

ABSTRAK

Tarigan, N. S. B. 2025. Tingkat stres pada generasi *Sandwich*. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat stres pada generasi *sandwich*. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 119 generasi *sandwich*, terdiri dari 72 laki-laki dan 47 perempuan yang diperoleh melalui teknik *non-probability convenience sampling*. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah individu yang telah memiliki anak, sedang bekerja, serta menanggung biaya hidup anak dan orang tua dan/atau mertua. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan teknik survei untuk pengumpulan data. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur stres pada generasi *sandwich* disusun oleh peneliti. Uji coba skala menghasilkan koefisien reliabilitas yang baik sebesar 0,942. Hasil penelitian ini menemukan bahwa mayoritas partisipan cenderung memiliki tingkat stres yang tergolong sedang.

Kata kunci: generasi *sandwich*, tingkat stres, stres



ABSTRACT

Tarigan, N. S. B. 2025. Stress level on sandwich generations. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University

This study aims to describe the stress levels among members of the sandwich generation. The participants consisted of 119 individuals identified as part of the sandwich generation, comprising 72 males and 47 females, selected through a non-probability convenience sampling technique. The inclusion criteria for participants were individuals who have children, are currently employed, and are financially responsible for both their children and their parents and/or parents-in-law. This research employed a descriptive quantitative design with a survey method for data collection. The stress measurement instrument used in this study was developed by the researcher. The scale try-out produced good reliability, with a coefficient value of 0.942. The findings indicated that the majority of participants tended to experience a moderate level of stress.

Keywords: sandwich generation, stress level, stress

