



---

**KESEJAHTERAAN EMOSIONAL PEKERJA MIGRAN INDONESIA DALAM PERAWATAN LANSIA INFORMAL DI TAIWAN: SEBUAH PENDEKATAN NARATIF**

**Zafria Atsna\*, Meida Laely Ramdhani, Reni Purwo Aniarti, Umi Sholikha, Dedy Purwito**

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Dusun II, Sokaraja Kulon, Sokaraja, Banyumas, Jawa Tengah 53181, Indonesia

\*[zafriaatsna@ump.ac.id](mailto:zafriaatsna@ump.ac.id)

**ABSTRAK**

Pertumbuhan jumlah lansia di Taiwan menyebabkan meningkatnya kebutuhan terhadap tenaga perawat informal, yang sebagian besar dipenuhi oleh Pekerja Migran Indonesia (PMI). Meski menawarkan peluang ekonomi, kondisi kerja sebagai live-in caregiver menimbulkan berbagai tantangan, seperti tekanan emosional, isolasi sosial, dan keterbatasan perlindungan hukum. Penelitian ini bertujuan menggambarkan pengalaman kesejahteraan emosional PMI di sektor perawatan informal lansia di Taiwan, menggunakan pendekatan naratif. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan narrative inquiry. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur terhadap tiga partisipan perempuan yang dipilih secara purposif, masing-masing memiliki pengalaman kerja minimal satu tahun. Analisis dilakukan dengan pendekatan tematik reflektif, mencakup lima dimensi kesejahteraan: emosional, sosial, spiritual, fisik, dan struktural. Penelitian ini menunjukkan bahwa PMI menghadapi tekanan psikososial kompleks, tetapi menunjukkan ketahanan melalui strategi koping spiritual, makna kerja, serta relasi interpersonal terbatas. Faktor struktural seperti relasi kuasa dengan majikan dan tidak adanya batas waktu kerja formal turut memengaruhi kesejahteraan emosional. Temuan ini menekankan pentingnya pelatihan pra-penempatan yang menyeluruh, penguatan dukungan komunitas, dan kebijakan bilateral yang menjamin perlindungan menyeluruh bagi pekerja migran.

Kata kunci: caregiver; kesejahteraan emosional; narasi; pekerja migran Indonesia; perawatan informal; taiwan

***EMOTIONAL WELL-BEING OF INDONESIAN MIGRANT WORKERS IN INFORMAL ELDERLY CARE IN TAIWAN: A NARRATIVE APPROACH***

***ABSTRACT***

*The rising elderly population in Taiwan has increased the demand for informal caregiving, a role largely filled by Indonesian Migrant Workers (PMI). While these jobs offer financial opportunities, live-in caregiving presents significant challenges, including emotional strain, social isolation, and weak legal protection. This study aims to explore the emotional well-being of Indonesian migrant caregivers in Taiwan's informal elderly care sector using a narrative inquiry approach. This qualitative study employed semi-structured in-depth interviews with three purposively selected female participants, each with at least one year of caregiving experience. Data were analysed using reflective thematic analysis across five dimensions of well-being: emotional, social, spiritual, physical, and structural. Findings: This research finding is PMI face complex psychosocial stressors but demonstrate resilience through spiritual coping, meaningful work interpretation, and limited interpersonal connections. Structural factors such as power dynamics with employers and undefined working hours significantly impact their emotional well-being. Conclusions: This study highlights the need for comprehensive pre-departure training, stronger community-based support, and bilateral policies that ensure holistic protection for migrant caregivers.*

*Keywords: caregiver; emotional well-being; indonesian migrant workers; informal care; narrative inquiry; taiwan*

## PENDAHULUAN

Peningkatan populasi lansia di Taiwan telah mendorong tingginya permintaan akan tenaga kerja perawatan informal, termasuk pekerja migran dari Indonesia yang bekerja sebagai *live-in caregiver* di rumah pasien (Weng et al., 2021). Untuk menjamin keselamatan dan kesejahteraan para pekerja migran Indonesia (PMI), Pemerintah Indonesia melalui BP2MI dan BP3MI berupaya memberikan perlindungan melalui asuransi sosial seperti BPJS Ketenagakerjaan. Namun dalam praktiknya, masih ditemukan berbagai kendala dalam klaim dan realisasi manfaat perlindungan tersebut, termasuk kurangnya pengawasan dan informasi yang memadai bagi para PMI mengenai hak-hak sosial mereka (Berlianti Berlianti et al., 2024).

Indonesia telah meratifikasi Konvensi Internasional Perlindungan Hak-Hak Pekerja Migran dan Anggota Keluarganya (ICMW 1990), pelaksanaan perlindungan bagi pekerja migran, khususnya yang bekerja di sektor informal seperti perawatan rumah tangga di Taiwan, masih belum optimal. Ketidakpastian hukum, lemahnya koordinasi antarlembaga, serta kurangnya akses terhadap bantuan hukum menjadikan PMI rentan terhadap eksploitasi, termasuk jam kerja yang panjang, pelecehan verbal, dan pemotongan upah secara sepihak (Bahdatul Nur Laili & Holid, 2024). Menurut data BP2MI yang dikutip oleh Ronaldo et al. (2020), Taiwan merupakan salah satu negara tujuan utama bagi Pekerja Migran Indonesia (PMI), terutama di sektor perawatan informal. Sekitar 70% dari PMI Indonesia di Taiwan bekerja sebagai *caregiver* di rumah tangga, tanpa batas waktu kerja yang jelas dan umumnya tanpa perlindungan kerja yang memadai. Hal ini diperparah oleh minimnya pelatihan sebelum keberangkatan dan lemahnya sistem pemantauan tenaga kerja migran oleh agen penyalur maupun pemerintah daerah (Ronaldo et al., 2020). Sistem kerja *live-in* dalam perawatan informal menyebabkan berbagai persoalan serius, seperti kelelahan kerja, stres, keterasingan sosial, dan gangguan psikologis akibat tekanan dari beban kerja tinggi dan isolasi dari komunitas sosial. Hambatan bahasa serta rendahnya kompetensi komunikasi dalam bahasa Mandarin atau Hokkien turut memperparah kondisi kerja dan kesejahteraan PMI di Taiwan. Situasi ini juga berdampak pada produktivitas dan kemungkinan konflik antara pekerja dengan pasien atau keluarga pasien (Bahdatul Nur Laili & Holid, 2024). Namun, terdapat upaya inovatif dalam pemberdayaan PMI, salah satunya melalui pelatihan *technopreneurship* bagi PMI aktif di Taiwan. Pelatihan ini bertujuan membekali mereka dengan keterampilan kewirausahaan untuk kehidupan pasca-migrasi, agar mereka lebih siap kembali dan mandiri secara ekonomi setelah masa kontrak berakhir. Pendekatan ini penting untuk memutus siklus kemiskinan dan ketergantungan terhadap kerja migrasi jangka panjang (Pratama et al., 2021).

Selain beban kerja yang berat dan tinggal bersama pasien selama 24 jam, pekerja migran Indonesia di sektor perawatan informal di Taiwan juga menghadapi tekanan emosional yang signifikan akibat keterbatasan akses terhadap layanan psikososial. Studi menunjukkan bahwa kendala seperti isolasi sosial, hambatan bahasa, dan kurangnya waktu fleksibel menjadi faktor utama yang menghambat akses terhadap layanan kesehatan mental dan sosial. Akibatnya, banyak pekerja mengalami stres berkepanjangan, kelelahan emosional, hingga depresi. Oleh karena itu, intervensi seperti pelatihan manajemen stres, penguatan dukungan komunitas, dan kebijakan layanan kesehatan yang inklusif sangat dibutuhkan untuk meningkatkan ketahanan psikologis mereka (Romadlona et al., 2024; Weng et al., 2021). Dengan latar belakang tersebut, maka penting untuk melakukan penelitian yang menggali secara mendalam pengalaman, tantangan, serta strategi adaptasi PMI sektor informal di Taiwan. Kajian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan kebijakan dalam hal perlindungan dan pemberdayaan pekerja migran, serta memperkuat sistem persiapan dan pelatihan sebelum keberangkatan agar kualitas kerja dan kesejahteraan PMI dapat ditingkatkan secara berkelanjutan.

## METODE

Penelitian ini merupakan studi kualitatif dengan pendekatan naratif (*narrative inquiry*). Pendekatan naratif memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi bagaimana individu membangun makna atas pengalaman hidupnya melalui interaksi sosial dan budaya di lingkungan mereka (Lima, 2023). Pendekatan ini dipilih karena mampu menangkap makna-makna subjektif yang dibentuk oleh Pekerja Migran Indonesia (PMI) dalam keseharian mereka—baik dalam hubungan dengan pasien lansia, keluarga pasien, maupun dalam konteks kerja dan sosial yang lebih luas. Fokus penelitian ini adalah untuk menggambarkan kompleksitas kesejahteraan dari berbagai dimensi: emosional, fisik, sosial, spiritual, dan struktural, sebagaimana dialami oleh caregiver migran asal Indonesia yang bekerja di sektor informal perawatan lansia di Taiwan.

Partisipan dalam penelitian ini adalah tiga PMI perempuan yang bekerja sebagai caregiver lansia di rumah tangga Taiwan. Kriteria inklusi meliputi: (1) memiliki pengalaman merawat lansia di Taiwan minimal satu tahun, dan (2) bersedia berpartisipasi secara sukarela dan terbuka. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive untuk memperoleh informasi mendalam, dengan jumlah ditentukan berdasarkan prinsip data saturasi. Berdasarkan hasil wawancara dengan tiga partisipan, peneliti memperoleh temuan yang berulang, menunjukkan bahwa data telah mencapai titik kejenuhan (Sugiyono, 2022). Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam semi-terstruktur. Peneliti terlebih dahulu menyusun kerangka topik wawancara berdasarkan dimensi kesejahteraan migran, kemudian mengembangkan pertanyaan terbuka untuk disampaikan kepada partisipan. Proses wawancara berlangsung secara fleksibel dan dilakukan dalam suasana nyaman serta mendukung keterbukaan naratif dari partisipan. Analisis data dilakukan dengan pendekatan tematik reflektif, berikut adalah langkah-langkahnya meliputi: (1) transkripsi verbatim wawancara, (2) pembacaan berulang untuk memahami konteks menyeluruh, (3) pengkodean terbuka terhadap unit makna penting, (4) pengelompokan kode menjadi tema dan subtema, dan (5) interpretasi berdasarkan perspektif multidimensi kesejahteraan (Robinson et al., 2024). Proses validasi data dilakukan melalui *member checking* dan diskusi antarpeleliti. Validitas diperkuat dengan konfirmasi terhadap partisipan mengenai hasil interpretasi, serta triangulasi antarpeleliti untuk memastikan kredibilitas dan konsistensi hasil.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesejahteraan emosional caregiver merupakan aspek krusial dalam praktik perawatan lansia, terutama bagi caregiver migran yang menghadapi berbagai tantangan di negara penempatan. Penelitian ini mengidentifikasi enam tema utama berdasarkan pengalaman para caregiver, yaitu: (1) Hubungan Emosional dan Dinamika Sosial dengan Lansia dan Keluarga, (2) Praktik Perawatan Lansia dan Tantangan Teknis di Lapangan, (3) Hambatan Bahasa dan Adaptasi Budaya, (4) Hak Dasar dan Kebebasan Pribadi, (5) Ketidaksiapan dan Minimnya Dukungan Institusional, serta (6) Sistem Kontrak dan Tantangan Finansial. Tema-tema ini mencerminkan kompleksitas peran caregiver dan pentingnya dukungan menyeluruh dalam menjaga kesejahteraan mereka.

### Tema 1: Hubungan Emosional dan Dinamika Sosial dengan Lansia dan Keluarga

Berdasarkan wawancara terhadap Pekerja Migran Indonesia (PMI), pengalaman menjadi informal caregiver dalam merawat lansia merasakan ikatan emosional yang erat dengan lansia yang dirawat. Hubungan emosional dapat menjadi sumber makna dalam pekerjaan mereka, namun juga dapat berpotensi menimbulkan kelelahan emosional, khususnya saat lansia mengalami penurunan fungsi kognitif atau krisis emosional. Salah satu partisipan menyampaikan:

*“Saya merasa lansia yang saya rawat seperti keluarga sendiri, suka tidak tegaan.”* (Partisipan 1)

Selain itu PMI juga merasakan, ketika lansia tidak menginginkan kehadiran mereka namun anak dan anggota keluarga lansia yang memperkejakan PMI sebagai informal caregiver, lansia merasa keebraadaan mereka hanya menjadi beban ekonomi untuk anak-anaknya, caregiver juga mengalami tekanan psikologis. Sebagaimana diungkapkan:

*“Kadang pasien menolak dirawat, katanya hanya menghabiskan uang saja. Itu membuat saya tertekan.”* (Partisipan 2)

Lebih lanjut, dukungan dari keluarga pasien terbukti sangat penting untuk menjaga ketenangan batin caregiver. Seperti disampaikan oleh partisipan:

*“Kalau pasien dan keluarganya baik, saya merasa lebih tenang dan tidak stres.”* (Partisipan 3)

Dengan demikian, hubungan interpersonal yang positif antara caregiver dan lansia maupun keluarganya dapat menjadi pelindung terhadap tekanan psikologis yang dihadapi sehari-hari.

## **Tema 2: Praktik Perawatan Lansia dan Tantangan Teknis di Lapangan**

Selain tantangan emosional, PMI juga menghadapi berbagai persoalan teknis dalam merawat lansia, khususnya yang memiliki kondisi medis seperti inkontinensia atau keterbatasan mobilitas. Misalnya, salah satu partisipan menjelaskan:

*“Lansia yang sudah mulai lupa itu misalnya dibilangi susah dan suka ngompol sembarangan.”* (Partisipan 1)

Hubungan emosional yang kuat memang dapat menjadi sumber motivasi, namun tanpa disertai strategi koping yang memadai, hubungan tersebut justru bisa berubah menjadi beban psikologis.

*“Pulang bekerja dari sini kalo missal waras jiwanya saja itu sudah bersyukur.”* (Partisipan 1)

Di sisi lain, keterlibatan langsung dalam proses perawatan di rumah sakit memberikan peluang belajar yang penting.

*“Misal kontrol ke RS kami ikut dan diajari cara merawatnya, seperti memindahkan pasien.”* (Partisipan 2)

Namun demikian, ketidaksiapan fisik dan minimnya alat bantu sering kali menyebabkan kelelahan berat.

*“Pasien yang tirah baring sangat berat untuk dimandikan jika sendirian sehingga pasien biasanya mandi satu minggu sekali.”* (Partisipan 1)

Kondisi ini mendorong caregiver untuk melakukan improvisasi dalam pemakaian alat dan bahan sesuai kemauan lansia. Oleh karena itu, selain keterampilan teknis, dibutuhkan juga dukungan peralatan dan pelatihan agar caregiver mampu memberikan perawatan secara layak tanpa mengorbankan kesehatan fisik dan mentalnya.

## **Tema 3: Hambatan Bahasa dan Adaptasi Budaya**

Kemampuan berkomunikasi dalam penguasaan bahasa mandarin menjadi tantangan awal bagi PMI, terutama dalam memahami bahasa dan dialek lokal yang digunakan oleh lansia dan keluarganya. Perbedaan bahasa ini menjadi sumber kesulitan dalam menyampaikan kebutuhan, mengikuti instruksi, hingga membangun kepercayaan. Seperti diungkapkan oleh salah satu partisipan:

*“Awalnya saya sulit memahami bahasa Mandarin, tapi lama-lama bisa, untuk keluarga yang asalnya dari desa bahasa Mandarinnya berbeda dan butuh belajar lebih di awal itu.”* (Partisipan 2)

Hambatan komunikasi ini tidak hanya mengganggu proses perawatan, tetapi juga menimbulkan stres emosional dan menurunkan kepercayaan diri. Maka dari itu, pelatihan bahasa serta pemahaman budaya lokal menjadi hal yang sangat krusial dalam meningkatkan kesiapan dan efektivitas kerja caregiver.

Selain hambatan bahasa, perbedaan latar belakang budaya juga turut menciptakan kesenjangan dalam praktik perawatan. Salah satu contoh yang cukup mencolok adalah kebiasaan hidup hemat yang dianut oleh sebagian masyarakat Taiwan. Nilai ini terkadang memengaruhi preferensi lansia dalam aktivitas sehari-hari, yang meskipun dimaksudkan untuk efisiensi, justru menambah tantangan bagi PMI dalam menjalankan tugasnya. Hal ini tercermin dalam pernyataan berikut:

*“Tisu yang sisi dua lembar itu kalau pakai suruh dibuka jadi dua, jadi satu lembar itu yang dipakai.”* (Partisipan 1)

Perbedaan budaya ini juga tampak dalam praktik kebersihan setelah buang air. Di Indonesia, penggunaan air adalah cara utama untuk membersihkan diri setelah buang air besar maupun kecil. Sebaliknya, di Taiwan, penggunaan tisu menjadi standar, dan bahkan penggunaannya pun dihemat sedemikian rupa. Bagi PMI penyesuaian terhadap kebiasaan ini tidak hanya menuntut fleksibilitas, tetapi juga dapat

menimbulkan ketidaknyamanan, terutama ketika nilai-nilai budaya asal berbeda secara signifikan dengan lingkungan kerja yang baru.

#### **Tema 4: Hak Dasar dan Kebebasan Pribadi**

Kebutuhan spiritual merupakan bagian penting dari kesejahteraan psikososial caregiver, terutama bagi pekerja migran yang jauh dari keluarga dan lingkungan asal. Salah satu partisipan menyampaikan:

*“Kalau misal mau ibadah diperbolehkan asalkan pekerjaannya sudah selesai.”* (Partisipan 2)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat toleransi dari pemberi kerja, pemenuhan kebutuhan spiritual masih bersyarat dan sangat tergantung pada situasi kerja. Padahal, aktivitas keagamaan berperan sebagai mekanisme koping positif yang dapat mengurangi stres dan meningkatkan keseimbangan emosional dalam kehidupan kerja caregiver.

#### **Tema 5: Ketidaksiapan dan Minimnya Dukungan Institusional**

Minimnya pelatihan pra-kerja menjadi persoalan serius dalam sistem perekrutan tenaga kerja internasional. Banyak caregiver diberangkatkan tanpa bekal teknis yang memadai, sehingga harus belajar secara langsung saat sudah berada di tempat kerja.

*“Sebelum berangkat, tidak ada pelatihan perawatan lansia dari agensi, jadi belajar langsung di tempat kerja.”* (Partisipan 3)

Selain itu, dukungan dari agensi sering kali tidak konsisten. Keputusan untuk membantu atau tidak sering kali tergantung situasi dan kebijakan sepihak.

*“Kalau majikan tidak cocok, agen bisa bantu pindah kerja, tapi tergantung situasi.”* (Partisipan 3)

Situasi ini menempatkan caregiver dalam posisi yang rentan secara hukum maupun emosional, tanpa kepastian perlindungan yang memadai dari institusi penyalur.

#### **Tema 6: Sistem Kontrak dan Tantangan Finansial**

Caregiver migran umumnya terikat pada sistem kontrak yang menyebabkan pemotongan gaji selama masa awal kerja, sebagai bentuk pelunasan biaya kepada agensi. Hal ini membuat caregiver berada dalam kondisi hutang yang menunda pencapaian stabilitas ekonomi.

*“Kalau masih kontrak dengan agen, gaji saya masih dipotong setiap bulannya.”* (Partisipan 1)

*“Di tahun pertama, saya masih mengembalikan biaya ke agen. Setelah lunas, baru terasa hasil kerja saya.”* (Partisipan 3)

Namun demikian, beberapa caregiver mencoba mengelola keuangan mereka dengan bijak melalui gaya hidup hemat.

*“Kalau hidup sederhana, bisa lebih mudah menabung dan kirim uang ke keluarga di Indonesia.”* (Partisipan 2)

Dengan demikian, sistem kontraktual yang diterapkan tidak hanya berpengaruh pada aspek finansial, tetapi juga berdampak langsung pada kesejahteraan psikologis dan otonomi pekerja migran.

### **1: Hubungan Emosional dan Dinamika Sosial dengan Lansia dan Keluarga**

Pekerja migran Indonesia (PMI) yang berperan sebagai *informal caregiver* di Taiwan merasakan ikatan emosional yang kuat dengan lansia yang mereka rawat. Ikatan ini tumbuh seiring dengan interaksi yang intens, berlangsung berulang kali, disertai kedekatan fisik dan tanggung jawab yang tinggi. Dalam konteks budaya Asia, nilai-nilai seperti kasih sayang dan penghormatan terhadap orang tua menjadi fondasi penting dalam praktik caregiving. Penelitian menunjukkan bahwa aspek positif dalam merawat lansia, terutama mereka yang mengalami demensia, dapat memperkuat ketahanan psikologis (resiliensi) caregiver, meskipun mereka menghadapi berbagai hambatan dalam menjalankan tugas tersebut (Duangjina et al., 2025).

Secara emosional, caregiver sering kali menjadi sumber dukungan utama bagi lansia, terutama mereka yang mengalami peristiwa besar dalam hidup seperti perceraian atau kehilangan pasangan. Dalam situasi

seperti ini, kehadiran caregiver bukan hanya penting dari sisi fisik, tetapi juga menjadi penyangga emosional yang signifikan. Dukungan sosial yang kuat terbukti mampu mengurangi dampak psikologis dari transisi hidup tersebut, walaupun lansia yang mengalami keterasingan atau hambatan akses terhadap dukungan formal tetap menghadapi tantangan besar (Dzando et al., 2025). Kualitas hubungan emosional dalam keluarga terbukti memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan mental lansia. Dukungan keluarga yang hangat, partisipasi dalam aktivitas sosial, dan sikap positif terhadap proses penuaan menjadi faktor pelindung terhadap stres dan depresi. Studi terbaru menunjukkan bahwa interaksi emosional yang positif dalam keluarga mendorong persepsi diri yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia secara keseluruhan (Wu et al., 2025).

Namun demikian, secara global, praktik caregiving tidak terlepas dari tekanan beban kerja dan tanggung jawab yang berat. Meskipun hubungan emosional sering menjadi sumber motivasi, beban psikososial yang ditanggung caregiver membutuhkan dukungan eksternal seperti kebijakan sosial yang inklusif dan layanan pendampingan yang memadai. Tanpa dukungan tersebut, kualitas hidup caregiver dapat menurun secara signifikan (Zhylybekova et al., 2024). Menariknya, tidak semua pengalaman caregiving berujung pada kelelahan emosional. Penelitian di India menemukan bahwa hubungan personal antara caregiver dan lansia justru dapat menjadi sumber makna hidup yang mendalam. Berdasarkan pendekatan model PERMA (Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, Accomplishment), pengalaman caregiving dapat menghadirkan pertumbuhan pribadi, rasa memiliki, dan pemahaman empatik. Nilai-nilai ini memperkaya kehidupan caregiver secara spiritual dan emosional, serta memberikan kontribusi positif terhadap kualitas hubungan dengan lansia (Mishra et al., 2023). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hubungan emosional dan dinamika sosial antara caregiver dan lansia bukan hanya faktor pendukung dalam perawatan, tetapi juga menjadi fondasi penting dalam menciptakan keseimbangan psikologis, baik bagi lansia maupun caregiver. Pendekatan yang menghargai nilai-nilai budaya, empati, serta dukungan sosial yang menyeluruh sangat diperlukan untuk memperkuat kualitas hubungan ini dan meningkatkan kesejahteraan kedua belah pihak.

## **2. Praktik Perawatan Lansia dan Tantangan Teknis di Lapangan**

Merawat lansia merupakan tugas yang kompleks dan penuh tantangan, karena melibatkan beban fisik, emosional, teknis, dan sosial secara bersamaan. Hasil temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa para caregiver, termasuk Pekerja Migran Indonesia (PMI) yang bekerja sebagai perawat lansia, menghadapi tuntutan fisik yang sangat berat—terutama saat merawat lansia dengan kondisi seperti demensia dan inkontinensia. Kegiatan sehari-hari seperti memindahkan atau memandikan pasien bisa menjadi sangat melelahkan, terutama jika dilakukan tanpa dukungan atau pelatihan yang memadai. Minimnya pelatihan teknis, seperti teknik ergonomis dalam merawat lansia, membuat banyak caregiver rentan mengalami kelelahan fisik, bahkan cedera. Kondisi ini menegaskan pentingnya pelatihan praktis serta pemanfaatan teknologi bantu, termasuk solusi eHealth, yang dapat meringankan beban kerja sekaligus meningkatkan kualitas perawatan di rumah (Bastoni et al., 2021).

Di lapangan, PMI yang menjadi caregiver juga kerap menjalankan peran ganda, tidak hanya sebagai perawat tetapi juga sebagai jembatan antara lansia dan sistem layanan kesehatan. Ketika sistem layanan tidak terintegrasi dengan baik, informasi terbatas, dan koordinasi antar penyedia layanan minim, caregiver terpaksa mencari informasi dan merancang jalur perawatan secara mandiri. Ini memperlihatkan bahwa peran mereka jauh melampaui sekadar pendampingan fisik—mereka adalah penghubung penting yang menjembatani kebutuhan lansia dengan respons layanan kesehatan (Kim et al., 2023). Keterlibatan aktif caregiver dalam perencanaan kepulungan dari rumah sakit, pengambilan keputusan medis, dan tindak lanjut di komunitas sangat krusial. Namun, hambatan sistemik seperti kurangnya komunikasi antara tenaga medis dan rendahnya literasi kesehatan—terutama di kalangan caregiver dari latar belakang budaya berbeda—masih menjadi kendala besar (Allen et al., 2023).

Tantangan lain yang tak kalah berat adalah persoalan finansial dan logistik, serta kurangnya dukungan emosional yang berkelanjutan. Penelitian di Ethiopia menegaskan bahwa caregiver sangat membutuhkan akses terhadap pelatihan, informasi yang jelas, serta bantuan ekonomi, terutama dalam hal pengelolaan obat dan transportasi (Hailu et al., 2024). Dalam kondisi terbatas, caregiver dari komunitas rentan seperti PMI sering kali harus berinovasi secara mandiri, melakukan efisiensi bahan dan peralatan perawatan seoptimal mungkin. Praktik-praktik ini menjadi bukti nyata adanya kesenjangan dalam akses terhadap sumber daya dan dukungan yang layak. Oleh karena itu, dibutuhkan kebijakan publik yang lebih inklusif dan berpihak pada caregiver, kebijakan yang menyediakan pelatihan teknis, akses ke teknologi bantu, serta sistem pendampingan yang memperhatikan konteks lokal dan kebutuhan individual caregiver. Yang tidak kalah penting, proses ini sebaiknya juga melibatkan keluarga lansia, atau bahkan lansia itu sendiri jika memungkinkan, demi menciptakan ekosistem perawatan yang manusiawi, saling menghormati, dan berkelanjutan.

### **3. Hambatan Bahasa dan Adaptasi Budaya**

Kemampuan berkomunikasi merupakan salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh informal caregiver PMI, khususnya pada tahap awal penempatan kerja. Hambatan ini tidak hanya mencakup kesulitan memahami bahasa nasional, tetapi juga menyangkut keberagaman dialek lokal yang digunakan oleh lansia dan keluarganya. Kondisi ini menuntut PMI untuk beradaptasi secara cepat terhadap perbedaan linguistik yang sering kali memiliki implikasi besar terhadap efektivitas komunikasi dalam konteks perawatan. Bahasa tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga menjadi pembawa nilai budaya yang kompleks. Oleh karena itu, ketidakmampuan memahami makna budaya di balik ekspresi bahasa dapat mengganggu hubungan antara caregiver dan lansia yang dirawat, serta menimbulkan kesalahpahaman yang berdampak pada kualitas layanan (Al-Hamad et al., 2025).

Berbagai studi menunjukkan bahwa hambatan bahasa dapat berdampak terhadap aspek klinis dan emosional. Kesulitan dalam memahami instruksi medis, menjelaskan gejala, atau memberikan penjelasan tentang prosedur perawatan dapat menyebabkan terjadinya kesalahan diagnosis, pemberian obat yang tidak tepat, dan keterlambatan dalam tindakan medis. Kondisi ini tidak hanya membahayakan keselamatan pasien, tetapi juga menimbulkan tekanan psikologis yang besar bagi caregiver. Perasaan tidak mampu, stres, dan kecemasan kerap dialami oleh caregiver migran yang belum sepenuhnya menguasai bahasa lokal. Mereka sering kali merasa tidak dihargai atau tidak diterima, yang memperburuk adaptasi sosial dan profesional di lingkungan kerja baru (Khorshidi Organi et al., 2024). Selain tantangan linguistik, proses adaptasi budaya juga menjadi aspek penting yang harus dihadapi. Bahasa dan budaya adalah dua entitas yang saling terkait erat, sehingga pemahaman terhadap norma sosial, cara berkomunikasi, dan sistem nilai yang dianut oleh komunitas lansia menjadi bagian integral dari tugas perawatan. Dalam praktiknya, caregiver migran tidak hanya dituntut untuk memahami istilah medis atau percakapan sehari-hari, tetapi juga harus mengerti cara menyampaikan pesan secara sopan, memahami isyarat nonverbal yang khas, dan menyesuaikan pendekatan perawatan dengan kebiasaan lokal. Ketidaksesuaian dalam hal ini bisa menciptakan jarak emosional antara caregiver dan keluarga pasien, serta memperkuat prasangka atau kesalahpahaman budaya (Al-Btoush & El-Bcheraoui, 2024). Hambatan bahasa dan adaptasi budaya merupakan isu yang saling terkait dan kompleks dalam pengalaman kerja caregiver migran. Keberhasilan dalam mengatasi tantangan ini menjadi kunci dalam meningkatkan kualitas layanan, membangun hubungan yang harmonis dengan pasien dan keluarganya, serta memastikan keberlanjutan peran caregiver dalam sistem perawatan jangka panjang.

### **4. Hak Dasar dan Kebebasan Pribadi**

Kebutuhan spiritual menjadi hal yang esensial dalam menunjang kesejahteraan psikososial caregiver migran, terutama mereka yang tinggal jauh dari lingkungan keluarga dan budaya asal. Dalam konteks pekerjaan yang menuntut fisik dan emosi tinggi, kesempatan untuk menjalankan ibadah atau aktivitas keagamaan menjadi bentuk penting dari mekanisme koping yang membantu menjaga keseimbangan

mental dan spiritual. Situasi PMI menunjukkan bahwa meskipun terdapat bentuk toleransi dari pihak pemberi kerja, pemenuhan hak spiritual bagi caregiver masih sangat bergantung pada kondisi kerja dan interpretasi pribadi pemberi kerja terhadap "kelonggaran". Ketergantungan tersebut dapat memperparah tekanan psikologis, khususnya ketika caregiver menghadapi keterbatasan waktu, ruang privat, atau bahkan rasa takut akan dampak jika permintaan spiritual tidak sesuai dengan harapan lingkungan kerja. Pentingnya akses terhadap ekspresi spiritual dalam konteks migrasi dan perawatan. Dalam studi oleh (Arieli & Yassour-Borochowitz, 2024), diuraikan bahwa pekerja migran kerap menghadapi dilema moral dan etis akibat kurangnya otonomi dalam kehidupan pribadi mereka, termasuk dalam praktik keagamaan, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap martabat dan identitas mereka. Di sisi lain, dalam tinjauan sistematisnya menunjukkan bahwa dukungan terhadap keseimbangan antara kerja dan kebutuhan personal termasuk kebutuhan spiritual merupakan fondasi bagi ketahanan psikologis jangka panjang para pekerja migran yang juga merupakan caregiver lintas negara (Sethi et al., 2022).

### **5. Ketidaksiapan dan Minimnya Dukungan Institusional**

Minimnya pelatihan pra-kerja merupakan hal yang perlu diperhatikan dan bisa berdampak langsung terhadap kualitas layanan dan kesejahteraan psikososial PMI. Ketidaksiapan ini menempatkan mereka dalam situasi rentan—bukan hanya dalam hal kualitas perawatan yang diberikan, tetapi juga dalam menghadapi tekanan mental saat beradaptasi dengan beban kerja yang kompleks dan harapan tinggi dari keluarga pengguna jasa. Minimnya pelatihan pra-kerja merupakan hal krusial yang berdampak langsung terhadap kualitas layanan dan kesejahteraan psikososial Pekerja Migran Indonesia (PMI). Ketidaksiapan ini membuat mereka rentan, baik dalam memberikan perawatan yang memadai maupun dalam menghadapi tekanan kerja dan adaptasi di lingkungan baru sehingga pelatihan manajemen stres secara langsung mampu meningkatkan kesiapan emosional dan koping positif bagi PMI, terutama dalam menghadapi beban kerja berat di sektor perawatan informal (Romadlona et al., 2024).

Sementara itu, penelitian lain menggarisbawahi bahwa akses terhadap layanan kesehatan dan pelatihan kerja masih menghadapi hambatan seperti waktu kerja yang panjang dan keterbatasan bahasa. Sebagian besar pekerja migran yaitu 85% mengalami masalah kesehatan saat bekerja, kurang dari setengahnya yang mengakses layanan kesehatan, terutama karena kurangnya waktu fleksibel dan tidak ada pendamping ke fasilitas kesehatan. Ini menunjukkan bahwa pelatihan dan intervensi berbasis kebutuhan sangat penting sebelum keberangkatan (Weng et al., 2021). Ketergantungan pada kebijakan sepihak tanpa kejelasan mekanisme perlindungan hak berdampak pada ketidakpastian status kerja dan tekanan emosional yang berkepanjangan. Ketika proses penempatan dan pemindahan kerja tidak diatur secara etis dan partisipatif, caregiver tidak hanya mengalami ketidakstabilan ekonomi, tetapi juga kehilangan kendali atas aspek-aspek mendasar dalam kehidupan mereka, termasuk keamanan kerja, waktu istirahat, dan bahkan hak dasar seperti akses terhadap layanan kesehatan atau dukungan sosial. Dalam tinjauan oleh (Liem et al., 2023), disebutkan bahwa ketidakhadiran sistem pelatihan formal yang inklusif serta lemahnya ratifikasi perlindungan pekerja domestik di negara tujuan berkontribusi pada beban psikososial yang tinggi pada caregiver migran, terutama perempuan yang bekerja dalam sistem live-in tanpa batas waktu kerja yang jelas. Dukungan yang terstruktur dari agensi serta intervensi pelatihan sebelum keberangkatan menjadi langkah strategis yang sangat diperlukan untuk memperbaiki kondisi ini.

### **6. Sistem Kontrak dan Tantangan Finansial**

Sistem kerja PMI bersifat kontraktual dan penuh tekanan finansial, sistem ini umumnya melibatkan pemotongan gaji selama masa awal penempatan kerja, sebagai bentuk pengembalian biaya penempatan kepada agensi. Situasi ini menunjukkan ketimpangan dalam relasi kerja dan beban utang yang menghambat pencapaian stabilitas ekonomi. Menurut *Decent care and decent employment* (Arieli & Yassour-Borochowitz, 2024), banyak caregiver migran menanggung utang tinggi kepada agensi perekrut sebelum keberangkatan dan selama tahun pertama kerja, yang membuat mereka terjebak dalam bentuk modern dari ketergantungan finansial. Model pemotongan gaji ini bukan hanya memperlambat

akumulasi tabungan, tetapi juga meningkatkan tekanan psikologis dan memperkuat posisi tawar yang lemah di mata pemberi kerja.

Di sisi lain, beberapa caregiver merespons tekanan finansial ini dengan strategi adaptif seperti gaya hidup hemat dan mengutamakan pengiriman uang kepada keluarga. Walaupun mencerminkan ketangguhan individu, literatur modern menegaskan bahwa pengelolaan keuangan pribadi bukan solusi untuk masalah struktural. Pekerja migran dari Indonesia sering diposisikan dalam kesepakatan penempatan yang tidak adil—termasuk biaya agen yang tinggi, kontrak yang tidak transparan, dan ketergantungan struktural. Model kontrak semacam ini memperkuat subordinasi pekerja karena mobilitas dan hak mereka sangat terbatas, serta utang awal membatasi kemampuan mereka untuk menegosiasi atau mengubah kondisi kerja (Komarudin et al., 2023). Menandakan pentingnya kolaborasi antara lembaga (agensi, pemerintah, LSM) untuk memperkuat literasi keuangan dan perlindungan ekonomi bagi PMI. Mereka menyoroti bahwa tanpa pelatihan finansial dan regulasi yang kuat, pekerja tetap terjebak dalam struktur eksploitasi meski mereka berusaha mandiri secara individu (Utami et al., 2022).

## SIMPULAN

Penelitian ini mengangkat kompleksitas pengalaman kesejahteraan emosional para Pekerja Migran Indonesia (PMI) yang merawat lansia secara informal atau bekerja di rumah keluarga lansia di Taiwan. Temuan menunjukkan bahwa ikatan emosional yang terjalin erat antara caregiver dan lansia bisa menjadi sumber makna mendalam, namun sekaligus juga memunculkan beban psikologis. Hal ini terutama dirasakan ketika lansia mengalami penurunan fungsi kognitif atau mengungkapkan perasaan sebagai beban ekonomi bagi keluarga. Dukungan dari keluarga pasien terbukti berperan penting dalam meredakan tekanan emosional yang dirasakan caregiver. Sebaliknya, konflik interpersonal justru memperparah tingkat stres dalam pekerjaan mereka. Selain tekanan emosional, para caregiver juga menghadapi tantangan fisik dan struktural yang tidak kalah berat. Ini mencakup keterbatasan pelatihan, hambatan bahasa dan budaya, serta sistem kerja kontraktual yang berdampak pada kestabilan finansial. Dalam kondisi minimnya perlindungan formal, banyak caregiver mengandalkan strategi koping berbasis spiritualitas dan pengelolaan keuangan sederhana untuk menjaga keseimbangan emosional serta ketahanan psikologis.

Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan intervensi yang holistik dan kontekstual dalam memenuhi kebutuhan kesejahteraan caregiver migran. Pendekatan ini perlu mempertimbangkan berbagai aspek emosional, sosial, spiritual, hingga struktural. Temuan ini juga menyoroti urgensi reformasi kebijakan terkait perekrutan dan pelatihan tenaga kerja migran agar lebih adil, manusiawi, dan berkelanjutan. Lebih dari itu, suara langsung para caregiver sebagai pelaku utama dalam praktik perawatan harian harus lebih diberi ruang dalam proses pengambilan kebijakan dan perancangan program intervensi kesejahteraan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Btoush, A., & El-Bcheraoui, C. (2024). Challenges affecting migrant healthcare workers while adjusting to new healthcare environments: a scoping review. *Human Resources for Health, 22*(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12960-024-00941-w>
- Al-Hamad, A., Yasin, Y. M., Yasin, L., & Jung, G. (2025). Home Healthcare Among Aging Migrants: A Joanna Briggs Institute Scoping Review. *Healthcare (Switzerland), 13*(8), 1–17. <https://doi.org/10.3390/healthcare13080863>
- Allen, J., Woolford, M., Livingston, P. M., Lobchuk, M., Muldowney, A., & Hutchinson, A. M. (2023). Informal carer support needs, facilitators and barriers in transitional care for older adults from hospital to home: A scoping review. *Journal of Clinical Nursing, 32*(19–20), 6773–6795.

<https://doi.org/10.1111/jocn.16767>

- Arieli, D., & Yassour-Borochowitz, D. (2024). Decent care and decent employment: family caregivers, migrant care workers and moral dilemmas. *Ethics and Behavior*, 34(5), 314–326. <https://doi.org/10.1080/10508422.2023.2212822>
- Bahdatul Nur Laili, & Holid, M. (2024). Pola Relasi Gender Di Kalangan Pekerja Migran Indonesia: Studi Kasus Keluarga Pekerja Madura Di Malaysia. *Asa*, 6(2), 1–11. <https://doi.org/10.58293/asa.v6i2.109>
- Bastoni, S., Wrede, C., da Silva, M. C., Sanderman, R., Gaggioli, A., Braakman-Jansen, A., & van Gemert-Pijnen, L. (2021). Factors influencing implementation of ehealth technologies to support informal dementia care: Umbrella review. *JMIR Aging*, 4(4), 1–18. <https://doi.org/10.2196/30841>
- Berlianti Berlianti, Sutriwani Hulu, Indah Lestari Sihombing, & Enjelina Simbolon. (2024). Kebijakan Jaminan Sosial Kepada Pekerja Migran Indonesia (PMI) Oleh Balai Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP3MI). *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 3(1), 51–59. <https://doi.org/10.62383/risoma.v3i1.496>
- Duangjina, T., Hershberger, P. E., Gruss, V., & Fritschi, C. (2025). Resilience in family caregivers of Asian older people with dementia: An integrative review. *Journal of Advanced Nursing*, 81(1), 156–170. <https://doi.org/10.1111/jan.16272>
- Dzando, G., Asante, D., Yabila, S., Suuron, V. M., Amenu, J., Salifu, S., & Awiagah, S. K. (2025). Late-Life Divorce and well-being of older people: A systematic review. *Archives of Gerontology and Geriatrics Plus*, 2(1), 100107. <https://doi.org/10.1016/j.aggp.2024.100107>
- Hailu, G. N., Abdelkader, M., Meles, H. A., & Teklu, T. (2024). Understanding the Support Needs and Challenges Faced by Family Caregivers in the Care of Their Older Adults at Home. A Qualitative Study. *Clinical Interventions in Aging*, 19, 481–490. <https://doi.org/10.2147/CIA.S451833>
- Khorshidi Organi, Z., Nazarenia, M., & Aghaee, F. (2024). Understanding the Challenges of Language Barriers in Healthcare. *Interdisciplinary Studies in Society, Law, and Politics*, 3(3), 28–35. <https://doi.org/10.61838/kman.isslp.3.3.5>
- Kim, B., Wister, A., O’Dea, E., Mitchell, B. A., Li, L., & Kadowaki, L. (2023). Roles and experiences of informal caregivers of older adults in community and healthcare system navigation: a scoping review. *BMJ Open*, 13(12), 1–10. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-077641>
- Komarudin, U., Pramuji, P., Handoko, W., & Irawati, I. (2023). Indonesian Domestic Workers in Taiwan: An International Migration and Workers Rights Perspective. *Lex Publica*, 10(1), 141–164. <https://doi.org/10.58829/lp.10.1.2023.141-164>
- Liem, A., Anggraini, L., Bariyah, Nasrikah, & Lestari, E. (2023). A long overdue recognition: domestic workers as caregivers for older people in Asia. *The Lancet Healthy Longevity*, 4(4), e129–e130. [https://doi.org/10.1016/S2666-7568\(23\)00033-8](https://doi.org/10.1016/S2666-7568(23)00033-8)
- Lima, A. (2023). Understanding narrative inquiry through life story interviews with former prisoners. *Irish Educational Studies*, 42(4), 775–786. <https://doi.org/10.1080/03323315.2023.2257673>
- Mishra, N., Datti, R. S., Tewari, A., & Sirisety, M. (2023). Exploring the positive aspects of caregiving among family caregivers of the older adults in India. *Frontiers in Public Health*, 11(May), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1059459>
- Pratama, M. M. A., Herdiani, A., Sulaksitaningrum, R., Novitasari, Y., & Ichwanto, M. A. (2021). Technopreneurship Untuk Membekali Keterampilan Wirausaha Pasca Berakhirnya Kontak Kerja

- Bagi Pekerja Migran Indonesia Di Era Disrupsi Digital. *Jurnal Graha Pengabdian*, 3(1), 12. <https://doi.org/10.17977/um078v3i12021p12-28>
- Purwito, D. (2024). *Pengantar Filosofi Penelitian: Dimensi dan Konsep Dasar Penelitian Kualitatif* (1st ed.). Pena Persada Kerta Utama.
- Robinson, A., Khan, Z. R., Broadhurst, K., Nellums, L., Renolds, G., Payman, B., & Smith, A. (2024). Mechanisms and attitudes in responsive health care for forced migrant communities. A qualitative study of transnational practice. *MedRxiv Preprint*. <https://doi.org/10.1101/2024.11.29.24309172>
- Romadlona, N. A., Adi, S., Farah Farida Tantiani, & Deslaely Putranti. (2024). Empowering Indonesian Migrant Workers in Taiwan through Stress Management Training. *Community Development Journal*, 8(2), 366–373. <https://doi.org/10.33086/cdj.v8i2.6293>
- Ronaldo, R., Subagja, A. D., & Suparman, A. (2020). Efektivitas Pelayanan Calon Pekerja Migran Indonesia Pada Layanan Terpadu Satu Atap Dinas Tenaga Kerja Dan Transmigrasi Kabupaten Subang. *The World of Public Administration Journal*, 2(2), 110–125. <https://doi.org/10.37950/wpaj.v2i2.925>
- Sethi, B., Williams, A., & Leung, J. L. S. (2022). Caregiving Across International Borders: a Systematic Review of Literature on Transnational Carer-Employees. In *Journal of Cross-Cultural Gerontology* (Vol. 37, Issue 4). Springer US. <https://doi.org/10.1007/s10823-022-09468-w>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D Title*. Alfabeta.
- Utami, W. A., Rikza, A., Anggresta, P., & Nuryananda, P. F. (2022). The Role of Institutional Collaboration Between Actors in Protecting the Economic Security of Indonesian Migrant Workers With Financial Literacy. *Jurnal Bina Praja*, 14(2), 373–383. <https://doi.org/10.21787/jbp.14.2022.373-383>
- Weng, S. F., Malik, A., Wongsin, U., Lohmeyer, F. M., Lin, L. F., Atique, S., Jian, W. S., Gusman, Y., & Iqbal, U. (2021). Health service access among indonesian migrant domestic workers in taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073759>
- Wu, J., Li, Y., & Chao, Q. (2025). An emotional support model in aging families: linking interaction patterns to positive mental health through social activity engagement and aging attitudes. *Frontiers in Public Health*, 13(1). <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1531110>
- Zhylkybekova, A., Koshmaganbetova, G. K., Zare, A., Mussin, N. M., Kaliyev, A. A., Bakhshalizadeh, S., Ablakimova, N., Grjibovski, A. M., Glushkova, N., & Tamadon, A. (2024). Global Research on Care-Related Burden and Quality of Life of Informal Caregivers for Older Adults: A Bibliometric Analysis. *Sustainability (Switzerland)*, 16(3), 1–18. <https://doi.org/10.3390/su16031020>

