

**PENYESUAIAN DIRI PADA TKI TAIWAN YANG BEKERJA DI ERA  
PANDEMI COVID-19**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

**Disusun oleh:**

Anang Fauzi

NIM 18107010045

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

**Pembimbing:**

Candra Indraswari, M. Psi., Psikolog

NIP. 199111152019032019

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
2022**

## HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1214/Un.02/DSH/PP.00.9/12/2022

Tugas Akhir dengan judul : PENYESUAIAN DIRI PADA TKI TAIWAN YANG BEKERJA DI ERA PANDEMI COVID-19

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ANANG FAUZI  
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010045  
Telah diujikan pada : Selasa, 06 Desember 2022  
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 63a1416e-4b8d



Penguji I

Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 639ff79e13aac



Penguji II

Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 63a0014c3d783



Yogyakarta, 06 Desember 2022  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 639a142928c570

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anang Fauzi

NIM : 18107010045

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“PENYESUAIAN DIRI PADA TKI TAIWAN YANG BEKERJA DI ERA PANDEMI COVID-19”** ini adalah karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai dengan aturan yang berlaku di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 16 November 2022

g menyatakan,  
  
ang Fauzi  
NIM. 18107010045

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Skripsi/ Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

*Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Anang Fauzi

NIM : 18107010045

Judul Skripsi : Penyesuaian Diri Pada Tki Taiwan Yang Bekerja Di Era Pandemi Covid-19

Telah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.*

Yogyakarta, 16 November 2022

Pembimbing,



Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi  
NIP. 19911115201903 2 019

# **PENYESUAIAN DIRI PADA TKI TAIWAN YANG BEKERJA DI ERA PANDEMI COVID-19**

Anang Fauzi

18107010045

## **INTISARI**

Penelitian kali ini berfokus pada penyesuaian diri yang dilakukan oleh TKI yang bekerja pada masa Covid-19 khususnya di Taiwan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data wawancara dan observasi. Metode analisis yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Informan yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah dua orang dengan *setting* penelitian dilakukan secara virtual. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua informan mampu melakukan penyesuaian diri dengan kesulitan yang timbul ketika masa pandemi Covid-19. Kedua informan menghadapi masalah dengan ketenangan dan kontrol emosi yang baik secara intelijen. Kedua informan tidak melakukan mekanisme psikologis ketika mengalami kegagalan. Kedua informan cenderung tidak memiliki respon yang negatif ketika mengalami frustrasi. Kedua informan memiliki pertimbangan rasional dan mengarahkan diri dalam melakukan tingkah laku sesuai dengan norma yang berlaku. Kedua informan mampu untuk terus belajar untuk memecahkan masalah. Informan pertama mampu untuk belajar dari pengalaman kegagalan di masa lalu, sedangkan informan kedua cenderung melakukan kesalahan secara berulang. Kedua informan cenderung berorientasi pada kenyataan, dan kemampuan untuk menerima kenyataan yang dialami tanpa konflik dan melihatnya secara realistik.

**Kata kunci:** Covid-19, penyesuaian diri, TKI

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# SELF ADJUSTMENT OF INDONESIAN MIGRANT WORKERS AT TAIWAN WHO WORK IN THE ERA OF THE COVID-19 PANDEMIC

Anang Fauzi

18107010045

## ABSTRACT

*This research focus on the adjustments made by TKI who work during the Covid-19 period, especially in Taiwan. This study used a descriptive qualitative method with interview and observation data collection techniques. The analytical method used data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The informants used in this study were two people with a virtual research setting. The results of this study indicate that the two informants were able to adjust to the difficulties that arose during the Covid-19 pandemic. The two informants faced problems with intelligence and good emotional control. The two informants did not carry out psychological mechanisms when they failed. The all informants tend not to have a negative response when they were experiencing frustration. Both informants have rational considerations and direct themselves in carrying out behavior in accordance with applicable norms. They were able to continue learning to solve problems. The first informant was able to learn from past failures, while the second informant tended to make repeated mistakes. They tend to be fact oriented, and had the ability to accept the reality experienced without conflict and see it realistically.*

*Keywords: Covid-19, migrant worker, self adjustment*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **MOTTO**

Harapan adalah mimpi dari seorang yang terjaga

(Aristoteles)

Masalah hanya ada di pikiran manusia

(Anthony De Mello)

Fokus pada sesuatu yang bisa kita kendalikan.

(stoic)

Tetaplah berpikir positif, sebab pikiranmu akan membuahkan kata-kata. Tetaplah berpikir positif, sebab kata-katamu akan membuahkan perilaku. Tetaplah berpikir positif, sebab perilakumu akan menjadi kebiasaan. Tetaplah dengan kebiasaan positif, sebab kebiasaanmu akan menjadi nilai-nilai. Tetaplah dengan nilai positif, sebab nilai-nilaimu akan menjadi takdirmu.

(Mahatma Gandhi)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmanirrahim*

**Hasil karya sederhana ini, dengan segala kerendahan hati dan rasa syukur,  
saya persembahkan untuk :**

Allah SWT yang Maha Segalanya, sebagai tuhan yang saya yakini telah memberikan segala yang terbaik dalam segala aspek kehidupan didunia ini, terutama pada diri saya berupa scenario yang sedemikian rupa. Sehingga dalam hal ini, saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini atas izin dan pertolongannya.

Orang tua dan seluruh orang terdekat, yang telah membantu berupa dukungan, doa, motivasi dan lainnya untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya atas semua yang telah diberikan kepada diri saya baik dalam bentuk material maupun nonmaterial.

Serta, teruntuk Almamater tercinta yakni “Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta”.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas karunia Tuhan Yang Maha Esa dan segala rahmat-Nya yang telah memudahkan urusan dalam proses penulisan dan penyelesaian skripsi dengan judul “Penyesuaian Diri Pada TKI Taiwan yang Bekerja di Era Pandemi Covid-19” sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Maka dari itu, peneliti mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, M. Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga, beserta jajarannya.
2. Ibu Lisnawati, S. Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga dan selaku Dosen Pembimbing Akademik. Terima kasih atas segala bimbingan dalam membersamai proses kuliah di Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga.
3. Ibu Lisnawati, S. Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik. Terima kasih atas segala bimbingan dalam membersamai proses kuliah di Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga.
4. Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Terima kasih telah meluangkan banyak waktu, perhatian, bimbingan, dan sarannya dalam proses penulisan skripsi.
5. Ibu Mayreyna Nurwardani, S.Psi, M.Psi, selaku Dosen Penguji 1. Terimakasih atas saran dan masukan dalam proses penulisan skripsi.
6. Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi, selaku Dosen Penguji 2. Terimakasih atas saran dan masukan dalam proses penulisan skripsi.
7. Seluruh dosen Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga, terima kasih atas dedikasi dalam mengajar dan ilmu yang semoga bermanfaat.
8. Keluarga tercinta yang selalu memberikan doa dan dukungan yang tidak pernah berhenti selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi.
9. Seluruh teman-teman Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membantu dan mendukung selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi.

10. Seluruh responden yang telah memberikan informasi dalam penulisan skripsi ini.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat dituliskan satu per satu yang telah memberikan doa, motivasi, dan dukungan selama masa perkuliahan dan penulisan skripsi.

Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pemangku kepentingan dan pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pengembangan ilmu manajemen. Penelitian ini tidak lepas dari kekurangan dan kesalahan sehingga kritik dan saran sangat peneliti harapkan.

Yogyakarta, 10 November 2022



Anang Fauzi  
Penulis



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN .....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iii
INTISARI .....	iv
ABSTRACT .....	v
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR BAGAN .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang .....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah .....</b>	<b>8</b>
<b>C. Tujuan Penelitian .....</b>	<b>9</b>
<b>D. Manfaat Penelitian .....</b>	<b>9</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>A. Literature Review .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>B. Dasar Teori .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1. Penyesuaian Diri .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>2. Pengertian Tenaga Kerja Indonesia .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>C. Kerangka Teoritik .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>B. Fokus Penelitian .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>C. Informan dan Setting Penelitian .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>D. Metode Pengumpulan Data .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

E. Teknik Analisis dan Interpretasi Data .....	Error! Bookmark not defined.
F. Keabsahan Data Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1. Orientasi Kanchah .....	Error! Bookmark not defined.
2. Persiapan Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
B. Pelaksanaan Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
C. Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Pembahasan .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>75</b>
A. Kesimpulan .....	<b>75</b>
B. Saran .....	<b>76</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>77</b>



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1. Data Diri Informan.....</b>	<b>38</b>
<b>Tabel 2. Pelaksanaan Penelitian.....</b>	<b>40</b>



## DAFTAR BAGAN

<b>Bagan 1. Kerangka Teoritik.....</b>	<b>31</b>
<b>Bagan 2. Dinamika Penyesuaian Diri TKI (AR) .....</b>	<b>47</b>
<b>Bagan 3. Dinamika Penyesuaian Diri TKI (CAS Aprilia Sari) .....</b>	<b>55</b>
<b>Bagan 4. Dinamika Penyesuaian Diri TKI.....</b>	<b>63</b>



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara.....	82
Lampiran 2. Reduksi Informan 1 Wawancara 1.....	84
Lampiran 3. Reduksi Informan 1 Wawancara 2.....	87
Lampiran 4. Reduksi Informan 1 Wawancara 3 .....	92
Lampiran 5. Reduksi Informan 1 Wawancara 4 .....	96
Lampiran 6. Reduksi Informan 2 Wawancara 1 .....	98
Lampiran 7. Reduksi Informan 2 Wawancara 2 .....	105
Lampiran 8. Reduksi Informan 2 Wawancara 3 .....	108
Lampiran 9. Reduksi Informan 2 Wawancara 4 .....	111
Lampiran 10. Triangulasi Waktu Informan 1 .....	114
Lampiran 11. Triangulasi Waktu Informan 2 .....	122
Lampiran 12. Observasi AR.....	136
Lampiran 13. Observasi CAS.....	137
Lampiran 14. Kategorisasi Penyesuaian Diri AR.....	138
Lampiran 15. Kategorisasi Penyesuaian Diri CAS.....	140
Lampiran 16. Informed Consent Informan 1.....	143
Lampiran 17. Informed Consent Informan 2.....	144

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Wabah *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) pertama kali terdeteksi di Wuhan, Tiongkok pada Desember 2019. Covid-19 merupakan penyakit infeksi saluran pernafasan akut yang hingga sekarang mewabah di seluruh dunia. Pada bulan Februari 2020, Komite Internasional bidang taksonomi virus mengumumkan kepada masyarakat bahwa nama virus penyebab Covid-19 yaitu *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV 2) (Hervina dan Nasutianto, 2020). Pada bulan Maret 2020, WHO (2022) menyatakan Covid-19 sebagai wabah pandemi dan sampai bulan Maret 2022 telah menginfeksi 445,096,612 orang di seluruh dunia. Tanda dan gejala Covid-19 yang paling umum ditemukan yaitu demam, batuk, *fatigue*, myalgia, peningkatan produksi sputum, dan sesak napas (Barabari dan Moharamzadeh, 2020). Covid-19 mengalami perubahan genetik spontan dari partikel virus induk menjadi virus turunannya. Hal tersebut dikenal dengan sebutan mutasi. Mutasi Covid-19 yang telah ditemukan adalah Delta, Alpha, Beta, Gamma, Kappa, N439K, Mutasi E 484K (Santoso, 2022). Kemudian pada tanggal 24 November 2021 ditemukan varian baru yaitu varian B.1.1.529 yang dikenal sebagai varian Omicron (Kemenkes RI, 2021)

Pandemi Covid-19 membawa dampak yang besar bagi sektor perekonomian di dunia. Pandemi Covid-19 menyebabkan perekonomian negara semakin menurun seperti banyak terjadinya Pemutusan Hubungan Kerja (PHK), terhambatnya impor



dan ekspor, peningkatan harga atau inflasi, dan kerugian pada sektor pariwisata karena pelarangan warga negara asing untuk memasuki sebuah negara (Zulkipli & Muharir, 2021). Pandemi covid juga menyebabkan adanya perubahan pola mobilitas masyarakat dunia. Pembatasan mobilitas menyebabkan banyak usaha yang terpaksa tutup dan mengakibatkan pengangguran semakin bertambah (Yazid et al., 2020).

Kebijakan isolasi pada level negara diterapkan oleh hampir 90% negara di seluruh dunia. Isolasi tersebut tidak memperbolehkan masyarakat untuk keluar rumah, penutupan tempat kerja, penerbangan yang dilarang, dan banyak pekerja yang diberhentikan (Atalan, 2020). Pandemi Covid-19 telah membuat seluruh negara di dunia secara tidak sengaja menghentikan laju globalisasi untuk sementara. Hal tersebut dikarenakan setiap negara berfokus pada penyelesaian efek pandemi yang dirasakan sehingga sektor perekonomian menjadi hal yang tidak diprioritaskan dibanding dengan sektor kesehatan (Ciravegna & Michailova, 2021). Dampak pandemi Covid-19 juga dirasakan oleh pekerja migran yang tinggal di negara-negara yang diharuskan melakukan penutupan tempat kerja. Padahal, pekerja migran merupakan angkatan kerja yang memberikan kontribusi penting terhadap masyarakat dan perekonomian bagi negara asal mereka, termasuk Indonesia (ILO, 2020).

Pekerja migran yang berasal dari Indonesia disebut juga sebagai Tenaga Kerja Indonesia. Berdasarkan pada pasal 1 Undang-undang No.39 Tahun 2004 Tenaga Kerja Indonesia yang mana disingkat menjadi TKI memiliki penjelasan berupa setiap warga Negara Indonesia yang memenuhi syarat untuk bekerja diluar negeri

dalam hubungan kerja untuk jangka waktu tertentu dengan menerima upah. Tenaga Kerja Indonesia (TKI) adalah warga Negara Indonesia baik laki-laki maupun perempuan yang bekerja diluar negeri dalam jangka waktu tertentu berdasarkan perjanjian kerja melalui prosedur penempatan Tenaga Kerja Indonesia.

Pembatasan sosial yang diberlakukan oleh setiap negara menyebabkan para pekerja migran mengalami depresi. Hal tersebut dikarenakan terbatasnya ruang gerak yang dimiliki oleh pekerja, harus tetap di dalam rumah, menjaga jarak fisik dan sosial, serta karantina wilayah dengan tujuan menghambat penyebaran pandemi Covid-19 (Maulida et al., 2020). Pembatasan sosial juga berdampak bagi pola pekerjaan, penghasilan, dan permasalahan aktivitas harian. Pembatasan sosial menjadikan pola pekerjaan berorientasi pada pekerjaan di rumah, pekerjaan sosial juga mengakibatkan pekerja mengalami penurunan penghasilan, dan sulitnya akses transportasi umum (Rasminto, 2022).

Tenaga Kerja Indonesia yang tersebar di luar negeri mengalami kesulitan akibat dari pandemi Covid-19. Kesulitan tersebut seperti ditutupnya tempat kerja mereka sebelumnya, isolasi yang diterapkan oleh negara setempat, kekurangan bahan makanan, dan masalah kesehatan yang membuat TKI merasa stres dan tertekan (Wardah, 2020). Termasuk TKI yang bekerja di Negara Taiwan. Negara Taiwan per tanggal 26 Mei 2022 mengalami peningkatan kasus Covid-19 selama kurun waktu 28 hari terakhir. Setidaknya terdapat 80 ribu kasus yang terdeteksi tiap harinya. Hal ini semakin mempersulit kehidupan yang dijalani oleh TKI di Taiwan (Kurnia, 2022). Berdasarkan data Statistik Ekonomi dan Keuangan Indonesia jumlah TKI yang berada di Taiwan meningkat setiap tahunnya (Bank Indonesia,

2019; BNP2TKI, 2019). Pada tahun 2019, jumlah TKI yang bekerja di Taiwan sebanyak 283, tahun 2020 jumlah TKI di Taiwan sebanyak 281, dan pada tahun 2021 jumlah TKI yang bekerja di Taiwan sebanyak 290 orang (Bank Indonesia, 2019; BNP2TKI, 2019). Jumlah tersebut termasuk dalam kategori yang besar di wilayah Asia non-ASEAN. TKI yang berada di negara Taiwan juga mengalami kesulitan akibat pandemi dari Covid-19. Salah satunya dialami oleh seorang Tenaga Kerja Indonesia yang bekerja di Taiwan menyebutkan bahwa:

*“Selama masa pandemi sangat sulit buat keluar rumah mas, ketat banget. Harus pake masker lapis-lapis kalau mau keluar. Dibatasi juga mau kemananya, susah lah pokonya. Stress saya mas.”*  
**(IF/Preliminary Research, 3 Maret 2022)**

Hal tersebut menunjukkan bahwa TKI yang bekerja di Taiwan mengalami beberapa kesulitan ketika bekerja di masa pandemi. Salah satunya adalah terganggunya kesehatan mental dan kemampuan sosial yang dimiliki (Masyah, 2020). Pandemi Covid-19 sangat mempengaruhi kesehatan mental yang dimiliki oleh seseorang. Kesehatan mental akan semakin memburuk karena tingkat stres yang tinggi baik yang disebabkan oleh virus atau kecemasan yang berlebihan terhadap penularan Covid-19 (Setyaningrum & Yanuarita, 2020). Pandemi covid-19 meningkatkan stress yang dimiliki oleh seseorang, bahkan cenderung ke arah kecemasan dan depresi (Levani et al., 2020). Akibat dari pandemi covid-19 juga akan menimbulkan ketidakamanan dalam bekerja. Ketidakamanan dalam bekerja merupakan keadaan saat TKI merasa terancam, khawatir, stres, dan merasa tidak pasti dengan keadaan dirinya dan tempat kerja karena masa pandemi Covid-19 (Rahmah & Wardiani, 2021).

Agar mampu bertahan dan tetap bekerja di masa pandemi, TKI perlu melakukan penyesuaian diri dengan keadaan yang dihadapi. Penyesuaian diri dengan mengontrol pola pikir dan menumbuhkan motivasi dapat membantu seseorang untuk bertahan dan menjaga kesehatan mental (Salsabila, 2021). Penyesuaian diri pada masa pandemi Covid-19 akan membantu TKI dalam mengatasi stres dan depresi yang diakibatkan oleh masalah pembatasan sosial dan kesehatan yang dialami oleh TKI (Calista, 2020). Penyesuaian diri juga akan membantu TKI dalam membangun motivasi bekerja. Selain itu, penyesuaian diri juga membantu TKI dalam beradaptasi dengan kebiasaan-kebiasaan baru selama masa pandemi Covid-19 seperti memakai masker, menjaga protokol kesehatan, selalu memperhatikan jarak dengan orang lain, dan kebiasaan baru lainnya dalam rangka pencegahan virus Covid-19 (Manihuruk & Tirtayasa, 2020).

Penyesuaian diri yang dilakukan oleh TKI pada saat masa pandemi covid-19 tentunya berbeda dibandingkan dengan sebelum pandemi covid-19. Hal ini dikarenakan kesulitan yang dialami oleh TKI semakin kompleks selain kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan negara yang berbeda dengan Indonesia. Taiwan memberlakukan kebijakan karantina perbatasan sangat ketat bahkan sebelum pandemi berkembang secara global (Putri *et al.*, 2020). Pembatasan yang dialami oleh TKI menyebabkan TKI kesulitan dalam bekerja, stres, mengalami kecemasan dan depresi serta merasa tidak pasti dengan keadaan dirinya (Levani *et al.*, 2020; Maulida *et al.*, 2020; Rasminto, 2022).

Penyesuaian diri merupakan usaha yang mencakup respon mental dan perilaku individu dalam menghadapi masalah. Penyesuaian diri sangat membantu seseorang

untuk tetap melanjutkan hidupnya ketika berada di keadaan sulit, termasuk pada masa pandemi covid-19. Keberhasilan dalam menyesuaikan diri memunculkan kepuasan ketika mengatasi tegangan, terbebas dari berbagai rasa frustrasi dan mampu menyelesaikan konflik (Ghufron & Suminta, 2016). Penyesuaian diri diidentifikasi dengan ketiadaan emosi yang berlebihan, ketiadaan mekanisme psikologis, ketiadaan perasaan frustrasi pribadi, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri (Self-direction), kemampuan untuk belajar, kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu, serta sikap realistis dan objektif (Schneiders, 1999).

Penyesuaian diri menunjuk pada cara individu dalam mereaksi tuntutan internal dan eksternal sehingga reaksi dimunculkan sesuai, efisien dan efektif yang kemudian disebut dengan penyesuaian diri yang baik. Berbeda halnya dengan reaksi yang tidak sesuai, tidak efisien dan tidak efektif disebut dengan penyesuaian diri yang buruk (*maladjustment*). Secara umum, proses penyesuaian diri tercipta berdasarkan keterkaitan antara individu dan lingkungan sosial. Kebutuhan dari individu serta lingkungan menuntut adanya perubahan tingkah laku dalam berbagai aktivitas yang melibatkan orang lain (Ali & Asrori, 2012).

Penyesuaian diri adalah upaya yang dilakukan individu dalam mendapatkan kesejahteraan pada diri sendiri maupun lingkungan. Penyesuaian diri juga berarti adaptasi yang dilakukan seseorang untuk bisa bertahan sehingga terbentuklah kesejahteraan rohani, jasmani serta relasi yang positif dari lingkungan sekitar. Selain itu penyesuaian diri sering dilekatkan dengan konformitas yang berarti usaha dalam menyelaraskan sesuatu berdasarkan prinsip atau standar tertentu. Terdapat

dua faktor yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri diantaranya faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi intelegensi, konsep diri, motif, persepsi dan sikap positif. Sikap positif ini salah satunya ditunjukkan dengan adanya perilaku asertif yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri yang baik bagi remaja. Adapun faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, sekolah, prasangka, nilai-nilai sosial, serta teman sebaya (Mawarni, 2019).

Penyesuaian diri dapat menjadi satu strategi untuk TKI bertahan ketika bekerja di luar negeri ketika pandemi covid-19 menyerang. Penyesuaian diri sangat bermanfaat bagi ketahanan seorang pekerja. Penyesuaian diri mempengaruhi stres kerja yang dialami oleh seseorang. Semakin baik penyesuaian diri seseorang, maka seseorang akan cenderung terhindar dari stres kerja (Zwagery, 2021). Ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dapat mempengaruhi fungsi fisiologis dan psikologis akibat dari kesedihan, kekecewaan dan keputusasaan yang berkelanjutan. Keadaan tersebut membuat individu kesulitan menggunakan sikap dan pikiran dalam menghadapi tekanan-tekanan yang ada (Ghufroon & Risnawita, 2012).

TKI dengan penyesuaian diri yang baik akan terhindar dari stres kerja di tempat dia bekerja, baik yang menjadi pekerja rumah tangga, pekerja kantor, dan pekerja di pabrik. TKI yang terhindar dari stres cenderung akan memiliki motivasi bekerja yang tinggi dan produktivitas kerja yang dihasilkan akan tinggi (Rahayaan, 2019). Selain itu, TKI juga akan merasakan kepuasan ketika bekerja sehingga dalam melakukan pekerjaan, TKI akan bersemangat dalam melakukan pekerjaan yang dimiliki (Steven, 2020). Lebih lagi, penyesuaian diri yang dimiliki oleh TKI akan

menentukan apakah TKI akan bertahan di negara tempat dia bekerja atau tidak. Penyesuaian diri yang baik cenderung akan membuat TKI mampu bertahan lama di negara tempat bekerja meskipun jauh dari keluarga dan dukungan sosial yang berasal dari lingkungan sosial tempat dia tinggal (Asepta & Pramatasari, 2022).

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang sudah dijelaskan, peneliti tertarik untuk meneliti “Penyesuaian diri pada TKI yang bekerja pada masa Pandemi Covid-19 di Taiwan”. Peneliti tertarik bagaimana penyesuaian diri yang dilakukan oleh mereka untuk tetap bekerja di masa sulit dan tetap memberikan tunjangan ekonomi bagi keluarga di Indonesia dengan kebiasaan bekerja yang baru, peraturan yang membatasi mobilitas pekerja, tuntutan dan beban kerja yang banyak, tingkat stres, kecemasan, dan depresi akibat dari pandemi Covid-19. Penelitian ini perlu dilakukan karena untuk mengetahui bagaimana penyesuaian diri yang dilakukan oleh TKI sehingga dapat dijadikan sebagai bahan rujukan TKI lainnya yang mengalami kesulitan sama khususnya pada saat pandemi covid-19 mengingat penyesuaian diri dapat membantu TKI bertahan ketika bekerja di luar negeri ketika pandemi covid-19 menyerang. Penyesuaian diri sangat bermanfaat bagi ketahanan seorang pekerja.

## **B. Rumusan Masalah**

Dampak pandemi Covid-19 dirasakan oleh berbagai sektor termasuk sektor ekonomi. Sektor ekonomi mengalami beberapa kerugian karena banyak tempat kerja yang diharuskan untuk tutup, tidak terkecuali tempat bekerja untuk TKI yang berada di luar negeri. Pandemi Covid-19 menyebabkan TKI mengalami stres, cemas, dan depresi karena pembatasan sosial yang dilakukan oleh negara tempat

TKI bekerja, termasuk yang dirasakan oleh TKI Taiwan. Pandemi covid-19 juga akan menimbulkan ketidakamanan dalam bekerja. Ketidakamanan dalam bekerja merupakan keadaan saat TKI merasa terancam, khawatir, stres, dan merasa tidak pasti dengan keadaan dirinya dan tempat kerja karena masa pandemi Covid-19.

Agar mampu bertahan dan tetap bekerja di masa pandemi, TKI perlu melakukan penyesuaian diri dengan keadaan yang dihadapi. Penyesuaian diri merupakan usaha yang mencakup respon mental dan perilaku individu dalam menghadapi masalah. Penyesuaian diri sangat membantu seseorang untuk tetap melanjutkan hidupnya ketika berada di keadaan sulit, termasuk pada masa pandemi Covid-19. Penyesuaian diri pada masa pandemi akan membantu TKI dalam mengatasi stres dan depresi yang diakibatkan oleh masalah pembatasan sosial dan kesehatan yang dialami. TKI yang terhindar dari stres cenderung akan memiliki motivasi bekerja dan produktivitas kerja yang dihasilkan akan baik. Sehingga, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana penyesuaian diri TKI yang bekerja pada masa Pandemi Covid-19 khususnya di Taiwan?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mencari tahu penyesuaian diri yang dilakukan oleh TKI yang bekerja di Taiwan pada masa pandemi covid-19.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dalam penelitian ini yakni berguna untuk menambah referensi mengenai kajian penyesuain diri, dan menambah referensi dalam ranah



pembahasan mengenai para pekerja luar negeri TKI, serta dapat berguna sebagai acuan dalam pembahasan yang mungkin serupa pada penelitian-penelitian selanjutnya.

## **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan manfaat praktis yakni dapat digunakan acuan untuk TKI khususnya yang berada di Taiwan dalam melakukan penyesuaian diri sehingga dapat menambahkan wawasan baru bagi TKI mengenai penyesuaian diri dalam menghadapi pandemi Covid-19.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Pandemi Covid-19 menyebabkan pekerja migran merasa tidak nyaman dan merasa tidak aman. Pekerja migran atau TKI merasa terancam, khawatir, stres, dan merasa tidak pasti dengan keadaan dirinya dan tempat kerja karena masa pandemi Covid-19. Kesulitan yang dihadapi oleh informan antara lain kesulitan bahasa, kesulitan mobilitas karena pembatasan sosial, dan kesulitan atau masalah di tempat kerja. Agar mampu bertahan dan tetap bekerja di masa pandemi, TKI perlu melakukan penyesuaian diri dengan keadaan yang dihadapi.

Berdasarkan hasil dan pembahasan maka kedua informan mampu melakukan penyesuaian diri karena memenuhi segala aspek penyesuaian diri yaitu ketiadaan emosi yang berlebihan, ketiadaan mekanisme psikologis, ketiadaan perasaan frustrasi pribadi, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri (*Self-direction*), kemampuan untuk belajar, kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu, serta sikap realistis dan objektif. Meskipun terdapat satu aspek yang tidak dipenuhi oleh informan kedua yaitu aspek kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu. Akan tetapi informan kedua mampu untuk menghadapi segala masalah yang dimilikinya dengan baik. Kedua informan mampu melakukan penyesuaian diri dengan kesulitan yang timbul ketika masa pandemi Covid-19.

## **B. Saran**

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kata sempurna, maka penelitian selanjutnya diharapkan untuk lebih menggali penelitian terkait penyesuaian diri dengan mengkaji urgensi lainnya seperti faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Sehingga pembaca dapat mencegah pengaruh dari faktor-faktor yang dapat dihindari atau dengan menggali penyesuaian diri pada informan dengan latar belakang yang berbeda. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk lebih mempersiapkan proses pemilihan informan agar pada saat pengambilan data tidak mengalami hambatan seperti yang dialami oleh peneliti. Selama lebih dari 3 bulan pengambilan data peneliti mengalami kesulitan dari awal yang diprediksi mudah ternyata tidak. Wawancara yang telah dilakukan cukup panjang kemudian di lapangan juga peneliti kesulitan dalam mendapatkan informan yang berkenan untuk melakukan wawancara. TKI yang bekerja di Taiwan yang ditemui oleh peneliti kebanyakan sudah berusia lanjut sehingga sulit untuk diajak komunikasi. Selain itu banyak juga yang baru berangkat ke Taiwan sehingga mereka belum melakukan penyesuaian diri. Selain itu kesibukan yang dimiliki oleh TKI juga membuat mereka tidak bisa meluangkan waktu luang untuk melakukan wawancara. Selain hal tersebut peneliti juga sebenarnya sudah mendapatkan beberapa informan, yang mana di awal sudah bersepakat untuk dilakukan wawancara atau pengambilan data, lalu selang beberapa waktu ternyata mereka hilang kontak dengan peneliti. Sehingga dari sekian TKI yang bekerja di Taiwan peneliti mendapatkan dua responden sehingga triangulasi yang dilakukan adalah triangulasi waktu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H., Mustakim., & Syafaruddin. (2018). Hubungan antara penyesuaian diri dengan berpikir positif siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Seteluk Kabupaten Sumbawa Barat. *Jurnal Realita*, 3(5), 482–493.
- Akhmad, S. K., & Adelina, F. (2019). Bersyukur (Gratitude) saat memasuki masa persiapan pensiun pada karyawan Badan Usaha Milik Negara (BUMN). *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 3(1), 85–102.
- Amalia, L. (2011). Dampak ketidakhadiran ibu sebagai Tenaga Kerja Wanita (TKW) terhadap perkembangan psikologis remaja. *Kodifikasia*, 5(1), 80–96.
- Anggraini, P., Monanisa, M., & Arafat, Y. (2020). Dampak Tenaga Kerja Wanita (TKW) terhadap Sosial Ekonomi keluarga yang ditinggalkan di Kecamatan Tanjung Raja. *JURNAL SWARNABHUMI: Jurnal Geografi dan Pembelajaran Geografi*, 5(1), 35.
- Ardianingjakti, G., & Resdasari, A. (2016). Harga diri pada remaja yang memiliki ibu sebagai TKI : Studi kualitatif fenomenologi. *Jurnal Empati*, 5(1), 69–73.
- Asepta, U. Y., & Pramatasari, D. (2022). Pengaruh job stress dan burnout syndrome terhadap turnover intention pada karyawan wanita di Kota Malang. *Jurnal Riset Manajemen Sains Indonesia (JRMSI)*, 13(1), 34–52.
- Atalan, A. (2020). Is the lockdown important to prevent the COVID-19 pandemic? Effects on psychology, environment and economy-perspective. *Annals of Medicine and Surgery*, 1–18.
- Barabari, P., & Moharamzadeh, K. (2020). Novel coronavirus (covid-19) and dentistry—a comprehensive review of literature. *Dentistry Journal*, 8(2), 1–18.
- Ciravegna, L., & Michailova, S. (2021). Why the world economy needs, but will not get, more globalization in the post-COVID-19 decade. *Journal of International Business Studies*, 1–15.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Singapore: SAGE Publications.

- Faudzan, V. M., Ayuninda, Y. F., & Afako, D. (2019). Perempuan pekerja migran: Kajian perlindungan personal human security Tenaga Kerja Indonesia. *Jurnal Sentris KSMPMI*, 2, 1–24.
- Garaika, D. (2019). *Metodologi Penelitian*. Lampung: CV Hira Tech.
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2016). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Hervina, & Nasutianto, H. (2020). Perubahan manajemen pasien dan pemilihan tindakan kedokteran gigi di masa pandemi Covid-19. *Prosiding Webinar Nasional Universitas Mahasaraswati 2020*, 170–174.
- ILO. (2020). Pelindungan pekerja migran selama pandemi COVID-19 Rekomendasi bagi Pembuat Kebijakan dan Konstituen. In *Risalah ILO*.
- Kemenkes RI. (2021). *Penjelasan WHO tentang Omicron, Varian Baru COVID-19*. <https://covid19.go.id/p/berita/penjelasan-who-tentang-omicron-varian-baru-covid-19>. Diakses tanggal 5 Mei 2022
- Kurnia, T. (2022). *26 Mei 2022: Kasus COVID-19 di Taiwan Sedang Melonjak*. Liputan6. <https://www.liputan6.com/global/read/4971596/26-mei-2022-kasus-covid-19-di-taiwan-sedang-melonjak>. Diakses tanggal 6 Juni 2022.
- Levani, Y., Uswatu, H., & Fatwakiningsih, N. (2020). Stress dan kesehatan mental di masa pandemi Covid-19. *Seminar Online Update on COVID-19 Multidisciplinary Perspective*, 134–144.
- Mahardhani, A. J. (2020). Menjadi warga negara yang baik pada masa pandemi Covid-19: Perspektif kenormalan baru. *Jurnal Pancasila dan Kewarganegaraan*, 5(2), 65–76.
- Manihuruk, C. P., & Tirtayasa, S. (2020). Pengaruh stres kerja, motivasi kerja, dan lingkungan kerja terhadap semangat kerja pegawai. *MANEGGIO: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 3(2), 296–307.
- Masyah, B. (2020). Pandemi Covid-19 terhadap kesehatan mental dan psikososial. *Mahakan Nursing*, 2(8), 353–362.
- Maulida, H., Jatimi, A., Heru, M. J. A., Munir, Z., & Rahman, H. F. (2020). Depresi pada komunitas dalam menghadapi pandemi Covid-19: A systematic review.

*Jurnal Sains dan Kesehatan*, 2(4), 519–524.

- Mujiburrahman, M., & Al Qadri, S. (2021). Hubungan Antara Kemampuan Kontrol Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 1 Taliwang. *Realita : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 1398–1406.
- Putra, R. A. P., Qomnariyah, N., & Haque, S. (2020). Dinamika psikologis seorang suami yang ditinggal istri menjadi TKW. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(01), 67–72.
- Putri, A., Anggraeni, S. V., Isnarti, R., & Khairunisa, N. N. (2021). Studi Komparatif Penanganan Pandemi di Taiwan: SARS, H1N1, dan COVID-19. *Jurnal Transformasi Digital*. 8 (1).
- Rahardjo, T., Dwiningtyas, H., & Pradekso, T. (2018). Komunikasi “Penyesuaian Diri Kembali” pekerja migran perempuan yang kembali ke daerah asal. *Jurnal ASPIKOM*, 3(5), 817–832.
- Raharto, A. (2017). Pengambilan keputusan Tenaga Kerja Indonesia (TKI) perempuan untuk bekerja di luar negeri: Kasus Kabupaten Cilacap. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 12(1), 39–54.
- Rahmah, A. H., & Wardiani, F. (2021). Analisis faktor penyebab stres kerja dan dampaknya pada kinerja karyawan swasta Kota Samarinda di masa pandemi Covid-19. *Esensi: Jurnal Bisnis dan Manajemen*, 11(2), 225–236.
- Sajou, D. M., Putri, K. M. T., & Dwi, N. F. (2020). Peran negara atas perlindungan hukum Tenaga Kerja Indonesia pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Syntax Transformation*, 1(8), 445–452.
- Salsabila, A. (2021). *Menjaga Kesehatan Mental di Masa Pandemi*. Universitas Lambung Mangkurat.
- Santoso, A. M. H. (2022). COVID-19 : Varian dan mutasi. *Jurnal Medika Hutama*, 3(2), 1980–1986.
- Schneiders, A. A. (1999). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Reinhart and Winston Inc.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2017). *Metode Penelitian unruk Bisnis: Pendekatan Pengembangan-Keahlian* (6th ed.). Jakarta: Salemba Empat.

- Setyaningrum, W., & Yanuarita, H. A. (2020). Pengaruh Covid-19 terhadap kesehatan mental masyarakat Di Kota Malang. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(4), 550–556.
- Setyawati, L., & Hidayah, P. N. (2019). Pengembangan karakter dalam menghadapi era revolusi industri 4.0. *Prosiding Seminar Nasional 2019 Pengembangan Karakter Dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0*, 1, 204–207.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sunartono, & Hartanto. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Susanto, D. (2020). *Kampung Tangguh di Kalsel Miliki Tempat Karantina*. *Media Indonesia*. <https://mediaindonesia.com/nusantara/331345/kampung-tangguh-di-kalsel-miliki-tempat-karantina>. Diakses tanggal 7 Juli 2022.
- Wardah, F. (2020). *Pandemi Covid-19 Persult Hidup Pekerja Migran Indonesia di Luar Negeri*. VOA Indonesia. <https://www.voaindonesia.com/a/pandemi-covid-19-persulit-hidup-pekerja-migran-indonesia-di-luar-negeri/5491260.html>. Diakses tanggal 10 Mei 2022.
- WHO. (2022). *WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard*. <https://covid19.who.int/>.
- Yazid, S., Lie, & Jovita, L. D. (2020). Dampak pandemi terhadap mobilitas manusia di Asia Tenggara. *Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional*, 75–83.
- Zulkipli, & Muharir. (2021). Dampak Covid-19 terhadap perekonomian Indonesia. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi Syariah*, 1(1), 7–12.