

**GAMBARAN *WELL BEING* PADA WANITA YANG MENJADI
SANDWICH GENERATION YANG BEKERJA DI JAKARTA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta**

**Oleh:
MICO WAHYUDI
1125160514**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Gambaran Well Being Wanita Sandwich Generation yang Bekerja di Jakarta

Nama Mahasiswa : Mico Wahyudi
 Nomor Registrasi : 1125160514
 Jurusan/Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 4 Agustus 2020

Pembimbing I






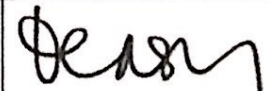

Herdiyana Maulana, PhD
 NIP. 198212302009121003

Pembimbing II



Gita Irianda R.M., M.Psi.
 NIP. 19891219201903201

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Andatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi. (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Prof. Dr. Suparno Eko W., M.M (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Deasyanti, Ph.D. (Anggota)****		21 Agustus 2020
Rahmadiany Gazadinda, M.Sc (Anggota)		21 Agustus 2020

Catatan:

- *Dekan FPPsi
- **Wakil Dekan I
- ***Ketua Penguji
- ****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Mico Wahyudi

NIM 1125160514

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Gambaran *Well Being* Wanita *Sandwich Generation* di Jakarta” adalah :

Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Juli 2019

Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 20 Juni 2020

Yang Membuat Pernyataan



Mico Wahyudi

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mico Wahyudi

NIM : 1125160514

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Pendidikan Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul “Gambaran *Well Being* Wanita *Sandwich Generation* Yang Bekerja di Jakarta” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal: 4 Juli 2020

Yang menyatakan

The image shows a yellow revenue stamp from Indonesia. The stamp features the Garuda Pancasila emblem at the top center. Below the emblem, the text reads "METERAI TEMPEL" and "Rp 6000". The denomination "6000" is printed in large, bold black numbers. At the bottom, it says "ENAM RIBURUPIAH". A handwritten signature in black ink is written across the stamp, partially overlapping the "6000" and the emblem.

(Mico Wahyudi)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



"If I had one shot or one opportunity to size
everything I ever wanted, in one moment, would I
capture it or just let it slip?"

PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya persembahkan untuk Ibu dan Ayah Saya yang selalu menjadi semangat Saya sebagai anak tunggal sehingga menjadi harapan Ibu dan Ayah untuk terus tumbuh dan berkembang dalam meraih cita-cita serta menyertakan doa dalam kehidupan Saya sampai saat ini agar segera dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu.



**GAMBARAN *WELL BEING* PADA WANITA *SANDWICH*
GENERATION YANG BEKERJA DI JAKARTA**

Mico Wahyudi

**Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas
Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri**

Jakarta

2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *well being* pada wanita *sandwich generation* yang bekerja di Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus dengan jumlah subjek sebanyak 3 orang, dengan kriteria wanita usia dewasa madya mengurus Ibu dan anak, memiliki suami dan sedang bekerja di Jakarta. Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara secara mendalam, Penelitian ini menggunakan teori *well being* berdasarkan perspektif masyarakat Indonesia dari Maulana, Obst & Khawaja (2018). Perspektif *well being* pada perspektif masyarakat Indonesia terdiri dari empat aspek utama yang terdiri dari spiritualitas, kebutuhan dasar, relasi sosial dan pandangan melihat dunia secara positif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga partisipan mempunyai gambaran *well being* yang berbeda-beda sebagai wanita *sandwich generation* yang bekerja di Jakarta. Subjek I menilai dirinya secara keseluruhan hidupnya sudah bahagia dan lebih merasakan aspek kebutuhan dasar sebagai wanita *sandwich generation*. Subjek II menilai dirinya sudah merasa bahagia dan lebih merasakan aspek relasi sosial dalam menjalani peran dan tanggung jawab sebagai wanita *sandwich generation* sedangkan subjek III lebih merasakan aspek *positive world view* ketika dirinya dapat merasa bermanfaat untuk orang lain.

WELL BEING ON SANDWICH GENERATION'S WOMEN WHO WORK IN JAKARTA

Mico Wahyudi

*Jakarta: Psychology, Faculty of Education
Psychology State University of Jakarta*

2020

ABSTRACT

The aims of this study to determine the description of well being in sandwich generation women who work in Jakarta. This study uses a qualitative case study approach with a total of 3 subjects, with the criteria for middle-aged women to take care of mothers and children, have a husband and are working in Jakarta. The method used in this study uses in-depth interview techniques, this study uses the theory of well being based on the perspective of Indonesian society from Maulana, Obst & Khawaja (2018). The well being perspective in the perspective of Indonesian society consists of four main aspects consisting of spirituality, basic needs, social relations and a positive view of the world.

The results showed that the three participants had a different picture of being well as a sandwich generation woman working in Jakarta. Subject I rated himself as a whole, her life was happy and felt more aspects of basic needs as a sandwich generation woman. Subject II assessed that she felt happy and felt more about aspects of social relations in carrying out her roles and responsibilities as a sandwich generation woman while subject III felt more positive aspects of the world view when she could feel beneficial to others

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas berkat, rahmat, hidayah, kekuatan, kesabaran dan petunjuk-Nya penulis dapat menyelesaikan proses penyusunan skripsi yang berjudul “Gambaran *Well Being* Pada Wanita *Sandwich Generation* Yang Bekerja di Jakarta”.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan ini terdapat kendala, namun karena kasih sayang dan petunjuk dari-Nya serta dukungan, bimbingan, bantuan dari berbagai pihak, maka penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kesempatan dan nikmat usia kepada penulis untuk menjalankan proses pengerjaan skripsi ini
2. Ayah dan Ibu Penulis yang telah memberikan dorongan, semangat, bantuan serta kasih sayang sehingga penulis dapat optimis menyelesaikan perkuliahan di waktu yang tepat.
3. **Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi** selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. **Ibu Zarina Akbar, Dr. phill. M.Psi** selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. **Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D** selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang sangat sabar dan ikhlas dalam meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi saran yang berharga bagi penulis selama proses penulisan skripsi.
6. Ibu Gita Irianda Medellu, M.Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi kedua yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membimbing, memberi masukan dan petunjuk bagi penulis selama proses penulisan skripsi.

7. **Ratna Dyah Suryartri, PhD** selaku dosen penasehat akademik yang selalu bersedia meluangkan waktunya dalam mendengarkan cerita dan memberikan saran dalam kehidupan perkuliahan penulis.
8. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan selama masa perkuliahan.
9. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu penulis dalam proses administrasi perkuliahan
10. Aldi Maulana, Annastasia dan Seluruh rekan kerja penulis di PT. Kolega Coworking Space yang telah bersedia berbagi informasi dan membantu penulis menemukan narasumber dalam proses penelitian ini.
11. Bapak Adli Sudjatmiko, CEO PT. Kolega Coworking Space yang telah memberikan dukungan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi dan mengizinkan penulis untuk mengerjakan skripsi di tempat bekerja.
12. Kepala Dinas P4OP dan Pemprov DKI Jakarta atas pemberian Bantuan Kartu Jakarta Mahasiswa Unggul kepada penulis dalam menunjang dana Pendidikan selama melaksanakan studi di Universitas Negeri Jakarta
13. Rifki Ilhami, sahabat penulis sejak SMP yang telah membantu penulis dalam mencari subjek penelitian pada penelitian ini.
14. Sahabat penulis di kampus Rizky Fajar, Fajar Rahman, Arrizky, Ihsan, dan Ardhi dan Aji yang selalu menghibur dan memberi warna selama menjalani perkuliahan di halimun.
15. I Gusti Amalia, Amanda Bella dan Risnawati yang selalu dapat bekerja sama dengan baik dan saling mengingatkan dalam menyelesaikan proses administasi KJMU selama berkuliah di UNJ.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritik yang membangun dari pembaca. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat-Nya dan memberikan nikmat sehat kepada semua yang telah memberikan bantuan, dukungan moril dan materil kepada penulis.

Jakarta, Juli 2020

Peneliti



Mico Wahyudi



DAFTAR ISI

COVER.....	1
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 <i>Latar Belakang Masalah</i>	1
1.2 <i>RUMUSAN MASALAH</i>	6
1.3 <i>TUJUAN PENELITIAN</i>	6
1.4 <i>MANFAAT PENELITIAN</i>	7
1.4.1 <i>Manfaat Teoritis</i>	7
1.4.2 <i>Manfaat Praktis</i>	7
BAB II.....	8
ACUAN TEORITIK.....	8
2.1 <i>SANDWICH GENERATION</i>	8
2.1.1 <i>Pengertian Sandwich Generation</i>	8
2.1.2 <i>Wanita dan Sandwich Generation</i>	9
2.1.3 <i>Hal positif yang dialami oleh Wanita Sandwich Generation</i>	9
2.1.4 <i>Hal Negatif yang Dialami Wanita Sandwich Generation</i>	10
2.2 <i>MASA DEWASA MADYA</i>	10
2.2.1 <i>Tugas Perkembangan Masa Dewasa Madya</i>	11
2.2.2 <i>. Perkembangan Fisik Masa Dewasa Madya</i>	12

2.2.3	<i>Perkembangan Kognitif Masa Dewasa Madya</i>	12
2.2.4	<i>Perkemangan Psikososial Masa Dewasa Madya</i>	13
2.3	<i>Well Being</i>	14
2.3.1	<i>Pengertian Well Being</i>	14
2.3.2	<i>Dimensi Well Being</i>	16
2.3.3	<i>Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Well Being</i>	19
2.4	<i>Kajian Penelitian yang Relevan</i>	20
2.5	<i>Kerangka Berpikir</i>	23
BAB III		24
METODOLOGI PENELITIAN		24
3.1.	<i>Subjek Penelitian</i>	24
3.1.1	<i>Wanita Sandwich Generation</i>	24
3.1.2	<i>Memiliki Suami dan Bekerja</i>	24
3.2.	<i>Jumlah Subjek Penelitian</i>	25
3.3.	<i>Tempat dan Waktu Penelitian</i>	25
3.4.	<i>Pendekatan Metode Kualitatif yang Digunakan</i>	26
3.5.	<i>Metode Pengumpulan Data</i>	27
3.5.1.	<i>Wawancara</i>	27
3.5.2.	<i>Observasi</i>	29
3.6.	<i>Alat Bantu Pengumpulan Data</i>	30
3.7.	<i>Proses Pengumpulan Data</i>	31
3.7.1	<i>Tahap Persiapan Penelitian</i>	31
3.7.2	<i>Tahap Pelaksanaan Penelitian</i>	33
3.8.	<i>Prosedur Analisis Data</i>	35
3.9.	<i>Pemeriksaan dan Pengecekan Keabsahan Data (Triangulasi)</i>	37
BAB IV		39
HASIL DAN PEMBAHASAN		39
4.1.	<i>Deskripsi Subjek</i>	39
4.1.1.	<i>Gambaran Umum Subjek I</i>	39
4.1.2.	<i>Gambaran Observasi Subjek I</i>	40
4.1.3.	<i>Gambaran Umum Subjek II</i>	43

4.1.4.	<i>Gambaran Observasi Subjek II</i>	44
4.1.5.	<i>Gambaran Umum Subjek III</i>	45
4.1.6.	<i>Gambaran Umum Observasi III</i>	46
4.1.7.	<i>Gambaran Umum Significant Others I</i>	47
4.1.8.	<i>Gambaran Umum Signiicant Others II</i>	48
4.1.9.	<i>Gambaran Umum Sgnificant Others III</i>	49
4.2.	<i>Temuan Penelitian</i>	51
4.2.1.	<i>Temuan Penelitian Subjek I</i>	51
4.2.2.	<i>Keterangan Significant Others I (BAM)</i>	84
4.2.3.	<i>Hasil Penelitian Subjek I</i>	87
4.3.	<i>Temuan Penelitian Subjek II</i>	96
4.3.1.	<i>Keterangan Significant Others II (Tria)</i>	124
4.3.2.	<i>Hasil Penelitian Subjek II</i>	126
4.4.	<i>Temuan Penelitian Subjek III</i>	134
4.4.1	<i>Keterangan Significant Others III (Rifki)</i>	162
4.4.2	<i>Hasil Penelitian Subjek III</i>	164
4.5.	<i>Dinamika Psikologis</i>	193
4.5.1	<i>Dinamika Psikologis Bu Devi (Nama Samaran)</i>	193
4.5.2	<i>Dinamika Psikologis Subjek Ka Fika (Nama Samaran)</i>	200
4.5.3	<i>Dinamika Psikologis Subjek III</i>	206
4.6.	<i>Pembahasan</i>	215
4.6.1	<i>Pembahasan Subjek dengan Acuan Teoritik</i>	215
4.7.	<i>Hambatan Penelitian</i>	220
BAB V	221
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	221
5.1	<i>Kesimpulan</i>	221
5.2	<i>Implikasi</i>	222
5.3	<i>Saran</i>	223
DAFTAR PUSTAKA	224
LAMPIRAN	229

DAFTAR TABEL

<u>Tabel 4.1 Gambaran Umum Subjek</u>	49
<u>Tabel 4.2 Gambaran Umum Significant Others</u>	51
<u>Tabel 4.3 Rekapitulasi Analisa Komponen Well Being Pada Subjek I</u>	87
<u>Tabel 4.4 Rekapitulasi Analisa Faktor-Faktor yang mempengaruhi Well Being Subjek I</u>	91
<u>Tabel 4.5 Rekapitulasi Analisa Komponen Well Being Pada Subjek II</u>	126
<u>Tabel 4.6 Rekapitulasi Analisa Faktor-Faktor yang mempengaruhi Well Being Subjek II</u>	130
<u>Tabel 4.7 Rekapitulasi Analisa Komponen Well Being Pada Subjek III</u>	164
<u>Tabel 4.8 Rekapitulasi Analisa Faktor-Faktor yang mempengaruhi Well Being Subjek III</u>	167
<u>Tabel 4.9 Rekapitulasi Banding Antar Subjek Dimensi Well Being</u>	171
<u>Tabel 4.10 Rekapitulasi Banding Antar Subjek Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Well Being</u>	181



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mico wahyudi
NIM : 1125160514
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : micowahyudi8@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Gambaran Well-Being wanita Sandwich Generation yang bekerja
di Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 7 September 2020.

Penulis