

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam perkembangan masyarakat modern, keluarga tidak lagi dipahami sebagai institusi yang statis, melainkan sebagai sistem sosial yang dinamis dan terus mengalami perubahan. Perubahan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti globalisasi, modernisasi, serta transformasi nilai sosial dalam masyarakat.¹ Salah satu fenomena sosial yang muncul sebagai konsekuensi dari perubahan tersebut adalah fenomena *generasi sandwich*. Istilah ini pertama kali diperkenalkan oleh Dorothy A. Miller yang merujuk pada individu dewasa yang berada dalam posisi “terjepit” di antara dua generasi, yaitu orang tua lanjut usia dan anak-anak yang masih menjadi tanggungan.²

Fenomena generasi sandwich semakin relevan dalam konteks masyarakat Indonesia yang memiliki karakteristik budaya kolektivistik yang kuat. Dalam budaya ini, hubungan keluarga tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga mencakup tanggung jawab sosial, ekonomi, dan moral.³ Nilai bakti kepada orang tua menjadi norma yang mengakar dalam kehidupan masyarakat, sehingga anak memiliki kewajiban untuk merawat orang tua di usia lanjut. Namun, ketika individu telah menikah dan memiliki keluarga inti, tanggung jawab tersebut menjadi lebih kompleks karena harus dibagi antara dua generasi yang berbeda.⁴

Kondisi tersebut memunculkan tekanan yang tidak hanya bersifat ekonomi, tetapi juga psikologis. Generasi sandwich sering kali menghadapi beban ganda dalam memenuhi kebutuhan keluarga inti sekaligus mendukung orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa beban peran ganda ini dapat memicu stres, kecemasan, hingga depresi apabila tidak dikelola dengan baik.⁵ Tekanan psikologis

¹ Siti Nurhayati, “Perubahan Sosial Dalam Keluarga Modern,” *Jurnal Sosiologi Indonesia* 2 (2021): 15.

² Dorothy A. Miller, “The Sandwich Generation: Adult Children of the Aging,” *Social Work* 26 (1981): 419–423.

³ Rina Oktaviani, “Budaya Kolektivisme Dalam Keluarga Indonesia,” *Jurnal Antropologi Indonesia* 1 (2020): 42.

⁴ Ahmad Zubaidi, “Nilai Filial Piety Dalam Masyarakat Indonesia,” *Jurnal Sosial Humaniora* 2 (2019): 12.

⁵ Lilis Setyowati, “Beban Ganda Generasi Sandwich Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental,” *Jurnal Psikologi* 1 (2022): 18.

ini semakin meningkat ketika tuntutan ekonomi tidak sebanding dengan kemampuan finansial yang dimiliki individu.

Perubahan demografis turut memperkuat fenomena ini. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia semakin meningkat, sehingga kebutuhan akan dukungan keluarga juga meningkat. Di sisi lain, biaya hidup yang semakin tinggi, termasuk pendidikan dan kesehatan, menambah tekanan ekonomi pada generasi produktif. Kondisi ini menjadikan generasi sandwich berada dalam situasi rentan terhadap tekanan finansial dan psikologis secara bersamaan.⁶

Tekanan yang dialami generasi sandwich memiliki implikasi yang signifikan terhadap kesehatan mental. Studi dalam bidang psikologi menunjukkan bahwa tekanan berkepanjangan dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental seperti stres kronis, kelelahan emosional, dan depresi.⁷ Dalam konteks keluarga, kondisi kesehatan mental individu memiliki keterkaitan erat dengan kualitas hubungan dalam rumah tangga. Ketika individu mengalami tekanan psikologis, hal tersebut dapat memengaruhi komunikasi, interaksi, serta tingkat konflik dalam keluarga.⁸

Tujuan perkawinan di Indonesia sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan adalah membentuk keluarga yang bahagia dan kekal. Namun demikian, ketentuan hukum tersebut lebih menitikberatkan pada hubungan dalam keluarga inti. Dalam realitas sosial, tanggung jawab terhadap orang tua tetap menjadi kewajiban yang kuat, sehingga menimbulkan ketegangan antara norma hukum formal dan norma sosial yang berkembang dalam masyarakat.⁹

Kondisi ini dapat diamati di Desa Karangmalang, Kecamatan Ketanggungan, Kabupaten Brebes. Sebagian besar masyarakat bekerja di sektor informal dengan pendapatan yang tidak stabil, sehingga menghadapi tantangan dalam memenuhi kebutuhan keluarga.¹² Dalam situasi ini, pasangan generasi sandwich harus

⁶ Dwi Astuti, “Tekanan Ekonomi Rumah Tangga Di Era Modern,” *Jurnal Ekonomi Pembangunan* 1 (2021): 21.

⁷ R. Kurniawan, “Stres Dan Depresi Dalam Perspektif Psikologi,” *Jurnal Psikologi Klinis* 2 (2020): 10.

⁸ Anisa Putri, “Kesehatan Mental Dan Keharmonisan Keluarga,” *Jurnal Kesejahteraan Sosial* 1 (2021): 9.

⁹ M. Rizky Pratama, “Relasi Hukum Dan Norma Sosial Dalam Keluarga,” *Jurnal Hukum Dan Masyarakat* 1 (2022): 7.

melakukan penyesuaian ekonomi yang signifikan ketika membantu orang tua, yang berpotensi memicu konflik dalam rumah tangga.

Selain tekanan ekonomi, tekanan sosial juga berperan penting. Masyarakat sering memberikan penilaian moral terhadap individu yang dianggap tidak mampu memenuhi kewajiban terhadap orang tua. Tekanan ini dapat meningkatkan beban psikologis dan memengaruhi stabilitas emosional individu. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat berdampak pada keharmonisan keluarga.¹⁰

Keharmonisan keluarga merupakan kondisi yang mencerminkan keseimbangan antara aspek ekonomi, sosial, dan emosional dalam rumah tangga. Penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental memiliki peran penting dalam menjaga kualitas hubungan keluarga. Individu yang mampu mengelola stres dengan baik cenderung memiliki komunikasi yang lebih sehat dan hubungan yang lebih harmonis. Sebaliknya, gangguan kesehatan mental dapat memicu konflik dan menurunkan kualitas hubungan dalam keluarga.¹¹

Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena generasi sandwich telah menjadi perhatian dalam berbagai kajian, khususnya dalam bidang psikologi dan studi keluarga. Generasi sandwich merupakan individu yang berada pada posisi “terjepit” karena harus memenuhi tanggung jawab terhadap orang tua sekaligus keluarga inti, seperti pasangan dan anak. Kondisi ini berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang berdampak pada kesehatan mental individu.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa generasi sandwich rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan kelelahan emosional akibat beban peran ganda yang dijalani. Penelitian oleh Nurdiansyah dan Mufidah mengungkapkan bahwa ketidakseimbangan peran dalam keluarga dapat memicu gangguan emosional dan menurunkan kualitas kesehatan mental individu.¹² Hal serupa juga ditemukan oleh Amalianita dan Putri yang menyatakan bahwa tekanan psikologis pada generasi sandwich berkaitan erat

¹⁰ S. Rahmawati, “Tekanan Sosial Dalam Struktur Masyarakat Desa,” *Jurnal Sosiologi Pedesaan* 2 (2021): 6.

¹¹ Yuni Lestari, “Peran Kesehatan Mental Dalam Keharmonisan Keluarga,” *Jurnal Psikologi Keluarga* 1 (2022): 11.

¹² & Mufidah. Nurdiansyah, P. P. D., “Keseimbangan Peran Keluarga Pada Remaja Generasi Sandwich Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental Yang Optimal,” *Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga* 2 (2025): 24.

dengan tuntutan tanggung jawab yang tinggi terhadap dua generasi sekaligus.¹³ Selain itu, penelitian Amila dan Ismunanda menegaskan bahwa perempuan dalam generasi sandwich memiliki risiko tinggi mengalami stres dan kelelahan emosional akibat peran domestik dan publik yang dijalankan secara bersamaan.¹⁴

Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut cenderung masih bersifat parsial, karena hanya berfokus pada aspek kesehatan mental tanpa mengaitkannya secara langsung dengan dinamika keluarga, khususnya keharmonisan keluarga. Di sisi lain, penelitian oleh Roring dan Simanjuntak lebih menitikberatkan pada kepuasan hidup generasi sandwich, tanpa mengkaji secara spesifik bagaimana kondisi kesehatan mental tersebut berdampak pada relasi keluarga.¹⁵ Padahal, kesehatan mental individu memiliki peran penting dalam menjaga kualitas hubungan antar anggota keluarga, termasuk dalam menciptakan keharmonisan rumah tangga.

Selain itu, sebagian besar penelitian terdahulu belum secara spesifik mengkaji generasi sandwich yang telah menikah. Padahal, individu yang sudah menikah memiliki kompleksitas peran yang lebih tinggi, yaitu sebagai pasangan, orang tua, sekaligus anak bagi orang tua mereka. Kompleksitas peran ini berpotensi memperbesar tekanan psikologis yang pada akhirnya dapat memengaruhi keharmonisan keluarga. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai kondisi generasi sandwich yang telah menikah.

Kesenjangan penelitian lainnya terletak pada konteks penelitian yang masih didominasi oleh wilayah perkotaan atau populasi umum, sehingga belum menggambarkan kondisi masyarakat secara spesifik, khususnya di wilayah pedesaan. Padahal, masyarakat pedesaan memiliki karakteristik sosial dan budaya yang berbeda, seperti kuatnya nilai kekeluargaan, norma sosial yang tinggi, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental, yang dapat memengaruhi dinamika generasi sandwich dan keharmonisan keluarga.

¹³ Berru Amalianita and Eka Yola Putri, "Permasalahan Psikologis Pada Sandwich Generation Serta Implikasi Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling," *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 8, no. 2 (2023): 163–71.

¹⁴ M. A. Amila, H., & Ismunanda, "Kesehatan Mental Perempuan Sandwich Generation: Studi Pada Wanita Bekerja Usia Produktif," *Arus Jurnal Psikologi Dan Pendidikan (AJPP)* 4 (2024): 10.

¹⁵ E. J. Roring, B. W., & Simanjuntak, "Kepuasan Hidup Generasi Sandwich Di Indonesia.," *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen* 17 (2024): 75–86.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa masih terdapat kesenjangan penelitian dalam mengkaji hubungan antara kesehatan mental generasi sandwich yang telah menikah dengan keharmonisan keluarga, khususnya dalam konteks masyarakat pedesaan. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan guna mengisi kekosongan tersebut.

Adapun kebaruan (novelty) dalam penelitian ini terletak pada upaya untuk mengkaji secara integratif implikasi kesehatan mental generasi sandwich yang telah menikah terhadap keharmonisan keluarga dengan mengambil lokasi penelitian di Desa Karangmalang Kecamatan Ketanggungan Kabupaten Brebes. Penelitian ini tidak hanya melihat kondisi psikologis individu, tetapi juga mengaitkannya secara langsung dengan dinamika hubungan keluarga, sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam pengembangan kajian keluarga dan kesehatan mental.

Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kondisi kesehatan mental generasi sandwich serta menganalisis pengaruhnya terhadap keharmonisan keluarga dalam perspektif hukum dan sosial. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik serta menjadi dasar dalam pengembangan kebijakan yang lebih responsif terhadap isu kesehatan mental dalam keluarga.

B. Permasalahan Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Identifikasi Masalah
 - a. Wilayah Kajian

Penelitian ini akan menganalisis konsep keluarga harmonis menurut Undang-Undang No. 16 Tahun 2019 tentang Perubahan atas Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan. Fokusnya adalah pada definisi dan kriteria keluarga harmonis yang diatur dalam undang-undang tersebut, serta faktor-faktor yang mendukung terciptanya keharmonisan dalam keluarga.

Penelitian ini akan berfokus pada kondisi kesehatan mental individu dalam generasi *sandwich* yang tinggal di Desa Karangmalang.

Aspek ini mencakup analisis terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mereka, seperti depresi, kecemasan, dan beban tanggung jawab, serta bagaimana kondisi kesehatan mental ini berpengaruh terhadap keharmonisan keluarga di desa tersebut.¹⁶

Selain itu, penelitian ini juga akan mengkaji implikasi dari kesehatan mental pernikahan generasi *sandwich* terhadap kemampuan mereka dalam mempertahankan keharmonisan keluarga. Aspek-aspek yang akan diteliti meliputi dampak kesehatan mental terhadap komunikasi, interaksi, dan hubungan antar anggota keluarga, serta strategi yang digunakan untuk mempertahankan keharmonisan.

Konteks sosial dan budaya di Desa Karangmalang akan dipertimbangkan dalam penelitian ini, karena faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi dinamika keluarga dan kesehatan mental individu dalam generasi *sandwich*. Penelitian ini akan menganalisis norma sosial, dukungan komunitas, dan peran gender untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang situasi yang dihadapi oleh generasi *sandwich*.

2. Jenis Masalah

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa jenis masalah yang dianalisis terkait hukum yang berkaitan dengan pemahaman dan interpretasi konsep keluarga harmonis menurut Undang-Undang No. 16 Tahun 2019 dan Undang-Undang No. 1 Tahun 1974. Masalah ini mencakup bagaimana regulasi hukum tersebut dapat diterapkan dalam konteks keluarga di Desa Karangmalang serta tantangan yang mungkin dihadapi oleh individu dalam memahami dan menerapkan konsep tersebut.

Masalah psikologis menjadi fokus utama dalam penelitian ini, berfokus pada kondisi kesehatan mental individu dalam generasi *sandwich*. Masalah ini mencakup faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mereka, seperti depresi, kecemasan, dan beban tanggung jawab, serta dampaknya terhadap kesejahteraan individu dan keharmonisan keluarga.

¹⁶ M. M. Sengkey, R., Solang, D. J., & Sengkey, "Studi Deskriptif Komparasi Tentang Psychological Well-Being Pada Generasi Sandwich Di Kecamatan Tomohon Tengah Kota Tomohon.," *Jurnal Pendidikan* 3 (2022): 23.

Selain itu, terdapat masalah sosial yang berkaitan dengan dinamika interaksi dan hubungan antar anggota keluarga dalam konteks generasi *sandwich*. Masalah ini mencakup bagaimana kesehatan mental pernikahan generasi *sandwich* mempengaruhi keharmonisan keluarga dan bagaimana interaksi sosial di dalam keluarga dapat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan mental.

Masalah kultural juga menjadi bagian penting dalam penelitian ini, mengacu pada konteks sosial dan budaya di Desa Karangmalang yang dapat mempengaruhi pengalaman individu dalam generasi *sandwich*. Masalah ini mencakup norma sosial, dukungan komunitas, dan peran gender yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan keharmonisan keluarga.

Terdapat masalah praktis yang berkaitan dengan implikasi kesehatan mental pernikahan generasi *sandwich* dalam mempertahankan keharmonisan keluarga. Masalah ini mencakup tantangan yang dihadapi oleh individu dalam mengelola kesehatan mental mereka dan strategi yang digunakan untuk menjaga keharmonisan dalam keluarga.

3. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini, kami akan membatasi fokus dan ruang lingkup kajian. Pertama, kajian akan dibatasi pada pemahaman konsep keluarga harmonis yang diatur dalam Undang-Undang No. 16 Tahun 2019 dan Undang-Undang No. 1 Tahun 1974. Fokus penelitian akan diberikan pada definisi, kriteria, dan elemen-elemen yang mendukung terciptanya keluarga harmonis, tanpa membahas aspek hukum lainnya yang tidak relevan dengan konteks keluarga di Desa Karangmalang.

Penelitian ini akan membatasi kajian pada kondisi kesehatan mental individu dalam generasi *sandwich* yang tinggal di Desa Karangmalang. Aspek yang akan diteliti meliputi depresi, kecemasan, dan beban tanggung jawab yang dihadapi oleh individu dalam peran ganda sebagai pengasuh. Penelitian tidak akan mencakup kondisi kesehatan mental individu di luar konteks generasi *sandwich* atau di luar wilayah Desa Karangmalang.

Penelitian ini akan membatasi kajian pada implikasi kesehatan mental pernikahan generasi *sandwich* terhadap keharmonisan keluarga di Desa

Karangmalang. Fokus akan diberikan pada bagaimana kesehatan mental mempengaruhi komunikasi, interaksi, dan hubungan antar anggota keluarga, serta strategi yang digunakan untuk mempertahankan keharmonisan. Penelitian tidak akan membahas implikasi kesehatan mental dalam konteks yang lebih luas atau di luar pernikahan generasi *sandwich*.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana Implementaasi konsep keluarga harmonis dan tanggung jawab keluarga di Desa Karangmalang?
2. Bagaimana kondisi kesehatan mental generasi *sandwich* yang menikah dan implikasinya terhadap keharmonisan keluarga di Desa karangmalang?

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, maka tujuan dan manfaat yang hendak dicapai peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk menganalisis dan memahami konsep keluarga harmonis menurut Undang-Undang No. 16 Tahun 2019 dan Undang-Undang No. 1 Tahun 1974. Dengan demikian, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang jelas mengenai definisi, kriteria yang mendukung terciptanya keluarga harmonis dalam konteks hukum di Indonesia.
2. Untuk menilai kondisi kesehatan mental pernikahan generasi *sandwich* di Desa Karangmalang dan bagaimana kondisi tersebut mempengaruhi keharmonisan keluarga. Penelitian ini akan mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kesehatan mental individu dalam generasi *sandwich* dan dampaknya terhadap hubungan antar anggota keluarga.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori tentang generasi *sandwich*, kesehatan mental, dan dinamika keluarga, serta memperkaya literatur yang ada di bidang

psikologi dan sosiolog penelitian ini akan membantu memperjelas konsep-konsep terkait tekanan psikologis dan mekanisme yang digunakan oleh pasangan yang sudah menikah dalam generasi *sandwich*, sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

Bagi keluarga Muslim, Penelitian ini memiliki beberapa kegunaan praktis yang signifikan. Pertama, temuan dari penelitian ini dapat digunakan oleh pembuat kebijakan untuk merumuskan program dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan pasangan yang sudah menikah dalam generasi *sandwich*, termasuk penyediaan layanan kesehatan mental dan dukungan sosial. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi praktisi kesehatan mental, pekerja sosial, dan organisasi non-pemerintah dalam merancang intervensi yang lebih efektif untuk membantu pasangan yang sudah menikah dalam generasi *sandwich* mengatasi depresi dan tantangan yang mereka hadapi.

Hasil penelitian juga dapat digunakan untuk mengedukasi keluarga dan masyarakat tentang pentingnya dukungan emosional, komunikasi yang baik, dan pengelolaan depresi dalam menjaga keharmonisan keluarga, terutama bagi mereka yang berperan ganda sebagai pengasuh. Selain itu, penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang tantangan yang dihadapi oleh generasi *sandwich*, sehingga mendorong dukungan sosial yang lebih besar dari komunitas dan lingkungan sekitar. Terakhir, hasil penelitian dapat menjadi sumber informasi bagi pasangan yang sudah menikah dalam generasi *sandwich* untuk memahami kondisi mereka dan mencari bantuan yang diperlukan, serta untuk berbagi pengalaman dengan orang lain yang berada dalam situasi serupa.

E. Penelitian Terdahulu

Sebagai bahan perbandingan bagi peneliti dan untuk mendukung kelengkapan dalam skripsi ini, maka peneliti akan menyampaikan beberapa karya yang mungkin terkait dengan skripsi yang akan dibahas, diantaranya sebagai berikut:

1. Ajie Pangestu menulis penelitian dengan judul "Problematika Generasi *Sandwich* dalam Memenuhi Kewajiban Memberi Nafkah Perspektif Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 (Studi Kasus di Desa Pablengan, Kecamatan Matesih, Kabupaten Karanganyar)" pada tahun 2023.¹⁷ Penelitian Pangestu berfokus pada problematika generasi *sandwich* dalam memenuhi kewajiban memberi nafkah dari perspektif Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974. Penelitian ini mengambil studi kasus di Desa Pablengan, Kecamatan Matesih, Kabupaten Karanganyar. Data dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa pendapatan per kapita warga Desa Pablengan rata-rata Rp 80.000 – 90.000 per hari. Selain itu, terdapat 2.957 penerima bantuan PKH atau sejenisnya yang terdiri dari 940 Kepala Keluarga (KK), dari total 1.359 KK di Desa Pablengan (1.190 KK dengan kepala keluarga laki-laki dan 169 KK dengan kepala keluarga perempuan). Meskipun penelitian Pangestu secara spesifik membahas kewajiban nafkah, temuan mengenai kondisi finansial dan jumlah tanggungan di Desa Pablengan dapat menjadi dasar pemahaman tentang tekanan yang dihadapi generasi *sandwich*, yang pada gilirannya dapat berimplikasi pada kesehatan mental dan keharmonisan keluarga. Penelitian ini relevan karena menyoroti salah satu aspek fundamental (nafkah) yang berkontribusi pada beban generasi *sandwich*, yang mana beban tersebut dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Persamaan utama terletak pada eksplorasi fenomena generasi *sandwich* dan tantangan yang mereka hadapi, termasuk beban ganda dalam merawat orang tua dan anak-anak, serta potensi dampak psikologis seperti depresi, kelelahan fisik dan mental, gangguan tidur, kecemasan, dan depresi, sebagaimana juga disoroti oleh Tashandra. Namun, penelitian ini berbeda secara signifikan dalam fokus dan konteksnya. Sementara studi-studi sebelumnya cenderung membahas konflik peran, beban pengasuhan, atau fenomena sosial secara umum seperti yang dilakukan oleh Erma Candra Putra, yang menyoroti kurangnya persiapan finansial dan peran pemerintah, penelitian

¹⁷ Ajie Pangestu, "Problema Generasi *Sandwich* Dalam Memenuhi Kewajiban Memberi Nafkah Perspektif Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974" 1, no. 1 (2023): 303–35.

ini berfokus pada implikasi kesehatan mental generasi *sandwich* yang telah menikah terhadap keharmonisan keluarga.

2. Ayu Krisnawati menulis penelitian dengan judul "Analisis Kemaslahatan Generasi *Sandwich* Dalam Menafkahi Orang Tua Dan Keluarga Perspektif Hukum Islam (Studi Kasus Desa Bringin Kabupaten Semarang)" pada tahun 2024.¹⁸ Penelitian ini mengkaji bagaimana generasi *sandwich*, yang memiliki tanggung jawab untuk menafkahi orang tua dan keluarganya, menghadapi problematika serta upaya mereka dalam memenuhi kebutuhan dengan penghasilan yang ada, dengan perspektif Hukum Islam. Salah satu hasil wawancara menunjukkan bahwa penghasilan responden umumnya 2 juta rupiah per bulan dan mereka berusaha semaksimal mungkin untuk mencukupi kebutuhan keluarga dan orang tua. Responden juga menyatakan bahwa tidak ada riwayat penyakit dalam keluarga, dan orang tua mereka memiliki mata pencarian. Motif merawat orang tua adalah karena orang tua yang telah melahirkan dan membesarkan responden, serta menganggap kebutuhan keluarga dan orang tua sama-sama penting. Penelitian ini juga menyertakan dokumentasi berupa foto-foto dengan masyarakat Desa Bringin Kabupaten Semarang. Persamaan nya terletak pada fokus utama pembahasan mengenai generasi *sandwich*. Kedua penelitian sama-sama mengkaji fenomena generasi *sandwich* yang menghadapi tanggung jawab ganda terhadap orang tua dan keluarga mereka. Perbedaannya terletak pada fokus masalah dan tinjauan spesifiknya. Pada penelitian Ayu Krisnawati ini menekankan pada kemaslahatan generasi *sandwich* dalam menafkahi orang tua dan keluarga dari perspektif Hukum Islam, serta mengkategorikan generasi *sandwich* berdasarkan usia dan prioritas nafkah. Sementara penelitian saya ini memfokuskan pada implikasi kesehatan mental generasi *sandwich* yang sudah menikah terhadap keharmonisan keluarga di Desa Karangmalang.
3. Berru Amalianita dan Yola Eka Putri menulis penelitian dengan judul

¹⁸ Ayu Krisnawati, *Analisis Kemaslahatan Generasi Sandwich Dalam Menafkahi Orang Tua Dan Keluarga Perspektif Hukum Islam (Studi Kasus Desa Bringin Kabupaten Semarang)*, 2024, 54.

"Permasalahan psikologis pada *sandwich* generation serta implikasi dalam layanan bimbingan dan konseling" jurnal penelitian guru Indonesia, Vol.8, No.2 Tahun 2023.¹⁹ Penelitian ini mengkaji fenomena generasi *sandwich* sebagai generasi yang aktif dan produktif, namun memikul beban ganda dalam pemenuhan kebutuhan bagi generasi di atasnya (orang tua) dan generasi di bawahnya (anak-anak). Beban berat ini membuat generasi *sandwich* rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan melakukan penelusuran dan pengkajian literatur relevan untuk menganalisis permasalahan psikologis yang dialami generasi *sandwich* serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan yang dialami generasi *sandwich* dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi stabilitas emosi dan interaksi mereka dalam keluarga. Persamaan dengan jurnal ini terletak pada fokus pembahasan mengenai permasalahan psikologis yang dialami oleh generasi *sandwich*. Jurnal ini secara spesifik mengidentifikasi berbagai tekanan yang dihadapi oleh generasi *sandwich*, seperti depresi, *burnout*, kecemasan, dan depresi, yang timbul akibat peran ganda dalam menopang kebutuhan generasi di atas dan di bawah mereka. Selain itu, baik jurnal ini maupun skripsi Anda sama-sama menyoroti pentingnya penanganan terhadap permasalahan psikologis ini melalui layanan bimbingan dan konseling. Adapun perbedaannya terletak pada ruang lingkup dan fokus spesifik. Jurnal ini membahas permasalahan psikologis generasi *sandwich* secara umum serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling, mencakup berbagai aspek seperti tekanan finansial, konflik peran, dan dampak pada kesehatan fisik dan mental. Sementara itu, skripsi Anda memiliki fokus yang lebih spesifik, yaitu "implikasi kesehatan mental generasi *sandwich* yang menikah terhadap keharmonisan keluarga di Desa Karangmalang". Perbedaan ini menunjukkan bahwa penelitian saya akan mendalami bagaimana kondisi

¹⁹ Amalianita and Putri, "Permasalahan Psikologis Pada Sandwich Generation Serta Implikasi Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling."

kesehatan mental generasi *sandwich* yang sudah menikah secara khusus memengaruhi dinamika dan keharmonisan dalam unit keluarga mereka, serta konteks lokal di Desa Karangmalang

4. Dwi Ayu Indah Sari dan I Ketut Atmaja Johny Artha menulis penelitian dengan judul "Fenomena Generasi *Sandwich* dalam Keharmonisan Keluarga di Kecamatan Babat Lamongan" Jurnal mahasiswa Pendidikan luar sekolah, Vol.14, No.1 Tahun 2025.²⁰ Penelitian ini berfokus pada bagaimana generasi *sandwich* menjalankan peran dan tanggung jawab mereka dalam menjaga keharmonisan keluarga serta bagaimana fenomena generasi *sandwich* memengaruhi keharmonisan keluarga secara keseluruhan. Generasi *sandwich* diidentifikasi sebagai pasangan yang sudah menikah yang menanggung beban finansial keluarga, baik untuk orang tua maupun saudara. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kasus, penelitian ini melibatkan wawancara mendalam dan observasi partisipatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasangan yang sudah menikah dalam generasi *sandwich* perlu memiliki strategi yang tepat agar dapat menjalani kehidupan yang lebih seimbang, memiliki akses terhadap kesejahteraan yang lebih baik, dan tetap menjaga keharmonisan keluarga tanpa mengorbankan kebahagiaan pribadi mereka. Penelitian ini memiliki persamaan dengan jurnal ini, dalam fokus utamanya pada fenomena generasi *sandwich* dan dampaknya terhadap keharmonisan keluarga, serta menyoroti tekanan mental dan fisik yang signifikan yang dihadapi oleh generasi *sandwich*, termasuk faktor-faktor seperti kondisi ekonomi keluarga, pola pikir masyarakat, dan kurangnya dukungan psikologis. Namun, terdapat perbedaan signifikan, di mana jurnal oleh Sari dan Artha (2025) berfokus pada generasi *sandwich* secara umum, dengan subjek penelitian individu berusia 20-30 tahun yang menanggung beban finansial keluarga meskipun belum menikah, dan dilakukan di Kecamatan Babat, Lamongan. Sebaliknya, penelitian ini secara spesifik memfokuskan pada generasi *sandwich* yang sudah menikah dan implikasi kesehatan mental

²⁰ I Ketut Atmaja Johny Artha Dwi Ayu Indah Sari, "Fenomena Generasi Sandwich Dalam Keharmonisan Keluarga Di Kecamatan Babatan Lamongan," *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Luar Sekola* 14 (2025): 36.

mereka terhadap keharmonisan keluarga di Desa Karangmalang, memungkinkan eksplorasi yang lebih mendalam mengenai dinamika hubungan dalam pernikahan dan bagaimana kesehatan mental individu yang sudah menikah dalam posisi generasi *sandwich* memengaruhi pasangan dan anak-anak mereka.

5. Nabil Rasheed Kurniawan dalam penelitiannya "Analisis terhadap Fenomena Generasi Sandwich menurut Perspektif Islam" Vol.1, No.1 Tahun 2024.²¹ menggarisbawahi fakta bahwa sebagian besar warga Indonesia berada dalam posisi generasi sandwich dan tidak sedikit yang merasa tertekan. Penelitian library research ini menganalisis fenomena tersebut dari perspektif syariah Islam dengan menelusuri Al-Qur'an, Hadis, dan kitab-kitab klasik. Meskipun fokusnya adalah perspektif Islam secara umum, penelitian ini relevan karena mengidentifikasi tekanan yang dirasakan oleh generasi sandwich dan menyoroti perlunya pemahaman yang lebih dalam dari kacamata agama. Penelitian ini memiliki persamaan dengan jurnal "Analisis terhadap Fenomena Generasi Sandwich menurut Perspektif Islam" oleh Nabil Rasheed Kurniawan, yaitu sama-sama mengkaji fenomena generasi sandwich dan dampaknya. Kedua penelitian juga menyoroti potensi masalah mental yang dapat dialami oleh generasi sandwich akibat beban tanggungan yang dipikul. Namun, perbedaannya terletak pada fokus dan ruang lingkup kajian. Jurnal Nabil Rasheed Kurniawan menganalisis fenomena generasi sandwich dari perspektif syariah Islam secara umum, membahas kewajiban memberikan nafkah kepada orang tua dan anak berdasarkan Al-Qur'an, Hadits, dan ijma ulama, serta menekankan pentingnya perubahan mindset agar tanggung jawab tidak menjadi beban. Sementara itu, penelitian Anda secara spesifik memfokuskan pada implikasi kesehatan mental generasi sandwich yang menikah terhadap keharmonisan keluarga di Desa Karangmalang, yang menunjukkan lingkup studi yang lebih spesifik pada populasi menikah dan lokasi geografis tertentu.

²¹ Nabil Rasheed Kurniawan, "Analisis Terhadap Fenomena Generasi Sandwich Menurut Perspektif Islam" 01, no. 01 (2024): 23.

Berdasarkan kelima studi terdahulu yang telah dipaparkan, terlihat bahwa sebagian besar penelitian berfokus Berdasarkan kelima studi terdahulu yang telah dipaparkan, terlihat bahwa sebagian besar penelitian telah mengidentifikasi dan mengkaji fenomena generasi *sandwich* dari berbagai perspektif. Ajie Pangestu dan Ayu Krisnawati secara spesifik berfokus pada problematika finansial dan kewajiban nafkah yang diemban generasi *sandwich*, baik dalam konteks Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 maupun perspektif Hukum Islam. Mereka menggambarkan realitas beban ekonomi yang sangat nyata pada generasi ini, dengan data konkret mengenai pendapatan dan upaya pemenuhan kebutuhan ganda.

Di sisi lain, Nabil Rasheed Kurniawan dan Berru Amalianita & Yola Eka Putri menggali lebih dalam aspek psikologis dan spiritual generasi *sandwich*. Kurniawan mengkaji fenomena ini dari perspektif Islam, menyoroti tekanan yang dirasakan oleh pasangan yang sudah menikah Muslim dalam posisi ini. Sementara itu, Amalianita dan Putri secara langsung mengidentifikasi permasalahan psikologis yang timbul pada generasi *sandwich* akibat tekanan berat tersebut, serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. Ini menunjukkan bahwa isu kesehatan mental adalah konsekuensi langsung dari beban ganda yang dipikul.

Studi oleh Dwi Ayu Indah Sari & I Ketut Atmaja Johny Artha (2025) mendekati topik ini dari sudut pandang keharmonisan keluarga, meneliti bagaimana generasi *sandwich* menjalankan peran dan tanggung jawab mereka dalam menjaga keharmonisan keluarga secara keseluruhan. Penelitian mereka menyoroti pentingnya strategi adaptif bagi generasi *sandwich* untuk mencapai keseimbangan hidup dan menjaga keharmonisan keluarga.

Berdasarkan uraian penelitian terdahulu tersebut, dapat disimpulkan bahwa kajian mengenai generasi *sandwich* telah banyak dilakukan, baik dari aspek ekonomi, psikologis, maupun perspektif hukum dan agama. Namun demikian, sebagian besar penelitian masih membahas aspek-aspek tersebut secara parsial dan belum mengintegrasikan secara komprehensif antara kondisi kesehatan mental dengan keharmonisan keluarga dalam satu kerangka analisis yang utuh. Oleh karena itu, kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini terletak pada analisis integratif antara kesehatan mental generasi *sandwich* yang telah menikah dengan

konsep keharmonisan keluarga dalam perspektif hukum perkawinan melalui pendekatan yuridis empiris di tingkat desa. Penelitian ini tidak hanya mengkaji tekanan psikologis yang dialami generasi sandwich, tetapi juga menganalisis bagaimana kondisi tersebut memengaruhi dinamika hubungan dalam rumah tangga serta sejauh mana norma hukum mampu menjawab realitas sosial yang berkembang di masyarakat, khususnya di Desa Karangmalang Kecamatan Ketanggungan Kabupaten Brebes.

Tabel 1. 1 Ringkasan Penelitian Terdahulu

No	Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan & Perbedaan
1.	Ajie Pangestu (2023).	Problematika Generasi Sandwich dalam Memenuhi Kewajiban Memberi Nafkah Perspektif UU No. 1 Tahun 1974.	Menunjukkan bahwa generasi sandwich mengalami kesulitan dalam memenuhi kewajiban nafkah karena keterbatasan ekonomi, dengan pendapatan rendah dan tingginya jumlah tanggungan keluarga.	Persamaan: Sama-sama membahas fenomena generasi sandwich dan beban ganda serta potensi tekanan psikologis. Perbedaan: Fokus pada kewajiban nafkah perspektif hukum, sedangkan penelitian saya fokus pada kesehatan mental dan keharmonisan keluarga dengan metode kualitatif.
2.	Ayu Krisnawati (2024).	Analisis Kemaslahatan Generasi Sandwich dalam Menafkahi Orang Tua dan Keluarga Perspektif Hukum Islam.	Menunjukkan bahwa generasi sandwich tetap berupaya memenuhi kebutuhan keluarga dan orang tua dengan penghasilan terbatas, didorong oleh nilai tanggung jawab dan kewajiban moral dalam Islam.	Persamaan: Sama-sama mengkaji generasi sandwich dan tanggung jawab terhadap keluarga. Perbedaan: Fokus pada kemaslahatan dalam perspektif Hukum Islam, sedangkan penelitian saya fokus pada implikasi kesehatan mental terhadap keharmonisan keluarga dengan metode kualitatif.
3.	Berru Amalianita & Yola Eka	Permasalahan Psikologis pada	Menunjukkan bahwa generasi sandwich rentan	Persamaan: Sama-sama membahas masalah psikologis

	Putri (2023).	Sandwich Generation serta Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling.	mengalami stres, kecemasan, burnout, dan depresi akibat beban ganda, serta membutuhkan layanan bimbingan dan konseling.	generasi sandwich. Perbedaan: Menggunakan studi literatur dan fokus pada layanan konseling, sedangkan penelitian saya menggunakan metode kualitatif lapangan dan fokus pada keharmonisan keluarga.
4.	Dwi Ayu Indah Sari & I Ketut Atmaja Johny Artha (2025).	Fenomena Generasi Sandwich dalam Keharmonisan Keluarga di Kecamatan Babat Lamongan.	Menunjukkan bahwa generasi sandwich perlu strategi adaptif untuk menjaga keseimbangan hidup agar tetap dapat mempertahankan keharmonisan keluarga.	Persamaan: Sama-sama membahas generasi sandwich dan keharmonisan keluarga Perbedaan: Tidak spesifik pada yang sudah menikah dan tidak fokus pada kesehatan mental, sedangkan penelitian saya fokus pada kesehatan mental generasi sandwich yang menikah dengan metode kualitatif
5.	Nabil Rasheed Kurniawan (2024).	Analisis terhadap Fenomena Generasi Sandwich menurut Perspektif Islam.	Menunjukkan bahwa generasi sandwich mengalami tekanan akibat beban tanggungan dan pentingnya pemahaman agama agar tanggung jawab tidak menjadi beban.	Persamaan: Sama-sama mengkaji fenomena generasi sandwich dan tekanan yang dihadapi. Perbedaan: Menggunakan studi kepustakaan dengan perspektif Islam umum, sedangkan penelitian Anda menggunakan metode kualitatif lapangan dan fokus pada implikasi kesehatan mental terhadap keharmonisan keluarga.

F. Metodolgi Penelitian

Kata metode berasal dari bahasa Yunani *methodos*, terdiri dari dua kata

yaitu *meta* (menuju, melalui, mengikuti) dan *hodos* (jalan, cara, arah). Arti kata *methodos* adalah metode ilmiah yaitu cara melakukan sesuatu menurut aturan tertentu. Adapun metodologi berasal dari kata metode dan *logos*, yang berarti ilmu yang membicarakan tentang metode.²² Metode penelitian merupakan serangkaian kegiatan dalam mencari kebenaran suatu studi penelitian, yang diawali dengan suatu pemikiran yang membentuk rumusan masalah sehingga menimbulkan hipotesis awal, dengan dibantu dan persepsi penelitian terdahulu, sehingga penelitian bisa diolah dan dianalisis yang akhirnya membentuk suatu Kesimpulan.²³ Sedangkan, penelitian adalah terjemahan kata *research* yang berasal dari bahasa Inggris. *Research* terdiri dari 2 (dua) kata yaitu *re* yang berarti kembali dan *search* yang berarti mencari. Jadi dapat disimpulkan bahwa pengertian *research* (penelitian) adalah mencari kembali suatu pengetahuan²⁴ jadi metodologi penelitian secara umum dimengerti sebagai suatu kegiatan ilmiah yang dilakukan secara bertahap dimulai dengan penentuan topik, pengumpulan data, dan menganalisis data, sehingga nantinya diperoleh suatu pemahaman dan pengertian atas topik, gejala, atau isu tertentu.

Adapun langkah-langkah untuk memahami fokus penelitian menggunakan metode penelitian sebagai berikut:

1. Lokasi Penelitian

Lokasi objek penelitian ini adalah pada Desa Karangmalang kecamatan ketanggungan kabupaten brebes

1. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, di mana penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang oleh sejumlah pasangan yang sudah menikah atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Proses penelitian kualitatif ini melibatkan upaya-upaya penting, seperti mengajukan pertanyaan-pertanyaan, prosedur-prosedur, mengumpulkan

²² Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah* (Jakarta: Prenada Media Group, 2016), 136.

²³ Elyada Nubatonis Harnilawati, Dita Rama Insiyanda, Dr. Imam Sopingi A .Ma SHI Msy, Erlina Indriasari, *Metodologi Penelitian*, ed. Yasmin Pratiwi (Cendekia Publisher, 2024), 1.

²⁴ M.Kep. Ixora, S.Kep., Ns. et al., *Buku Ajar Metodologi Penelitian* (MNC Publishing, 2025), 2.

data yang spesifik dari para partisipan, menganalisis data secara induktif mulai dari tema-tema khusus ke tema-tema umum, dan menafsirkan makna data.²⁵

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan yuridis empiris dengan tujuan memahami kondisi suatu konteks secara mendalam. Penelitian kualitatif ini berfokus pada deskripsi rinci dalam lingkungan alami (*natural setting*) untuk menggambarkan realitas sebagaimana adanya di lapangan. Hasil penelitian dapat berupa uraian mendalam mengenai ucapan, tulisan, atau perilaku yang dapat diamati pada pasangan yang sudah menikah, kelompok, masyarakat, atau organisasi dalam suatu konteks tertentu, dengan pendekatan yang menyeluruh.²⁶

Pendekatan empiris adalah suatu pendekatan penelitian dengan adanya data-data lapangan sebagai sumber data utama. Pendekatan empiris digunakan untuk menganalisis hukum yang dilihat sebagai perilaku masyarakat yang berpola dalam kehidupan masyarakat yang selalu berinteraksi dan berhubungan dalam aspek kemasyarakatan.²⁷ Pendekatan empiris juga akan memberikan kerangka pembuktian atau pengujian untuk memastikan suatu kebenaran. Pendekatan empiris ini diharapkan dapat menggali data dan informasi semaksimal mungkin mengenai tinjauan kegiatan menciptakan keluarga Muslim yang harmonis di tengah perubahan sosial.

3. Sumber Data

Sumber data primer yang menjadi acuan dalam penelitian ini berasal dari hasil observasi di Desa Karangmalang kabupaten brebes berasal dari hasil wawancara kepada pasangan halal generasi *sandwich*. Hal tersebut dilakukan dengan meninjau dan mengadakan komunikasi secara langsung dengan pihak tersebut.

²⁵ John W Creswell, *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, Dan Campuran*, vol. 5 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 4–5.

²⁶ I Made Laut Mertha Jaya, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif: Teori, Penerapan, Dan Riset Nyata* (Anak Hebat Indonesia, 2020), 28.

²⁷ Bambang Sunggono, *Metodologi Penelitian Hukum* (PT. Raja Grafindo Indonesia, 2003), 45.

Sumber data sekunder dan primer penulis mengambil data-data dari buku, jurnal, web, dan referensi lainnya yang membahas mengenai Implikasi Kesehatan mental generasi *sandwich* yang menikah terhadap keharmonisan keluarga.

4. Penentuan Sumber Informan

Peneliti menggunakan informan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang disusun sebagai bagian dari proses pengumpulan data. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan teknik purposive sampling untuk menentukan informan. Menurut Sugiyono purposive sampling merupakan individu tertentu dipilih berdasarkan keyakinan bahwa mereka memiliki pengetahuan yang diperlukan atau dapat membantu penyelidikan subjek atau konteks sosial yang diteliti.

Pemilihan informan didasari pertimbangan bahwa informan dianggap paling mengetahui mengenai permasalahan yang akan diteliti saat ini. Hal ini dikarenakan bahwa informan tersebut memiliki keterkaitan yang besar terhadap masalah yang akan diteliti. Penentuan sumber data pada orang yang di wawancarai akan dilakukan secara purposive, yaitu dipilih dengan pertimbangan dan beberapa tujuan tertentu.

Kriteria Responden dalam penelitian ini adalah:

- a. Individu yang termasuk dalam generasi sandwich (menanggung orang tua dan keluarga inti) Sudah menikah.
- b. Tinggal di Desa Karangmalang, Kecamatan Ketanggungan, Kabupaten Brebes.
- c. Tokoh masyarakat / perangkat desa.

Tabel 1. 2 Data Informan

No	Inisial	Usia	Jabatan	Usia	Pekerjaan
----	---------	------	---------	------	-----------

				Pernikahan	
1.	MAF	46 Tahun	Suami	24 Tahun	Pengusaha Dealer Motor
2.	AAS	49 Tahun	Suami	21 Tahun	Petani
3.	SY	38 Tahun	Suami	15 Tahun	Pegawai Swasta
4.	IB	42 Tahun	Suami	12 Tahun	Pengusaha Bawang
5.	DM	32 Tahun	Suami	9 Tahun	Reseller Rokok
6.	MI	48 Tahun	Suami	20 Tahun	Kepala Desa
7.	NH	35 Tahun	Istri	14 Tahun	Guru Honorer
8.	NQ	42 Tahun	Suami	20 Tahun	Buruh Harian

5. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik yang digunakan untuk memeriksa validitas dalam penelitian ini adalah triangulasi data. Triangulasi merupakan metode pengecekan data untuk memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar mencerminkan fenomena yang diteliti. Teknik ini dilakukan dengan mengombinasikan berbagai sumber data, peneliti, teori, dan metode dalam mengkaji suatu gejala sosial. Triangulasi diperlukan karena setiap teknik memiliki keunggulan dan keterbatasannya masing-masing. Dengan demikian, triangulasi meningkatkan validitas temuan penelitian dengan memberikan gambaran realitas yang lebih akurat dan komprehensif.²⁸

Agar penelitian mencapai sasaran yang tepat dan memperoleh informasi lengkap, penulis menggunakan beberapa metode berikut:

a. Observasi

Observasi yaitu pengamatan dan pencatatan sesuatu obyek dengan sistematis fenomena yang diselidiki. Peneliti melakukan observasi langsung di Desa Karangmalang.

b. Wawancara

²⁸ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 38th ed. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), 47.

Wawancara adalah teknik pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan terkait penelitian kepada narasumber yang telah ditentukan. Wawancara dilakukan secara tatap muka untuk memperoleh informasi yang relevan dari narasumber.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data dengan mencatat dan merekam informasi yang sudah tersedia. Teknik ini mencakup pengumpulan, pengkajian, dan analisis laporan tertulis serta rekaman audiovisual yang relevan.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses menyusun secara sistematis hasil observasi, wawancara, dan data lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti terhadap kasus yang diteliti serta menyajikannya sebagai temuan. Untuk memperdalam pemahaman, analisis dilanjutkan dengan pencarian makna. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga teknik analisis data sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses menyederhanakan dan memilih data berdasarkan konsep, kategori, dan tema tertentu. Ini mencakup merangkum, memilih informasi utama, serta mengidentifikasi pola dan tema agar data lebih terstruktur dan mudah dipahami.

b. Penyajian Data

Data kualitatif disajikan dalam bentuk uraian singkat, bagan, atau hubungan antar kategori untuk mempermudah analisis dan interpretasi.

c. Verifikasi atau Penyimpulan Data

Langkah terakhir adalah verifikasi dan penyimpulan data. Kesimpulan awal bersifat sementara dan dapat berkembang seiring ditemukannya bukti tambahan yang lebih kuat.

G. Kerangka Pemikiran

Penelitian ini dikembangkan dengan kerangka berpikir yang terstruktur untuk mempermudah peneliti dalam melakukan studinya, serta untuk memastikan

tujuan penelitian dapat tercapai secara jelas dan terkonsep. Seluruh kegiatan penelitian, dari tahap awal hingga akhir, akan menjadi satu kesatuan kerangka pemikiran yang utuh dalam mencari jawaban ilmiah. Berdasarkan tinjauan pustaka dari lima penelitian terdahulu, telah teridentifikasi bahwa fokus utama sebagian besar studi adalah konsep keluarga harmonis dalam Islam, definisi, ciri-ciri, upaya pencapaiannya, serta peran umum hukum perkawinan Islam dalam membentuk keluarga ideal. Namun, kelima studi tersebut belum secara spesifik membahas adaptasi dan relevansi hukum perkawinan Islam dalam menghadapi dinamika perubahan sosial kontemporer dan tantangan spesifik di era modern.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara lebih mendalam bagaimana kesehatan mental berperan dalam membentuk keluarga harmonis, serta mengidentifikasi tantangan-tantangan spesifik yang muncul dalam konteks modern. Ini termasuk menganalisis bagaimana prinsip-prinsip hukum perkawinan Islam, yang berlandaskan pada tujuan mewujudkan keluarga sakinah, mawaddah, wa rahmah, dapat diaplikasikan dan diadaptasi dalam menghadapi pergeseran nilai-nilai sosial, pengaruh teknologi, dan tekanan ekonomi yang ada saat ini.

Gambar 1. 1 Kerangka Pemikiran

IMPLIKASI KESEHATAN MENTAL GENERASI SANDWICH
YANG MENIKAH TERHADAP KEHARMONISAN
KELUARGA DI DESA KARANGMALANG
KECAMATAN KETANGGUNGAN
KABUPATEN BREBES

Latar Belakang:

1. Dimensi Kesehatan Mental generasi *sandwich* yang Terabaikan
2. Banyak Pasangan yang Mengalami Gangguan Psikologis
3. Dukungan sosial dari teman, keluarga, dan komunitas dapat berperan penting dalam mengurangi tekanan yang dialami oleh pasangan dalam generasi *sandwich*.

Rumusan Masalah:

1. Bagaimana Implementaasi konsep keluarga harmonis dan tanggung jawab keluarga di Desa Karangmalang?
2. Bagaimana kondisi kesehatan mental generasi *sandwich* yang menikah dan implikasinya terhadap keharmonisan keluarga di desa karangmalang?

Metode Penelitian:

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, di mana penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang oleh sejumlah pasangan yang sudah menikah atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan.

Hasil:

penelitian menunjukkan bahwa secara normatif konsep keluarga harmonis menekankan keseimbangan hak dan kewajiban suami istri serta tanggung jawab dalam membangun keluarga yang bahagia dan kekal. Namun dalam praktiknya, keharmonisan keluarga di Desa Karangmalang sangat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi, kualitas komunikasi dalam rumah tangga, serta kemampuan pasangan dalam mengelola tekanan mental sebagai generasi *sandwich*. Tekanan psikologis yang tidak dikelola dengan baik berpotensi menimbulkan konflik dalam keluarga, sedangkan pengelolaan yang baik dapat memperkuat hubungan dan keharmonisan keluarga.

Saran:

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar pasangan generasi *sandwich* meningkatkan kualitas komunikasi dan pengelolaan kesehatan mental dalam rumah tangga. Selain itu, diperlukan penguatan ketahanan ekonomi keluarga serta dukungan sosial dari lingkungan dan pemerintah desa melalui program pemberdayaan dan edukasi keluarga. Dengan demikian, diharapkan keharmonisan keluarga dapat terjaga meskipun dihadapkan pada tekanan dan tanggung jawab ganda sebagai generasi *sandwich*.

H. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah pembahasan dan penulisan skripsi ini, maka peneliti menyusun skripsi ini dengan sistematika sebagai berikut:

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab ini mencakup latar belakang masalah yang menjelaskan alasan utama dilakukannya penelitian. Selanjutnya, terdapat identifikasi dan rumusan masalah yang merinci pokok permasalahan yang akan diteliti. Bab ini juga memuat tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan penelitian terdahulu, kerangka berpikir, metodologi penelitian, teknik pengumpulan dan analisis data, serta sistematika penulisan.

2. BAB II TINJAUAN TEORITIS

Bab II ini akan memuat landasan teori yang digunakan untuk membahas permasalahan inti dalam penelitian ini, yaitu mengenai implikasi Kesehatan mental generasi *sandwich* terhadap keharmonisan keluarga analisis yuridis perspektif hukum keluarga. Bagian ini akan merujuk pada konsep-konsep fundamental yang menjadi pondasi pemahaman mengenai keluarga harmonis dalam Islam, serta aspek-aspek hukum yang relevan.

3. BAB III GAMBARAN UMUM mengenai kesehatan mental terhadap keharmonisan keluarga.

Bab ini akan memaparkan tentang objek-objek utama yang diteliti dalam studi ini, yaitu generasi *sandwich*, implikasi kesehatan mental, dan keharmonisan keluarga. Pembahasan ini akan memberikan landasan teoritis dan konseptual yang mendukung analisis pada bab selanjutnya.

4. BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini akan menyajikan hasil penelitian dan pembahasannya terkait dengan implikasi kesehatan mental generasi *sandwich* terhadap keharmonisan keluarga dalam analisis yuridis perspektif hukum keluarga, serta identifikasi tantangan-tantangan spesifik yang muncul dalam konteks modern. Pembahasan akan diawali dengan memaparkan gambaran umum mengenai fenomena generasi *sandwich* dan tekanan yang mereka alami,

kemudian dilanjutkan dengan analisis implikasinya terhadap keharmonisan keluarga dari sudut pandang yuridis, dan diakhiri dengan rekomendasi kebijakan.

Pembahasan akan diawali dengan memaparkan kondisi aktual keluarga di Indonesia di tengah berbagai perubahan sosial dan ekonomi yang melahirkan fenomena generasi *sandwich*. Generasi *sandwich* merupakan pasangan yang sudah menikah yang berada di usia produktif (umumnya 30-50 tahun) yang secara bersamaan menanggung beban finansial, emosional, dan perawatan untuk orang tua yang menua dan anak-anak mereka sendiri. Realitas ini, seperti yang diungkapkan Nabil Rasheed Kurniawan (2024), menunjukkan bahwa tujuh dari sepuluh orang di Indonesia berada dalam posisi generasi *sandwich*, dan tidak sedikit dari mereka yang merasakan tekanan luar biasa

5. BAB V PENUTUP

Bab ini merupakan bagian akhir dari skripsi yang memuat kesimpulan dan saran dari hasil penelitian. Kesimpulan menjawab rumusan masalah yang ada dan saran akan menyajikan solusi untuk mengatasi permasalahan yang ditemukan dalam penelitian serta rekomendasi untuk pengembangan lebih lanjut mengenai tema implikasi Kesehatan mental generasi *sandwich* terhadap keharmonisan keluarga analisis yuridis perspektif hukum keluarga.

6. Daftar Pustaka

Memuat seluruh referensi yang digunakan dalam penyusunan skripsi, baik berupa buku, jurnal, dokumen resmi, maupun sumber daring, disusun sesuai dengan gaya sitasi yang ditentukan.

7. Lampiran

Berisi dokumen pelengkap seperti pedoman wawancara, transkrip hasil wawancara, data tabulasi, surat izin penelitian, serta dokumen pendukung lainnya yang relevan dengan isi skripsi.