

## KEBAHAGIAAN PADA BURUH GENDONG

Tri Yuni Angriyani, Elli Nur Hayati  
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
elli.hayati@psy.uad.ac.id

**Abstrak** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kebahagiaan dan faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada buruh gendong di pasar tradisional. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi. Metode analisis data pada penelitian ini dengan menggunakan analisis tema. Pengambilan sampel menggunakan *criterion sampling* yaitu sampel yang kriterianya sudah ditentukan sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek I merasa cukup bahagia. pada aspek kognitif dan aspek afektif, ini ditunjukkan dengan adanya perasaan puas pada berbagai domain kehidupannya seperti adanya penerimaan dari pihak keluarga terhadap kondisi pekerjaan subyek, perasaan puas terhadap keadaan keluarga dan pekerjaan, hubungan yang baik dengan sesama buruh gendong dan pandangan positif mengenai kehidupan masa depan serta dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari untuk keluarga. Hal ini membuat subyek merasa senang dan bersyukur dengan keadaannya, namun dengan kondisi pekerjaannya subyek I mengalami masalah kesehatan yang mengganggu kebahagiaan subyek dikarenakan sering mengalami pegal-pegal pada bagian tubuhnya yang terkadang mengganggu aktifitas pekerjaan subyek bahkan pernah membuat subyek tidak bekerja sehingga membuat subyek merasa sedih dan menyalahkan diri sendiri. Sedangkan pada subyek II juga menunjukkan bahwa subyek II cukup bahagia. Pada aspek kognitif dan afektif juga menunjukkan bahwa subyek II merasa puas dan lebih merasakan afek positif di berbagai domain kehidupannya. Kepuasan terlihat dari adanya dukungan dan tidak adanya pemaksaan terhadap subyek untuk bekerja dari keluarga, interaksi dengan sesama buruh gendong yang baik dan penilaian yang positif serta pemanfaatan waktu luang yang positif yang dilakukan subyek membuat subyek lebih banyak merasakan afek positif seperti senang. Hal yang mengganggu kebahagiaan pada subyek II adalah kondisi kesehatan yang mengakibatkan subyek tidak maksimal dalam bekerja karena mengalami batuk-batuk ketika bekerja terlalu berat. Sedangkan faktor yang mempengaruhi kebahagiaan kedua subyek buruh gendong bersifat eksternal yakni uang yang didapat dari bekerja sebagai buruh gendong yang dimanfaatkan untuk membahagiakan keluarga. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kedua subyek merasa cukup bahagia, dilihat dari pemenuhan aspek kognitif dan afektif dalam domain kehidupannya seperti keluarga, diri sendiri, pekerjaan, uang, kesehatan dan waktu luang.

**Kata Kunci** Kebahagiaan, buruh gendong.

### PENDAHULUAN

Setiap manusia pada dasarnya berusaha untuk mencapai dan menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan tanpa melihat batas usia seseorang. Hasil survei Asiabus Desember 2012, dari perusahaan riset pasar Ipsos mengungkapkan bahwa perempuan Indonesia lebih merasa bahagia yakni mencapai 46 persen lebih tinggi jika dibandingkan dengan lelaki Indonesia yang bahagia hanya 39 persen (Slay, 2013).

Pekerjaan, kesehatan atau kondisi fisik yang baik serta hubungan dengan pasangan merupakan beberapa faktor yang dapat memberikan kebahagiaan. Faktor-faktor itu mempengaruhi kebahagiaan namun tidak semua orang dapat merasakan hal tersebut

seperti pekerja buruh gendong perempuan di pasar tradisional salah satunya seperti pasar Bringharjo.

Bekerja sebagai buruh yakni buruh gendong sebenarnya cukup berat hal ini dikarenakan produktivitas dan pendapatan mereka cenderung lebih rendah daripada kegiatan-kegiatan bisnis yang ada di sektor formal. Pernyataan tersebut juga diperkuat dengan hasil penelitian dari Hidayah (2007) yang menyatakan bahwa rata-rata informan yang menekuni profesi sebagai buruh gendong sudah cukup lama bahkan sampai puluhan tahun dan rata-rata penghasilan mereka per hari berkisar Rp.25.000. Selain itu para buruh gendong juga tidak memiliki jaminan keselamatan kerja dan fasilitas kesejahteraan.

Hidayah (2007) menyatakan bahwa alasan memilih bekerja sebagai buruh gendong karena penghasilan suami tidak mencukupi untuk hidup sehari-hari dan tidak adanya biaya sekolah anak-anak, tidak mempunyai pendidikan yang cukup untuk mendukung bekerja di sektor formal, dan tidak memerlukan modal besar karena bisa dengan mengandalkan tenaga.

Peneliti melakukan observasi dan wawancara pada tanggal di pasar bringharjo. berdasarkan hasil wawancara di dapatkan bahwa penghasilan tiap harinya berkisar sekitar antara Rp.30.000 – Rp.50.00. Buruh gendong bekerja menggendong seperti sayuran, buah-buahan, batik dan lain-lain dari lantai 2 ataupun lantai 3 ke parkiran tempat para pengguna jasa memarkir kendarannya. Buruh gendong bekerja dari pagi hingga sore bahkan ada juga yang menginap di seberang pasar pada malam hari. Kegiatan buruh gendong ketika tidak ada kegiatan lebih banyak beristirahat di ujung lorong pasar dengan beralaskan koran ataupun mengobrol dengan teman.

Namun pada saat observasi di pasar Bringharjo terlihat bahwa para buruh gendong terlihat berinteraksi dengan sesama buruh gendong di sela-sela waktu istirahat di tangga lantai 2 pasar. Beberapa kali buruh gendong tertawa dan tersenyum ketika berbicara dengan buruh gendong yang lain, hal ini seperti menunjukkan bahwa buruh gendong tersebut bahagia walaupun dengan beban kerja yang cukup berat, penghasilan yang tidak menentu dan persoalan peran ganda yang disandangnya serta kondisi lingkungan pekerjaan yang kotor dan beresiko. Menurut Carr (2004) menyatakan kebahagiaan sebagai keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya derajat afek negatif. Sedangkan menurut Diener (Carr, 2004) komponen kebahagiaan yakni afektif dan kognitif. Afektif dan kognitif yang mewakili pengalaman emosional sukacita, kegembiraan, kepuasan dan emosi positif lainnya di satu sisi, dan evaluasi kognitif dari kepuasan dengan berbagai hidup domain di sisi lain.

Sehingga ketika buruh gendong didalam dirinya lebih banyak dikuasi oleh emosi positif maka bisa dikatakan buruh gendong tersebut merasa bahagia walaupun dengan beban kerja yang berat. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang bagaimana gambaran kebahagiaan pada buruh gendong dan faktor apa yang mempengaruhi kebahagiaannya? Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana gambaran kebahagiaan pada buruh gendong dan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaannya.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Menurut Punch (Poerwandari, 2007) studi kasus adalah yang hadir dalam suatu konteks yang terbatas meski batas antara konteks dan fenomena tidak begitu jelas. Peneliti menggunakan analisis tema (*Thematic Analysis*). Analisis tema merupakan seperangkat prosedur analisis untuk memahami secara utuh dari kasus yang sedang diteliti (Moleong, 2010).

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *criterion sampling* yaitu sampel yang kriterianya sudah ditentukan sebelumnya. Subjek pada penelitian ini adalah individu dengan kriteria yakni 2 orang wanita berusia 20-60 tahun, bekerja sebagai buruh gendong di pasar bringharjo dan minimal 5 tahun bekerja sebagai buruh gendong.

Peneliti menggunakan alat pengumpul data berupa wawancara semi terstruktur dan observasi non partisipasi, terhadap subjek penelitian yang terpilih dalam penelitian ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Veenhoven (1984) menyatakan bahwa kebahagiaan adalah sejauh mana seorang individu menentukan secara keseluruhan kualitas hidupnya sendiri secara positif. Keseluruhan kebahagiaan adalah tergantung pada evaluasi kognitif dari kepuasan dalam berbagai domain hidup seperti keluarga atau pengaturan bekerja dan pengalaman afektif didalamnya. Sedangkan menurut Carr (2004) menyatakan kebahagiaan sebagai keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya derajat afek negatif. Sehingga dapat dikatakan bahwa aspek dari kebahagiaan adalah aspek kognitif yang ditandai dengan kepuasan hidup dan aspek afektif yang ditandai dengan adanya perasaan positif maupun negatif dalam berbagai domain kehidupan.

Gambaran kebahagiaan pada buruh gendong pada subyek I dan II adalah

a. Domain diri sendiri

Subyek I merasa senang dengan penerimaan keluarga terhadap pekerjaannya hal ini ditunjukkan dengan adanya dukungan dan pemahaman akan pekerjaan subyek sebagai buruh gendong. Pada subyek II kondisi keluarga yang memberikan dukungan dan tidak memaksa subyek untuk bekerja membuat subyek merasa senang, hal ini dikarenakan subyek masih dapat bekerja dan menghasilkan uang untuk kebutuhan keluarga.

b. Domain keluarga

Pada Subyek I merasakan kepuasan dengan keadaan keluarga dan pekerjaannya yang saat ini, ini ditunjukkan oleh afek positif yakni perasaan senang karena subyek masih dapat bekerja dan berkumpul dengan keluarga sehingga kebutuhan sehari-hari dapat dipenuhi. Akan tetapi, pada subyek II merasakan bahwa keadaan keluarga kurang ideal hanya sederhana tidak membuat subyek merasa sedih dikarenakan keluarga subyek dalam kondisi baik-baik saja.

c. Domain teman sebaya

Menurut hasil penelitian Melikshah, Metin dan Lesley (2006) mengungkapkan bahwa kualitas persahabatan yang terbaik adalah satu-satunya prediksi yang signifikan dari kebahagiaan. Persahabatan maupun pertemanan di tempat kerja memberikan dampak yang positif baik pada subyek I dan subyek II. Hal ini terlihat dari adanya kepuasan dengan sesama buruh gendong yang memberikan perhatian dan bersikap baik terhadap kedua subyek serta afek yang positif yang ditunjukkan yakni perasaan bersyukur dengan kondisi tersebut dan juga merasa senang karena dapat saling tolong menolong.

d. Domain kesehatan

Kondisi kesehatan para pekerja buruh gendong cukup rentang untuk terganggu, ini dijelaskan dari penelitian Prasetio (2011) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara berat beban, frekuensi angkat dan cara untuk mengangkat beban dengan nyeri punggung pekerja buruh gendong. Pada subyek I sering mengalami pegal-pegal dibagian tubuh tertentu hal ini juga di perkuat oleh pernyataan *significant person*. Subyek I juga pernah masuk ke Rumah Sakit hal ini membuat subyek merasa sedih karena tidak dapat bekerja dan merepotkan keluarga. Sedangkan pada subyek II, kondisi kesehatan karena faktor usia membuat pekerjaan subyek terganggu dan tidak maksimal. Namun demikian subyek I merasa bersyukur karena selama ini sudah mencoba untuk menyembuhkan walaupun sering kambuh kembali.

e. Domain uang

Kondisi penghasilan yang tidak menentu yang di terima oleh para buruh gendong tidak membuat subyek I maupun subyek II merasa sedih. Subyek I memandang positif tentang masa depannya walaupun dengan kondisi keuangan yang tidak pasti, hal ini membuat subyek merasa sedih dan menyalahkan diri ketika tidak dapat menghasilkan uang. Sedangkan pada Subyek II pesimis dalam mewujudkan keinginan dimasa depan hal ini karena faktor kesehatan, keuangan dan usia. Namun demikian subyek tetap merasa bahagia sebab dapat membantu anak-anaknya.

f. Domain pekerjaan

Thorndike (Hergenhann, 2008) menjelaskan dalam teori hukum akibat *Law of effect* bahwa suatu stimulus yang menghasilkan respon yang memuaskan atau menyenangkan maka perilaku itu akan semakin kuat atau akan diulang, dan ketika stimulus tersebut menghasilkan respon yang tidak menyenangkan atau tidak memuaskan maka perilaku itu akan melemah, dalam hal ini ketika subjek bekerja sebagai buruh gendong dan mereka

mendapatkan respon yang menyenangkan dan membahagiakan ketika mereka bekerja maka mereka akan terus menerus melakukan kegiatan yang biasanya mereka lakukan yang jelas membuat mereka merasa bahagia dan puas. Pada subyek I maupun Subyek II sama –sama merasa senang dengan pekerjaannya sebagai buruh gendong walaupun subyek II menginginkan adanya perubahan pekerjaannya yakni membuka warung di dekat rumahnya.

g. Domain waktu luang

Argyle (Carr, 2004) mengatakan bahwa kegiatan istirahat, relaksasi baik makanan dan liburan semuanya memiliki efek positif dalam jangka pendek pada kebahagiaan. Sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan seperti rekreasi dapat meningkatkan kebahagiaan dengan memenuhi kebutuhan akan afiliasi, kebutuhan untuk pelaksanaan kegiatan keterampilan, kebutuhan untuk kegembiraan dan kebutuhan untuk kompetensi dan prestasi. Kedua subyek memanfaatkan waktu luang yang ada dengan cara yang berbeda-beda. Subyek I mengisi waktu luangnya untuk tetap bekerja dengan mencari pekerjaan lain seperti memetik cabai atau mengupas bawang, hal ini dikarenakan subyek akan merasa senang dengan bekerja. Sedangkan Subyek II memanfaatkan waktu luangnya untuk beristirahat ataupun mengobrol dengan teman sesama buruh gendong.

Penelitian Mogilner (2010) menemukan bahwa meningkatkan waktu untuk bersosialisasi (dengan teman, keluarga) dapat meningkatkan kebahagiaan, sehingga dapat dikatakan bahwa orang-orang yang menghabiskan waktu untuk lebih banyak bekerja cenderung merasa tidak bahagia jika dibandingkan dengan yang menghabiskan waktu bersama dengan teman maupun keluarganya

Kebahagiaan akan bertahan jika individu berhasil dalam menyesuaikan diri terhadap peranannya yang baru dan terhadap harapan-harapan sosial disetiap tahap rentang kehidupan, dan bagaimana lingkungan dapat memuaskan kebutuhan-kebutuhan dari keinginan-keinginan khususnya yang menyangkut penerimaan, perasaan dan prestasi (Hurlock,1980)

Faktor yang mempengaruhi pada subyek I dan II adalah bersifat eksternal yakni uang yang didapat dari bekerja sebagai buruh gendong. Menurut Frey, Bruno S & Aloisstutzer (2002) mengemukakan bahwa faktor ekonomi seperti pendapatan individu adalah salah satu yang mempengaruhi kebahagiaan. Uang yang diperoleh digunakan untuk pemenuhan kebutuhan baik untuk subyek sendiri maupun kebutuhan keluarga. Pada subyek II uang merupakan hal yang penting sebab subyek menjadi tulang punggung keluarga dengan masih memiliki anggota keluarga yang wajib di hidupi, hal ini tidak menjadi beban akan tetapi membuat subyek merasa senang.

Menurut penelitian Elizabeth, Lara, dan Michael (2008) menemukan bahwa peserta yang secara acak ditugaskan untuk menghabiskan uang untuk orang lain mengalami kebahagiaan yang lebih besar daripada yang ditugaskan untuk menghabiskan uang untuk diri mereka sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua subyek merasa bahagia dengan adanya uang hal ini karena kedua subyek mempergunakan uang hasil bekerjanya untuk membahagiakan keluarganya bukan hanya untuk dirinya sendiri.

## SIMPULAN DAN SARAN

Kebahagiaan pada buruh gendong berupa merasakan kepuasan hidup dan ditunjukkannya afek positif seperti perasaan senang, pikiran yang positif tentang memandang masa depannya dan bersyukur dalam berbagai domain kehidupannya seperti diri sendiri, keluarga, uang, pekerjaan dan waktu luangnya. selain itu, pada domain kesehatan para buruh gendong mengalami ketidakpuasan dan afek negatif karena merasa mengganggu, merepotkan keluarga dan tidak dapat bekerja dengan maksimal. hal yang membuat bahagia adalah ketika mendapatkan uang hasil dari bekerja sebagai buruh gendong yang kemudian digunakan untuk kebutuhan sehari-harinya.

Pihak yang berperan dalam membangun kebahagiaan pada buruh gendong adalah pihak keluarga dan lembaga independen (yayasan). Saran untuk peneliti selanjutnya adalah, bagi keluarga yang memiliki anggota keluarga yang menjadi buruh gendong, perlu lebih memperhatikan kondisi kesehatannya secara rutin. Lembaga independen atau organisasi yang memperhatikan tentang buruh gendong untuk memberikan layanan kesehatan seperti

poli kesehatan bagi para buruh gendong di dalam pasar dan juga memediasi sistem upah para buruh gendong agar penghasilan dan beban disesuaikan sehingga mengurangi resiko dalam kesehatan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Carr, Alan. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and Human strength*. New York: Brunner-Routledge.
- Elizabeth, Lara, dan Michael I.N. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, 319 (5870), 1687-1688.
- Frey, Bruno S & Aloisstutzer. (2002). *Happiness & economics*. United States of America: Princeton University Press.
- Hidayah. (2007) Eksistensi buruh gendong sebagai pilihan pekerjaan di sektor informal (studi kasus di pasar giwangan, Yogyakarta). *Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 4(2), 27-47.
- Hergenhahn & Olson. (2008). *Theories of learning*. Edisi ketujuh. Jakarta: Kencana
- Hurlock, B. (1980). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Melikshah, Metin & Lesley. (2006). Looking to happy tomorrows with friends: Best and close friendships as they predict happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8(2), 243-271
- Mogilner, C. (2010). The pursuit of happiness: time, money, and social connection. *Psychological Science*, 21(9), 1348–1354.
- Moleong. (2010). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Prasetio D.B. 2011. Hubungan teknik mengangkat beban dengan nyeri pinggang pada buruh gendong di YAIK Permain Lantai II pasar buah johar semarang (*skripsi tidak diterbitkan*). Diponegoro University.
- Poerwandari, E.K. (2007). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Depok: LPSP3
- Slay, W. (2013). Survei Asiabus: Orang Indonesia selalu merasa bahagia.  
Diunduh dari <http://www.tribunnews.com/lifestyle/2013/02/14/survei-asiabus-orang-indonesia-selalu-merasa-bahagia.html>. 12 November 2013
- Veenhoven, R. (1984a). *Conditions of happiness*. Dordrecht and Boston: Reidel