

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ketidakseimbangan antara pertumbuhan penduduk dan ketersediaan lapangan pekerjaan dapat menjadi tantangan besar bagi perkembangan ekonomi Indonesia. Dengan jumlah penduduk Indonesia yang semakin bertambah namun tidak dimbangi dengan penyediaan lapangan pekerjaan yang signifikan, dapat memaksa penduduk yang berusia produktif untuk mencari alternatif lain dalam mencari lapangan pekerjaan sebagai bentuk untuk memenuhi kebutuhan hidup. Pada tahun 2013-2019, menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa jumlah pencari kerja di Indonesia seringkali tidak seimbang dengan lowongan kerja yang tersedia, yang dimana jumlah pencari kerja satu hingga dua kali lipat lebih banyak dari lowongan kerja yang ada. Maka dari itu, dengan rendahnya lowongan pekerjaan yang tersedia dan semakin meningkatnya jumlah pencari kerja tersebut beserta dengan tuntutan ekonomi yang semakin tinggi mengakibatkan semakin sedikitnya peluang untuk dapat mencapai tingkat kehidupan yang lebih baik di Indonesia

Dari data World Bank tahun 2024 menunjukkan bahwa kelompok miskin dan rentan di Indonesia mencapai 61.8% dari total penduduk apabila dibandingkan dengan data negara-negara lain di ASEAN seperti negara Malaysia, Philipipines, Thailand, dan Vietnam, Indonesia masih dapat dikatakan tertinggal bahkan pendapatan rata-rata para pekerja masyarakat Indonesia cenderung mengalami kesenjangan apabila dibandingkan dengan negara-negara lain. Dari hal tersebut mengakibatkan keinginan para pekerja yang berada di Indonesia untuk bermigrasi dan mencari kerja ke luar negeri dengan janji serta jaminan gaji yang lebih besar dalam memenuhi kebutuhan hidup keluarganya.

Dari para pekerja tersebut kemudian dikenal dengan istilah Tenaga Kerja Indonesia (TKI) atau Tenaga Kerja Wanita (TKW) untuk para perempuan-perempuan yang bermigrasi atau bekerja di luar negeri, selain itu juga dapat disebut sebagai Pekerja Migran Indonesia (PMI).

Menurut Undang-Undang Nomor 18 tahun 2017 tentang Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (UU PMI) Pasal 1 ayat 2, Pekerja Migran Indonesia (PMI) adalah setiap warga negara Indonesia yang akan, sedang atau telah melakukan pekerjaan dengan menerima upah diluar wilayah Republik Indonesia (Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2017, 2017).

Dari data Bank Indonesia (BI), negara Malaysia menjadi salah satu negara tujuan utama Pekerja Migran Indonesia pada tahun 2021. Berdasarkan data terbaru dari Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) per tahun 2024, terdapat beberapa negara tujuan beserta jumlah PMI yang diberangkatkan diantaranya yaitu Hong Kong 53.608, Taiwan 44.920, Malaysia 32.706, Korea Selatan 10.191, Jepang 4.927, Singapura 2.000, Arab Saudi 2.000, dll. Dari data tersebut terlihat bahwa Malaysia menjadi urutan ketiga sebagai negara tujuan terbanyak bagi para PMI setelah Hong Kong dan Taiwan (BP2MI, 2024). Menurut BNP2TKI, Malaysia menduduki peringkat pertama sebagai negara tujuan pertama bagi imigran Indonesia. Di antara 2,7 juta pekerja migran asal Indonesia di Malaysia tercatat terdapat 1,6 juta pekerja yang melalui jalur resmi atau reguler, dan sisanya adalah pekerja migran non-reguler yang biasanya bekerja dalam sektor rumah tangga ataupun konstruksi, dan pertanian (IOM Indonesia, 2023).

Salah satu wilayah di Malaysia yang menjadi tujuan utama oleh para PMI yaitu Sabah yang terletak di bagian Malaysia Timur (Agustian,2022). Adapun alasan bagi para pekerja migran memilih untuk merantau ke Malaysia tepatnya di Sabah adalah karena Malaysia memiliki pertumbuhan ekonomi yang lebih tinggi daripada Indonesia sehingga dapat dijadikan sebuah kesempatan untuk mendapatkan penghasilan. Kebanyakan dari mereka bekerja di sektor-sektor yang dianggap "tidak membutuhkan keterampilan" seperti perkebunan kelapa sawit, pekerjaan rumah tangga, dan juga konstruksi sementara wilayah Sabah yang berbatasan daratan dengan Kalimantan dan jaraknya yang dekat menjadi salah satu faktor penyebab banyaknya TKI atau PMI yang mengadukan nasib ke negeri jiran (Putri, 2023).

Fenomena ini tidak terlepas dari perbedaan dalam pembangunan ekonomi, sehingga dapat mendorong penduduk di negara berpendapatan rendah dan sederhana untuk berhijrah atau berpindah ke negara yang lebih mewah untuk mencari peluang pekerjaan yang lebih baik dan berhasil mendapatkan pendapatan yang lebih tinggi (Mahadi dkk, 2019). Dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa para migran yang merantau bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga mereka karena kondisi ekonomi di kampung halaman yang tidak mendukung sehingga mereka merantau dan memilih meningkatkan kesejahteraan keluarga di perantauan, salah satunya yaitu di Sabah. Selain itu, faktor ekonomi yang sulit di kampung halaman mendorong banyak migran untuk merantau, mencari pekerjaan dengan pendapatan lebih tinggi. Hal tersebut dilakukan demi meningkatkan kesejahteraan keluarga mereka, meskipun terkadang mereka harus menempuh jalur yang ilegal karena keterbatasan ekonomi atau akses yang sulit ke jalur legal.

Dari hal tersebut menjadi salah satu ketertarikan bagi imigran Indonesia karena peluang ekonomi Malaysia yang jauh lebih baik. Secara perekonomian, warga negara Malaysia dapat dikatakan lebih sejahtera apabila dibandingkan dengan Indonesia. Hal ini dapat dilihat melalui adanya perbandingan pendapatan per kapita dari kedua negara tersebut. Adapun Pendapatan Domestik Bruto (PDB) per kapita Indonesia pada tahun 2024 yaitu mencapai \$4.960 sedangkan Malaysia memiliki pendapatan perkapita yang lebih tinggi yaitu mencapai \$14.420 yang dimana hampir tiga kali lipat lebih tinggi jika dibandingkan dengan Indonesia. (PDB, 2024).

Selain faktor ekonomi, faktor sosial dan budaya dapat dijadikan sebagai pendorong bagi warga Indonesia yang ingin bermigrasi ke Malaysia. Dengan bahasa Melayu yang digunakan Malaysia dapat membuat warga Indonesia menjadi tertarik untuk ke Malaysia dikarenakan bahasa yang digunakan tidak terlalu jauh berbeda dengan Bahasa Indonesia. Hal tersebut dapat membuat para imigran mudah untuk beradaptasi. Selain itu, tentunya terdapat faktor geografis yang dimana letak ataupun jarak antara Indonesia dengan Malaysia yang cukup dekat apabila dibandingkan dengan negara tujuan migrasi lainnya. Malaysia merupakan negara tetangga Indonesia yang berbatasan dengan pulau Kalimantan sehingga hal tersebut

dapat mempermudah dan terjangkau bagi proses migrasi dari Malaysia dan Indonesia.

Berdasarkan data dari Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) pada tahun 2023, terdapat sekitar 60% dari seluruh Pekerja Migran Indonesia (PMI) adalah Perempuan atau biasa dikenal dengan sebutan TKW atau Tenaga Kerja Wanita. Tenaga Kerja Wanita merupakan sebutan bagi para warga Indonesia yang bekerja di luar negeri dalam jangka waktu tertentu serta mendapatkan upah. Banyak wanita yang memilih menjadi TKW dengan alasan untuk membantu keluarga mereka dalam mencari atau memperbaiki kondisi ekonomi mereka. Tenaga Kerja Wanita adalah aset negara yang dapat menyumbang kepada pembangunan negara, pada masa yang sama wanita bekerja dapat menambah pendapatan isi rumah dan meningkatkan kesejahteraan dan kualiti hidup keluarga (Adnan, 2024).

Pada umumnya, para PMI termasuk TKW di Malaysia bekerja di berbagai sektor, bagi tenaga kerja asing yang terdidik umumnya bekerja di Semenanjung Malaysia bagian barat. Sedangkan tenaga kerja yang tidak terdidik lebih banyak bekerja di sektor seperti asisten rumah tangga, perkebunan, pertanian, dan konstruksi yang letaknya berada di Malaysia bagian timur yaitu Sabah dan Sarawak (Sholina, 2022). Sehingga, di daerah kunak yang merupakan salah satu daerah di Sabah, sebagian besar pekerja asing atau PMI termasuk TKW yang berada disana bekerja di sektor perkebunan, khususnya perkebunan kelapa sawit yang dimana perkebunan kelapa sawit di Sabah menjadi salah satu sumber pendapatan utama bagi para TKI/TKW dan juga keluarganya.

Tenaga Kerja Wanita di Malaysia tidak hanya terdiri dari perempuan yang masih lajang, tetapi juga banyak yang sudah berkeluarga dan tinggal bersama anak serta suaminya. Bahkan ada TKW yang menjadi ibu tunggal (*single parent*) yang menghidupi anaknya sendiri, maupun mereka yang hidup berjauhan dari pasangan atau suaminya. Seperti yang ditemukan dalam salah satu studi terhadap pekerja rumah tangga migran di Malaysia bahwa dari sampel pekerja migran Indonesia dan Filipina terdapat sekitar 33% PMI sudah menikah, dan 13% diantaranya adalah janda/*single mother* yang memiliki anak (Spitzer et al., 2019).

Meskipun mereka yang tinggal bersama suaminya, banyak perempuan yang tetap harus bekerja dan menjadi TKW untuk memenuhi kebutuhan hidup meskipun

tidak selalu berperan sebagai pencari nafkah utama dalam keluarga (Prayitno & Maulia, 2024). Dari adanya tekanan ekonomi yang dimana hal tersebut menjadi faktor pendorong karena penghasilan suami mungkin tidak mencukupi untuk memenuhi semua kebutuhan keluarga sehingga istri merasa perlu untuk ikut serta dalam mencari nafkah. Oleh karena itu peran ganda tersebut dapat menimbulkan konsekuensi yang tinggi karena para perempuan yang bekerja sekaligus menjadi ibu rumah tangga harus membagi waktu sehingga seringkali kedua hal tersebut saling bertabrakan. Kondisi ini yang pada akhirnya menambah tekanan bagi mereka untuk menyeimbangkan kedua peran tersebut.

Seperti yang banyak ditemukan di Sabah, para perempuan yang menjadi TKW seringkali bekerja sebagai buruh di perkebunan kelapa sawit dengan jam kerja yang panjang serta pekerjaan fisik yang berat. Pekerjaan ini sangat dominan dilihat dari perekonomian Sabah yang sangat bergantung pada sektor perkebunan, terutama kelapa sawit dan para PMI pada umumnya bekerja di sektor-sektor informal seperti ladang-ladang perkebunan kelapa sawit dan pekerja pabrik (Agustian, 2022). Namun, setelah menyelesaikan pekerjaan di ladang, mereka harus menjalankan peran domestik seperti mengurus rumah tangga, memasak, mencuci, dan mengasuh anak. Pembagian waktu dan energi antara tuntutan pekerjaan dan tanggungjawab keluarga ini seringkali saling bertabrakan sehingga dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental. Konsekuensi dari adanya peran ganda ini sangat tinggi, sebagaimana dibuktikan oleh Wardani et al. (2025) yang menemukan bahwa konflik peran ganda berdampak pada kelelahan fisik, stres emosional, menurunnya kualitas hubungan keluarga serta penurunan produktivitas kerja.

Dalam konteks perempuan pekerja, terutama mereka yang berstatus sebagai Tenaga Kerja Wanita (TKW) diluar negeri, kompleksitas peran gandanya semakin meningkat. Terlebih bagi mereka para TKW yang menjadi *single parent* atau jauh dari suami. Mereka tidak hanya berperan sebagai ibu yang bertanggungjawab atas pengasuhan, pendidikan, dan kasih sayang pada anak, tetapi juga mereka mengambil alih fungsi ayah sebagai kepala keluarga. Mereka menjadi satu-satunya sumber nafkah untuk diri mereka sendiri dan juga anak-anaknya, serta mereka juga harus menanggung beban finansial penuh tanpa dukungan langsung dari pasangan.

Hal ini seringkali mendorong mereka untuk bekerja lebih keras bahkan dalam waktu yang lebih lama, sehingga terkadang mereka mengorbankan waktu istirahat atau kesenangan pribadi. Secara umum, konflik peran ganda pada perempuan pekerja, menunjukkan bahwa mereka menghadapi tantangan besar dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan keluarga. Sehingga hal tersebut seringkali menimbulkan tekanan psikologis dan berdampak negatif pada kesehatan fisik maupun mental, produktivitas kerja, dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Menurut Adams, dkk (1996) tekanan psikologis dalam peran ganda disebut konflik peran ganda (*work family conflict*) yaitu ketidakmampuan bagi seorang untuk menghadapi suatu situasi kejadian stimulan (bersamaan) dari dua atau lebih tuntutan peranan, dimana situasi yang satu menghalangi situasi yang lainnya. Konflik peran ialah situasi dimana seseorang harus berhadapan dengan tuntutan ataupun peran dalam hidupnya, seperti pekerjaan dan keluarga. Sama halnya seorang perempuan yang mengalami tuntutan pekerjaan sebagai seorang TKW yang harus mencari nafkah dan juga harus bertanggung jawab atas perannya sebagai seorang ibu.

Sebagai seorang ibu, mereka tentunya bertanggung jawab atas pengasuhan, pendidikan, dan kasih sayang terhadap anak-anak mereka. Namun, disisi lain sebagai kepala keluarga mereka juga menjadi satu-satunya sumber nafkah bagi dirinya dan juga anaknya. Sehingga hal ini dapat menuntut kemampuan yang luar biasa dalam menyeimbangkan antara pekerjaan dan tanggung jawab keluarga. Hal ini menjadi tantangan yang tentunya cukup berat dan seringkali menimbulkan konflik peran ganda yang kompleks. Tuntutan pekerjaan yang memerlukan waktu dan energi besar, seringkali berbenturan dengan kebutuhan anak akan kehadiran dan juga perhatian dari seorang ibu.

Seperti yang terjadi di Kunak, Sabah, Malaysia, tidak sedikit para TKW yang terpaksa menitipkan anaknya di tempat penitipan anak atau biasa disebut dengan "*kandang budak*" yang dimana tempat tersebut merupakan tempat penitipan anak bagi mereka yang bekerja (Ratri, 2018). Hal tersebut terjadi karena beberapa dari mereka tidak memiliki keluarga maupun orang terdekat yang bisa membantu dalam pengasuhan karena jarak yang jauh dari keluarga. Selain itu,

beberapa dari mereka membawa anaknya ke tempat kerja seperti di perkebunan kelapa sawit. Bahkan tidak jarang, anak-anak mereka yang masih dibawah umur dipekerjakan sebagai pemetik buah untuk membantu orang tua mereka bekerja karena tekanan ekonomi yang mengharuskan mereka ikut serta dalam bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga (Ayyuby, 2025). Sedangkan, dari yang diketahui bahwa mempekerjakan anak dibawah umur secara tegas dilarang oleh hukum di Indonesia maupun di Malaysia. Dari hal tersebut, dapat berdampak buruk tidak hanya bagi kesejahteraan ibu, tetapi juga berdampak pada tumbuh kembang anak mereka secara emosional maupun sosial karena kurangnya keterlibatan orang tua terutama ibu.

Dalam konteks ini, penelitian ini secara spesifik memfokuskan pada TKW yang memiliki anak berusia maksimal 11 tahun. Rentang usia ini diambil berdasarkan pertimbangan karena pada usia tersebut anak berada pada masa pra-remaja sehingga anak masih sangat membutuhkan perhatian dan keterlibatan langsung dari orang tuanya terutama ibu. Menurut teori perkembangan kognitif Jean Piaget, anak usia 7-11 tahun berada dalam tahap operasi konkret (Bawono, 2021). Pada usia ini mereka mulai mengembangkan pemikiran logis namun masih sangat membutuhkan bimbingan konkret dari orang tua untuk memahami dunia dan memecahkan masalah. Sampai usia kurang lebih 11 tahun, mereka umumnya masih bergantung pada dukungan guru atau orang dewasa untuk menyelesaikan berbagai tugas, sementara setelah melewati usia tersebut anak mulai berusaha lebih mandiri dalam memenuhi tanggungjawabnya (Yusuf, 2019). Konflik peran ganda yang dialami ibu, yang dimana seringkali memiliki keterbatasan waktu dan energi dapat berpotensi dalam mengganggu pemenuhan kebutuhan anak dan pada akhirnya dapat berdampak negatif pada tumbuh kembang anak.

Meskipun anak usia diatas 11 tahun mulai menunjukkan kemandirian dan mencari identitas diluar keluarga, mereka tetap membutuhkan dampingan orang tua terutama dalam memilih lingkungan sosial dan pertemanan yang sehat. Pada usia 11 tahun ke atas, anak memasuki tahap operasional formal, dimana operasi mental tingkat tinggi mulai berkembang. Pada periode ini mereka sudah dapat berhubungan dengan peristiwa-peristiwa hipotesis atau abstrak dan memecahkan

masalah melalui pengujian semua alternatif yang ada (Yususf, 2019). Namun, tingkat ketergantungan dan kebutuhan terhadap pengasuhan langsung pada anak dibawah 11 tahun akan jauh lebih tinggi, sehingga menjadikan mereka dalam kelompok yang lebih rentan terhadap dampak negatif dari konflik peran ganda yang dialami ibu. Oleh karena itu, fokus usia ini akan dapat memberikan gambaran yang lebih dalam mengenai kompleksitas tantangan yang dihadapi oleh TKW dalam menyeimbangkan peran dalam pekerjaan dan juga peran domestik.

Selain itu yang menjadi salah satu tantangan mereka sebagai TKW yaitu beberapa dari mereka yang bekerja tanpa dokumen resmi karena persyaratan imigrasi Malaysia yang rumit dan juga mahal. Dari hal itu membuat hidup mereka menjadi sangat rentan sehingga mereka seringkali menjadi sasaran penggerebekan, penahanan, dan bahkan deportasi berulang kali (Ayubby, 2025). Dari kasus tersebut, mereka harus selalu berwaspada terutama pada saat ada operasi dadakan dari pihak imigrasi atau polisi Malaysia. Kebanyakan dari mereka harus bersembunyi demi menghindari penangkapan, penahanan atau bahkan di deportasi. Tekanan tersebut tentunya menambah beban psikologis karena adanya rasa cemas, perasaan tidak tenang, rasa was-was yang membuat mereka merasakan ketegangan. Hidup dengan kondisi seperti itu tentunya akan menambahkan beban psikologis yang sudah mereka tanggung sebelumnya akibat tekanan peran ganda sebagai TKW atau pekerja dan juga sekaligus menjadi kepala keluarga untuk anak-anak maupun keluarganya.

Menurut Greenhaus dan Beutell (1985), konflik peran ganda dapat muncul dalam tiga bentuk diantaranya yaitu *time based conflict* (konflik waktu), *Strain based conflict* (konflik tekanan emosional), dan *behaviour based conflict* (konflik perilaku). Ketiga bentuk konflik tersebut kemungkinan besar dapat terjadi secara bersamaan pada TKW terutama yang berstatus *single parent*. Dengan jam kerja yang panjang dan juga tekanan pekerjaan yang menyebabkan mereka mengalami kelelahan fisik maupun emosional, serta kesulitan dalam menyesuaikan peran antara dunia kerja dan juga kehidupan keluarga.

Banyak perempuan indonesia yang merantau untuk mencari nafkah yang dimana mereka tidak hanya harus menyesuaikan diri dengan lingkungan dan

budaya kerja yang berbeda, tetapi juga menghadapi realitas atau kenyataan kehidupan sebagai ibu tunggal yang harus menjalankan peran ganda secara penuh. Dari berbagai tuntutan sebagai ibu dan juga pekerja yang dialami oleh para perempuan terutama yang menjadi TKW dapat membuat mereka kurang dalam beristirahat dan dapat mengurangi kesejahteraan psikologi mereka. Hal tersebut dapat menimbulkan kurangnya kualitas tidur yang baik, gangguan kesehatan fisik dan juga mental. Sehingga mereka perlu untuk mencari keseimbangan antara pekerjaan, peran, dan juga waktu istirahat yang cukup agar dapat menjaga kesehatan dan agar tetap dapat menjalankan peran-peran tersebut secara optimal.

Hal tersebut dapat dilihat atau diperkuat dari penelitian sebelumnya dari Muhlifah Darwis dkk, (2021) yang mengungkapkan bahwa pekerja wanita yang mengalami konflik peran ganda cenderung menghadapi peningkatan stres, penurunan energi, serta gangguan kesehatan fisik dan mental sehingga dapat menunjukkan bahwa konflik peran ganda memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan juga fisik. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa sekitar 67,57% pekerja wanita yang diteliti mengalami konflik peran ganda yang secara langsung memengaruhi kinerja mereka.

Selain itu, riset yang telah dilakukan oleh Intan Kumala Sari, dkk (2021) menunjukkan bahwa konflik peran ganda dapat meningkatkan tekanan kerja yang pada akhirnya berdampak negatif pada produktivitas dan kesejahteraan individu. Maka dari itu, penting bagi para TKW untuk mendapatkan dukungan yang memadai, baik dari keluarga maupun pemberi kerja agar dapat mengelola konflik peran ganda secara efektif.

Dari fenomena peran ganda yang dialami oleh Pekerja Migran Indonesia (PMI), khususnya Tenaga Kerja Wanita (TKW) dapat menjadi sebuah topik yang penting untuk dieksplorasi dalam konteks sosial, ekonomi dan tentunya psikologis. Para TKW biasanya dihadapkan dengan konflik karena peran mereka sebagai pekerja dan juga sebagai ibu. Terutama bagi mereka yang menjadi TKW sekaligus berstatus sebagai ibu tunggal yang dimana mereka harus memenuhi kebutuhan hidup keluarga, tetapi juga dihadapkan dengan situasi dimana mereka harus membuat keputusan-keputusan penting mengenai dimana atau siapa yang akan

menjaga anak mereka dan bagaimana membagi waktu secara efektif. Dalam hal ini, perempuan tidak hanya dilihat dari sisi seorang ibu rumah tangga yang mendampingi anaknya, tetapi juga sebagai peran utama dalam rumah tangga yang sekaligus mengambil peran ayah untuk memenuhi kebutuhan secara ekonomi, perlindungan maupun pengambilan keputusan dalam keluarganya.

Ditempat kerja tepatnya dipekerbunan kelapa sawit, mereka seringkali dihadapkan dengan beban kerja yang berat dan jam kerja yang panjang. Rata-rata mereka bekerja 10 jam per hari, dari mulai pukul 5 pagi untuk apel (*polling*) dan mendengar arahan atau masukan dari atasan (Yuli, 2023). Kondisi ini diperparah dengan perubahan tugas dengan secara tiba-tiba. Informasi ini didapatkan setelah penulis melakukan wawancara singkat melalui WhatsApp dengan salah satu TKW yang berada di Sabah pada tanggal 07 Maret 2025.

"iya, kerja kami di ladang ni memang berat bah, satu hari tu kadang lebih dari lapan jam kami kerja. Bayangkanlah kerja panas-panasan, belum lagi bos tu kadang bikin geram orang lagi pom rumput tiba-tiba syak kasih info disuruh pigi buang baja atau pungut biji. Memang bikin stres lah sebab penat bah kan tapi apa boleh buat memang begitu sudah resikonya kalau orang cari duit apalagi kita ni yang kerja di ladang, kena sabar saja lah"

"iya, pekerjaan kami di ladang memang berat. Dalam sehari, kami biasanya kerja lebih dari delapan jam. Bisa dibayangkan kerja dibawah panas matahari dan terkadang kami mendapatkan perubahan tugas secara tiba-tiba dari atasan, misalnya lagi racun rumput tiba-tiba diminta untuk membuang pupuk atau mengumpulkan biji-biji sawit. Hal tersebut tentunya sangat melelahkan dan dapat menyebabkan stres, tetapi kami tidak punya banyak pilihan. Resiko seperti ini memang sudah menjadi bagian dari kehidupan para pekerja di ladang yang sedang mencari uang, kami hanya perlu bersabar".

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa TKW yang bekerja dengan pekerjaan yang berat, dan juga tekanan dalam melaksanakan perubahan tugas dengan secara tiba-tiba dapat membuat seseorang merasakan stress, namun hal tersebut tetap dijalani karena hal tersebut sudah menjadi resiko dalam pekerjaannya.

"Dalam bagi masa ni kadang-kadang susah lah juga, bila balik rumah lepas kerja, masih kena urus rumah lagi, mengemas sana sini, cuci piring, cuci baju, memasak, urus budak-budak, terus kadang juga bantu budak belajar kalau ada pr nya dari sekolah. Sebenarnya kita ni perempuan pening bah juga sebab macam mau dibilang semua pekerjaan tu kita yang buat. Penat tu memang penatlah sebab masa untuk diri sendiri pun hampir dibilang tiada bah kan, tapi demi keluarga, jalani saja la yang penting budak-budak tu senang, suami senang, kita pun ikut senang lah juga"

”Dalam kehidupan sehari-hari, terkadang sulit untuk mengatur waktu dengan baik. Ketika pulang kerja, masih ada tanggung jawab rumah tangga yang harus dilakukan seperti membersihkan rumah, mencuci piring, mencuci pakaian, memasak dan juga mengurus anak-anak. Selain itu harus membantu anak jika mereka memiliki pekerjaan rumah dari sekolahnya. Kita sebagai perempuan, beban pekerjaan seperti ini biasanya terasa berat karena hampir semua tugas rumah tangga itu menjadi tanggung jawab kita. Rasa lelah yang tentunya tidak bisa dihindari, bahkan waktu untuk diri sendiri pun hampir tidak ada. Tapi, demi keluarga semuanya harus tetap dijalani yang terpenting adalah anak-anak merasa senang, kita pun ikut merasakan senang”

Disisi lain, peran mereka sebagai ibu maupun istri yang menuntut untuk memberikan perhatian dan waktu untuk keluarganya yang dimana mereka para TKW harus memastikan bahwa keperluan maupun kebutuhan anak-anak terpenuhi. Dengan keterbatasan waktu dan tenaga dapat membuat mereka kesulitan dan menjadi kendala dalam menyeimbangkan kedua peran tersebut.

Menurut Greenhaus & Beutell (1985) menyatakan bahwa konflik peran ganda (*Work Family Conflict*) yaitu suatu tekanan atau ketidakseimbangan peran antara peran dalam pekerjaan dengan peran didalam keluarga. Dengan jam kerja yang cukup lama dan juga beban kerja yang berat dapat menjadi sinyal akan terjadinya konflik dalam pekerjaan dan keluarga, karena waktu dan tenaga yang berlebihan terhadap pekerjaan dapat mengakibatkan kurangnya waktu dan juga energi yang dapat digunakan dalam melakukan aktivitas-aktivitas keluarga.

Pada saat mereka mengalami kesulitan atau kendala-kendala tersebut, maka akan terjadinya konflik peran ganda yang dapat menyebabkan mereka merasakan stres karena beban pekerjaan dan juga adanya tekanan dalam menjalankan peran ganda yang dimana hal tersebut bisa menjadi dampak negatif pada kesehatan fisik maupun mental mereka para TKW. Dengan kelelahan yang berkelanjutan, kurang tidur, dan juga tekanan emosional dapat mengganggu kesejahteraan mereka. Apalagi jika mereka yang tinggal di daerah terpencil, maka akan kesulitan dan seringkali terbatas dalam mengakses layanan kesehatan.

Berdasarkan dari penjabaran diatas penting untuk memahami bagaimana gambaran konflik peran ganda TKW di Kunak sebagai pekerja dan sebagai ibu rumah tangga sehingga peneliti tertarik mengangkat judul **“Konflik Peran Ganda pada Tenaga Kerja Wanita Indonesia di Kunak, Sabah, Malaysia”**

1.2 Siginifikansi Penelitian

Adapun urgensi dari penelitian ini yaitu bahan atau kritik pada penelitian sebelumnya, sehingga hal ini dapat mencakup pada kelebihan maupun kekurangan yang ada dalam penelitian sebagai bahan pembandingan dalam penelitian yang dilakukan. Kajian penelitian harus relevan dengan masalah atau topik permasalahan yang diteliti atau memiliki kerangka teoritik yang sesuai. Dalam penelitian ini, peneliti memilih Sabah dengan konteks tersebut karena pertama, Sabah merupakan salah satu wilayah tempat tujuan PMI terbanyak di Malaysia termasuk TKW. Kedua, dari sisi psikologis tekanan hidup TKW terutama bagi mereka yang *single parent* lebih berat karena keterbatasan jaringan dukungan sosial dan jauhnya jarak dari keluarga sehingga dapat memicu munculnya stres berkepanjangan, kecemasan, rasa bersalah, konflik peran ganda yang berdampak pada kestabilan emosional dan juga kesehatan mental secara umum. Dan ketiga, karena penelitian mengenai TKW terutama mereka yang *single parent* maupun yang jauh dari keluarga dalam menghadapi konflik peran ganda di wilayah Sabah, Malaysia tepatnya di kunak masih sangat minim.

Dampak-dampak dari peran ganda pada wanita menjadi sebuah perhatian dalam berbagai penelitian sebelum-sebelumnya. Wanita yang menjalani peran ganda baik dalam ranah domestik maupun ranah publik, tidak jarang menimbulkan konflik peran yang dapat berdampak pada kesehatan mental, kapasitas kerja, dan keseimbangan hidup. Dari hal tersebut dapat memperkuat adanya penelitian-penelitian mengenai konflik peran ganda, khususnya pada penelitian ini dengan konteks Tenaga Kerja Wanita Indonesia yang berada di luar negeri.

Terdapat beberapa dampak dari peran ganda seperti adanya tekanan psikologis akibat ketidakseimbangan atau kesulitan antara tanggungjawab pekerjaan dan juga rumah tangga, kesulitan dalam mengatur waktu, dan juga kurangnya dukungan sosial dari pasangan keluarga atau orang terdekat. Hal ini di dukung oleh penelitian sebelumnya dengan judul “Konflik peran ganda pada dosen Wanita” yang diteliti oleh Ana Merdekawaty, Fatmawati, dan Ardiyansyah di tahun 2022. Mendapatkan hasil bahwa dosen Wanita dengan peran ganda berpotensi mengalami konflik peran. Konflik yang terjadi diantaranya ada tumpang tindih

antara tugas pekerjaan dengan tugas rumah tangga. Kurangnya kemampuan dalam menyeimbangkan antara karir dan rumah tangga seperti kurang mampunya mengatur waktu, tidak adanya kemampuan pengaturan peran yang baik, serta kurang adanya dukungan dari pasangan atau keluarga.

Selanjutnya dengan adanya peran ganda maka dapat menimbulkan dampak pada wanita seperti menurunnya kapasitas atau performa kerja terutama pada saat tekanan dari tanggungjawab di dalam rumah tangga terbawa ke lingkungan kerja. Hal ini di dukung pada jurnal kedua, merupakan penelitian yang dilakukan oleh Hastuti Mulang pada tahun 2024 dengan judul penelitian “Dampak Konflik Peran Ganda Terhadap Performa Karyawan Wanita (Studi di Salah Satu Perusahaan di Kota Makassar). Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa aktivitas peran ganda pekerja mencakup tanggung jawab rumah tangga dan tugas pekerjaan. Dampak dari peran ganda ini memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap performa karyawan. Semakin tinggi Tingkat konflik peran yang dirasakan, maka performa karyawan akan terpengaruh secara negatif.

Kemudian dampak dari konflik peran ganda yaitu munculnya dilema dan pengorbanan peran ketika lebih dari satu tanggungjawab datang bersamaan. Wanita seringkali mengorbankan salah satu perannya untuk menuntaskan peran lainnya. Hal ini di dukung dengan penelitian ketiga yang dilakukan oleh Maharani, Elma Prastika (2019) dengan judul “Konflik peran ganda Wanita karier” dengan menggunakan metode penelitian kualitatif ditemukan hasil bahwa Wanita berperan ganda mengalami konflik. Konflik peran ganda pada Wanita karier terjadi karena adanya tumpang tindih antara tugas dalam pekerjaan kantor dan mengurus rumah tangga sehingga haarus mengorbankan salah satu tugas Ketika terjadi permasalahan dalam satu waktu.

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian diatas menunjukkan bahwa konflik peran ganda cenderung memberikan dampak negatif terutama pada Wanita yang bekerja sekaligus menjadi ibu rumah tangga. Dari hal tersebut dapat menimbulkan sebuah tekanan peran dari pekerjaan dan juga lingkungan keluarga yang akan memunculkan adanya sebuah konflik peran ganda sehingga peran keluarga dan juga pekerjaan sama-sama membutuhkan perhatian.

1.3 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka fokus penelitian yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran konflik peran ganda Tenaga Kerja Wanita Indonesia di Kunak, Sabah, Malaysia?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari paparan fokus penelitian diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran konflik peran ganda Tenaga Kerja Wanita Indonesia di Kunak, Sabah, Malaysia.

1.5 Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat baik secara teoritis maupun praktis :

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam pemahaman lebih lanjut tentang bagaimana gambaran konflik peran ganda TKW Indonesia di Malaysia dan juga dapat dijadikan sebuah referensi tambahan bagi perkembangan dalam pengetahuan akademis di bidang ilmu psikologi, agar peneliti selanjutnya dapat memahami dinamika konflik peran ganda secara lebih mendalam dan mengembangkan strategi yang efektif dalam mengelolanya.

1.5.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

a. Bagi Informan Penelitian (Tenaga Kerja Wanita Indonesia di Malaysia)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi informan penelitian mengenai pentingnya pengelolaan peran ganda secara lebih adaptif sesuai dengan kondisi dan keterbatasan yang dimiliki. Informan diharapkan dapat menetapkan prioritas utama antara peran kerja dan peran keluarga secara realistis, serta memahami bahwa tidak semua tuntutan peran dapat dipenuhi secara maksimal dalam waktu yang bersamaan. Kesadaran terhadap batas kemampuan diri penting untuk mengurangi rasa bersalah dan tekanan psikologis yang berlebihan. Selain itu, informan disarankan untuk memanfaatkan dukungan yang tersedia di lingkungan sekitar baik teman, sesama pekerja maupun jaringan sosial yang ada.

b. Bagi Pengelola dan Tempat Kerja Lainnya

Penelitian ini di harapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pengelola dan pihak tempat kerja dalam memberikan perhatian terhadap kondisi para pekerja, khususnya Tenaga Kerja Wanita. Penyediaan lingkungan kerja yang lebih nyaman dan aman, seperti pengaturan jam kerja yang lebih fleksibel serta adanya toleransi terhadap kebutuhan pengasuhan anak, diharapkan dapat membantu pekerja dalam menjalankan perannya.

c. Bagi Pemerintah dan Lembaga Terkait

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pemerintah dan lembaga terkait dalam upaya meningkatkan perlindungan terhadap Tenaga Kerja Wanita Indonesia di luar negeri. Perlindungan tersebut terutama berkaitan dengan status hukum serta kemudahan akses dalam pengurusan dokumen resmi. Adanya perlindungan hukum yang lebih baik diharapkan dapat mengurangi tekanan psikologis yang dialami pekerja akibat ketidakpastian status sebagai pekerja migran.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat membuka peluang untuk penelitian lanjutan dalam topik yang terkait, seperti analisis mendalam mengenai strategi yang efektif untuk mengatasi konflik peran ganda. Menyediakan dasar bagi penelitian selanjutnya dengan tema serupa di tempat yang lain agar dapat mengembangkan pendekatan yang lebih efektif dan spesifik dalam mendukung perempuan yang menghadapi tantangan konflik peran ganda tersebut.