

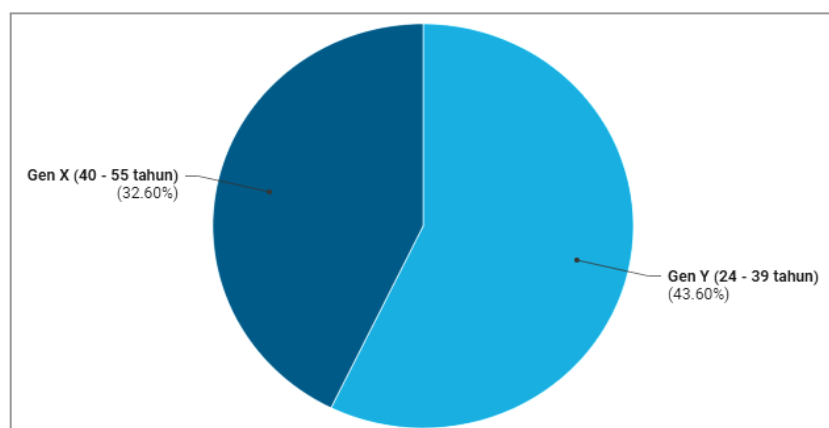
BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Media sosial kini telah menjadi ruang penting bagi setiap individu untuk mengekspresikan perasaan, pengalaman hidup, dan tekanan sosial yang mereka alami. Di tengah dinamika sosial ekonomi saat ini, muncul satu kelompok generasi yang berada dalam posisi terjepit, yakni generasi sandwich. Istilah ini merujuk pada kelompok usia produktif (umumnya individu berusia 19-45 tahun) yang berada dalam posisi terjepit di antara dua generasi, yaitu generasi di atasnya (orang tua) dan generasi di bawahnya (anak-anaknya). Selain itu, mereka juga dihadapi oleh dua tanggung jawab besar, yakni untuk merawat orang tua yang sudah menua, sekaligus memenuhi kebutuhan anak-anak atau anggota keluarga yang masih bergantung secara penuh kepadanya (Ilahiah & Adinda, 2021). Peran ganda ini memunculkan beban psikologis dan emosional yang besar, namun seringkali tidak dibicarakan secara terbuka dalam lingkungan sekitar.

Tuntutan hidup sebagai generasi sandwich di Indonesia banyak dialami oleh berbagai kalangan kelompok usia. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020 lalu, didapati sebesar 32.60% dialami oleh Gen X (usia 40-55 tahun) dan 43.60% dialami oleh Gen Y (usia 24-39 tahun) (Natalia, 2024).



Gambar 1.1 Tangkapan layar data sebaran generasi sandwich di Indonesia 2020

Sumber: <https://www.cnbcindonesia.com/>

Berdasarkan sebarannya, generasi Y pada tahun tersebut menjadi generasi sandwich paling banyak di Indonesia. Fenomena ini kian marak seiring meningkatnya jumlah lansia yang membutuhkan bantuan keuangan dari anak-anak mereka. Di Indonesia, jumlah lansia telah mencapai 33,16% (Natalia, 2024). Dari hasil survei tersebut, tercatat pula ada sekitar 71 juta orang Indonesia yang masuk ke dalam kategori generasi sandwich, dengan 8,4 juta diantaranya mengalami kesulitan finansial karena menanggung beban ekonomi dari anggota keluarga lain selain keluarga inti. Sementara itu, berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *DataIndonesia.id* pada bulan Agustus-Oktober 2023, tercatat sebesar 46,3% dialami oleh generasi Z (usia 18-26 tahun). Perubahan demografi menyebabkan fenomena ini semakin meluas.

Generasi sandwich tidak hanya memikul beban ekonomi saja, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental. Banyak dari mereka yang merasa tertekan karena harus menyeimbangkan antara tanggung jawab terhadap keluarga dan pekerjaan, terutama pada generasi muda. Contohnya saja pada generasi Z, yang baru memasuki dunia kerja tetapi sudah dihadapkan pada banyak tanggung jawab (Natalia, 2024). Generasi ini belum memiliki kestabilan keuangan yang cukup, tetapi mereka harus membantu memenuhi kebutuhan keluarga.

Dampaknya terlihat dalam data yang dimiliki oleh Otoritas Jasa Keuangan (OJK) per Maret 2024, yang menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 9,18 juta rekening pinjaman online (pinjol) dari kelompok usia 19-34 tahun dengan jumlah penerimanya lebih dari 10 juta orang. Bahkan, total akumulasi nilai pinjaman yang disalurkan mencapai Rp28,80 triliun, sebagaimana dilaporkan oleh Yayasan Bangun Kecerdasan Bangsa, (2024). Kemudian sebesar 30-40% dari korban investasi bodong berasal dari generasi milenial dan generasi Z (Pratama, 2024). Fenomena ini menunjukkan bahwa banyak dari generasi muda terpaksa mencari jalan pintas untuk memenuhi kebutuhan keluarganya.

Tekanan ekonomi yang berat, ditambah dengan tanggung jawab multigenerasi, menciptakan beban emosional yang kerap tidak tertampung dalam ruang komunikasi sehari-hari. Dalam kondisi seperti ini, banyak dari mereka yang kemudian mencari pelarian dan media ekspresi alternatif lain, salah satunya

melalui media sosial. Platform ini awalnya dimaksudkan untuk berinteraksi dan menjalin koneksi dengan orang lain, namun kini media sosial telah berkembang menjadi sarana untuk membagikan konten kepada pengguna lain (Syifa & Irwansyah, 2022). Berdasarkan laporan *Digital 2025: Indonesia* yang dirilis oleh datareportal.com, pada Januari 2025 jumlah pengguna media sosial di Indonesia mencapai sekitar 143 juta orang, atau setara dengan 50,2% dari total populasi. Angka tersebut menunjukkan tren peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya, dimana pada Januari 2024 jumlah pengguna media sosial tercatat sebesar 139 juta orang atau sekitar 49,9% dari populasi (Simon, 2025). Peningkatan ini mencerminkan peran media sosial yang semakin signifikan dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia, termasuk sebagai media untuk mengekspresikan diri dan berbagi informasi. Media sosial seperti YouTube, TikTok dan Instagram menjadi platform yang paling banyak digunakan oleh generasi muda dan usia produktif (Simon, 2025). Platform ini tidak hanya menyediakan sarana untuk berbagi konten visual saja, tetapi juga menjadi media ekspresi diri yang kuat melalui cerita pribadi, *caption* yang reflektif, komentar, hingga pemilihan musik yang mengiringi konten tersebut.

Kendati terdapat banyak platform media sosial, penelitian ini secara khusus memusatkan perhatian pada TikTok dan Instagram. Pemilihan kedua platform ini didasarkan pada beberapa alasan utama. Pertama, baik TikTok maupun Instagram memiliki tingkat partisipasi pengguna yang sangat tinggi, terutama melalui konten berbasis video pendek, foto dan fitur *story*, yang telah menjadi sarana ekspresi diri yang dinamis dan mudah tersebar (Simon, 2025). Kedua, kedua platform ini menyediakan fitur yang secara langsung mendukung penggunaan musik, seperti pemilihan audio, tren suara, dan penambahan musik latar, yang memungkinkan pengguna menambahkan elemen emosional ke dalam konten mereka. Ketiga, dari sisi karakteristik dan budaya penggunaan, TikTok dan Instagram dikenal mendorong terbentuknya budaya tren yang bersifat kolaboratif dan viral, dimana satu lagu dapat digunakan secara luas dalam berbagai jenis konten (Putra & Junita, 2024). Kondisi ini memberi peluang bagi peneliti untuk menelusuri pola penggunaan lagu sebagai media representasi emosional dan pengungkapan diri, khususnya dalam pengalaman yang dialami oleh generasi

sandwich. Oleh karena itu, fokus penelitian di kedua platform tersebut tidak hanya didasarkan pada popularitasnya, tetapi juga karena kedua platform ini menyediakan fitur, format, dan budaya penggunaan yang sangat relevan untuk mengeksplorasi fenomena ekspresi diri melalui musik di era digital.

Salah satu lagu yang kerap digunakan oleh generasi sandwich dalam konten mereka adalah “Berakhir di Aku” karya Idgita. Lagu ini menyuarakan tema tentang kelelahan emosional dan finansial, perasaan terjebak, dan kebutuhan untuk terus bertahan meski dalam keadaan sulit (Kurniawan, 2024). Lagu ini sangat menggambarkan kehidupan dari seorang generasi sandwich yang menjadi tulang punggung keluarga dan mendapatkan tekanan dari berbagai sisi. Hal ini terlihat dari penggalan liriknya “Apa sebaiknya pergi?”, “Jika semua bersandar padaku, lalu aku bersandar kemana”, menggambarkan dilema yang kerap kali dialami oleh generasi sandwich dimana mereka selalu menjadi tempat sandaran bagi orang lain, tetapi dirinya sendiri tidak memiliki tempat untuk itu. Nuansa emosional yang kuat dalam liriknya menjadikan lagu ini sangat populer dan relevan dengan kondisi psikologis banyak orang, khususnya bagi mereka yang berada dalam posisi sebagai generasi sandwich.

Dari segi penerimaan publik, lagu ini tidak hanya berhasil menyentuh emosi para pendengarnya, tetapi juga memperoleh jangkauan luas di berbagai platform media sosial, khususnya di TikTok dan Instagram. Lagu *Berakhir di Aku* banyak dijadikan latar musik dalam unggahan konten yang bersifat reflektif, berisi kisah pribadi, maupun curahan hati yang berkaitan dengan beban dan tanggung jawab dalam keluarga. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa lagu ini telah bertransformasi menjadi sarana ekspresi diri bagi banyak orang, bukan semata-mata dinikmati sebagai hiburan belaka. Penggunaan lagu ini dalam konten media sosial mencerminkan bagaimana individu menggunakan musik sebagai sarana untuk mengekspresikan kondisi emosional mereka, mencari validasi sosial dan dukungan dari sesama pengguna media sosial.

Penelitian mengenai generasi sandwich telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir. Penelitian yang dilakukan oleh Sudarji et al., (2022) yang berjudul “*Challenges of the Sandwich Generation: Stress and coping strategy of the multigenerational care*”, menyoroti berbagai bentuk stres yang dialami

generasi ini serta strategi koping yang mereka gunakan dalam menghadapi beban multigenerasi (Sudarji et al., 2022). Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Khalil dan Santoso, (2022) yang berjudul “*Generasi sandwich: konflik peran dalam mencapai keberfungsian sosial*”, mengkaji konflik peran yang dialami generasi sandwich dalam upaya mempertahankan keberfungsian sosial mereka di tengah tuntutan ganda dari keluarga dan sosial (Khalil & Santoso, 2022). Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Ardiyanto et al. (2024) yang berjudul “*Tantangan dan Solusi Generasi Sandwich: Mengelola Tekanan Finansial dan Emosional*”, menekankan pada tekanan finansial dan emosional yang secara bersamaan dihadapi oleh generasi ini, serta solusi yang dapat digunakan untuk mengelolanya secara lebih adaptif. Penelitian mengenai pengungkapan diri di media sosial juga telah dilakukan oleh Sisnawar et al., (2023) yang berjudul “*Penggunaan Fitur Closefriend Instagram Sebagai Bentuk Self Disclosure*”. Penelitian tersebut menyoroti berbagai faktor yang mempengaruhi motivasi individu dalam melakukan *self-disclosure* pada fitur *Close Friends*, diantaranya adalah ukuran kelompok, rasa suka, efek diadik, kompetensi, kepribadian, topik pembahasan, serta jenis kelamin (Sisnawar et al., 2023). Penelitian lain terkait pengungkapan diri di media sosial juga dilakukan oleh Ratnasari et al., (2021) yang berjudul “*Self Disclosure Media Sosial pada Fase Kehidupan Dewasa Awal*”. Penelitian tersebut mengkaji berbagai konsekuensi dari praktik *self-disclosure* di media sosial, baik yang bersifat positif maupun negatif. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengungkapan diri dapat memberikan dampak positif berupa peningkatan rasa percaya diri serta pembentukan citra diri yang lebih baik. Namun demikian, *self-disclosure* di media sosial juga berpotensi menimbulkan dampak negatif, seperti risiko pelanggaran privasi, pelanggaran terhadap Undang-Undang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE), serta konsekuensi sosial lainnya (Ratnasari et al., 2021).

Meskipun sejumlah penelitian telah memberikan pemahaman yang mendalam mengenai kondisi dan tantangan generasi sandwich, akan tetapi belum banyak penelitian yang secara spesifik mengaitkan bagaimana generasi sandwich mengekspresikan pengalaman emosionalnya melalui media sosial dengan memanfaatkan musik populer sebagai media ekspresi diri. Penelitian ini hadir

untuk mengisi celah tersebut dengan mengkaji secara kualitatif penggunaan lagu "*Berakhir di Aku*" sebagai bentuk ekspresi diri generasi sandwich di media sosial TikTok dan Instagram, sekaligus menyoroti bagaimana musik populer berfungsi sebagai sarana komunikasi emosional dalam budaya digital.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yakni: Bagaimana ekspresi diri generasi sandwich di media sosial melalui penggunaan lagu "*Berakhir di Aku*" karya Idgitaf.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ekspresi diri generasi sandwich di media sosial melalui penggunaan lagu "*Berakhir di Aku*" karya Idgitaf.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan kajian komunikasi interpersonal dan komunikasi digital, khususnya dalam konteks teori *self-disclosure* yang dikemukakan oleh Sidney M. Jourard (1971). Dengan mengaitkannya pada praktik ekspresi diri melalui musik dan media sosial, penelitian ini dapat memperluas pemahaman tentang bagaimana individu memanfaatkan ruang digital untuk mengungkapkan pengalaman emosional dan membentuk identitas sosial. Selain itu, penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi untuk peneliti lain yang melakukan penelitian serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Generasi Sandwich

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ruang untuk memahami bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan sebagai generasi sandwich. Selain itu, penelitian ini dapat menunjukkan bahwa musik dan platform digital dapat dijadikan sebagai sarana untuk berdiskusi, berbagi pengalaman dan mencari dukungan.

b. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru dan meningkatkan kesadaran tentang isu-isu yang dihadapi oleh generasi sandwich. Selain itu, penelitian ini juga dapat mendorong dan meningkatkan empati dan dukungan terhadap generasi sandwich serta memicu diskusi dan refleksi tentang peran keluarga, masyarakat, dan pemerintah dalam mendukung generasi sandwich.