

PEMANFAATAN WAKTU LUANG SEBAGAI STRATEGI PEMBERDAYAAN PEREMPUAN PASCA MIGRAN DI KOTA PEKANBARU

Indrawati, Teguh Widodo, Mochammad Lathif Amin,
Mardatillah*, Yusuf Krisman Gea

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau

*Email: mardatillah@lecturer.unri.ac.id

Article history

Received : 29/3/2026

Revised : 30/5/2026

Accepted : 31/5/2026

Published: 2/6/2026

Abstrak

Kewirausahaan merupakan salah satu kompetensi penting yang perlu dikembangkan dalam dunia pendidikan, tidak hanya bagi peserta didik, tetapi juga bagi guru sebagai fasilitator pembelajaran dan agen perubahan di lingkungan sekolah. Guru memiliki peran strategis dalam menanamkan nilai-nilai kreativitas, kemandirian, inovasi, keberanian mengambil risiko, dan kemampuan melihat peluang kepada peserta didik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkuat wawasan kewirausahaan bagi guru-guru Muhammadiyah di Pekanbaru sebagai upaya menumbuhkan jiwa entrepreneur di lingkungan sekolah. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab. Peserta kegiatan adalah 48 orang guru SD, SMP, dan SMA di lingkungan Pimpinan Daerah Muhammadiyah (PDM) Pekanbaru. Materi yang disampaikan meliputi konsep dasar kewirausahaan, pentingnya karakter entrepreneur dalam pendidikan, peluang pengembangan kewirausahaan di lingkungan sekolah, serta peran guru dalam membangun budaya kewirausahaan bagi peserta didik. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memiliki antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan, ditunjukkan melalui keaktifan dalam diskusi, penyampaian pengalaman, serta munculnya gagasan untuk mengintegrasikan nilai-nilai kewirausahaan dalam pembelajaran dan kegiatan sekolah. Kegiatan ini memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman guru mengenai pentingnya kewirausahaan sebagai bagian dari penguatan karakter dan keterampilan abad ke-21. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun ekosistem sekolah yang mendukung tumbuhnya jiwa entrepreneur di kalangan guru dan peserta didik.

Kata kunci: Kewirausahaan, Guru, Jiwa Entrepreneur, Pengabdian Masyarakat

PENDAHULUAN

Migrasi tenaga kerja perempuan merupakan fenomena sosial yang bersifat berkelanjutan dan berdampak panjang, tidak hanya pada fase keberangkatan dan masa kerja, tetapi juga pada fase pasca migrasi yang sering kali luput dari perhatian kebijakan maupun praktik pemberdayaan. Dalam perspektif sosiologis, migrasi tidak dapat dipahami sebagai proses linear yang selesai ketika pekerja migran kembali ke daerah asal, melainkan sebagai rangkaian pengalaman sosial yang memengaruhi identitas, relasi sosial, serta posisi perempuan dalam keluarga dan komunitas (Kusumastuti & Thiesmeyer, 2020). Fase pasca migrasi menjadi ruang transisi yang krusial, di mana perempuan harus menegosiasikan kembali peran domestik, pengalaman kerja sebelumnya, serta ekspektasi sosial yang melekat pada dirinya.

Sejumlah studi menunjukkan bahwa perempuan pasca atau purna migran kerap menghadapi kerentanan sosial dan ekonomi setelah kembali ke daerah asal. Pengalaman kerja dan disiplin yang diperoleh selama migrasi tidak selalu terkonversi menjadi modal sosial maupun ekonomi yang berkelanjutan, sehingga banyak perempuan kembali terserap ke dalam peran domestik dengan keterbatasan akses terhadap aktivitas produktif dan jejaring

sosial (Arifiartiningsih, 2016; Saleh, 2023). Kondisi ini diperkuat oleh minimnya program pendampingan yang berorientasi pada proses reintegrasi sosial perempuan pasca migran secara kontekstual dan partisipatif.

Kondisi serupa juga ditemukan di Kota Pekanbaru, yang menjadi salah satu wilayah kembali bagi perempuan pekerja migran setelah menyelesaikan kontrak kerja di luar daerah maupun luar negeri. Kedekatannya dengan negara Malaysia, membuat banyak warga Pekanbaru yang bekerja sebagai tenaga migran di negeri Jiran tersebut. Berdasarkan pengamatan awal kegiatan pengabdian, sebagian besar perempuan pasca migran berada pada usia produktif dan memiliki pengalaman kerja yang beragam, namun belum memiliki aktivitas sosial dan ekonomi yang terstruktur setelah kepulangan. Alih-alih terlibat dalam kegiatan produktif berbasis komunitas, mereka lebih banyak kembali pada rutinitas domestik, sementara potensi pengalaman dan keterampilan yang dimiliki belum dimanfaatkan secara optimal. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa fase pasca migrasi sering kali ditandai oleh stagnasi aktivitas dan ketergantungan ekonomi apabila tidak disertai dengan pendampingan yang berkelanjutan (Saleh et al., 2022; Wulandari et al., 2025).

Salah satu aspek yang menonjol dalam kehidupan perempuan pasca migran adalah keberadaan waktu luang setelah aktivitas domestik sehari-hari diselesaikan. Namun, waktu luang tersebut umumnya belum dimaknai sebagai sumber daya sosial yang strategis, melainkan dipahami sebagai waktu istirahat atau diisi dengan aktivitas pasif yang tidak berkontribusi pada penguatan kapasitas individu maupun kolektif. Padahal, sejumlah kajian menunjukkan bahwa pemanfaatan waktu luang secara terarah dapat menjadi pintu masuk bagi peningkatan kapasitas, kepercayaan diri, serta inisiasi aktivitas produktif berbasis rumah tangga dan komunitas (Scorviana & Yuliani, 2018; Doriza et al., 2020). Tanpa pengelolaan yang reflektif dan partisipatif, waktu luang justru berpotensi memperkuat kejenuhan, isolasi sosial, dan ketergantungan ekonomi perempuan pasca migran.

Berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang menyoal perempuan purna atau pasca migran telah dilakukan dengan beragam pendekatan dan fokus intervensi. Sejumlah studi menunjukkan bahwa pemberdayaan perempuan purna migran umumnya diarahkan pada penguatan keterampilan dan aktivitas produktif berbasis komunitas, baik melalui pendampingan perempuan purna pekerja migran dan korban kekerasan dalam rumah tangga (Chawa et al., 2020), pengembangan keterampilan spesifik seperti membatik (Marzuqi & Habibah, 2024), maupun penguatan kapasitas melalui strategi komunikasi dan pendampingan (Juddi, 2024). Di sisi lain, pemanfaatan waktu luang juga digunakan sebagai konteks intervensi, misalnya melalui bimbingan aktivitas edukatif (Hutauruk et al., 2022) dan pendampingan pada masa krisis seperti pandemi (Rositasari et al., 2022).

Meskipun memberikan kontribusi penting, sebagian besar program pengabdian tersebut masih menitikberatkan pada pelatihan keterampilan teknis dan peningkatan kapasitas ekonomi secara langsung. Pendekatan ini belum sepenuhnya menyentuh persoalan kesiapan sosial, kesadaran individu, serta integrasi aktivitas produktif dengan pola kehidupan domestik perempuan

pasca migran (Mustaqim et al., 2025; Susanti et al., 2025). Akibatnya, waktu luang cenderung diposisikan sebagai latar kegiatan, bukan sebagai ruang transisi yang strategis dalam proses pemberdayaan.

Dalam konteks tersebut, kegiatan pengabdian ini mengambil posisi berbeda dengan menempatkan waktu luang bukan sekadar sebagai konteks, melainkan sebagai strategi pemberdayaan. Strategi dalam hal ini dipahami sebagai proses bertahap yang mencakup peningkatan kesadaran, perencanaan partisipatif, aksi kolektif, serta refleksi berkelanjutan yang memungkinkan perempuan pasca migran membangun kembali agensi, kepercayaan diri, dan relasi sosialnya. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan pemberdayaan yang menekankan perubahan sosial secara gradual dan partisipatif, bukan semata pencapaian luaran ekonomi jangka pendek (Afandi et al., 2022; Siswadi & Syaifuddin, 2024).

Berdasarkan kerangka tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memanfaatkan waktu luang sebagai strategi pemberdayaan perempuan pasca migran di Kota Pekanbaru melalui pendampingan partisipatif. Kegiatan ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang dioperasionalkan ke dalam lima tahapan berkelanjutan, yaitu *to know*, *to understand*, *to plan*, *to act*, dan *to change*. Melalui pendekatan ini, perempuan pasca migran ditempatkan sebagai subjek aktif dalam seluruh proses kegiatan, sehingga pengabdian tidak hanya menghasilkan aktivitas produktif awal, tetapi juga mendorong perubahan pemaknaan terhadap waktu luang, penguatan partisipasi sosial, serta fondasi pemberdayaan yang lebih berkelanjutan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang menempatkan perempuan pasca migran sebagai subjek aktif dalam seluruh proses kegiatan, mulai dari identifikasi masalah, perencanaan aksi, pelaksanaan tindakan, hingga refleksi dan evaluasi bersama. Pendekatan ini dipilih karena sejalan dengan karakter pengabdian kepada masyarakat yang menekankan partisipasi, aksi nyata, dan refleksi kritis sebagai satu kesatuan proses perubahan sosial. Dalam kerangka PAR, perempuan pasca migran tidak diposisikan sebagai objek penerima program, melainkan sebagai mitra yang terlibat langsung dalam perumusan solusi dan pelaksanaan kegiatan. Melalui proses aksi-refleksi yang partisipatif dan kontekstual, pendekatan PAR dinilai relevan untuk mendorong perubahan kesadaran, penguatan relasi sosial, serta kemandirian perempuan pasca migran dalam mengelola waktu luang secara produktif dan berkelanjutan (Afandi et al., 2022; Siswadi & Syaifuddin, 2024).

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Kota Pekanbaru dengan melibatkan 20 orang perempuan pasca migran yang telah kembali dari migrasi kerja dan belum memiliki aktivitas sosial maupun ekonomi yang terstruktur. Pelaksanaan kegiatan dilakukan bekerja sama dengan Pekanbaru

Hospitality Institute (PHI) sebagai mitra pendampingan sekaligus lokasi kegiatan. Pemilihan lokasi dan subjek pengabdian didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan adanya ketersediaan waktu luang yang relatif besar di kalangan perempuan pasca migran, namun belum dikelola secara produktif. Kegiatan pengabdian berlangsung selama empat bulan, yaitu dari September hingga Desember 2025, sehingga memungkinkan proses pendampingan dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan. Dalam kegiatan ini, PAR dioperasionalkan ke dalam lima tahapan berkelanjutan, yaitu *to know*, *to understand*, *to plan*, *to act*, dan *to change*, yang saling terkait dan tidak bersifat linear.

Tahap to know

Tahap *to know* bertujuan untuk mengenali kondisi awal perempuan pasca migran terkait pola aktivitas sehari-hari, pengalaman pasca migrasi, serta pemanfaatan waktu luang. Tahap ini dilakukan melalui observasi partisipatif, kehadiran rutin dalam pertemuan awal, serta percakapan informal dengan peserta. Pendekatan ini digunakan untuk membangun relasi kepercayaan sekaligus memperoleh gambaran awal mengenai rutinitas domestik, pengalaman kerja sebelumnya, serta persepsi peserta terhadap waktu luang. Data pada tahap ini menjadi dasar awal untuk memahami konteks sosial dan kondisi nyata perempuan pasca migran di lokasi pengabdian.

Tahap to understand

Tahap *to understand* diarahkan untuk memperdalam pemahaman terhadap dinamika sosial dan permasalahan yang dihadapi perempuan pasca migran. Kegiatan pada tahap ini meliputi diskusi kelompok terarah (FGD), wawancara partisipatif, serta refleksi bersama peserta. Melalui proses ini, tim pengabdian dan peserta secara kolektif mengidentifikasi pola pemanfaatan waktu luang, hambatan struktural dan kultural, potensi individu dan kelompok, serta minat terhadap aktivitas produktif yang memungkinkan untuk dikembangkan. Tahap ini menjadi ruang reflektif yang penting untuk memaknai waktu luang sebagai bagian dari proses adaptasi pasca migrasi, bukan sekadar waktu sisa dari aktivitas domestik.

Tahap to plan

Tahap *to plan* dilaksanakan melalui musyawarah dan diskusi bersama peserta dengan prinsip bottom-up. Pada tahap ini, perempuan pasca migran terlibat secara aktif dalam merumuskan rencana aksi pemanfaatan waktu luang produktif sebagai strategi pemberdayaan. Perencanaan mencakup penentuan jenis aktivitas produktif berbasis minat dan kemampuan peserta, pengaturan alokasi waktu yang realistis dengan mempertimbangkan peran domestik, pembentukan kelompok kecil, serta pembagian peran dalam pelaksanaan kegiatan. Keterlibatan peserta dalam pengambilan keputusan pada tahap ini diharapkan dapat menumbuhkan rasa memiliki (*sense of ownership*) terhadap program pengabdian.

Tahap to act

Tahap *to act* diwujudkan melalui pelaksanaan pendampingan partisipatif yang telah direncanakan bersama. Kegiatan pada tahap ini meliputi diskusi reflektif mengenai pengelolaan waktu luang, pelatihan keterampilan

sederhana sesuai minat peserta, serta pendampingan kelompok kecil dalam menjalankan aktivitas produktif berbasis rumah tangga. Seluruh kegiatan dilaksanakan secara fleksibel agar dapat diintegrasikan dengan aktivitas sehari-hari peserta. Pendampingan pada tahap ini tidak semata-mata berorientasi pada capaian ekonomi, tetapi juga pada proses pembelajaran kolektif, penguatan relasi sosial, serta peningkatan kepercayaan diri perempuan pasca migran.

Tahap *to change*

Tahap *to change* merupakan tahap refleksi dan evaluasi partisipatif yang dilakukan bersama peserta dan mitra pengabdian. Tahap ini bertujuan untuk menilai perubahan yang terjadi, baik dalam cara peserta memaknai waktu luang, tingkat partisipasi sosial, maupun munculnya aktivitas produktif awal. Refleksi bersama juga digunakan untuk mengidentifikasi capaian, kendala, serta merumuskan strategi keberlanjutan agar praktik pemanfaatan waktu luang produktif dapat terus dijalankan secara mandiri setelah kegiatan pengabdian berakhir. Tahap ini menegaskan bahwa perubahan yang diharapkan dalam pengabdian tidak selalu bersifat instan, melainkan proses bertahap yang berakar pada kesadaran dan partisipasi peserta.



Gambar 1. Diagram alur tahapan kegiatan PAR

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dengan pendekatan Participatory Action Research (PAR) menunjukkan bahwa pemanfaatan waktu luang dapat berfungsi sebagai strategi awal pemberdayaan perempuan pasca migran apabila dijalankan melalui proses partisipatif dan reflektif. Hasil kegiatan tidak semata-mata terlihat pada luaran aktivitas produktif, tetapi terutama pada perubahan cara peserta memaknai waktu luang, peningkatan partisipasi sosial, serta munculnya inisiatif kolektif berbasis kelompok kecil.

Perubahan Pemaknaan Waktu Luang (*to know* dan *to understand*)

Pada tahap awal (*to know*), sebagian besar peserta memaknai waktu luang sebagai waktu istirahat setelah menyelesaikan pekerjaan domestik atau sebagai waktu yang “tidak produktif”. Waktu luang sering kali diisi dengan aktivitas pasif dan individual, seperti menonton televisi atau penggunaan gawai, tanpa keterkaitan dengan pengembangan kapasitas diri. Temuan ini

sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa perempuan pasca atau purna migran cenderung mengalami stagnasi aktivitas setelah kepulangan apabila tidak disertai dengan pendampingan sosial yang memadai (Arifiartiningsih, 2016; Saleh, 2023).

Melalui diskusi kelompok dan refleksi bersama pada tahap *to understand*, terjadi perubahan cara pandang peserta terhadap waktu luang. Waktu luang mulai dipahami sebagai ruang potensial untuk belajar, berinteraksi, dan mengembangkan aktivitas yang bermakna. Proses reflektif ini memungkinkan peserta menyadari bahwa keterbatasan waktu dan peran domestik tidak selalu menjadi hambatan, melainkan dapat dikelola secara fleksibel sesuai dengan kondisi masing-masing. Perubahan pemaknaan ini menjadi fondasi penting bagi proses pemberdayaan, karena kesadaran individu merupakan prasyarat utama sebelum masuk pada tahap aksi (Kusumastuti & Thiesmeyer, 2020).

Penguatan Partisipasi dan Perencanaan Kolektif (*to plan*)

Tahap *to plan* memperlihatkan meningkatnya partisipasi aktif perempuan pasca migran dalam proses pengambilan keputusan terkait pemanfaatan waktu luang. Proses perencanaan dilakukan melalui diskusi kelompok dan musyawarah sederhana yang difasilitasi oleh tim pengabdian bersama Pekanbaru Hospitality Institute (PHI) sebagai mitra pendamping dan pengoordinir kegiatan. Dalam forum ini, peserta secara bersama-sama mengidentifikasi jenis aktivitas produktif yang realistis untuk dijalankan dari rumah, dengan mempertimbangkan minat, pengalaman kerja sebelumnya, serta ketersediaan waktu luang di tengah peran domestik.

Melalui proses perencanaan partisipatif tersebut, peserta menyepakati beberapa bentuk aktivitas awal, antara lain pelatihan keterampilan pengolahan makanan (seperti pembuatan kue) dan aktivitas produktif lain yang relevan dengan konteks rumah tangga. PHI berperan dalam memberikan masukan teknis, penyediaan tempat kegiatan, serta pengaturan jadwal pelatihan agar sesuai dengan kebutuhan peserta. Keterlibatan perempuan pasca migran dalam menentukan jenis kegiatan, alokasi waktu, dan pembentukan kelompok kecil menunjukkan pergeseran posisi mereka dari penerima program menjadi aktor yang turut merancang arah kegiatan pengabdian. Proses ini memperkuat rasa memiliki (*sense of ownership*) dan menegaskan bahwa pemberdayaan lebih efektif ketika berangkat dari proses kolektif yang kontekstual, bukan melalui pendekatan pelatihan satu arah (Saleh et al., 2022; Wafiroh & Septiarti, 2024).

Implementasi Aksi dan Penguatan Relasi Sosial (*to act*)

Pada tahap *to act*, rencana yang telah disepakati bersama mulai diimplementasikan melalui aktivitas produktif berbasis rumah tangga yang dijalankan secara berkelompok. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Pekanbaru Hospitality Institute (PHI) sebagai mitra sekaligus lokasi utama kegiatan, dengan pendampingan partisipatif dari tim pengabdian dan fasilitator PHI. Salah satu bentuk aksi yang dilaksanakan adalah pelatihan pembuatan kue, yang dirancang tidak hanya sebagai transfer keterampilan teknis, tetapi juga sebagai ruang belajar bersama dan interaksi sosial antarperempuan pasca migran.

Pelaksanaan aktivitas secara berkelompok memungkinkan peserta saling berbagi pengalaman, belajar dari satu sama lain, serta membangun relasi sosial yang lebih intens di luar lingkup keluarga inti. Pendampingan tidak difokuskan pada pencapaian target ekonomi jangka pendek, melainkan pada proses pembelajaran, kerja kolektif, dan penguatan kepercayaan diri peserta. Keterlibatan dalam kegiatan ini mendorong munculnya keberanian berpendapat, rasa dihargai, serta inisiatif untuk mengintegrasikan aktivitas produktif ke dalam rutinitas harian. Dampak psikososial tersebut menunjukkan bahwa aktivitas produktif berbasis kelompok berfungsi sebagai medium pembentukan relasi sosial dan pembelajaran kolektif, sebagaimana juga ditemukan dalam berbagai kegiatan pengabdian perempuan pasca migran lainnya (Scorviana & Yuliani, 2018; Doriza et al., 2020).

Refleksi dan Indikasi Perubahan Awal (*to change*)

Tahap *to change* ditandai dengan proses refleksi dan evaluasi partisipatif bersama peserta. Refleksi dilakukan untuk menilai perubahan yang dirasakan peserta, baik dalam cara memanfaatkan waktu luang, tingkat partisipasi sosial, maupun keberlanjutan aktivitas produktif yang telah dijalankan. Hasil refleksi menunjukkan bahwa peserta mulai mengintegrasikan aktivitas produktif ke dalam rutinitas harian secara lebih sadar dan terencana.

Meskipun perubahan yang terjadi masih berada pada tahap awal, indikasi pemberdayaan telah terlihat dalam bentuk peningkatan kesadaran, penguatan relasi sosial, serta munculnya inisiatif untuk melanjutkan aktivitas secara mandiri. Hal ini menegaskan bahwa pemberdayaan perempuan pasca migran merupakan proses bertahap yang tidak dapat diukur hanya melalui luaran ekonomi, tetapi juga melalui perubahan perilaku dan praktik sosial sehari-hari (Afandi et al., 2022; Siswadi & Syaifuddin, 2024).

Tabel 1. Perubahan Sosial Kunci Pemanfaatan Waktu Luang Perempuan Pasca Migran.

Aspek Perubahan Kunci	Kondisi Awal	Output (Hasil Langsung)	Outcome (Perubahan Sosial)	Indikator Terukur
Pemaknaan waktu luang	Waktu luang dipahami sebagai waktu sisa dan istirahat pasif	Diskusi reflektif tentang rutinitas dan pengalaman pasca migrasi yang difasilitasi tim pengabdian dan mitra (PHI)	Waktu luang dimaknai sebagai ruang strategis untuk belajar dan aktivitas produktif	Perubahan narasi peserta tentang fungsi waktu luang dalam diskusi dan refleksi
Agensi perempuan dalam keseharian	Perempuan cenderung pasif dan menyesuaikan diri pada rutinitas domestik	Keterlibatan aktif peserta dalam perencanaan kegiatan dan penjadwalan aktivitas bersama PHI	Perempuan lebih berdaya dalam mengatur waktu dan aktivitasnya	Peserta mulai mengatur jadwal dan mengambil inisiatif kegiatan
Integrasi aktivitas produktif	Aktivitas produktif tidak terintegrasi dengan	Pelaksanaan aktivitas produktif berbasis rumah tangga	Aktivitas produktif terintegrasi	Aktivitas dilakukan berulang dan disesuaikan

Aspek Perubahan Kunci	Kondisi Awal	Output (Hasil Langsung)	Outcome (Perubahan Sosial)	Indikator Terukur
	kehidupan sehari-hari	melalui pelatihan di PHI	dengan rutinitas harian peserta	dengan peran domestik
Praktik pembelajaran kolektif	Tidak tersedia ruang belajar dan refleksi bersama	Diskusi kelompok dan pelatihan berbasis praktik yang difasilitasi oleh tim pengabdian dan PHI	Terbentuk pembelajaran sosial berbasis pengalaman dan kerja kolektif	Peserta aktif berbagi pengetahuan dan terlibat dalam diskusi kelompok

Diskusi: Waktu Luang sebagai Strategi Pemberdayaan dalam Perspektif Sosiologis

Temuan pengabdian ini menunjukkan bahwa waktu luang tidak dapat dipahami semata sebagai residu dari aktivitas produktif, melainkan sebagai ruang sosial yang sarat makna dan relasi kekuasaan. Dalam konteks perempuan pasca migran, waktu luang berada pada persimpangan antara tuntutan peran domestik, pengalaman kerja migrasi, serta ekspektasi sosial yang dilekatkan pada perempuan setelah kembali ke komunitas asal. Oleh karena itu, pemanfaatan waktu luang tidak bersifat netral, melainkan terkait dengan proses negosiasi identitas, posisi sosial, dan agensi perempuan pasca migran dalam kehidupan sehari-hari.

Secara sosiologis, fase pasca migrasi dapat dipahami sebagai fase liminal, yaitu kondisi transisional di mana individu tidak sepenuhnya berada dalam posisi lama maupun posisi baru. Perempuan pasca migran tidak lagi berada dalam dunia kerja migrasi yang menuntut disiplin dan produktivitas tertentu, tetapi juga belum sepenuhnya memperoleh pengakuan sosial terhadap pengalaman dan kapasitas yang dimilikinya. Dalam kondisi ini, waktu luang menjadi ruang liminal yang dapat berfungsi ganda: sebagai ruang stagnasi atau sebagai ruang transformasi. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa tanpa pendampingan, waktu luang cenderung dimaknai secara pasif dan individual, yang berpotensi mereproduksi ketergantungan dan marginalisasi sosial, sebagaimana ditemukan dalam berbagai studi tentang perempuan purna migran (Arifiartiningsih, 2016; Saleh, 2023).

Pendekatan PAR memungkinkan waktu luang direkonstruksi sebagai ruang sosial yang produktif melalui proses kolektif dan reflektif. Pada tahap *to know* dan *to understand*, proses diskusi dan refleksi bersama berfungsi sebagai mekanisme reframing sosial, di mana peserta diajak untuk menafsirkan ulang pengalaman hidup dan rutinitas sehari-hari mereka. Proses ini sejalan dengan pandangan sosiologi interpretatif yang menekankan bahwa tindakan sosial dibentuk oleh makna yang dilekatkan aktor terhadap situasi yang dihadapinya. Ketika waktu luang dimaknai ulang sebagai sumber daya sosial, perempuan pasca migran mulai melihat dirinya sebagai subjek yang memiliki kapasitas untuk bertindak, bukan sekadar objek dari kondisi struktural.

Lebih lanjut, perencanaan partisipatif pada tahap *to plan* dapat dipahami sebagai arena pembentukan agensi kolektif. Dalam konteks ini, agensi tidak dipahami sebagai tindakan individual yang terlepas dari struktur, melainkan sebagai kemampuan bertindak yang tumbuh melalui interaksi sosial, negosiasi, dan dukungan kelompok. Keterlibatan perempuan pasca migran dalam menentukan jenis aktivitas, pembagian waktu, dan pembentukan kelompok kecil menunjukkan terjadinya pergeseran relasi kuasa dalam proses pengabdian. Peserta tidak lagi ditempatkan sebagai penerima program, tetapi sebagai aktor yang turut menentukan arah perubahan sosial yang diinginkan. Temuan ini memperkuat argumen bahwa pemberdayaan yang berkelanjutan harus berangkat dari proses kolektif yang sensitif terhadap konteks sosial dan relasi gender (Wafiroh & Septiarti, 2024).

Pada tahap *to act*, aktivitas produktif berbasis kelompok berfungsi sebagai ruang praktik sosial (*social practice*) di mana nilai, norma, dan relasi sosial baru mulai dibangun. Aktivitas ini tidak hanya menghasilkan produk atau keterampilan tertentu, tetapi juga membentuk pola interaksi yang lebih setara, saling percaya, dan suportif antarperempuan pasca migran. Dari perspektif sosiologi, proses ini dapat dibaca sebagai pembentukan modal sosial, khususnya dalam bentuk *bonding social capital*, yang menjadi fondasi penting bagi keberlanjutan praktik pemberdayaan di tingkat komunitas. Modal sosial ini berperan dalam memperkuat rasa percaya diri, solidaritas, serta keberanian perempuan untuk terlibat dalam ruang sosial yang lebih luas.

Tahap *to change* menegaskan bahwa perubahan sosial yang dihasilkan melalui pengabdian ini bersifat gradual dan berlapis. Perubahan tidak langsung terwujud dalam peningkatan ekonomi yang signifikan, tetapi lebih dahulu tampak pada perubahan disposisi, kebiasaan, dan cara pandang terhadap waktu luang dan peran diri. Dalam perspektif sosiologi perubahan sosial, temuan ini menunjukkan bahwa transformasi pada tingkat mikro seperti perubahan praktik sehari-hari dan relasi sosial merupakan prasyarat penting bagi perubahan pada tingkat meso dan makro. Dengan demikian, klaim pemberdayaan dalam pengabdian ini tidak diarahkan pada hasil instan, melainkan pada proses pembentukan kapasitas sosial yang berkelanjutan (Afandi et al., 2022; Siswadi & Syaifuddin, 2024).

Dengan menempatkan waktu luang sebagai strategi pemberdayaan, pengabdian ini juga menawarkan kritik implisit terhadap pendekatan pemberdayaan yang bersifat teknokratis dan instrumental. Pelatihan keterampilan yang tidak berangkat dari pemaknaan sosial waktu dan peran domestik berisiko gagal terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari perempuan pasca migran. Sebaliknya, strategi berbasis waktu luang memungkinkan intervensi sosial yang lebih kontekstual, fleksibel, dan sensitif terhadap relasi gender serta dinamika keluarga. Dalam konteks ini, waktu luang berfungsi sebagai medium sosiologis yang menjembatani antara struktur dan agensi, antara pengalaman individual dan perubahan kolektif.

Secara keseluruhan, diskusi ini menegaskan bahwa kontribusi utama pengabdian bukan terletak pada jenis aktivitas produktif yang dihasilkan, melainkan pada cara pandang baru terhadap waktu luang sebagai ruang sosial strategis. Pendekatan ini memperkaya praktik pengabdian berbasis

sosiologi dengan menunjukkan bahwa pemberdayaan perempuan pasca migran perlu dimulai dari pemahaman atas dinamika sosial sehari-hari, relasi kuasa, dan proses pembentukan makna yang melandasi tindakan sosial.



Gambar 2. Pelaksanaan Pengabdian

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pemanfaatan waktu luang dapat berfungsi sebagai strategi awal pemberdayaan perempuan pasca migran apabila dijalankan melalui pendekatan partisipatif dan reflektif. Dengan menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR), waktu luang direkonstruksi dari waktu sisa aktivitas domestik menjadi ruang sosial strategis yang memungkinkan terjadinya proses kesadaran, pembelajaran kolektif, dan perubahan praktik sosial secara bertahap.

Pemberdayaan dalam pengabdian ini tidak ditandai oleh capaian ekonomi instan, melainkan oleh perubahan pemaknaan waktu luang, penguatan agensi perempuan, serta integrasi aktivitas produktif ke dalam kehidupan sehari-hari. Perubahan tersebut berlangsung melalui tahapan yang saling berkelanjutan, mulai dari refleksi atas pengalaman pasca migrasi, perencanaan kolektif, hingga praktik aksi dan evaluasi bersama. Hal ini menegaskan bahwa pemberdayaan perempuan pasca migran merupakan proses sosial yang berlapis dan kontekstual.

Dari perspektif sosiologis, pengabdian ini menegaskan bahwa waktu luang merupakan arena penting dalam negosiasi relasi struktur dan agensi perempuan pasca migran. Dengan menempatkan waktu luang sebagai

strategi pemberdayaan, pengabdian ini sekaligus menawarkan alternatif terhadap pendekatan teknokratis yang berfokus pada pelatihan keterampilan semata, serta membuka peluang bagi pengembangan program pemberdayaan yang lebih kontekstual, fleksibel, dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, A., et al. (2022). Metodologi pengabdian masyarakat. Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam, Kementerian Agama RI.
- Arifiartiningih. (2016). Pemberdayaan mantan buruh migran perempuan (BMP) di Desa Lipursari, Kecamatan Leksono, Kabupaten Wonosobo. *Sosiologi Reflektif*, 11(1), 109–132 <https://doi.org/10.14421/jsr.v11i1.1275>
- Chawa, A. F., Nugroho, A. B., & Sutopo, D. S. (2020). Pemberdayaan perempuan purna pekerja migran dan korban kekerasan dalam rumah tangga pada Komunitas Perempuan Singkong Jaya. *Sodality: Jurnal Sosiologi Pedesaan*, 8(2), 191–205. <https://doi.org/10.22500/8202031910>
- Doriza, S., Hamiyati, H., Rahmawaty, D., Astuti, B., & Hanifah, N. (2020). Pemanfaatan waktu luang melalui kreativitas tempat tisu dari limbah perca bagi ibu rumah tangga. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1–6. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v27i1.20815>
- Hutauruk, A. J. B., Manurung, M. R., Situmorang, C. I., Sinaga, S., Sitanggang, D., & Siallagan, C. A. (2022). Pemanfaatan waktu luang dengan bimbingan gratis matematika, bahasa Inggris, dan bahasa Indonesia. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 3(2), 7–14. <https://doi.org/10.51544/jam.v3i2>
- Juddi, M. F. (2024). Communication strategy evaluation of the empowerment program for women ex-migrant workers in Indonesia. *Journal of International Women's Studies*, 26(1). <https://vc.bridgew.edu/jiws/vol26/iss1/15>
- Kusumastuti, A., & Thiesmeyer, L. (2020). Dimensi-dimensi sosiologis migrasi buruh migran perempuan Indonesia. *Jurnal Kajian Ruang Sosial-Budaya*, 4(1), 77–102. <https://doi.org/10.21776/ub.sosiologi.jkr.s.2020.004.1.06>
- Rositasari, T. ., Saraswaty, D. R. ., Larasati, F., Saputri, K. ., Septarini, D. ., Dina, N. ., ... Marliasari, S. (2022). Bimbingan Pemanfaatan Waktu Luang di Masa Pandemi Bagi Ibu-Ibu Di RW 007 Kelurahan Sukajadi Kabupaten Banyuwangi. *KALANDRA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4), 86–92. <https://doi.org/10.55266/jurnalkalandra.v1i4.138>
- Marzuqi, Y., & Hawa Habibah, U. . (2024). Upaya Pemerintah Desa Dalam Pemberdayaan Pekerja Migran Indonesia Purna Melalui Sektor Membatik di Kampung Penawangan. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 19(1), 60–70. <https://doi.org/10.33084/pedagogik.v19i1.6970>
- Mustaqim, M., Nurkhotija, G., Diawangsa, R., & Patria, A. N. (2025). Pemberdayaan purna pekerja migran melalui pengembangan UMKM. *Abdi Wiralodra*, 7(2), 191–206. <https://doi.org/10.31943/abdi.v7i2.347>
- Saleh, R. (2023). Pemberdayaan yang Berkelanjutan untuk Perempuan purna-Pekerja Migran Indonesia: pembelajaran dari Nahdlatul Ulama. *Masyarakat Indonesia*, 49(1), 103–122. <https://doi.org/10.14203/jmi.v49i1.1246>
- Saleh, R., Adnan, R. S., & Raharto, A. (2022). Pemberdayaan komunitas purna Pekerja Migran Indonesia melalui organisasi berbasis komunitas Forum Warga Buruh Migran. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 17(2), 219–236. <https://doi.org/10.14203/jki.v17i2.754>
- Scorviana, N. H., & Yuliani, S. (2018). Pembekalan Keterampilan Pembuatan Tas Kanvas Bagi Perempuan Eks Pekerja Migran di Kampung Baros Desa Sukataris Kabupaten Cianjur. *Sarwahita*, 15(1), 1–12. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.151.01>
- Siswadi, & Syaifuddin, A. (2024). Penelitian Tindakan Partisipatif Metode Par (Participatory Action Research) Tantangan dan Peluang dalam Pemberdayaan Komunitas. (2024). *Ummul Qura Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, 19(2), 111–125. <https://doi.org/10.55352/uq.v19i2.1174>

- Susanti, S., Munawaroh, S., & Nasriati, R. (2025). Edukasi dan Pendampingan Pekerja Migran Indonesia (Pmi) Purna Sebagai Upaya Resiliensi Sosial-Ekonomi Keluarga. *ADIMAS*, 9(1), 35–40. <https://doi.org/10.24269/adi.v9i1.11728>
- Wafiroh, N., & Septiarti, S. W. (2024). Empowerment of Women Former Migrant Workers Through Community-Based Education: a Case Study of The Community of Desa Peduli Buruh Migran (DESBUMI). *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 26(2), 255–263. <https://doi.org/10.25077/jantro.v26.n2.p255-263.2024>
- Wulandari, P., Utami, N. F., Meilani, T., Arief, D., & Hibrizi, S. A. (2025). Ketahanan Perempuan Purna Pekerja Migran: Potret Agensi Perempuan Dalam CBO Ibu-Tin Berseri. *Sosioglobal*, 10(1), 1–19. <https://doi.org/10.24198/jsg.v10i1.61787>