



## Identitas Diri Pada Remaja Yang Memikul Peran Ganda Dalam Keluarga

Argyanti Hanifa, Lainatul Mudzkiyyah, Ikhrom

Universitas Islam Negeri Walisongo

Received: 2 November 2025  
Revised: 14 November 2025  
Accepted: 29 November 2025

### Abstrak

*Riset ini mempunyai tujuan guna menjalankan eksplorasi serta memberikan deskripsi terkait pengalaman anak muda yang menjalani peran ganda dalam keluarga serta bagaimana peran tersebut memengaruhi pembentukan identitas diri mereka. Dengan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini melibatkan wawancara semi-terstruktur mendalam terhadap lima responden dengan kriteria usia 17-25 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran ganda seperti menjadi pencari nafkah atau pengganti peran orang tua secara signifikan memengaruhi eksplorasi dan komitmen identitas serta seringkali menimbulkan tekanan psikologis. Penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan keluarga dan lingkungan sosial agar proses pembentukan identitas dapat berlangsung dengan sehat meski menghadapi tantangan tersebut.*

**Kata Kunci:** *Identitas Diri, Kualitatif Deskriptif, Peran Ganda, Remaja.*

(\*) Corresponding Author:

[23070160079@student.walisongo.ac.id](mailto:23070160079@student.walisongo.ac.id),  
[ikhrom@walisongo.ac.id](mailto:ikhrom@walisongo.ac.id)

[m\\_lainatul@walisongo.ac.id](mailto:m_lainatul@walisongo.ac.id)

**How to Cite:** Hanifa, A., Mudzkiyyah, L., & Ikhrom, I. (2025). Identitas Diri Pada Remaja Yang Memikul Peran Ganda Dalam Keluarga. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(12.C), 1-4. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/12099>.

## PENDAHULUAN

Peran ganda pada anak muda dalam keluarga merupakan fenomena sosial yang semakin sering terjadi, khususnya dalam situasi ekonomi keluarga yang tidak stabil atau kondisi orang tua yang tidak optimal. Teori peran ganda yang dikembangkan oleh Goode (1960) menjelaskan bahwa individu yang menjalankan lebih dari satu peran secara bersamaan cenderung mengalami konflik peran akibat tuntutan peran yang saling bertabrakan atau terlalu berat. Kondisi ini menyebabkan tekanan psikologis dan berpengaruh pada proses pembentukan identitas diri individu tersebut (Goode dalam Greenhaus & Beutell, 2013).

Adanya fenomena sosial menunjukkan kelompok anak muda yang mengambil peran ganda dalam keluarga, terutama dalam keluarga yang menghadapi keterbatasan ekonomi atau kondisi orang tua yang kurang berfungsi maksimal. Anak-anak muda ini tidak hanya menanggung tanggung jawab sebagai pelajar, tetapi juga sebagai pengurus rumah tangga, pencari nafkah tambahan, atau bahkan pengganti figur orang tua dalam keluarga. Kondisi ini mencerminkan pergeseran peran generasi muda yang masuk dalam kategori pseudo-sandwich generation (Khalil & Santoso, 2022).

Penelitian oleh Khalil & Santoso (2022) menunjukkan bahwa pola asuh dalam keluarga yang cenderung membebaskan peranan serta tanggung jawab terhadap anak akan menyebabkan anak kebingungan dengan identitas mereka sendiri. sandwich cenderung otoritatif dan penuh kompromi, melibatkan anak dalam tanggung jawab rumah tangga serta mengambil keputusan. Perihal tersebut selaras terhadap teori Erikson (1968) tentang krisis identitas yang muncul pada masa remaja ketika individu tidak memiliki dukungan dan arahan yang konsisten dari lingkungannya.

Riset ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran ganda yang dijalani oleh anak muda dalam keluarga mempengaruhi pembentukan identitas diri mereka (Darling & Steinberg, 1993).

Remaja yang menjalani peran ganda menghadapi tantangan perkembangan identitas diri karena mereka menerima tekanan dan tuntutan dari berbagai arah. Ketidaksiharian nilai antar generasi dan beban tanggung jawab yang tidak sesuai usia berpotensi menimbulkan krisis identitas (Kroger, 2004). Namun, di sisi lain, mereka juga dapat berkembang menjadi individu yang lebih matang dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, penting untuk meneliti dinamika ini dari perspektif kuantitatif.

## **METODE PENELITIAN**

Riset ini memakai pendekatan kualitatif deskriptif. Data didapatkan lewat wawancara semi-terstruktur terhadap lima responden berusia 17–25 tahun dengan peran khusus dalam keluarga seperti mengasuh, membantu ekonomi keluarga, atau menggantikan peran orang tua. Data dianalisis dengan teknik analisa tematik guna melakukan identifikasi pola serta tema utama dari transkrip wawancara.

Data kualitatif diperoleh dari 5 responden yang dipilih secara purposive dengan kriteria usia 17–25 tahun dan memiliki tanggung jawab khusus dalam keluarga (seperti mengasuh, membantu ekonomi, atau menggantikan peran orang tua).

Instrumen kualitatif berupa pedoman wawancara semi-terstruktur yang dirancang untuk menggali pemaknaan, pengalaman emosional, serta dampak peran ganda terhadap pembentukan identitas diri.

Data kualitatif dianalisis menggunakan teknik tematik, dengan membaca secara mendalam transkrip wawancara dan mengelompokkannya ke dalam tema-tema utama seperti beban emosional, kedewasaan dini, dan keterbatasan eksplorasi diri (Braun & Clarke, 2019). Data kuantitatif dianalisis secara deskriptif untuk memetakan pola umum dan kecenderungan responden dalam ketiga aspek yang diukur (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Analisis tematik mengungkapkan tiga tema utama, yaitu beban emosional, kedewasaan dini, dan keterbatasan eksplorasi diri. Hampir semua partisipan merasa kewalahan, stres, dan cemas akibat ekspektasi yang tinggi dari keluarga dan diri mereka sendiri. Mereka melaporkan kehilangan waktu pribadi, mengalami konflik antara kewajiban dan kebutuhan individu, serta merasa kesepian dan kehilangan keceriaan masa remaja.

Selain itu, peran ganda mendorong partisipan untuk cepat matang. Mereka harus membuat keputusan penting dalam keluarga, seperti mengelola keuangan atau merawat adik-adik, yang menuntut keterampilan pemecahan masalah dan daya juang tinggi (Anderson, 1973). Namun, sebagian besar juga merasa tidak memiliki cukup ruang untuk mengeksplorasi minat pribadi, seperti berorganisasi atau bergaul (Eccles & Roeser, 2011). Meski demikian, ada perbedaan dalam cara partisipan menyikapi situasi ini; beberapa mampu menunjukkan resiliensi (Luthar et al., 2015), sementara yang lain mengalami burnout atau tanda-tanda depresi ringan.

Analisis tematik juga menemukan bahwa kelima responden mengalami dampak psikologis signifikan akibat peran ganda yang mereka jalani. Bentuk peran tersebut antara lain pencari nafkah tambahan, pengurus rumah tangga, serta pengganti figur orang tua. Mayoritas

responden merasa peran tersebut membatasi ruang eksplorasi minat dan tujuan pribadi, menyebabkan tekanan emosional tinggi, serta memaksa kedewasaan dini.

## **DISKUSI**

Hasil penelitian ini mendukung pandangan Erikson (1968) mengenai pentingnya fase eksplorasi identitas pada masa remaja. Beban peran ganda yang berlebihan membuat remaja sulit menjalani fase ini secara optimal, sehingga berisiko mengalami krisis identitas. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Khalil & Santoso, 2022) mengenai generasi sandwich yang ditemukan konflik peran dan ketegangan emosional. Namun, pada kelompok remaja, dampaknya lebih luas karena terkait dengan kesiapan psikologis yang belum matang.

Teori konflik peran (Greenhaus & Beutell, 2013) turut menjelaskan mengapa tekanan ini memicu stres, yaitu karena adanya tuntutan keluarga yang berbenturan dengan kebutuhan personal. Menariknya, sebagian partisipan menunjukkan daya lenting psikologis yang didukung oleh teman sebaya, guru, atau mentor yang suportif (Allen et al., 2021), serta keberhasilan kecil yang membangun rasa percaya diri.

Penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan dari keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam membantu remaja menjalani peran ganda secara sehat (Malá, 1994). Penelitian ini juga membuka peluang untuk studi lanjutan mengenai variabel lain seperti kepribadian, strategi coping (Dolenc, 2015), serta pengaruh gender.

## **PENUTUP**

Berlandaskan atas hasil riset, mampu ditarik kesimpulan jika remaja yang menjalani peran ganda dalam keluarga menghadapi berbagai tantangan yang memengaruhi proses pembentukan identitas diri mereka. Tekanan psikologis menjadi salah satu dampak yang paling dirasakan, terutama karena beban tanggung jawab yang harus mereka emban tidak sejalan dengan usia dan tahap perkembangan mereka (Greenhaus & Beutell, 2013). Para remaja ini merasa tertekan, kewalahan, dan sering kali kehilangan kesempatan untuk mengeksplorasi diri serta mengembangkan minat dan potensi pribadi. Keterbatasan dalam ruang gerak mereka untuk berorganisasi, bersosialisasi, atau mengikuti kegiatan di luar rumah menjadi hambatan utama dalam proses eksplorasi identitas (Eccles & Roeser, 2011).

Namun, di balik berbagai tantangan tersebut, penelitian ini juga menemukan adanya sisi positif. Beberapa remaja mampu menunjukkan kedewasaan dini, tanggung jawab yang tinggi, serta kemampuan untuk mengatasi berbagai permasalahan yang muncul di dalam keluarga. Mereka belajar mandiri, terlatih dalam mengambil keputusan, dan menjadi pribadi yang lebih matang dibandingkan teman-teman sebayanya (Masten et al., 1990). Temuan ini menunjukkan bahwa peran ganda tidak hanya memberikan beban, tetapi juga dapat menjadi pengalaman berharga yang membentuk karakter dan ketahanan diri, terutama ketika remaja mendapatkan dukungan yang cukup dari lingkungan sekitar (Allen et al., 2021; Luthar et al., 2015).

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar keluarga lebih peka dan memberikan penghargaan atas peran yang dijalankan oleh remaja dalam keluarga. Keluarga juga perlu menyediakan ruang dialog agar remaja bisa menyampaikan perasaan, kebutuhan, atau keluhan mereka tanpa merasa dihakimi (Darling & Steinberg, 1993). Pembagian tugas dalam keluarga sebaiknya dilakukan secara adil, agar tidak semua tanggung jawab terbebankan pada anak. Bagi sekolah dan lembaga sosial, diharapkan adanya layanan konseling dan pendampingan yang dirancang khusus untuk mendukung remaja dengan tanggung jawab ganda. Program pelatihan keterampilan menghadapi stres, kemampuan komunikasi asertif, dan pengelolaan

emosi juga penting diberikan agar mereka memiliki bekal dalam menghadapi tekanan peran (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007).

Untuk penelitian selanjutnya, direkomendasikan adanya studi longitudinal untuk menelusuri dampak jangka panjang peran ganda terhadap perkembangan identitas, kesehatan mental, dan kualitas hidup remaja di masa dewasa (Kroger, 2004). Penelitian mendatang juga diharapkan dapat mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh faktor lain, seperti jenis kelamin, kepribadian, dan bentuk dukungan sosial terhadap kemampuan remaja dalam menghadapi peran ganda. Dengan adanya dukungan yang memadai dari keluarga, sekolah, dan masyarakat, diharapkan remaja yang memikul peran ganda tetap mampu tumbuh menjadi pribadi yang memiliki identitas diri yang kuat, seimbang, dan positif.

## REFERENSI

- Allen, K. A., Kern, M. L., Rozek, C. S., Mcinerney, D. M., & Slavich, G. M. (2021). Belonging: A Review Of Conceptual Issues, An Integrative Framework, And Directions For Future Research. *Australian Journal Of Psychology*, 73(1), 87–102. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1883409>
- Anderson, J. R. (1973). *Human Associative Memory*.
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting On Reflexive Thematic Analysis. *Qualitative Research In Sport, Exercise And Health*, 11(4), 589–597. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806>
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting Style As Context: An Integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Dolenc, P. (2015). Stress And Coping With Stress In Adolescence. *Journal Of Elementary Education*, 8(4), 177–190.
- Eccles, J. S., & Roeser, R. W. (2011). Schools As Developmental Contexts During Adolescence. *Journal Of Research On Adolescence*, 21(1), 225–241. <https://doi.org/10.1111/J.1532-7795.2010.00725.X>
- Greenhaus, J., & Beutell, N. J. (2013). *Source Of Conflict Between Work And Family Roles. December*. <https://doi.org/10.2307/258214>
- Khalil, R. A., & Santoso, M. B. (2022). Generasi Sandwich: Konflik Peran Dalam Mencapai Keberfungsian Sosial. *Share: Social Work Journal*, 12(1), 77. <https://doi.org/10.24198/Share.V12i1.39637>
- Kroger, J. (2004). Identity In Adolescence. *Identity In Adolescence, January 1980*, 1–269. <https://doi.org/10.4324/9780203346860>
- Luthar, S. S., Crossman, E. J., & Small, P. J. (2015). Resilience And Adversity. In *Handbook Of Child Psychology And Developmental Science* (Issue March). <https://doi.org/10.1002/9781118963418.Childpsy307>
- Malá, E. (1994). Adolescent Development. *Casopis Lékarů Českých*, 133(18), 556–557. <https://doi.org/10.1891/194589501787383444>
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience And Development Contributions. *Development And Psychopathology*, 2(4), 425–444.
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). The Development Of Coping. *Annual Review Of Psychology*, 58(February 2007), 119–144. <https://doi.org/10.1146/Annurev.Psych.58.110405.085705>