



**RESILIENSI PEREMPUAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA (PMI) DI MALAYSIA
(Fenomena Pekerja Perempuan Asal Indonesia Di Pulau Pinang, Malaysia)**

Erma Zuriatul Hartina¹, Arif Nasrullah², Solikatun³

Prodi Sosiologi Universitas Mataram

Abstract

Women as migrant workers who work in various countries, especially Malaysia, definitely experience various problems, ranging from adaptation problems, economic problems, and physical and mental health problems when in that country, therefore resilience is needed to face these problems. This research aims to examine the forms of problems experienced by Indonesian migrant workers and the resilience of Indonesian migrant workers in facing these problems. This research uses qualitative research methods with a phenomenological approach. Data collection techniques are observation, interviews, and documentation. Data analysis in this research is by condensing data, presenting data, and drawing conclusions. Determining informants using purposive techniques. This research uses rational choice theory from James S Coleman. The results of this research show that female Indonesian migrant workers have various forms of problems, such as difficult adapting, economic problems which include waste and fraud, as well as physical and mental health problems including illness, bullying and domestic violence. Resilience carried out by female Indonesian migrant workers is physical resilience which includes preparing medicines and adopting a healthy diet. Economic resilience is by carrying out financial management such as determining the right priority scale and salary allocation. Social resilience is the need for social support and social skills and emotional resilience which includes being optimistic, good self control and spirituality.

Keywords: Indonesian Migrant Workers, Resilience, Women.

Abstrak

Perempuan sebagai pekerja migran yang bekerja di berbagai negara khususnya Malaysia mengalami berbagai permasalahan, mulai dari permasalahan adaptasi, ekonomi dan permasalahan kesehatan fisik dan mental ketika di negara tersebut, maka dari itu dibutuhkan resiliensi untuk menghadapi permasalahan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bentuk permasalahan yang dialami PMI dan resiliensi yang dilakukan PMI dalam menghadapi permasalahan di Pulau Pinang, Malaysia. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data yaitu dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan kondensasi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Penentuan Informan menggunakan teknik purposive. Penelitian ini menggunakan teori pilihan rasional dari James S Coleman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pekerja Migran Indonesia Perempuan memiliki berbagai bentuk permasalahan seperti kesulitan beradaptasi, permasalahan ekonomi yang meliputi pemborosan dan tindakan penipuan serta

zuriatulerma@gmail.com



adanya permasalahan kesehatan fisik dan mental diantaranya sakit, adanya tindakan perundungan dan KDRT. Resiliensi yang dilakukan oleh PMI perempuan yaitu resiliensi fisik yang meliputi PMI menyiapkan obat-obatan dan menerapkan pola makan yang sehat. Resiliensi ekonomi yaitu PMI melakukan manajemen keuangan seperti menentukan skala prioritas dan alokasi gaji yang tepat. Resiliensi Sosial yaitu dengan dibutuhkannya dukungan sosial dan kemampuan sosial. Serta resiliensi emosional meliputi bersikap optimis, pengendalian diri yang baik dan jiwa spritualitas.

Kata Kunci: Pekerja Migran Indonesia, Resiliensi, Perempuan.



Pendahuluan

PMI atau Pekerja Migran Indonesia adalah warga negara Indonesia, baik pria maupun wanita, yang bekerja di luar negeri untuk periode tertentu berdasarkan kesepakatan kerja yang telah ditentukan sesuai prosedur yang berlaku. Mereka telah lama menjadi komponen penting dalam mendukung pertumbuhan ekonomi, baik di tingkat nasional maupun internasional. Pekerja migran Indonesia dikenal sebagai kontributor utama devisa negara, para PMI banyak berasal dari desa yang sedikit memiliki akses terhadap pekerjaan, dengan bekerja di luar negeri para PMI berusaha untuk meningkatkan kesejahteraan mereka dan keluarga.

Faktor kemiskinan merupakan faktor yang paling berpengaruh mengapa para PMI memilih bekerja ke luar negeri di samping beberapa faktor yang lain seperti minimnya keterampilan yang dimiliki, pendidikan yang tidak memadai, serta kurangnya akses ke lapangan pekerjaan (Sumardiani, 2014). Menurut jenis kelamin, perempuan lebih banyak yang menjadi pekerja migran dibandingkan laki-laki.

Berbagai studi menunjukkan bahwa pekerja migran di luar negeri sering menghadapi masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, hingga keinginan untuk bunuh diri, yang membuat mereka membutuhkan dukungan psikososial. Beberapa faktor lain yang mempengaruhi masalah ini antara lain diskriminasi dan stigma, beban kerja yang sangat berat yang tidak sebanding dengan gaji, serta kekerasan yang mereka alami di tempat kerja. Kondisi kesehatan mental pekerja migran cenderung lebih rentan dibandingkan dengan kelompok non-migran, terutama bagi mereka yang bekerja secara ilegal. Kerentanannya semakin diperburuk oleh ketidakpastian, terjebak di negara asing, kesulitan finansial, dan pemutusan hubungan kerja akibat pandemi. Pekerja migran ini hanya memiliki dua pilihan: kembali ke tanah air atau tetap tinggal tanpa kepastian (L. Thoyibah, 2021; Nurjan, M., & Wati, L. 2023).

Salah satu negara tujuan Pekerja Migran Indonesia adalah Malaysia, terdapat banyak pekerja migran Indonesia perempuan yang bekerja di berbagai sektor, mulai sektor formal seperti bekerja di pabrik hingga sektor informal seperti pembantu rumah tangga (PRT). Tak dapat dipungkiri bahwa perjalanan pekerjaan para pekerja migran Indonesia tidak selalu berjalan lancar, karena sering kali muncul masalah yang tidak terduga. Perlindungan terhadap pekerja migran Indonesia, terutama perempuan, hingga saat ini masih belum optimal. Masih banyak pekerja migran Indonesia terutama pekerja migran perempuan yang menghadapi berbagai masalah, baik



terkait pekerjaan, keluarga, maupun masalah sosial lainnya di perantauan. Kejadian-kejadian yang dialami oleh setiap individu ini disebabkan oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Pekerja migran Indonesia pasti pernah mengalami kesulitan dan tantangan berat selama masa-masa mereka bekerja di luar negeri.

Dari berbagai pemaparan diatas terkait Pekerja Migran Indonesia khususnya perempuan yang mengalami berbagai bentuk permasalahan ketika berada di rantauan, namun memiliki jalan yang berbeda untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang dihadapi setiap individu. Dari berbagai studi yang sudah dikemukakan penulis menggali lebih dalam terkait pekerja migran Perempuan terutama dari sudut resiliensi pekerja migran Indonesia perempuan di Pulau Pinang, Malaysia.

Penelitian ini menggunakan analisis dengan Teori Pilihan Rasional Coleman yang pada dasarnya didasarkan pada gagasan bahwa tindakan individu berorientasi pada tujuan, dengan tujuan ini ditentukan oleh nilai atau preferensi (pilihan). Coleman berpendapat bahwa konsep aktor rasional yang tepat, yang berasal dari ekonomi, diperlukan, di mana aktor memilih tindakan yang memaksimalkan utilitas, keinginan, atau kebutuhan mereka. Teori ini memiliki dua elemen utama: aktor dan sumber daya. Sumber daya mengacu pada setiap potensi atau aset yang ada, yang dapat berupa sumber daya alam yang disediakan oleh alam atau sumber daya manusia, yang merupakan potensi dalam diri individu. Aktor adalah individu yang melakukan tindakan, yang mampu memanfaatkan sumber daya secara efektif.

Coleman juga menjelaskan bagaimana interaksi antara aktor dan sumber daya dapat berkembang menjadi suatu sistem sosial. Dasar minimal dari sistem sosial adalah tindakan dua aktor, di mana setiap aktor mengelola sumber daya yang dianggap penting oleh pihak lainnya. Setiap aktor selalu memiliki tujuan, dan mereka berusaha untuk memaksimalkan kepentingan pribadi mereka, yang menciptakan saling ketergantungan dalam tindakan masing-masing. Dalam kenyataannya, Coleman mengakui bahwa individu tidak selalu bertindak atau berperilaku secara rasional. Namun, hal ini tidak mengubah kenyataan bahwa apakah seorang aktor bertindak rasional sesuai dengan konsep yang biasa dibayangkan atau menyimpang dari pola tersebut, tetap akan mempengaruhi cara tindakan individu berinteraksi dalam membentuk perilaku sistem sosial, baik dalam skala mikro maupun makro.



Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Pulau Pinang, Malaysia. Unit analisis dalam penelitian ini yaitu pekerja migran Indonesia yang berada atau sedang bekerja di Pulau Pinang Malaysia. Penentuan informan menggunakan teknik Purposive Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi, wawancara dan studi dokumen. Analisis data dalam penelitian ini yaitu kondensasi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan (Miles, Huberman dan Saldana, 2014). Uji keabsahan data dengan menggunakan ketekunan peneliti dan triangulasi, yaitu triangulasi sumber data dan triangulasi teknik.

Hasil dan pembahasan

Latar belakang PMI Perempuan memilih bekerja sebagai PMI dan Memilih Pulau Pinang, Malaysia Sebagai Negara Tujuan

Kondisi perekonomian Indonesia menunjukkan beberapa kemajuan. Namun, secara keseluruhan, perekonomian Indonesia masih belum sepenuhnya pulih dari krisis. Salah satu masalah utama yang dihadapi adalah ketersediaan lapangan pekerjaan, yang timbul akibat ketidakseimbangan antara jumlah pencari kerja dan tersedianya lapangan pekerjaan, terutama pekerjaan pada sektor formal, sehingga menyebabkan tingginya angka pengangguran. Keterbatasan kesempatan kerja di dalam negeri menjadi salah satu faktor yang mendorong sebagian tenaga kerja untuk mencari pekerjaan di luar negeri, yang kemudian menjadi pekerja migran Indonesia

Malaysia merupakan salah satu negara penerima migran terbesar di Asia. Dengan jumlah pekerja migran terbanyak datang dari Indonesia. di antara 2,7 juta pekerja migran Indonesia di Malaysia. Pekerja migran Indonesia memilih Pulau Pinang, Malaysia karena beberapa alasan. Pertama, Pulau Pinang memiliki jumlah penduduk dan pekerja migran yang sangat besar, dengan mayoritas penduduk etnis china. Kedua, kebudayaan melayu yang mirip dengan budaya Indonesia juga menarik bagi pekerja migran. Proses masuk ke Malaysia relatif mudah, dan biaya transportasi dari Indonesia relatif murah, akibatnya Pulau Pinang menjadi tujuan utama bagi banyak pekerja migran Indonesia.

Pulau Pinang, Malaysia memiliki sektor pekerjaan yang beragam dan berkembang, hal tersebut menjadi pemicu untuk memilih Pulau Pinang. Para pekerja migran Indonesia tentu



tersebar bekerja di berbagai sector pekerjaan di Pulau Pinang, akan tetapi mayoritas pekerja migran Indonesia yang berada di Pinang bekerja pada sektor industri. Para pekerja migran Indonesia tentu memiliki alasan yang berbeda-beda mengapa memilih bekerja sebagai buruh migran.

Para Pekerja Migran memilih bekerja diluar negeri tentu disebabkan oleh berbagai faktor seperti ekonomi, beberapa pekerja migran juga memilih bekerja diluar negeri karena ingin meningkatkan kualitas hidup, ingin mendapatkan pengalaman bekerja diluar, sebagian para pekerja migran Indonesia merasa mencari pekerjaan diluar negeri lebih mudah tidak seperti di Indonesia yang mencari pekerja dengan melihat banyak spesifikasi. Selain itu juga banyak mengikuti jejak atau mayoritas pekerjaan orang-orang disekitarnya yang memilih bekerja sebagai PMI

Permasalahan yang dihadapi Pekerja Migran Indonesia Perempuan di Pulau Pinang Malaysia

Pekerja Migran Indonesia merupakan salah satu penyumbang devisa negara terbesar. Namun, pekerja migran yang bekerja diluar negeri seringkali mengalami permasalahan seperti kurangnya perlindungan hukum, tidak memiliki dokumen resmi, kurangnya pengawasan oleh Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) maupun Kedutaan Besar Republik Indonesia (KBRI) serta sulitnya akses untuk berkomunikasi dengan perwakilan, serta masalah-masalah internal yang terjadi yang disebabkan oleh berbagai factor ketika bekerja diluar negeri.

Pekerja migran Indonesia seringkali mengalami permasalahan di perantauan diantaranya yaitu masalah pekerjaan, masalah keluarga, masalah pribadi, pertemanan, asmara dan sebagainya. Tentu penyebab dari masalah yang dialami tersebut beragam, permasalahan yang terjadi tidak hanya bermunculan atau ada ketika sampai di tempat bekerja, akan tetapi permasalahannya juga sudah ada sejak sebelum keberangkatan karena beberapa faktor, sehingga pentingnya peran pemerintah untuk memfasilitasi memberikan pelatihan serta wejangan wejangan untuk pekerja migran Indonesia sebelum berangkat ke negara penempatan. Adapun permasalahan yang dialami PMI yang berada di Pulau Pinang diantaranya sebagai berikut.

1. Kesulitan beradaptasi

Adaptasi merupakan penyesuaian diri terhadap lingkungan, pekerjaan, dan pelajaran. adaptasi tidak hanya dibutuhkan untuk bertahan hidup, akan tetapi adaptasi juga penting untuk berlindung dari musuh. Menurut teori evolusi Darwin, adaptasi adalah mekanisme biologis



pada organisme untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan saat ini, dikarenakan tujuan adaptasi adalah untuk mempertahankan kelangsungan hidup dari ancaman dan serangan serta melindungi diri. Hal tersebut di alami oleh pekerja migran Indonesia di Pulau Pinang, Malaysia. Kesulitan beradaptasi seringkali dirasakan para pekerja migran yang disebabkan perbedaan budaya, minimnya pengetahuan, adanya diskriminasi, penempatan illegal dan berbagai *culture shock* yang ditemui di lingkungan pekerjaan. Hal tersebut tentu merupakan permasalahan yang dapat mengganggu dan harus diatasi.

2. Permasalahan Ekonomi

Ketika seseorang memutuskan untuk mencari pekerjaan diluar negeri karena ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. Ada banyak faktor buruh migran bekerja diluar negeri, salah satunya karena masalah ekonomi, himpitan ekonomi sering menjadi alasan seseorang untuk bekerja dan mendapatkan uang dalam waktu yang cepat agar dapat segera memenuhi kehidupannya dan keluarga.

Pekerja Migran Indonesia di Pulau Pinang tentu memiliki penghasilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan, akan tetapi semakin banyak kebutuhan dan tanggung jawab maka terpaksa harus mengelola gaji dengan baik. Seharusnya para pekerja migran Indonesia memiliki pengelolaan yang baik terkait keuangan. Gaji dialokasikan seperti uang pegangan dana darurat, bayar angsuran, tabungan dan lain lain. Adapun permasalahan perekonomian yang dialami para pekerja migran yaitu sebagai berikut.

a. Perilaku Konsumtif

Di Pulau Pinang Malaysia, pekerja migran Indonesia sering mengalami permasalahan ekonomi atau keuangan dikarenakan tidak cukup pandai dalam mengelola keuangan dengan baik dikarenakan gemar membelanjakan uangnya tanpa pertimbangan yang matang ,sehingga sering mengalami kesulitan ketika hal hal mendadak terjadi dan pegangan sudah tidak ada serta kebingungan terkait uang sudah habis kemana saja tanpa disadari.

b. Penipuan

Menjadi pekerja migran bagi sebagian orang mungkin jadi suatu impian karena bisa bekerja diluar negeri dengan upah yang jauh lebih besar dari pada di dalam negeri, baik bekerja secara formal maupun informal. Namun bagi sebagian orang lain, bekerja diluar

negeri menjadi keterpaksaan karena minimnya peluang kerja di dalam negeri. Kasus penipuan seringkali terjadi tanpa memandang status maupun pekerjaan seseorang. Penipuan yaitu dimana seseorang membujuk orang agar memberikan sesuatu dengan tindakan tipu muslihat rangkaian kebohongan, rangkaian kebohongan ialah susunan-susunan kalimat bohong yang tersusun demikian rupa untuk meyakinkan seseorang yang sedang ditipu. Permasalahan yang dialami pekerja migran di Pulau Pinang salah satunya yaitu menjadi korban penipuan seperti investasi bodong. Pekerja migran Indonesia sering menjadi salah satu sasaran para pelaku investasi bodong yang mengetahui bahwa PMI memiliki uang yang banyak setelah bekerja bertahun-tahun di luar negeri. Korban tentu tergiur dengan iming-iming pelaku yang menyebabkan korban rugi cukup banyak.

3. Permasalahan Kesehatan Fisik dan Mental

a. Sakit

Pekerja Migran Indonesia juga mengakui sering mengalami permasalahan kesehatan yaitu sakit selama bekerja di luar negeri, yang disebabkan oleh aktivitas pekerjaan yang cukup padat, tentu beban kerja yang berat dan waktu istirahat yang kurang dapat mempengaruhi kondisi fisik pekerja migran. Selain itu juga karena memang adanya bawaan penyakit yang bisa saja kambuh. Seringkali PMI sakit yang disebabkan oleh pekerjaan *Over Time* (OT) atau mengambil lembur bekerja hingga tengah malam dan sampai pagi hari. Dengan seringnya mengambil lembur tentu berdampak pada kesehatan yang mengakibatkan kondisi fisik pekerja migran melemah. Tentu kesehatan mental juga dapat terpengaruh karena berkurangnya waktu istirahat dan merawat diri. Hal tersebut tentu merupakan permasalahan yang harus diatasi oleh pekerja migran. Dengan kondisi tersebut membuat pekerjaan para pekerja migran menjadi terhambat dan menjadi permasalahan tergantung tempat kerja pekerja migran, sehingga harus mengambil cuti untuk mendapatkan istirahat yang cukup agar segera sehat dan pulih kembali.

b. Perundungan (*Bullying*)

Perundungan merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus



menerus. Perundungan merupakan tindakan agresif yang biasanya dilakukan seseorang untuk mengintimidasi atau mendominasi orang lain yang dinilai lebih lemah. Perilaku penyimpangan sosial ini dapat terjadi dimana saja dan bisa dilakukan oleh siapa saja. Permasalahan yang dialami oleh pekerja migran Indonesia yang berada di Pulau Pinang Malaysia yaitu salah satunya tindakan perundungan, hal ini dilakukan oleh orang-orang terdekat PMI atau orang-orang yang berada disekitarnya. Tentunya peristiwa tersebut merupakan suatu permasalahan yang menimbulkan dampak bagi korban seperti gangguan emosi, masalah mental, masalah kepercayaan diri, serta dapat mengganggu aktivitas keseharian korban.

c. KDRT

Pekerja Migran terutama perempuan rentan mengalami berbagai bentuk kekerasan, termasuk kekerasan fisik, seksual dan psikologis. Bentuk kekerasan yang dialami pekerja perempuan di rantauan salah satunya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), hal tersebut berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan dan perampasan yang tentu mengakibatkan trauma bagi korban. Tentu peristiwa KDRT merupakan permasalahan yang cukup besar bagi PMI dan menghadapi permasalahan sendirian jauh dari keluarga yang membuat keadaan mental PMI cukup terganggu, hal tersebut tidak hanya berdampak kepada gangguan kesehatan mental akan tetapi juga kondisi kesehatan fisik PMI, sehingga membuat PMI yang mengalami kekerasan merasa trauma hingga saat ini.

Resiliensi Pekerja Migran Indonesia Perempuan di Pulau Pinang, Malaysia

Berdasarkan hasil temuan penelitian mengenai Pekerja Migran Indonesia di Pulau Pinang Malaysia, selain mengalami berbagai macam permasalahan tentu para pekerja migran Indonesia memiliki kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupannya. Berdasarkan temuan peneliti, adapun beberapa resiliensi yang dilakukan oleh pekerja migran Indonesia di Pulau Pinang, Malaysia yaitu sebagai berikut.

Resiliensi Fisik

Pekerja migran memiliki cara yang hampir sama untuk mengatasi masalah pada fisiknya, seperti menyiapkan obat-obatan yang biasa dikonsumsi ketika sudah merasakan gejala akan sakit



yang di alami, selain itu juga dengan menerapkan pola hidup sehat, seperti yang diketahui pekerja migran tentu memiliki pekerjaan yang cukup berat atau memiliki aktivitas fisik yang cukup di perantauan, oleh karena kondisi fisik bisa melemah kapan saja, untuk mencegah hal tersebut sangat penting bagi pekerja migran Indonesia untuk menerapkan pola hidup sehat dirantauan seperti memperhatikan makanan bergizi, menjaga makanan yang tidak baik untuk kesehatan tubuh untuk pencegahan penyakit.

Resiliensi Sosial

Dalam menghadapi permasalahan yang terjadi tentu sangat penting bagi pekerja migran Indonesia memiliki resiliensi sosial, dimana resiliensi sosial merupakan kemampuan dari suatu sistem sosial untuk mempertahankan keutuhan atau integrasi sosialnya, pada saat dan/atau setelah mendapat gangguan baik dalam diri maupun dari luar. Pekerja migran Indonesia yang berada di Pulau Pinang Malaysia ketika mengalami atau sedang menghadapi permasalahan, adanya dukungan sosial dari keluarga, teman dan sekitarnya dapat membantu mereka untuk menghadapi tekanan dan kesulitan hidup yang dihadapi selama bekerja diluar negeri sehingga terasa lebih ringan. Selain itu juga juga adanya kemampuan sosial dari dirinya sendiri. Dimana kemampuan sosial tersebut sangat penting untuk menangani berbagai tantangan yang mereka hadapi. Sesuai hasil observasi peneliti, para pekerja migran di pulau pinang memiliki kemampuan sosial yang baik, dapat dilihat ketika pekerja migran Indonesia perempuan mudah membuka diri dan mudah berinteraksi dengan orang lain.

Resiliensi Ekonomi

Dengan adanya kasus penipuan yang terjadi dan ketidakmampuan dalam mengelola keuangan tentu sangat berdampak pada kondisi ekonomi para pekerja migran Indonesia perempuan yang berada di Pulau Pinang Malaysia. Dari kasus penipuan yang terjadi tentu menyebabkan banyak kerugian dan terkait ketidakmampuan mengelola keuangan dengan baik tentu menyebabkan pengeluaran uang tidak jelas karena belum bisa mengalokasikan gaji dengan baik. Sehingga untuk mengatasi masalah tersebut para pekerja migran Indonesia memiliki cara tersendiri dalam mengelola keuangannya dan tentu lebih berhati-hati juga dalam mengikuti berbagai bisnis agar tidak terulang kejadian yang sama atau yang tidak diinginkan kembali terjadi. Dari hasil temuan peneliti, terdapat dua cara yang dilakukan pekerja migran dalam resiliensi



ekonomi yaitu dengan pengetahuan dan kesadaran mereka dalam memajemen keuangan seperti menentukan skala prioritas dan alokasi gaji yang tepat.

Resiliensi Emosional

Resiliensi emosional merupakan kemampuan individu untuk mengelola emosi saat stress. Resiliensi emosional pekerja migran Indonesia dalam menghadapi permasalahan sangat penting untuk mengatasi gangguan kesehatan fisik maupun mental yang di alami oleh mereka. Dalam hal ini dapat meningkatkan kemampuan individu untuk bangkit dan setiap kesulitan atau permasalahan yang dialami antaranya yaitu tetap berpikir optimis dalam menghadapi setiap permasalahan yang terjadi. Sesuai dengan temuan peneliti, resiliensi emosional yang dilakukan pekerja migran berupa optimisme, pengendalian diri yang baik dan jiwa spritualitas.

Dalam penelitian ini, teori yang digunakan adalah teori Pilihan Rasional dari James Coleman. Ada dua unsur utama dalam teori pilihan rasional, yaitu actor dan juga sumber daya. Sumber daya merupakan setiap potensi yang ada atau yang dimiliki. Sumber daya tersebut dapat berupa sumber daya alam, yaitu sumber daya yang telah disediakan atau potensi alam yang dimiliki dan juga sumber daya manusia, yaitu potensi yang ada dalam diri seseorang. Sedangkan actor merupakan seseorang yang melakukan sebuah tindakan.

Teori pilihan rasional menekankan bahwa seorang individu melakukan sebuah tindakan yang mana tindakan tersebut akan memanfaatkan sumber daya yang dia miliki untuk mencapai sebuah tujuan. Artinya, tindakan seseorang itu merupakan tindakan yang memiliki tujuan. Dalam penelitian ini, yang merupakan aktor yaitu Pekerja Migran Indonesia, dan memiliki sumber daya untuk melakukan tindakan rasional, dimana yang dimaksud yaitu sumber daya yang dimiliki para pekerja migran untuk melakukan suatu tindakan yang dianggap rasional oleh aktor yaitu pekerja migran untuk mencapai suatu tujuan, PMI sebagai aktor beresiliensi dalam menghadapi permasalahan yang di alami untuk mencapai tujuannya yaitu mengatasi permasalahan dan memperbaiki kondisi yang terjadi sebelumnya.

Dengan adanya berbagai permasalahan yang terjadi di perantauan tentu berdampak pada kondisi fisik pekerja migran, dimana para pekerja migran yang dihadapkan dengan masalah serta kepadatan pekerjaan dapat membuat pekerja migran mengalami kondisi sakit. Tentu kesehatan pekerja migran merupakan hal utama yang harus dijaga agar tetap bisa melakukan rutinitas dan aktivitas pekerjaan sebagaimana mestinya. Oleh karena itu saat pekerja migran mengalami kondisi



fisik yang kurang baik atau sakit, pekerja migran melakukan tindakan rasional, dengan menggunakan sumber daya berupa menyiapkan obat-obatan yang sudah biasa dikonsumsi terkait penyakitnya dan menjaga kesehatan dengan menerapkan pola makan yang baik. Jadi sumber daya yang digunakan dalam resiliensi fisik pekerja migran sebagai aktor yaitu memilih melakukan tindakan rasional dengan sumber daya yang dimiliki seperti menyiapkan obat-obatan dan menjaga pola makan untuk mencapai tujuan yaitu sehat.

Terkait resiliensi sosial Pekerja Migran Indonesia dalam Teori pilihan rasional menjelaskan perilaku sosial sebagai hasil dari kalkulasi rasional individu dalam membuat pilihan. Dalam konteks resiliensi sosial pekerja migran Indonesia sebagai aktor melakukan tindakan rasional dalam menghadapi permasalahan agar tetap bisa menjalani dan melewatinya yang digunakan berupa sumber daya yang dimiliki pada diri aktor (PMI) yaitu memilih tindakan yang dianggap rasional seperti kemampuan sosial dalam diri PMI untuk bisa berbaur, membuka diri memudahkan interaksi atau hubungan dengan orang lain serta adanya dukungan sosial satu sama lain dari pekerja migran untuk menerima dan memberikan kekuatan, motivasi, saran, ketika satu sama lain mengalami kesulitan atau permasalahan.

Dengan berbagai kesulitan dan permasalahan yang dialami pekerja migran pada permasalahan ekonomi seperti penipuan, tidak memiliki dana darurat dan tabungan dikarenakan pengelolaan keuangan yang belum baik. Sehingga dalam beresiliensi dari permasalahan tersebut PMI sebagai aktor melakukan tindakan rasional yaitu dengan menggunakan sumber daya yang dimiliki yang ada pada diri mereka yang berupa pengetahuan diantaranya memperbaiki manajemen keuangan seperti menentukan skala prioritas, dan mengalokasikan pendapatan dengan tepat. Dalam gagasan dasar teori pilihan rasional Coleman menyebutkan bahwa tindakan individu mengarah pada satu tujuan. Sumber daya dalam teori ini juga dapat diartikan sebagai potensi yang ada bahkan dimiliki, sumber daya dapat berupa sumber daya manusia dan sumber daya alam. Tentu dalam mengambil sebuah tindakan tersebut pekerja migran memiliki tujuan tertentu yaitu untuk mengatasi atau mengelola perekonomian dari kesulitan dan permasalahan yang dialami.

Dalam menghadapi kesulitan dan permasalahan, para pekerja migran memunculkan berbagai perasaan emosional, dimana emosional dapat muncul karena dirangsang atau dibangkitkan dan seringkali diiringi dengan emosi, tentu emosi berperan penting dalam kesehatan baik fisik maupun mental. Sehingga dalam resiliensi emosional para pekerja migran melakukan



tindakan rasional untuk mengatasi dan melewati permasalahan tersebut. Sumber daya yang digunakan yaitu berupa potensi yang ada dalam dirinya, sumber daya adalah hal hal yang dapat dikendalikan oleh aktor. Berdasarkan hasil temuan, para pekerja migran menggunakan sumber daya yang ada pada dirinya dengan bertindak rasional dengan memilih bersikap optimis, mengendalikan diri, spritualitas. Tentu hal tersebut merupakan tindakan rasional yang dipilih pekerja migran untuk mencapai tujuan.

Kesimpulan

Pekerja Migran Indonesia di Pulau Pinang di perantauan khususnya perempuan tidak lepas dari berbagai bentuk permasalahan karena permasalahan merupakan sesuatu yang sulit dilepaskan dari setiap individu. Bentuk permasalahan yang di alami para pekerja migran yang berada di Pulau Pinang yaitu kesulitan beradaptasi, permasalahan perekonomian diantaranya perilaku konsumtif dan terjadinya tindakan penipuan. Selain itu yang permasalahan yang dialami pekerja migran yaitu adanya permasalahan kesehatan fisik dan mental diantaranya yaitu sakit, adanya tindakan perundungan (Bullying) dan KDRT.

Dalam resiliensi Pekerja Migran Indonesia di Pulau Pinang, Malaysia terdapat empat jenis resiliensi yaitu Resiliensi Fisik, Resiliensi Sosial, Resiliensi Ekonomi dan Resiliensi Fisik. Resiliensi fisik yang dilakukan pekerja migran yaitu dengan selalu menyiapkan obat-obatan untuk dirinya sendiri untukantisipasi kondisi apabila melemah, selain itu juga menjaga kesehatan dengan menerapkan pola makan yang sehat. Resiliensi sosial pekerja migran yaitu dengan adanya dukungan sosial dan kemampuan sosial. Resiliensi ekonomi pekerja migran yaitu dengan melakukan perbaikan pengelolaan keuangan seperti menentukan skala prioritas, dan mengalokasikan gaji atau pendapatan dengan baik dan tepat. Resiliensi emosional pekerja migran yaitu dengan berusaha bersikap optimis, mampu melakukan pengendalian diri yang baik serta dengan jiwa spritualitas.



Daftar pustaka

- BP2MI, Data Pekerja Migran Indonesia Periode Januari-Juni 2023 <https://bp2mi.go.id/statistik-detail/data-penempatan-dan-perlindungan-pekerja-migran-indonesia-periode-juni-2023>.
- Creswell, J. W. (2012). *Reserch Design Pendekatan kualitatif, kuantitatif dan Mixed*. Cekatkan ke dua. Pustaka Pelajar.
- Febryan, & Yulianto, A. (2022, Juni 23). PMI Sumbang Devisa Negara Rp127 Triliun Tahun 2021. *Republika*. Diakses dari <https://m5.gs/QmxYT2>
- Firdauza, I. A. L., & Tantiani, F. F. (2021). Regulasi Emosi Remaja dari Ibu Pekerja Migran dan Non Migran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(1), 1-8. <https://doi.org/10.29080/jpp.v12i1.506>
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European psychologist*, 18(1), 12-23. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>
- Grotberg, E. H. (Ed.). (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Greenwood Publishing Group
- Grotberg. (2003). *Resiliensi for Today: Gaining Strength from Adversity* London: Praeger Publisher.
- Miles, M.B, Huberman, A.M, dan Saldana, J. (2014.) *Qualitative Data Analisis, A Methods Sourcebook*, Edition 3. USA : Sage Publications. Terjemahan Tjetjep Rohidin Rohidi, UI-Press.
- Lexy, J Moleong. (2008) *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Poerwandari, E. K. (2001). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Edisi Revisi. Lembaga pengembangan sarana. Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) UI.
- Patton, M. Q. 1990. *Qualitative Evaluation and Research Methods*. Newbur Park:Sage Psikologi Sosial Vol.1, No.32-47
- Smith, J. A. (2009). *Psikologi kualitatif. Panduan praktis riset*. Diterjemahkan Budi Santosa. S.Psi. Pustaka Pelajar.