

ABSTRAK

Della Prastika Sari. 2026. Keseimbangan Peran Perempuan sebagai Generasi *Sandwich*: Analisis Hukum Islam dan Psikologi Keluarga Islam terhadap Beban Ganda dalam Keluarga (Studi Kasus di Desa Babadan Kecamatan Babadan Kabupaten Ponorogo). Skripsi, Program Studi Hukum Keluarga Islam, Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum, Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Pembimbing: Ashima Faidati, S.H.I., M.Sy.

Kata kunci: Beban Ganda, Generasi *Sandwich*, Hukum Islam, Keseimbangan Peran, Psikologi Keluarga Islam.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena generasi *sandwich* pada perempuan di Desa Babadan, Kecamatan Babadan, Kabupaten Ponorogo, yang mengemban tanggung jawab ganda dalam merawat orang tua lansia, mengasuh anak, sekaligus menopang ekonomi keluarga. Tanggung jawab ini bernilai ibadah (*birrul walidain*), namun beban kerja yang berat sering kali memicu tekanan fisik dan psikologis yang mengganggu keseimbangan peran mereka. Kesenjangan antara idealitas nilai agama dengan realitas tekanan psikososial di lapangan memerlukan analisis mendalam melalui integrasi hukum Islam dan psikologi keluarga Islam guna mewujudkan keseimbangan peran yang adil dan sehat.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Bagaimana keseimbangan peran perempuan sebagai generasi *sandwich* di Desa Babadan Kecamatan Babadan Kabupaten Ponorogo?, 2) Bagaimana analisis Hukum Islam dan Psikologi Keluarga Islam terhadap keseimbangan peran perempuan sebagai generasi *sandwich* di Desa Babadan Kecamatan Babadan Kabupaten Ponorogo?

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan jenis yuridis-empiris dengan pendekatan kualitatif. Data diperoleh melalui observasi non-partisipan, wawancara semi terstruktur dengan perempuan yang termasuk dalam generasi *sandwich*, serta dokumentasi diperoleh dari berbagai sumber, anatar lain jurnal ilmiah, buku, tugas akhir, serta artikel akademis. Teknik analisis data dilakukan melalui kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan validitas data menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Keberhasilan para perempuan generasi *sandwich* di Desa Babadan dalam menyeimbangkan peran mereka bergantung pada kemampuan mereka dalam manajemen waktu secara disiplin serta adanya dukungan keluarga yang kolaboratif. 2) Dalam perspektif hukum Islam, keseimbangan peran merupakan wujud pemenuhan kewajiban pengasuhan anak dan *birrul walidain* yang ideal dilaksanakan berdasarkan prinsip *ta'awun*. sedangkan dalam perspektif psikologi keluarga Islam, perempuan generasi *sandwich* menerapkan strategi *coping spiritual* melalui praktik-praktik ibadah sebagai cara untuk mencapai kedamaian batin. Dimana *resiliensi* atau ketangguhan mereka bergantung pada keberfungsian dukungan sosial dalam sistem keluarga.

ABSTRACT

Della Prastika Sari. 2026. *The Balance of Women's Roles as Sandwich Generation: An Analysis of Islamic Law and Islamic Family Psychology on Double Burden in the Family (A Case Study in Babadan Village, Babadan District, Ponorogo Regency)*. Undergraduate thesis, Islamic Family Law Study Program, Faculty of Sharia and Law, State Islamic University Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Supervisor: Ashima Faidati, S.H.I., M.Sy.

Keywords: Double Burden, Sandwich Generation, Islamic Law, Role Balance, Islamic Family Psychology.

This research is motivated by the phenomenon of the sandwich generation among women in Babadan Village, Ponorogo, who bear multiple responsibilities in caring for elderly parents, raising children, and supporting the family economy. These responsibilities are considered acts of worship (*birrul walidain*), yet the heavy workload often causes physical and psychological stress that disrupts their role balance. The gap between the ideal values of religion and the reality of psychosocial pressures in the field requires in-depth analysis through the integration of Islamic law and Islamic family psychology to achieve a fair and healthy role balance.

The research problems in this study are as follow: 1) How is the role balance of women as part of the sandwich generation in Babadan Village, Babadan District, Ponorogo Regency? 2) How do Islamic Law and Islamic Family Psychology analyze the role balance of women as part of the sandwich generation in Babadan Village, Babadan District, Ponorogo Regency?

This studi is a field research with a juridical-empirical using a qualitative approach. Data were obtained through non-participant observation, semi-structured interviews with women categorized as the sandwich generation, and documentation from various sources, including academic journals, books, theses, and scholarly articles. Data analysis techniques were carried out through data condensation, data presentation, and conclusion drawing, while data validity was ensured through source and method triangulation.

The results of the study show that: 1) The success of women in the sandwich generation in Babadan Village, Babadan Village, Babadan District, Ponorogo Regency, in balancing their various roles depends on their ability to manage time disciplined manner as well as the presence of collaborative family support. 2) From the perspective of Islamic law, role balance is a form of fulfilling child-rearing responsibilities and *birrul walidain*, ideally implemented based on the principle of *ta'awun* (mutual cooperation). Meanwhile, from the perspective of Islamic family psychology, women in the sandwich generation apply spiritual coping strategies through religious practices as a way to achieve inner peace. Their resilience or toughness depends on the functioning of social support within the family system.

الملخص

دلا براستيكا ساري. ٢٠٢٦. توازن أدوار المرأة كجيل الساندويتش: تحليل في الفقه الإسلامي وعلم نفس الأسرة الإسلامية تجاه العبء المزدوج داخل الأسرة (دراسة حالة في قرية بابادان، مقاطعة بابادان، محافظة بونوروغو). بحث جامعي، برنامج دراسة أحكام الأسرة الإسلامية، كلية الشريعة والقانون، جامعة الدولة الإسلامية سيد علي رحمة الله تولونغاغونغ. المشرفة: عشيمافايداتي، س.ه.إ.م.س.ي.

الكلمات المفتاحية: الأعباء المزدوجة، جيل الساندويتش، الفقه الإسلامي، توازن الأدوار، علم نفس الأسرة الإسلامية.

تتعلق هذه الدراسة من ظاهرة جيل الساندويتش لدى النساء في قرية بابادان، بونوروغو، حيث يتحملن مسؤوليات مزدوجة تتمثل في رعاية الوالدين المسنين، وتربية الأبناء، والمساهمة في إعالة الأسرة اقتصاديًا. وتُعد هذه المسؤوليات ذات قيمة عبادية (بِرّ الوالدين)، غير أن ثقل الأعباء غالبًا ما يؤدي إلى ضغوط جسدية ونفسية تُخلّ بتوازن أدوارهن. إن الفجوة بين مثالية القيم الدينية وواقع الضغوط النفسية الاجتماعية في الميدان تستدعي تحليلًا معمقًا من خلال التكامل بين الفقه الإسلامي وعلم نفس الأسرة الإسلامية لتحقيق توازن عادل وصحي في الأدوار.

تتمثل إشكالية البحث في هذه الدراسة فيما يلي: (١) كيف يتم توازن أدوار المرأة كجيل الساندويتش في قرية بابادان، مقاطعة بابادان، محافظة بونوروغو؟ (٢) كيف يتم تحليل الفقه الإسلامي وعلم نفس الأسرة الإسلامية لتوازن أدوار المرأة كجيل الساندويتش في قرية بابادان، مقاطعة بابادان، محافظة بونوروغو؟

تُعدّ هذه الدراسة من نوع البحوث الميدانية ذات الطابع القانوني-التجريبي، باستخدام المنهج الكيفي. وقد تم جمع البيانات من خلال الملاحظة غير المشاركة، والمقابلات شبه المنظمة مع النساء اللاتي ينتمين إلى جيل الساندويتش، بالإضافة إلى التوثيق المستمد من مصادر متعددة، من بينها المجالات العلمية، والكتب، والأبحاث النهائية (رسائل التخرج)، والمقالات الأكاديمية. وقد تم إجراء تحليل البيانات من خلال تكثيف البيانات، وعرضها، واستخلاص النتائج، بينما تم التحقق من صحة البيانات باستخدام أسلوب تثليث المصادر والمنهج.

تُظهر نتائج البحث ما يلي: (١) إن نجاح النساء من جيل الساندويتش في قرية بابادان في تحقيق التوازن بين أدوارهن يعتمد على قدرتهن على إدارة الوقت بشكل منضبط، إضافةً إلى وجود دعم أسري قائم على التعاون والتكامل بين أفراد الأسرة، (٢) ومن منظور الفقه الإسلامي، يُعدّ التوازن بين الأدوار تجسيدًا للوفاء بواجب رعاية الأطفال وبرّ الوالدين، ويُفترض أن يُمارَس ذلك على أساس مبدأ التعاون (التعاون بين أفراد الأسرة)، أما في إطار علم النفس الأسري الإسلامي، فإن نساء جيل الساندويتش يستخدمن استراتيجيات التكيف الروحي من خلال الممارسات العبادية كوسيلة للوصول إلى السكينة والطمأنينة النفسية، كما أن مرونتهن أو صلابتهن النفسية تعتمد على فاعلية الدعم الاجتماعي داخل النظام الأسري.