burden of Care, Mental Health and Subjective Well Being of Family Caregivers of Elderly Patients. In *Pakistan Journal of Professional Psychologists* (Vol. 6, Issue 1).
- Kusumaningrum, F. A. (2018). Generasi Sandwich: Beban Pengasuhan dan Dukungan Sosial pada Wanita Bekerja. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, *23*(2), 109–120. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss2.art3>
- Lansford, J. E. (2018). *A Lifespan Perspective on Subjective Well-Being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers. DOI: nobascholar.com
- LeSeure, P., & Chongkham-Ang, S. (2015). The experience of caregivers living with cancer patients: A systematic review and meta-synthesis. In *Journal of Personalized Medicine* (Vol. 5, Issue 4, pp. 406–439). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/jpm5040406>
- Liu, Z., Heffernan, C., & Tan, J. (2020). Caregiver burden: A concept analysis. *International Journal of Nursing Sciences*, *7*(4), 438–445. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.07.012>
- Lorca, M. B.F., & Lay, S. L. (2020). Multiple roles and subjective well-being of middle-aged women who are caregivers of elderly people in Chile. *Journal of Women and Aging*, *32*(2), 149–167. <https://doi.org/10.1080/08952841.2018.1537690>
- Marie Young, S. (2017). *Investigation of Sandwich Generation Caregiver Perceptions and Factors of Caregiving Strain*. <https://thekeep.eiu.edu/theses/2711>
- Miller, D. A. (1980). *The "sandwich" generation: adult children of the aging*.
- Noguchi, T., Nakagawa-Senda, H., Tamai, Y., Nishiyama, T., Watanabe, M., Kamiya, M., Wakabayashi, R., Hosono, A., Shibata, K., Ichikawa, M., Ema, K., Nagaya, K., Okamoto, N., Tsujimura, S., Fujita, H., Kondo, F., Yamada, T., & Suzuki, S. (2020). The association between family caregiver burden and subjective well-being and the moderating effect of social participation among Japanese adults: A cross-sectional study. *Healthcare (Switzerland)*, *8*(2). <https://doi.org/10.3390/healthcare8020087>
- Ong, H. L., Vaingankar, J. A., Abidin, E., Sambasivam, R., Fauziana, R., Tan, M. E., Chong, S. A., Goveas, R. R., Chiam, P. C., & Subramaniam, M. (2018). Resilience and burden in caregivers of older adults: Moderating and mediating effects of perceived social support. *BMC Psychiatry*, *18*(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1616-z>
- Piontak, J. R. (2016). Household Composition and Maternal Depression: Examining the Role of Multigenerational Households. *Journal of Family Issues*, *37*(7), 947–969. <https://doi.org/10.1177/0192513X14531678>
- Rochma, S. (2021). Hubungan antara Keberfungsian Keluarga dan Dukungan



- Sosial Teman Sebaya dengan Subjective Well-Being (Studi pada Remaja yang Mengalami Stres di Masa Pandemi COVID-19). *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Savundranayagam, M. Y., Montgomery, R. J. V., Kosloski, K. (2011). A dimensional analysis of caregiver burden among spouses and adult children. *Gerontologist*, 51(3), 321–331. <https://doi.org/10.1093/geront/gnq102>
- Sonia, G., Dewi, M., & Marheni, A. (2017). *Perbedaan Subjective Well Being Pada Ibu Ditinjau Dari Struktur Keluarga Di Kota Denpasar* (Vol. 4, Issue 1).
- Tongson, E. C. (2018). *What Does it Mean to Be in the Sandwich Generation? The Lived Experiences of Selected Low-income Urban Filipino Women: Vol. XXVIII*.
- Üzar-Özçetin, Y. S., & Dursun, S. İ. (2020). Quality of life, caregiver burden, and resilience among the family caregivers of cancer survivors. *European Journal of Oncology Nursing*, 48. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2020.101832>
- Verbakel, E., Metzelthin, S. F., & Kempen, G. I. J. M. (2018). Caregiving to older adults: Determinants of informal caregivers' subjective well-being and formal and informal support as alleviating conditions. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 73(6), 1099–1111. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbw047>
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 54, Issue 6).
- Samudra, R., Wisana, I.D.G.K. (2016). Female Labor Force Participation of Sandwich Generation in Indonesia. *The Abdul Latif Jameel Poverty Action Lab (J-PAL) Southeast Asia*.
- <https://www.researchgate.net/publication/315683538>