

## PERAN SPIRITUALITAS DALAM MEMPERTAHANKAN KETAHANAN PERNIKAHAN DI KALANGAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA

Oleh:

<sup>1</sup>Sri Hartono, <sup>2</sup>Yusup Arip, <sup>3</sup>Nurul Iman, <sup>4</sup>Rudianto

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Jl. Budi Utomo No.10, Ronowijayan, Kec. Ponorogo, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur 63471

e-mail: Srihartono@umpo.ac.id<sup>1</sup>, yusufarif85fe@umpo.ac.id<sup>2</sup>, nuruliman@umpo.ac.id<sup>3</sup>,  
alrujekar@gmail.com<sup>4</sup>

---

### ABSTRACT

*This study is motivated by the increasing rate of divorce among families of Indonesian Migrant Workers (PMI), which is influenced by geographical separation, economic pressures, and weak family resilience. The purpose of this study is to explore the role of spirituality in fostering and sustaining marital resilience among PMI families. This study employs a qualitative approach with a phenomenological design. Data collection was conducted through field observations and direct interactions with participants at Sanggar Bimbingan (SB) At-Tanzil Lembah Jaya, Malaysia. The preliminary results indicate that spiritual values (worship practices, etiquette, and moral principles) constitute an essential component of character development. Regular religious practices contribute to emotional stability, showing that faith-based educational environments have significant potential to strengthen family resilience.*

**Key words:** *Marriage Resilience, Indonesian Migrant Workers, Spirituality, Phenomenology*

---

### ABSTRAK

Penelitian ini dimotivasi oleh meningkatnya angka perceraian di kalangan keluarga Pekerja Migran Indonesia (PMI), yang dipengaruhi oleh pemisahan geografis, tekanan ekonomi, dan lemahnya ketahanan keluarga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi peran spiritualitas dalam memupuk dan mempertahankan ketahanan perkawinan di kalangan keluarga PMI. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi lapangan dan interaksi langsung dengan partisipan di Sanggar Bimbingan (SB) At-Tanzil Lembah Jaya, Malaysia. Hasil awal menunjukkan bahwa nilai-nilai spiritual (praktik ibadah, etika, dan prinsip moral) merupakan komponen penting dalam pengembangan karakter. Praktik keagamaan yang teratur berkontribusi pada stabilitas emosional, menunjukkan bahwa lingkungan pendidikan berbasis agama memiliki potensi signifikan untuk memperkuat ketahanan keluarga.

**Kata Kunci:** Ketahanan Perkawinan, Pekerja Migran Indonesia, Spiritualitas, Fenomenologi

---

## PENDAHULUAN

Fenomena migrasi internasional yang dilakukan oleh Pekerja Migran Indonesia (PMI) acapkali dipandang secara hegemonik sebagai solusi instan dan paling pragmatis untuk memutus rantai kemiskinan struktural serta meningkatkan kesejahteraan ekonomi keluarga di daerah asal. Dalam lanskap ekonomi makro, aliran dana kiriman (*remittance*) yang dikirimkan oleh para pekerja migran terbukti menjadi stimulus vital yang mampu mendongkrak daya beli rumah tangga, membiayai pendidikan anak hingga jenjang tertinggi, serta menstimulasi investasi usaha mikro di pedesaan. Paradoksnya, keberhasilan finansial yang kasat mata ini sering kali mengaburkan realitas non-ekonomi yang terjadi di tingkat mikro. Narasi sukses migrasi yang didengungkan oleh agen penempatan dan media massa cenderung mereduksi kompleksitas migrasi itu sendiri, seolah-olah peningkatan akumulasi modal materiil secara otomatis berbanding lurus dengan stabilitas dan kebahagiaan domestik di dalam institusi keluarga yang ditinggalkan (Triyawan et al., 2026).

Namun, di balik perbaikan indikator finansial tersebut, terdapat harga sosial (*social cost*) yang sangat mahal dan sering kali tidak terhitung nilainya yang harus dibayar oleh institusi keluarga. Ketika salah satu atau kedua orang tua memutuskan untuk memobilisasi diri ke luar negeri, struktur keluarga inti mengalami pergeseran radikal menjadi apa yang sosiolog sebut sebagai *transnational families* atau keluarga lintas negara. Fenomena keluarga transnasional ini memicu kerentanan struktural yang sangat tinggi karena merombak tatanan fungsi-fungsi tradisional keluarga secara paksa. Berbagai studi sosiologi keluarga menunjukkan bahwa keterpisahan geografis yang berlangsung bertahun-tahun melewati batas-batas negara tidak hanya menciptakan jarak fisik, tetapi secara perlahan mengikis kedekatan psikologis, memicu kecurigaan yang tidak beralasan, serta memperlemah ikatan emosional (*emotional bonding*) antar pasangan yang seharusnya dirawat melalui interaksi tatap muka harian (Effendi & Rahmi, 2024).

Dampak paling destruktif dari pudarnya ikatan emosional ini tercermin nyata pada data empiris di lapangan. Data dari berbagai pengadilan agama menunjukkan adanya tren kenaikan angka perceraian yang sangat signifikan dan mengkhawatirkan di berbagai wilayah basis asal PMI. Faktor pemicu retaknya komitmen perkawinan ini bersifat multidimensional dan saling berkelindan satu sama lain. Akar permasalahannya dimulai dari lemahnya intensitas dan kualitas komunikasi jarak jauh, akumulasi tekanan psikologis serta kesepian mendalam di negara penempatan, hingga munculnya bias dalam relasi gender baru ketika istri yang menjadi PMI merasa memiliki otonomi finansial yang lebih tinggi. Situasi ini diperparah oleh ketidakmampuan manajemen keuangan dalam mengelola dana remitansi, yang sering kali justru memicu konflik horizontal terkait prioritas pengeluaran. Ketika fungsi kontrol sosial dan pemenuhan kebutuhan afeksi di dalam rumah tangga mengalami disfungsi total, benturan konflik sekecil apa pun dalam kehidupan sehari-hari berpotensi mengalami eskalasi ekstrem dan berakhir pada runtuhnya komitmen pernikahan (Ridwanda et al., 2026).

Dalam situasi krisis emosional dan keretakan struktural yang mengancam eksistensi keluarga tersebut, setiap individu yang terlibat baik PMI yang berada di luar negeri maupun pasangan yang tinggal di tanah air memerlukan sebuah sistem pertahanan psikologis atau mekanisme koping (*coping mechanism*) yang luar biasa tangguh. Di sinilah dimensi spiritualitas dan nilai-nilai religiusitas memegang peranan yang sangat krusial sebagai benteng pertahanan terakhir. Dalam konteks studi psikologi perkembangan dan keluarga, spiritualitas tidak boleh sekadar dimaknai secara reduktif sebagai ritual formalitas peribadatan semata. Lebih dari itu, spiritualitas merupakan sebuah jangkar internal (*internal anchor*) dan sistem nilai abstrak yang secara aktif mengarahkan cara pandang individu dalam memaknai setiap ujian hidup, mengelola stres akibat tekanan lingkungan, serta

menekan ego pribadi demi mempertahankan ikatan suci pernikahan yang telah diikrarkan (Suot & Bajirani, 2025).

Meskipun urgensi dan signifikansi spiritualitas dalam memitigasi konflik keluarga telah banyak diakui secara teoretis, studi kualitatif mendalam yang memotret secara langsung bagaimana dinamika spiritualitas itu beroperasi pada komunitas PMI di Malaysia masih tergolong sangat terbatas. Kebanyakan literatur terdahulu lebih banyak berfokus pada aspek hukum perlindungan tenaga kerja, eksploitasi ekonomi, atau dampak psikologis anak yang ditinggalkan (*left-behind children*). Masih terdapat ruang kosong (*research gap*) yang lebar mengenai bagaimana pasangan suami-istri migran melakukan negosiasi ruang keagamaan dan memanfaatkan nilai-nilai spiritual sebagai strategi bertahan di negara penempatan seperti Malaysia yang memiliki karakteristik sosio-kultural unik namun juga menyimpan tekanan kerja yang tinggi bagi pekerja domestik maupun perkebunan.

Oleh karena itu, penelitian ini dirancang secara khusus untuk mengisi ruang kosong dalam literatur tersebut dengan bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam peran nyata spiritualitas dalam membangun, mengadaptasi, dan mempertahankan resiliensi perkawinan (*marital resilience*) pada keluarga PMI. Melalui pendekatan kualitatif yang sensitif terhadap konteks, penelitian ini akan membongkar narasi-narasi subjektif para pekerja migran mengenai bagaimana nilai-nilai ketuhanan, kesabaran, dan pemaknaan religius atas penderitaan ditransformasikan menjadi strategi koping yang konkret. Hasil dari penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi teoritis bagi perkembangan sosiologi keluarga transnasional, tetapi juga memberikan rekomendasi praktis bagi para pemangku kebijakan dalam merumuskan program pendampingan psikososial berbasis spiritualitas bagi pekerja migran Indonesia.

## TINJAUAN PUSTAKA

Secara konseptual, fenomena migrasi internasional yang memisahkan anggota keluarga inti dalam jangka waktu lama merubah struktur domestik menjadi apa yang disebut sebagai *transnational families* (keluarga transnasional). Menurut Bryceson dan Vuorela (2002), keluarga transnasional merupakan sebuah institusi keluarga yang anggota-anggotanya hidup terpisah secara geografis namun tetap mempertahankan rasa kebersamaan dan ikatan kolektif melewati batas-batas negara. Dalam perspektif sosiologi keluarga, kondisi ini memicu *social cost* (harga sosial) yang sangat tinggi akibat terjadinya disfungsi pada peran-peran tradisional keluarga, seperti fungsi afeksi, proteksi, dan kontrol sosial (Wijayanti, 2025). Keterbatasan interaksi tatap muka secara konsisten melemahkan ikatan emosional (*emotional bonding*) antar-pasangan, memicu asimetri informasi yang melahirkan kecurigaan, serta memicu restrukturisasi relasi gender baru yang rentan terhadap konflik horizontal. Kegagalan dalam menegosiasikan jarak psikologis ini sering kali berujung pada runtuhnya komitmen pernikahan, sebagaimana tercermin dari tingginya angka perceraian di daerah asal pekerja migran (Maghfiroh et al., 2024).

Untuk mempertahankan keutuhan hubungan di tengah kerentanan struktural tersebut, pasangan transnasional membutuhkan *marital resilience* (resiliensi perkawinan), yaitu kapasitas sebuah hubungan pernikahan untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari krisis serta tekanan eksternal (Walsh, 2016). Dalam diskursus psikologi keluarga, dimensi spiritualitas dan religiusitas diidentifikasi sebagai strategi koping (*coping mechanism*) berbasis makna yang paling krusial. Melalui lensa *Family Stress Theory* yang dikembangkan oleh Hill, spiritualitas berfungsi sebagai jangkar internal yang membentuk kembali persepsi individu terhadap krisis (*cognitive reappraisal*). Spiritualitas tidak sekadar mewujudkan dalam ritual formal, melainkan sebagai komitmen nilai keagamaan yang mendalam untuk

mengelola stres, memicu atribusi positif atas penderitaan, dan menekan ego individual demi menjaga sakralitas ikatan pernikahan (Zunaih et al., 2025). Dengan demikian, integrasi nilai spiritual ke dalam sistem pertahanan mental pekerja migran menjadi faktor determinan yang menentukan mampu atau tidaknya sebuah keluarga transnasional mempertahankan keutuhan perkawinan mereka di tengah beratnya ujian pemisahan geografis (Anggraini, 2024).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis yang bertujuan untuk menguak, menginterpretasikan, dan memahami secara mendalam esensi terdalam dari pengalaman hidup (*lived experiences*) subjek penelitian terkait tantangan keterpisahan jarak geografis dan upaya mereka dalam mempertahankan keutuhan rumah tangga. Lokasi penelitian ditetapkan di Sanggar Bimbingan (SB) At-Tanzil Lembah Jaya, Malaysia, yang dipilih secara sengaja karena institusi ini bertindak sebagai episentrum strategis berkumpulnya komunitas, anak-anak, dan keluarga Pekerja Migran Indonesia (PMI) di wilayah tersebut. Prosedur pelaksanaan pada tahap awal dilakukan dengan meleburkan tim peneliti ke dalam ekosistem mitra melalui program Kuliah Kerja Nyata Internasional (KKN-KI) dan *International Student Mobility*. Pendekatan partisipatif ini menjadi langkah krusial untuk mempermudah proses *building rapport* (membangun kepercayaan dan kedekatan emosional) dengan para informan, sehingga mampu mereduksi hambatan kultural maupun psikologis ketika peneliti harus menggali data-data sensitif mengenai dinamika internal dan krisis keluarga transnasional mereka.

Untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif dan utuh mengenai fenomena tersebut, teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menerapkan metode triangulasi yang menggabungkan beberapa instrumen sekaligus guna menjaga keabsahan data. Proses penghimpunan data primer dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) terstruktur untuk mengeksplorasi narasi subjektif, aspek psikologis, serta pemaknaan spiritual informan terhadap resiliensi pernikahan mereka. Teknik ini diperkuat dengan observasi terbatas secara langsung terhadap aktivitas harian komunitas PMI di lingkungan sanggar bimbingan guna menangkap interaksi sosial dan realitas kultural yang terjadi di lapangan. Selain itu, peneliti juga mengumpulkan dokumentasi tertulis maupun visual, seperti arsip kegiatan, foto, dan catatan lapangan relevan, sebagai bukti pendukung yang autentik. Melalui strategi triangulasi ini, seluruh data yang diperoleh dapat saling mengonfirmasi, memvalidasi, dan memperkaya analisis tematik mengenai mekanisme koping berbasis spiritualitas pada keluarga pekerja migran.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis hasil observasi lapangan dan interaksi langsung yang dilakukan pada fase awal penelitian di SB At-Tanzil Lembah Jaya, ditemukan dua pola utama bagaimana nilai-nilai spiritualitas dihidupkan di tengah tekanan hidup sebagai pekerja migran:

### **Internalisasi Nilai Religiusitas dan Karakter Komunitas**

Di tengah keterbatasan akses formal di negara penempatan, Sanggar Bimbingan At-Tanzil berfungsi tidak sekadar sebagai institusi transfer ilmu akademik, melainkan sebagai

pusat pelestarian nilai budaya dan penguatan spiritual. Aktivitas mingguan dirancang secara integratif dengan memasukkan muatan keagamaan yang kental.

Aktivitas Keagamaan Rutin: Pelaksanaan salat berjamaah, pembiasaan zikir, dan pengajian Islam rutin menjadi instrumen utama untuk membangun kedekatan emosional berbasis iman antar sesama anggota komunitas PMI.

Penanaman Adab dan Moralitas: Pembelajaran etika harian (adab) ditekankan sejak dini kepada anak-anak PMI. Hal ini menciptakan multiplier effect di mana nilai moralitas Islami tersebut dibawa kembali ke rumah dan memengaruhi interaksi psikologis di dalam keluarga.

Edukasi Penunjang: Guna menopang ketahanan ekonomi keluarga, dilakukan pula integrasi edukasi literasi keuangan anak (program "Pocket Money Record") serta edukasi kesehatan dasar.

### Spiritualitas sebagai Sistem Jangkar Ketahanan Perkawinan

Data awal dari interaksi lapangan mengonfirmasi bahwa keterlibatan aktif dalam ruang spiritualitas memberikan dampak signifikan bagi stabilitas psikologis pekerja migran. Penjabarannya dikaji melalui tiga indikator utama ketahanan keluarga:

Tabel 1

Dimensi Ketahanan	Temuan Lapangan & Data Relevan	Dampak Perkawinan	Terhadap
Stabilitas Emosional	Praktik ibadah rutin terbukti mereduksi tingkat stres kerja ( <i>occupational stress</i> ).	Menurunkan risiko pelampiasan emosi negatif ke pasangan saat berkomunikasi jarak jauh.	
Koping Berbasis Iman ( <i>Faith-based Coping</i> )	Kesulitan hidup dan kesepian tidak dipandang sebagai penderitaan tanpa arah, melainkan takdir yang harus dijalani dengan kesabaran.	Memperkuat komitmen kesetiaan dan meminimalisir niat untuk melakukan gugatan cerai.	
Dukungan Lingkungan Keagamaan	Lingkungan sanggar menyediakan ekosistem sosial yang positif dan saling mengingatkan.	Mengurangi deviasi perilaku sosial negatif yang berpotensi merusak ikatan perkawinan.	

Temuan awal ini sejalan dengan teori ketahanan keluarga islami (Sakinah family resilience), di mana aspek spiritualitas bertindak sebagai pondasi utama yang mengikat aspek ketahanan fisik-ekonomi, ketahanan sosial, dan ketahanan psikologis menjadi satu kesatuan utuh. Ketika jarak memisahkan fisik, kesamaan visi spiritual menjaga tautan hati antar pasangan pekerja migran.

## PENUTUP

### Kesimpulan

Eksplorasi awal pada penelitian ini menegaskan bahwa spiritualitas bukan sekadar pelarian dogmatis, melainkan sebuah pilar fungsional yang menjaga kestabilan psikologis dan emosional keluarga Pekerja Migran Indonesia (PMI) dari ancaman perceraian. Melalui pembiasaan ibadah rutin, internalisasi adab, dan pembentukan ekosistem sosial keagamaan di lembaga mitra seperti SB At-Tanzil, para pekerja migran memiliki daya tangkal yang lebih kuat terhadap tekanan eksternal akibat sekat geografis.

Rekomendasi Tahap Selanjutnya: Mengingat penelitian ini masih berada pada tahap pengamatan kontekstual awal, agenda mendesak berikutnya adalah melakukan wawancara mendalam (in-depth interview) secara langsung dengan para pekerja migran dan pasangan mereka di tanah air. Hal ini penting untuk mengurai pola komunikasi jarak jauh mereka secara fenomenologis guna menyusun model konseptual ketahanan keluarga berbasis spiritualitas yang utuh, valid, dan aplikatif bagi penentu kebijakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Shabudin, N. A., & Kamarunzaman, N. Z. (2025). Souls of Survival: COVID-19, Spirituality and Coping Outcomes Among Malaysia's Informal Workforce. *Journal of Mehmet Akif Ersoy University Economics and Administrative Sciences Faculty*, 13(1), 45-60.
- Anggraini, E. (2024). Analisis Faktor-Faktor Ketahanan Keluarga pada Keluarga Pekerja Migran Indonesia di Desa Sukowilangun, Kecamatan Kalipare, Kabupaten Malang. *Jurnal Sains, Sosial Dan Humaniora*, 1(2), 67–77.
- Aziz, R., & Mangestuti, R. (2025). Exploring the Intersection of Spirituality and Marital Satisfaction: Insights from Islamic Families. *Proceedings Conference on Psychology and Flourishing Humanity*, 12-25.
- BMC Nursing. (2025). The Mediating Role of Spirituality in the Relationship Between Occupational Stress and Life Satisfaction Among Nurses. *BMC Nursing*, Volume 24, Article 1232
- Chumayro, S., Saputra, N. A., & Maliki, I. A. (2025). Sakinah Family Resilience in Long Distance Marriage Couples Among Building Workers. *El-Izdiwaj: Indonesian Journal of Civil and Islamic Family Law*, 6(1), 89-104.
- Effendi, T., & Rahmi, A. (2024). Pemenuhan Hak Pendidikan Bagi Anak Pekerja Migran Indonesia di Klang Lama, Malaysia. *Maslahah Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 13–37.
- Harjuna, R. T. B., & Gusman, G. (2025). Spirituality as a Coping Mechanism Among Women After Parental Loss: A Case Study from a Sufi Perspective. *JENTRE: Journal of Education, Administration, Training and Religion*, 3(2), 112-126.
- Laili, B. N., Holid, M., & Suryo Alam, D. W. (2025). Patterns of Gender Relations Among Indonesian Migrant Workers: A Case Study of Madura Families in Malaysia. *ASA Journal*, 6(2), 1-11.
- Lyman, E. M., Marks, L. D., Dollahite, D. C., et al. (2024). How Do Religious Women Cope with Marital Conflict and Hardship? *Psychology International*, 6(4), 1013-1027.
- Maghfiroh, A., Yulianti, D. B., Suluh, D., & Dewi, K. (2024). Penguatan Ketahanan Keluarga melalui Pemahaman Phubbing sebagai Upaya Penekanan Angka Perceraian di Kabupaten Ponorogo. *Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 8(2), 381–389.

- Pristiani, Y. D., & Widodo, A. (2025). Family Resilience of Married Couples Working Abroad: A Study in Kalirejo Village. *Brilliant: A Journal of Research and Conceptual*, 10(3), 201-215.
- Putri, S. S. A., Althriyani, Y., Kinanthi, M. R., & Febriani, Z. (2025). Improving the Healthy Lifestyle of Workers Through Spirituality and Family Cohesiveness. *Science Magazine*, 11(2), 113-125.
- Ridlwan, M., & Susgaleni, F. (2023). The Role of Religious Values in Building the Resilience of PMI Families in Tulungagung in the Digital Era. *Journal of Sociopolitics*, 5(1), 39-52.
- Ridwanda, M. L., Halimatus, E., & Muallifah. (2026). Cinta Dalam Gerak: Dinamika Psikologis Dan Strategi Peningkatan Kepuasan Pernikahan Sepanjang Perjalanan Hidup. *Pediaqu : Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 5(1), 46–60.
- Suot, O. V., & Bajirani, M. P. D. (2025). Dinamika Resiliensi Dewasa Awal Setelah Kematian Pacar. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 12(3), 1084–1102.
- Triyawan, A., Regita, A., Nabila, S., & Faturohman, S. (2026). Peningkatan Pendidikan Karakter untuk Anak-Anak Pekerja Migran Indonesia di Penang , Malaysia. *AJAD : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 151–157. <https://doi.org/10.59431/ajad.v6i1.787>
- Wijayanti, R. E. (2025). Upaya Mempertahankan Keutuhan. *Pandita: Interdisciplinary Journal of Public Affairs*, 3(2), 22–30.
- Zunaih, A. I., Nasihin, & Hasanah, M. (2025). Peran Spiritualitas Ibu Penerima PKH dalam Meningkatkan Ketahanan Psikologis Keluarga di Tengah Tantangan Sosial Budaya Lokal. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 12(1), 47–59.