

## STUDI FENOMENOLOGI DESKRIPTIF PEREMPUAN PENJUAL SAYUR KELILING DI KUPANG BERDASARKAN PERSPEKTIF PSIKOLOGI POSITIF

Friandry Windisany Thoomaszen<sup>1</sup>, Alvida Siane Rosani Bau<sup>2</sup>, Windra Yunita  
Dulim<sup>3</sup>, Greseyla Asyrea Sine<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Prodi Psikologi Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Kupang

<sup>2,3,4</sup>Prodi Pastoral Konseling, Institut Agama Kristen Negeri Kupang

[windisany90@gmail.com](mailto:windisany90@gmail.com), [baualvida@gmail.com](mailto:baualvida@gmail.com), [windrayunitadulim@gmail.com](mailto:windrayunitadulim@gmail.com),  
[sinegreseyla@gmail.com](mailto:sinegreseyla@gmail.com)

### Abstract

*Indonesia's 3T (Frontier, Remote, and Disadvantaged) regions are particularly prone to poverty, prejudice, and inequality for women. Therefore, having mothers working even in the informal public sector, like selling vegetables, is a type of gender equality. In the city of Kupang, it is common for mothers to sell vegetables in a traditional manner by walking around and using local items. Based on a positive psychology viewpoint, the aim of this study is to understand and describe the experiences and challenges faced by women in Kupang City, NTT who sell vegetables on the neighborhood to support their family. The research method is descriptive phenomenological study. Three individuals who fit the requirements were found; they were housewives selling goods in Kupang; they worked as greengrocers and commuted on foot; and they willingly expressed a desire to participate in the study. Thematic analysis is a technique of data processing employed. The study's findings revealed four primary themes: the experience of selling vegetables on foot; the dynamics of women who sell vegetables as they juggle several tasks; the benefits of selling vegetables on foot; and interactions with family and the community. The difficulties, exhaustion, and tension that mother suffers when selling veggies on walking are extremely real. However, despite the obstacles encountered, each subject receives a variety of benefits (in satisfying the family economy), positive meaning, and the most important is profit and psychological capital such as having positive emotions, thankfulness, perseverance, and toughness, all of which have a significant impact on happiness and psychological well-being as a human.*

**Keyword:** *descriptive phenomenology, positive psychology, vegetable seller mothers, women's dual roles*

### Abstrak

Perempuan daerah 3T (Terdepan, Terpencil, dan Tertinggal) di Indonesia rentan berada dalam kondisi kemiskinan, diskriminasi, dan tidak setara. Hal tersebut, juga rentan dialami oleh para ibu yang bekerja pada sektor publik dan informal seperti berjualan sayur keliling. Di kota Kupang terdapat fenomena ibu-ibu berjualan sayur dengan cara tradisional (berjalan kaki keliling, dan menggunakan bahan tradisional) yang berasal dari keluarga dengan tingkat ekonomi rendah, rentan menjadi korban ganda, terpinggirkan, dan suaranya kurang didengar. Berjualan sayur dengan cara tradisional cenderung lebih menguras tenaga fisik, kelelahan, dan mengalami luka fisik. Tujuan dari penelitian ini yaitu memahami dan

mendeskripsikan pengalaman ibu berjalan kaki menjual sayur keliling demi kebutuhan keluarganya di Kota Kupang, NTT berdasarkan perspektif psikologi positif. Studi fenomenologi deskriptif digunakan sebagai metode penelitian. Diperoleh tiga subjek yang memenuhi kriteria subjek yaitu perempuan (ibu rumah tangga) yang berjalan di Kota Kupang; memiliki pekerjaan sebagai penjual sayur keliling dengan berjalan kaki; serta dengan sukarela menyatakan kesediaan terlibat dalam proses penelitian. Teknik analisa data yang digunakan yaitu *thematic analysis*. Hasil penelitian ditemukan empat tema utama yaitu pengalaman berjalan sayur dengan berjalan kaki, dinamika ibu penjual sayur dalam menjalani peran ganda, makna positif yang diperoleh dari berjalan sayur dengan jalan kaki, dan interaksi dengan keluarga dan masyarakat. Pengalaman ibu dalam berjalan sayur dengan berjalan kaki sangat sulit, dan rentan mengalami stres. Namun dibalik kesulitan yang dialami, setiap subjek mendapatkan berbagai keuntungan, makna positif, dan yang terbesar yaitu keuntungan serta modal psikologis seperti memiliki emosi yang positif, rasa syukur, ketekunan, dan resiliensi yang berdampak besar pada kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis subjek sebagai manusia.

**Kata Kunci:** *studi fenomenologi deskriptif, psikologi positif, ibu penjual sayur, peran ganda perempuan*

Masuk : 30 Desember 2022

Review : 3 – 10 Januari 2023

Diterima : 26 Januari 2023

## Pendahuluan

Di banyak negara berkembang, termasuk di Indonesia khususnya pada daerah-daerah 3T (Terdepan, Terpencil, dan Tertinggal), perempuan masih ditempatkan pada posisi kedua setelah kelompok laki-laki. Menurut Ahmad, Kanto, & Susilo (2015) fungsi dan peran yang dilakukan perempuan dalam masyarakat secara tidak sadar cenderung dikonstruksikan oleh budaya setempat sebagai warga negara kelas dua. Pada posisi inilah terjadi bias gender dalam masyarakat. Dalam isu gender, kemiskinan dalam rumah tangga (*domestic*) merupakan salah satu sumber diskriminasi dan sub-ordinasi terhadap perempuan. Selain itu, kecenderungan perempuan hidup dalam kemiskinan dan pengangguran lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki (Ahmad et al., 2015). Dengan melihat kondisi laju pertumbuhan ekonomi tidak sejalan dengan penambahan kesempatan kerja, maka dapat menimbulkan pengangguran. Dalam situasi ini, adanya sektor informal dapat menjadi alternatif solusi untuk mengatasi kelesuan ekonomi di masyarakat. Bagi

tenaga kerja dan pengangguran di rumah tangga, secara sederhana sektor informal dapat menjadi sumber kehidupan, dan pijakan utama bagi masyarakat miskin untuk keluar dari kemiskinan. Sektor informal berfungsi sebagai penyedia lapangan kerja bagi penduduk dengan pendidikan yang rendah. Misalnya, pedagang sayur keliling merupakan pekerjaan bagi tenaga kerja sektor informal, yang sebaliknya tidak tertampung di sektor formal. Kegiatan berdagang sayur keliling selain mampu menyediakan kesempatan kerja, ternyata juga berperan dalam efisiensi tata ekonomi kota dengan menyediakan kebutuhan sayur dan bahan makanan sehari-hari (Wardhani, Prasetya, & Ari Dharmantyo, 2020).

Di perkotaan maupun perdesaan Indonesia ditemukan adanya masalah kemiskinan. Karena itu, wanita mengambil posisi untuk berperan ganda. Peran ganda ibu rumah tangga tidak saja pada sektor domestik, tetapi juga di sektor publik (Taribaba, Sudarwadi, & Suruan, 2022). Kenyataannya bahwa para wanita yang bekerja sangat mendominasi sektor publik khususnya pada sektor informal (Sitorus, Sahusilawane, & Sopamena, 2022). Hasil penelitian Taribaba et al., (2022) menemukan bahwa sektor publik dan informal yang umumnya perempuan banyak mengambil peran seperti pedagang keliling, berdagang di pasar, pedagang kecil-kecilan, penjaga toko, pembantu rumah tangga, dan sejenisnya. Pada jaman modern ini, semakin banyak ibu rumah tangga berperan-ganda pada sektor publik dan domestik untuk membantu suami menopang perekonomian rumah tangga agar keluarga lebih sejahtera. Biasanya tulang punggung keluarga adalah bapak, namun dengan adanya kesetaraan antara laki-laki dan perempuan membuat ibu rumah tangga memiliki peran yang sama (Taribaba et al., 2022). Salah satu penyebab yaitu kebutuhan keluarga yang tinggi diperlukan sehari-hari mendorong perempuan untuk berpartisipasi membantu perekonomian keluarga, dan membantu meringankan beban ekonomi rumah tangga. Usaha perempuan dalam memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga merupakan salah satu bentuk kesetaraan peran laki-laki dan perempuan dalam keluarga (Mustofa, Aida Nuzul Umi Hanifah, & Mutiara

Karima, 2022). Secara umum alasan wanita bekerja adalah untuk membantu ekonomi keluarga. Keadaan perekonomian yang semakin tidak menentu, harga-harga kebutuhan pokok yang semakin meningkat, pendapatan keluarga yang cenderung tidak meningkat akan berakibat pada terganggunya stabilitas perekonomian keluarga (Taribaba et al., 2022).

Ketika peran perempuan menjadi ganda, maka posisi perempuan menjadi krusial. Hasil penelitian Lestari, Mardiningsih, & Sumekar, (2020) membahas bahwa masyarakat konvensional beranggapan bahwa kaum perempuan bersifat lemah-lembut, tugasnya memelihara dan menjaga anak, serta tidak cocok untuk memimpin, akibatnya semua pekerjaan domestik diserahkan sepenuhnya menjadi tanggung jawab perempuan. Peran ganda yang dilakukan oleh perempuan cenderung membuat beban kerja perempuan lebih berat daripada laki-laki. Salah satu peran ganda yang cukup berat dialami oleh ibu rumah tangga yang juga berperan sebagai pedagang sayur, karena pekerjaan ini membutuhkan durasi waktu yang cukup besar disediakan agar dapat menuntaskan pekerjaan tersebut hingga dapat memperoleh hasil yang baik (Lestari et al., 2020). Hasil penelitian Hemnur (dalam Wardhani, Prasetya, & Ari Dharmantyo, 2020) di Kecamatan Tegallega, Kota Bogor diketahui bahwa pendapatan pedagang sayur keliling yang diperoleh menunjukkan adanya keuntungan. Karena itu, kesediaan dan keuntungan dari pedagang sayur keliling ditentukan oleh pendapatan yang mereka terima setiap harinya, dan lamanya waktu bekerja untuk memperoleh hasil yang lebih banyak.

Sebagai dasar mendalami fenomena ini, maka dilakukan studi pendahuluan dengan observasi dan wawancara awal diperoleh gambaran bahwa berjualan sayur keliling di Kota Kupang dilakukan oleh laki-laki dan perempuan, tetapi ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam cara menjualnya dan memaknainya pekerjaan tersebut. Penjual sayur keliling Laki-laki menggunakan motor dan gerobak dorong, sedangkan perempuan (para ibu) mereka pikul dan berjalan kaki keliling kampung sejauh 4-5 km per harinya. Hal ini sangat berbeda

antara yang menggunakan kendaraan dan berjalan kaki, karena berjalan kaki sangat menguras waktu yang cukup lama dan tenaga fisik yang terkuras. Fokus subjek dari penelitian ini yaitu pada perjuangan ibu-ibu yang berjalan kaki berjualan sayur keliling, karena selain masih menggunakan cara menjual yang tradisional, dan banyaknya kesulitan yang dirasakan oleh ibu-ibu yang memikul sayur. Alat dan bahan yang digunakan oleh ibu penjual sayur keliling yaitu satu tongkat dari bambu yang diletakkan di bahu penjual untuk menopang dua bakul wadah sayur atau dalam bahasa daerahnya disebut "*lalepak*", dua anyaman dari daun kelapa yang berfungsi sebagai bakul penyimpan sayur (dalam bahasa daerah disebut "*sapaik*"), karung bekas yang berfungsi sebagai alas dan bakul menaruh sayur, dan wadah baskom besar untuk menaruh sayur. Alat pikul yang digunakan (*lalepak*) karena berasal dari bambu maka mudah memberikan gesekan pada bagian bahu, apalagi dengan beban bawaan sayur yang berat dan harus berjalan kaki jauh. Sayur-sayuran yang mereka pikul itu ada berbagai macam sayuran (sayur daun dan sayur buah) sehingga membuat pikulannya menjadi lebih berat. Diperkirakan bisa mencapai 10 kg setiap sayur-sayuran yang mereka pikul setiap harinya yang terdiri atas 5 kg per-masing-masing wadah alas sayurnya di bagian kiri dan kanan. Dalam berjualan sayur keliling ada rasa sakit yang mereka rasakan ketika memikul sayur-sayuran yang ada, terkadang membuat baju mereka sobek di bagian bahu akibat gesekan dari pikulan atau "*lalepak*" tersebut. Mereka menjual sayur keliling demi memenuhi kebutuhan ekonomi, perempuan rela menjalani peran ganda. Ketika berjualan mereka tidak kenal lelah, walaupun panas terik dan hujan mereka tetap berjualan. Dari hasil studi pendahuluan tersebut, menjadi dasar pentingnya meneliti fenomena ibu penjual sayur keliling dengan berjalan kaki di Kota Kupang.



Gambar 1. Fenomena Ibu Penjual Sayur dengan Cara Tradisional  
Sumber: Dokumen Pribadi

Penelitian terdahulu dengan tema ibu bekerja sebagai penjual sayur cenderung banyak berfokus melihat fenomena ini dari perspektif Ilmu Ekonomi, tapi belum banyak penelitian yang menganalisa permasalahan ini dari perspektif psikologi positif dan menelitinya dalam konteks masyarakat Kupang, NTT. Penelitian dari Hendriks et al., (2019) menemukan bahwa pendekatan psikologi positif secara dominan sebanyak 78,2% hanya digunakan pada negara Barat, negara maju (tingkat industri tinggi), demokrat, subjek dengan pendidikan tinggi, dan berpenghasilan tinggi. Masih jarang psikologi positif diterapkan pada subjek dengan pendidikan rendah, negara berkembang, dan tingkat ekonomi rendah, sehingga temuan dari penelitian ini dapat menyumbangkan *novelty* dalam konteks yang berbeda dari subjek ibu penjual sayur dan konteks budaya masyarakat Kupang, NTT. Hartanti (2017) membahas bahwa psikologi positif adalah cabang ilmu baru psikologi yang terus berkembang berdasarkan pandangan hidup harus memiliki kebermaknaan, dan konsep psikologi tidak sekedar memandang hal yang negatif perlu diubah menjadi keadaan normal. Melainkan dalam psikologi positif beranggapan pemahaman manusia melibatkan aspek kesadaran penuh dan mental aktif manusia untuk memahami aspek penyebabnya, baik hal itu merupakan peristiwa yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, lalu memahami proses dan dinamika terjadinya, dan kemudian secara sadar dapat memaknai



dengan bijaksana apa yang terjadi dalam kehidupan (Linley dalam Hartanti, 2017). Psikologi positif berfokus pada aspek-aspek positif yang ditemukan ada dalam diri individu, seperti harapan (*hope*), rasa syukur (*gratitude*), optimis, resiliensi, kebahagiaan, dan ketekunan (Hasan et al., 2021). Aspek-aspek positif tersebut dikategorikan dalam karakter yang menjadi kekuatan (*character strengths*) yang merupakan pusat dari psikologi positif (Karris Bachik, Carey, & Craighead, 2021).

Urgensi dari penelitian ini juga ingin mengangkat suara dari subjek (ibu penjual sayur keliling yang berjalan kaki) yang tergolong pada keluarga dengan ekonomi rendah, kelompok kaum marginal, *underprivileged*, dan *voiceless* (kurang dianggap/perhatikan suaranya) dalam penelitian akademik. Hasil penelitian Bhadra (2021) dan Sibiya, Sithole, Mudau, & Simatele (2022) menegaskan bahwa subjek dari kelompok keluarga ekonomi rendah cenderung rentan, lemah, terpinggirkan, kurang memiliki hak untuk bersuara, korban dari berbagai keadaan social, dan menjadi korban ganda. Berdasarkan gap tersebut, peneliti berfokus ingin mendalami fenomena tentang ibu rumah tangga yang berjualan sayur keliling di sektor publik dan informal dalam konteks budaya di Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur (NTT). Tujuan dari penelitian ini yaitu memahami dan mendeskripsikan pengalaman ibu berjalan kaki menjual sayur keliling demi kebutuhan keluarganya di Kota Kupang, NTT.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metodologi dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan fenomenologi adalah penelitian induktif-kualitatif yang terdiri atas dua bagian utama seperti studi fenomenologi deskriptif yang berdasarkan filosofi Edmund Husserl dan studi fenomenologi interpretatif yang berdasarkan filosofi Martin Heidegger (Reiners, 2012). Edmund G. A. Husserl (dalam Willig, 2013), seorang Filsuf Jerman, menyatakan bahwa pengalaman subjektif merupakan sumber dari semua pengetahuan tentang fenomena obyektif. Sebagai peneliti fenomenologi

penting untuk menangkap sesuatu yang ada di dunia – yaitu perasaan, pikiran dan persepsi partisipan yang merupakan pengalaman mereka. Reiners (2012) membahas bahwa studi fenomenologi interpretatif digunakan ketika pertanyaan penelitian bertujuan untuk menggali makna dari fenomena, dan peneliti tidak memberikan batasan/jarak dari bias dan keterlibatannya dengan pertanyaan penelitian. Sedangkan studi fenomenologi deskriptif digunakan ketika peneliti bertujuan untuk menjelaskan suatu fenomena dan membatasi bias-bias dalam penelitian. Dalam penelitian ini berfokus menggunakan studi fenomenologi deskriptif dalam mendeskripsikan dan memahami pengalaman dari ibu yang harus berjalan kaki untuk berjualan sayur keliling. Willig (2013) menjelaskan bahwa studi fenomenologi deskriptif menangkap pengalaman tepat seperti yang muncul dengan sendirinya, tidak menambah atau mengurangi darinya.

Pemilihan subjek pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan bagian dari teknik *non-probability sampling*, *sample* yang dipilih sebagai sumber data berdasarkan pertimbangan tertentu atau karakteristik yang telah ditentukan yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2016). Kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu: (1) Subjek merupakan seorang perempuan (ibu rumah tangga) yang berjualan di Kota Kupang; (2) Subjek memiliki pekerjaan sebagai penjual sayur keliling dengan berjalan kaki; (3) Subjek dengan sukarela menyatakan kesediaan terlibat dalam proses penelitian (wawancara dan diobservasi). Diperoleh tiga subjek yang memenuhi kriteria tersebut. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Penelitian dilakukan ± 8 bulan terhitung dari bulan April sampai dengan bulan Desember 2022. Durasi waktu wawancara berkisar dari 30-60 menit, dengan jumlah pertemuan sebanyak 3-4 per setiap subjek. Lalu ditambah dengan observasi per setiap subjek berkisar 30 menit. Observasi dilakukan di rumah subjek dan di tempat berjualan sayur. Teknik analisa data yang digunakan yaitu *thematic analysis* yang dikembangkan oleh Braun & Clarke (2019).



## Hasil dan Pembahasan

### Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dan observasi pada tiga subjek ibu penjual sayur keliling dengan berjalan kaki di Kota Kupang diperoleh empat tema utama dan sebelas sub-tema dari keseluruhan empat tema. Tema utama pertama yaitu pengalaman berjualan sayur dengan berjalan kaki, yang terdiri atas tiga sub-tema seperti awal mula memutuskan berjualan sayur; jenis-jenis sayur yang dijual disesuaikan dengan kebutuhan pelanggan; dan lokasi berjualan sayur keliling. Tema utama kedua adalah dinamika ibu penjual sayur dalam menjalani peran ganda, yang terdiri atas dua sub-tema seperti pemenuhan kebutuhan ekonomi sebagai faktor penyebab; dan perasaan melelahkan tapi tetap tangguh dan bersyukur. Tema utama ketiga yaitu makna positif yang diperoleh dari berjualan sayur dengan jalan kaki, yang terdiri atas empat sub-tema seperti keuntungan dari berjalan kaki menjual sayur keliling; kemampuan mengatur waktu para ibu penjual sayur keliling; memiliki strategi dalam berjualan sayur; dan menabung untuk masa depan anak-anak dan keluarga. Tema utama keempat adalah interaksi dengan keluarga dan masyarakat, yang terdiri atas dua sub-tema seperti peran suami dan anak-anak dalam mendukung istri menjual sayur keliling; dan keterlibatan dalam kegiatan sosial dan kerohanian. Deskripsi dari setiap tema dibahas lebih lengkap pada bagian tema-tema dan gambar 2.

Tabel 1. Gambaran Umum tentang Subjek

Subjek/ Informasi Diri	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3
<b>Inisial</b>	RB	YM	CA
<b>Usia</b>	41 Tahun	56 Tahun	43 Tahun
<b>Asal suku</b>	Soe (Timor)	Soe (Timor)	Atambua (Thamoran)
<b>Agama</b>	Kristen Protestan	Kristen Protestan	Kristen Protestan
<b>Pendidikan terakhir</b>	SD	SD	SD

<b>Jumlah anak</b>	2 orang	1 orang	6 orang
<b>Status</b>	Menikah	Janda	Menikah
<b>Pekerjaan suami</b>	Tukang ojek	Almarhum (Tukang ojek)	Petani
<b>Awal berjualan sayur keliling</b>	Dari tahun 2016	Dari tahun 2011	Dari tahun 2015

## **Tema 1: Pengalaman berjualan sayur dengan berjalan kaki**

### **Sub-tema 1: awal mula memutuskan berjualan sayur**

Dari hasil wawancara dengan ketiga subjek, awal mula mereka berjualan sayur keliling dengan berjalan kaki untuk memenuhi kebutuhan perekonomian. Demi memenuhi kebutuhan perekonomian maka kaum perempuan (ibu-ibu rumah tangga) turut mengambil bagian dalam mencari nafkah dan memiliki peran ganda. Dengan berjualan sayur keliling maka sayur mereka bisa cepat habis atau laris di bandingkan dengan berjualan di satu tempat sambil menunggu pelanggan. Subjek RB juga mengatakan bahwa berjualan sayur keliling itu memang terasa melelahkan tapi jualanannya lebih cepat habis terjual. Namun ada keunikan sendiri dari jual sayur keliling, dimana subjek yang menjual sayur keliling merasa bahwa setiap hari itu mereka berjualan sambil juga berolahraga sehingga tubuhnya tetap sehat dan awet muda. Karena semakin berat bawaan sayur yang dipikul dan jauh jalan kaki berkeliling maka subjek mengeluarkan banyak keringat, yang akan memberikan efek pada tubuh yang kuat dan sehat. Sehingga bisa dikatakan bahwa berjualan sayur dengan berjalan kaki ini, dua aktifitas dijalankan secara bersama-sama dan menghasilkan hasil yang baik. Subjek bisa mendapat uang untuk memenuhi kebutuhan keluarga dan bisa membuat tubuh menjadi sehat.

“Akhirnya saya ambil keputusan untuk berenti dari jual kue langsung beli sayur ko pi jual. Pertama saya jual dekat rumah sini di bagian pohon asam situ, kadang dari pagi sampai sore pun laku hanya sampai tiga ribu, lima ribu, besok sayur masih ada kadang kita sonde beli hari besok. Karena sayur sisa kemarin pung masih banyak jadi masih isi di kulkas jadi pagi na pi jual kembali. Jadi mulai dari situ saya pikir sebaiknya saya jalan jual keliling sa, memang rasa cape tapi pulang kadang hanya sisa satu atau dua ikat sa

begitu. Sekarang penduduk sudah lebih banyak jadi jalan keliling untuk jual maka pendapatan lebih lumayan begitu baru sekalian juga olahraga pagi sore jadi biar saya sudah 40 tahun tapi saya masih kuat” (RB).

“Pengalaman awal mama jual sayur itu keliling kampung nona” (YM).

“Mulai berpikir kedepan sebagai orang tua dan sebagai mama kita harus kerja membantu suami yaitu bekerja menanam sayur,” Karena begini jual keliling ini maka cepat laku baru kan kita tinggal di kampung” (CA).

### **Sub-tema 2: Jenis-jenis sayur yang dijual disesuaikan dengan kebutuhan pelanggan**

Dalam usaha berjualan sayur bukan hanya satu jenis sayur yang dijual, namun ada berbagai macam jenis sayur yang dijual agar permintaan konsumen terpenuhi dan mendapat keuntungan. Seperti yang dilakukan oleh subjek RB yang dimana setiap paginya pergi ke pasar untuk membeli berbagai macam sayur seperti kangkung, daun ubi, bunga pepaya, terong, pucuk labu, toge, labu jepang, tempe, tahu, bayam dan sayur-sayur itu di isi dalam sebuah bakul atau dalam bahasa daerah disebut “*sapaik*”. Subjek RB mengatakan jenis-jenis sayur itu beli sesuai dengan modal yang ada. Sama hal dengan kedua subjek YM dan CA yang berjualan berbagai macam sayur, seperti sayur putih, lombok, tomat, labu dan lain-lain.

“Pagi-pagi bangun dengan bapa pagi pasar kembali saya isi sayur di sapaik. Ke ini hari beli kangkung, daun ubi, bunga pepaya, terong, pucuk labu, toge, labu jepang, terong, tempe, tahu, bayam Apa yang bisa dapat bunga ini hari maka jual itu” (RB).

“Sayur putih, sayur kangkung, tomat, terong, lombok, sayur labu dengan labu jepang” (YM).

“Sayur putih, pucuk labu, tomat, lombok dan buah labu” (CA).

### **Sub-tema 3: Lokasi berjualan sayur keliling**

Dari hasil wawancara kedua subjek yaitu RB dan CA masing-masing menempuh lokasi untuk berjualan dengan jarak tempuh yang cukup jauh. Seperti

yang diungkap oleh subjek RB bahwa ia mulai jalan kaki dari rumah sejauh 4-5 km. Begitu juga dengan subjek CA yang dimana ia menempuh jarak dari rumah untuk berjualan berkeliling sejauh 4-5 km, kemudian berhenti di titik akhir pada sebuah kios atau pondok kecil.

"Beta star dari rumah sini menuju pi prumahan, stim, menuju pi jalur dua sana menuju pi sinar bangunan habis itu sampai di SMP 10" (RB).

"Mama kalo jalan dari kebun maka mama pi jual di bamfoni, habis itu lewat dari oeneno, nanti putar datang di SD gmit hbis itu baru kembali rumah. Kami kan ada buat poondok kecil juga di pingir jalan depan sini jadi kadang sisa begitu na mama taruh di situ ko adik dong yang jaga" (CA).

## **Tema 2: Dinamika ibu penjual sayur dalam menjalani peran ganda**

### **Sub-tema 1 : Pemenuhan kebutuhan ekonomi sebagai faktor penyebab**

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketiga subjek ditemukan adanya faktor kebutuhan ekonomi yang kurang di keluarga. Sehingga subjek harus menjual sayur keliling untuk membantu menambah penghasilan suami yang pas-pasan, dan memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga sehari-hari lainnya. Menurut subjek CA, dengan menanam dan menjual sayur hasilnya lumayan memuaskan karena setiap bulan selalu ada sayur yang dapat dipanen, sebagian bisa dijual keliling, sebagian bisa untuk keluarga konsumsi sendiri karena langsung bisa dipanen dari pekarangan rumah atau kebun. Yang terpenting bagi subjek CA dengan bekerja menjual sayur dapat memenuhi berbagai kebutuhan anggota keluarga yang beragam, seperti biaya pendidikan, sumbangan untuk acara keluarga yang cukup banyak ada di budaya NTT.

"Satu minggu kita beli beras lima kg atau sepuluh kg itu dalam dia punya bungga dua hari atau tiga hari kita pake beli beras, sabun, odol, ficin garam minyak tanah dan adik dong pnya kebutuhan dan jajan sehari-hari" (RB).

"Yang menjadi faktor penyebab mama menjual sayur keliling itu karena kebutuhan dalam rumah karena mama sendiri di rumah, mama punya anak perempuan ada 2 orang tapi mereka sudah menikah sekarang ini mama tinggal

sendiri jadi mama harus bekerja sebagai penjualan sayur keliling. Tidak ada yang dapat mempengaruhi mama, mama yang ingin menjual sayur agar dapat memenuhi setiap kebutuhan mama dalam rumah" (YM).

"Ahhhh kalo untuk satu hari kita istilah di kampung ini bisa terpenuhi. Palingan beli garam, micin, sabun dengan kebutuhan anak dong jajan, uang regis dengan uang sekolah yang pertama itu untuk anak-anak punya masa depan. Pemikiran seorang ibu itu bekerja untuk masa depan anak-anak, habis itu dalam keluarga dari bapa atau mama minta bantuan kumpul keluarga jadi kalo ada uang seratus kah atau dua ratus begitu na kita bantu" (CA).

### **Sub-tema 2: Perasaan melelahkan tapi tetap tangguh dan bersyukur**

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, subjek RB menyampaikan perasaannya ketika berjualan sayur keliling yaitu terkadang ia merasa capek setelah seharian berjualan. Belum lagi ketika pulang sampai rumah Subjek RB harus menyelesaikan pekerjaannya di rumah seperti, memasak, mencuci pakaian, mengurus anak, dan pekerjaan lainnya. Namun, subjek RB tetap merasa bersyukur karena ia masih bisa membantu suaminya mencari sedikit rejeki untuk memenuhi setiap kebutuhan yang ada dalam kehidupan keluarga. Sedangkan, Subjek YM menyatakan perasaannya bahwa ia merasa senang berjualan sayur karena laris terjual. Subjek YM juga memiliki beberapa pelanggan atau pembeli yang sangat akrab dengan Subjek YM. Begitu pula dengan Subjek CA, yang dimana ia menyampaikan perasaannya setelah seharian berjualan sayur, ia juga memikirkan setiap pemasukan dan pengeluaran uang yang di dapat dari hasil kerjanya. Walaupun, subjek CA merasa capek tetapi ia terus tekun dalam bekerja dan tetap selalu mengandalkan Tuhan dalam setiap aktivitasnya. Ia percaya bahwa ketika ia bekerja dengan tekun maka Tuhan akan selalu melimpahkan berkat yang lebih kepadanya untuk memenuhi setiap kebutuhan yang ada dalam keluarganya.

"Terkadang mama rasa cape, kadang pulang begitu mama masih pigi pikul kayu kering na jadi kerja cape. Pulang jual sonde bisa duduk di tempat, mama biasa kalo su pulang maka urus bamasak, cuci pakaian, urus kasih makan anak, kasih makan ayam, kasih makan babi belum lai kalo ke musim

begini mama harus masuk di dalam kebun ko tofa rumput pokonya tiap hari sonde pernah barenti kerja. Jadi ke pikir begitulah seimbang. Kadang kecapean saat jual jalan, karena kalo musim sayur buah ke buah labu, ketimun, pisang atau ubi isi di dalam sapaik ini terlalu berat. Baru belum ko tomat lombok terong dgn sayur daun yang lain dong. Jadi kadang mama rasa ke pikul mau jalan mendaki begitu maka mama taruh sapaik yang isi sayur buah duluan jadi yang daun yang gantung dari belakang jadi kalo su laku maka su agak ringan, tapi kalo belum maka jalan jual terus jadi mama rasa cape. Tapi puji Tuhan mama selalu bersyukur karena bisa bantu suami untuk cari uang” (RB).

”Yang menyenangkan mama menjual sayur keliling adalah sayurnya banyak yang laris. Kalo mama simpan saja di rumah tidak akan laris nona. Biasanya itu mama sudah ada pelanggan jadi mama harus berjulan sayur keliling dan bejalan kaki nona” (YM).

”Jadi dengan dua pekerjaan ini saya kerjakan dengan tekun supaya tiap bulan itu Tuhan selalu membuka jalan untuk mendapat berkat untuk menyelesaikan beban pinjaman dan dalam keperluan rumah tangga. Kadang saat pulang jual itu rasa cape terlalu tapi habis mau bagaimana lai, harus usaha supaya bisa dapat uang” (CA).

### **Tema 3: Makna positif yang diperoleh dari berjulan sayur dengan jalan kaki**

#### **Sub-tema 1: Keuntungan dari berjulan kaki menjual sayur keliling**

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketiga subjek, mereka mengatakan bahwa ada keuntungan yang mereka dapat dalam berjulan sayur keliling sambil berjulan kaki. Karena dengan begitu mereka bisa langsung menerima uang secara kontan hasil jualannya, sayur cepat habis terjual pada setiap harinya, dan keuntungan yang didapat setiap harinya berkisar antara Rp. 50.000 - Rp. 100.000 (pada subjek CA, dan YM). Lalu, subjek RB jika satu hari membeli sayur dengan modal seratus ribu maka keuntungan yang bisa didapat berkisar lima puluh ribu sampai tujuh puluh ribu perhari, begitu pun dengan subjek YM yang mengatakan jika sayur yang ia jual 50 ikat maka keuntungan yang didapat per hari yaitu Rp. 100.000 karena satu ikat sayur senilai Rp. 5.000.



"Keumpama ini hari mama beli dengan uang poko seratus ribu sebentar uang bunga bisa dapat dengan lima puluh ribu klo bisa ya dapat sampai tujuh puluh lima per hari" (RB).

"Dalam satu hari mama dapat uang 100 ribu nona. Tergantung dari sejumlah sayur yang mama pikul. Biasanya mama bawa sayur 50 ikat berarti mama dapat 100 ribu dalam satu hari karena mama jualan sayur satu ikat 5000 ribu nona" (YM).

"Lebih untung kalo kita jalan keliling, karena kita bawah jalan maka orang beli kita langsung terima uangnya dan sayur juga cepat laku karena kita jual dari rumah ke rumah. Kalo kita jual di tempat kan orang datang baru kita pergi ambil. Jadi ke pi jual ko laku semua maka bisa dapat sampai lima puluh ribu atau tujuh puluh lima ribu" (CA).

## **Sub-tema 2: Kemampuan mengatur waktu para ibu penjual sayur keliling**

Dalam berjualan sayur para subjek harus membagi waktu seperti yang dikatakan subjek RB bahwa dalam sehari ia berjualan dua kali yaitu pagi dan sore. Subjek RB membagi waktu di pagi hari untuk pergi ke pasar dan mempersiapkan atau belanja beberapa macam sayuran yang akan dijual kembali oleh subjek RB. Setelah itu, subjek RB kembali kerumahnya untuk mengurus anaknya ke sekolah. Disamping itu, subjek RB juga menyempatkan waktunya untuk kembali berjualan sayur di sore hari. Sebagaimana yang dikatakan subjek RB dalam percakapan wawancara. Sama halnya dengan subjek YM yang harus pergi ke pasar jam 5 subuh untuk membeli sayur-sayuran yang akan di jual. Sedangkan, subjek CA memiliki lahan kebun sayur yang dimana ia berjualan satu kali dalam sehari yaitu di sore hari. Hal tersebut, dikarenakan kebun subjek CA sangat jauh dari rumahnya. Menjadi seorang ibu harus bisa membagi waktu dengan baik untuk bisa mengelola semua pekerjaan agar dapat berjalan dengan baik. Terkadang hujan juga harus menggunakan payung untuk pergi jualan demi mendapatkan uang, pergi pagi pulang siang dan pergi sore terkadang pulang malam, namun rasa lelah tidak mematahkan

semangat untuk terus berjualan demi mendapatkan uang untuk memenuhi kebutuhan keluarga dan menabung untuk masa depan anak-anak.

"Sehari tu saya jalan dua kali, pagi dengan sore. Jadi biar pun hujan juga saya tetap pake payung untuk jalan jual. Ke umpama pagi saya pulang dari pasar jam tujuh datang sampai rumah masih urus anak makan dengan urus dia untuk pergi ke sekolah, lalu sekalian saya siap untuk urus sayur. Jadi kadang jam delapan pas kadang jam delapan lewat saya su keluar dari rumah. Itu nanti pulang antara jam sepuluh lewat dan kadang jam sebelas baru sampai rumah. Kalo untuk sore punya na jalan jam stengah lima kadang pulang su gelap sekitar setengah tujuh" (RB).

"Biasanya itu mama pergi ke pasar jam 5 hampir siang nona. Mama kembali dari pasar itu jam 8 nona. Karena mama kembali dari pasar juga masih ikat sayur dan harus jual keliling lagi. Biasanya itu jalan jam 10 kembali ke rumah jam 1 nona" (YM).

"Ahhhh, kebun agak jauh tow anak, jadi satu hari saya pergi ambil dan jalan jual hanya satu kali sa. karena kebun agak jauh tow jadi sekitaran jam 2 begitu saya sudah pergi ke kebun habis pi potong langsung ikat jadi jam tiga liwat begitu maka mulai junjung bawah di bokor mulai jalan keliling jual su, nanti kadang saya pulang sampai di rumah sudah jam 5 sore" (CA).

### **Sub-tema 3: Memiliki strategi dalam berjualan sayur**

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, kedua subjek juga memiliki strategi atau cara dalam berjualan sayur. Sehingga dengan cara tersebut hasil jualan mereka bisa terjual habis dengan cepat setiap harinya. Seperti dalam percakapan yang ada dimana subjek RB mengatakan bahwa ia lebih suka berjualan keliling daripada berjualan di tempat. Perbandingannya berjualan keliling membuat sayur-sayurnya laris terjual dan itu mendapat keuntungan yang lebih. Sedangkan, berjualan di tempat sama sekali kurang laku terjual. Begitupun dengan subjek CA, yang dimana ia berjualan dengan harga yang sesuai dengan penjual pada umumnya di pasar (tidak dinaikan harga jual sayurnya walaupun ia harus rela berjalan kaki jauh). Subjek CA selain berjualan dengan cara berkeliling terkadang pembeli mampir ke rumahnya subjek CA untuk membeli langsung, seperti yang dikatakan subjek CA

dalam wawancara. Setiap subjek punya kedekatan dan komunikasi yang baik dengan para pembelinya yang sudah sering menjadi pelanggan mereka. Subjek mampu menjaga hubungan baik dengan para pelanggan hingga terkadang pembeli yang mampir ke rumah mereka untuk membeli langsung sayurnya.

"Beta lebih suka jual keliling, karena kalo duduk di tempat juga banyak pelanggan yang jalan pigi jual di orang lain. Jadi biar kita duduk sampe sore ju kadang sonde laku-laku, jadi saya pikir mendingan saya jalan jual sa. Jadi pulang datang entah snde habis juga sore saya jalan jual lagi. Baru saya senang itu karena kita kalo jual jalan maka kita ikat dengan harga yang lima ribu baru ke kita over dengan delapan ikat lima ribu maka kita bisa jual dengan empat ikat lima ribu jadi kalo ke over, jadi dapat keuntungan lumayan dan cepat laku sayur" (RB).

"Tergantung dari katong ikat bawah berapa ikat dari kebun. tapi kan di sini mama jual dengan satu ikat seribu jadi biasanya mama bawah sampe 50 ikat kalo paling banyak ya 75 ikat.... Kalo pucuk labu saya jual dengan harga lima ribu, jadi kalo ke saya sonde ada waktu untuk jual jalan keliling dan anak-anak dong sudah keluar sekolah itu saya tidak pikul jual, itu orang langsung datang beli di rumah jadi ke dong bawah sepuluh ribu maka saya langsung pergi ambil di kebun. biasanya orang beli dengan labu jepang karna labu jepang juga kami tanam di belakang rumah jadi kalo orang beli sepuluh ribu maka kasih 5 buah" (CA).

#### **Sub-tema 4: Menabung untuk masa depan anak-anak dan keluarga**

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek RB dan CA, mengatakan bahwa mereka bekerja menjual sayur keliling dan menabung demi masa depan anak-anak dalam pendidikan, serta memenuhi kebutuhan sehari-hari. Sedangkan subjek YM bekerja jual sayur keliling demi menafkahi kehidupannya sehari-hari karena anak-anaknya sudah menikah. Dengan penghasilan sekitar Rp. 50.000 atau Rp. 100.000 per hari, tetapi mereka tetap berusaha menyisihkan sebagian pendapatannya untuk menabung demi biaya pendidikan anak-anaknya. Tabungan ini dapat digunakan untuk kebutuhan yang mendesak seperti biaya pendidikan (uang kuliah anak yang bertambah), dan biaya kumpul keluarga. Walaupun seperti itu, RB mengatakan dengan hasil yang sedikit demi sedikit mereka sudah bisa menabung hingga

membeli sebidang tanah, memenuhi kebutuhan dalam rumah tangga, kebutuhan anak-anak, dan kebutuhan hidup lainnya dapat tercukupi.

“Pokoknya untuk dong punya pendidikan dan masa depan. Kalo umpamanya dapat ini hari, saya bisa kasih pisah biar pun sepuluh ribu atau lima belas saya taruh di celengan. Kalo pendapatan lebih begitu maka simpan kasih dong seratus begitu, kasih masuk di dong punya buku tabungan. Dengan mama ada simpan untuk yang kakak punya di Bank dan yang kecil punya di koperasi. Terus yang sisa katong pake untuk kebutuhan sehari-hari dengan anak-anak punya kebutuhan” (RB).

“Mama ini jual sayur terus kumpul-kumpul jadi satu bulan tu mama menabung di BPJS tenaga kerja dan TU. Jadi kalau mama kesusahan uang maka mama pinjam, ke yang baru-baru Via minta uang untuk bayar regis dengan bayar kos, belum satu minggu lay dia minta untuk bayar regis PPL karena bilang batas tanggal 3 dan 4.” (CA).

“Mama menjual sayur keliling itu karena kebutuhan dalam rumah karena mama sendiri di rumah, mama punya anak perempuan ada 2 orang tapi mereka sudah nikah sekarang ini mama tinggal sendiri jadi mama harus bekerja sebagai penjualan sayur keliling.” (YM).

#### **Tema 4: Interaksi dengan keluarga dan masyarakat**

##### **Sub-tema 1: Peran suami dan anak-anak dalam mendukung istri menjual sayur keliling**

Berdasarkan hasil wawancara bahwa ketiga subjek ini mengatakan bahwa suami dan anak-anak turut mendukung. Dimana pada subjek RB mengatakan bahwa suaminya turut membantu mengantarkan subjek ke pasar dan membantu mengangkat sayur yang sudah dibeli dari dalam pasar ke parkiran motor lalu diantarkan ke rumah. Walaupun terkadang ada saatnya, suami kurang sabar dalam membantu pekerjaan ibu. Subjek CA juga didukung oleh suami dan anak. Suaminya turut membantu membuat bedeng, menanam sayur, dan menyiram sayur. Lalu anak-anaknya turut membantu ibunya mengurus rumah dan ada juga yang membantu menyiram sayur. Sedangkan untuk subjek YM, suaminya sudah meninggal dan ia hanya tinggal sendirian, kedua putrinya sudah menikah.

“Saling mendukung. Sehingga dia bantu saya pagi-pagi antar saya ke pasar, kita dua masuk beli dia bantu pikul. Kadang saya suruh dia pikul yang labu dong dia marah dia angka buang tapi saling membantulah. Dia tetap pikul bawah kasih keluar di tunggu situ kasih naik di motor, apalagi kalo dapat jagung untuk rebus sebentar sore mau pikul jalan jual itu jagung nanti satu karung penuh baru itu manusia pung banyak. Kalo dia pikul dari dalam pasar begitu maka dia marah tapi berkatilah sampai pikul bawah datang namanya saling membantulah” (RB).

“Yang mendukung mama sampai ini saat menjual sayur keliling adalah kedua putri mama tapi mereka juga sudah menikah. Mama punya suami sudah meninggal dari tahun 2017 nona.” (YM).

“Bapa selalu mendukung jadi kami kerja sama-sama. Jadi bapa juga turut membantu dimana kalo ke mau tanam sayur maka dia bantu mama untuk pacul, buat bedeng, tanam sayur dan siram juga begitu bapa selalu bantu. Jadi kami kerja sama-sama. Anak-anak sangat mendukung, apalagi mama punya anak yang kecil, kalo nona yang SMP kalo saya pigi jual sayur maka dia di rumah mulai bamasak dengan beres-beres rumah. Terus kalo yang kecil kalo pigi kebun maka dia bantu tarik air ko siram sayur.” (CA).

## **Sub-tema 2: Keterlibatan dalam kegiatan sosial dan kerohanian**

Dalam kesibukan sehari-hari menjual sayur keliling sambil berjalan kaki kedua subjek RB dan CA masih menyempatkan diri mereka untuk beribadah dan mengikuti kegiatan sosial. Seperti yang dikatakan oleh subjek RB ketika selesai berjualan di pagi hari dan masih ada sisa waktu ia akan kembali ke pasar membeli sayur untuk berjualan sayur di sore hari. Akan tetapi jika ada ibadah rumah tangga maka RB tidak jadi berbelanja dan akan dilanjutkan esok paginya. Selain keterlibatan dalam kegiatan kerohanian RB juga terlibat dalam kegiatan sosial seperti mengikuti arisan keluarga, arisan RT, semuanya didukung oleh sang suami.

Begitu pula dengan subjek CA, ketika anak-anak meminta uang untuk keperluan kuliah yang mendesak, dalam keadaan seperti itu CA pergi mengikuti ibadah di gereja disana CA berdoa dan menangis menyerahkan semuanya kepada Tuhan. Dalam kegiatan sosial, CA selalu membantu dalam acara kumpul keluarga

dengan jumlah seadanya seperti seratus ribu atau dua ratus ribu, baik dari keluarga bapak atau ibu CA.

“Pagi habis, kalo ada waktu kembali pi pasar untuk beli. Jadi sore maka jalan untuk jual sore punya lay, kalo umpama ke ada ibadah rumah tangga maka saya sonde beli. Jadi besok baru beli satu kali ko pi jual. Saya juga ada ikut arisan keluarga, arisan RT, arisan Padahanga. Saya punya suami juga turut mendukung jadi saya ikut” (RB).

“Kadang saya pikiran. Ke yang baru-baru Via minta uang untuk bayar regis dengan bayar kos, belum satu minggu lay dia minta untuk bayar regis PPL karena bilang batas tanggal 3 dan 4 jadi pas pi ikut ibadah di gereja saya berdoa dan menangis namun saya serahkan semuanya pada Tuhan” habis itu dalam keluarga dari bapa atau mama minta bantuan kumpul keluarga jadi kalo ada uang seratus kah atau dua ratus begitu na kita bantu” (CA).

## Pembahasan

Dari data yang diperoleh, temuan tema-tema tersebut dapat dirangkum secara sederhana dan lebih mudah dipahami dalam gambar dan pola sebagai berikut:



Gambar 2. Deskripsi Tema Pengalaman Ibu Penjual Sayur dengan Berjalan Kaki



Peristiwa dan fenomena yang dialami subjek sebagai seorang ibu dan juga harus bekerja (mengambil peran ganda) pada sector publik dan informal, ditemukan cerita pengalaman dan dinamika peran yang sulit untuk dijalani dan dirasa melelahkan bagi para subjek. Kesulitan tersebut semakin dirasakan oleh para subjek terlebih karena kategori pekerjaannya yang juga berat, yang mana untuk berjualan sayur keliling subjek harus berjalan kaki 4-5 km, dengan membawa beban jualan yang cukup berat sekitar 10 kg setiap harinya, hingga menimbulkan bekas luka pada bagian bahu yang memikul sayur jualan. Dengan beban pekerjaan yang sulit, ketika pulang sampai rumah juga subjek memiliki tugas domestik yang juga berat, sehingga para subjek sering sekali merasa kelelahan, dan merasakan hidup kurang seimbang. Dengan kondisi seperti itu, para subjek memiliki kerentanan untuk mengalami stress atau tekanan. Sarafino (dalam Andriani & Sumargi, 2019) menyatakan bahwa ketika mengalami stress secara fisiologis mengalami meningkatnya denyut jantung, tekanan darah, dan hormon-hormon stres yang mengakibatkan sakit lambung atau perut, sakit kepala, kelelahan, ketegangan otot, susah tidur. Secara psikologis, stres dapat muncul dalam bentuk perasaan cemas, tegang, bingung, marah, frustrasi dan kurang percaya diri.

Pengalaman ibu yang rela berjualan sayur dengan berjalan kaki di Kota Kupang ini dianalisa oleh peneliti berdasarkan perspektif psikologi positif. Dari tema dan sub-tema diperoleh dua karakter utama yang menjadi kekuatan (*character strengths*) berdasarkan perspektif psikologi positif. Temuan tersebut terlihat ketika subjek berada dalam kondisi yang rentan mengalami stres, disisi lain para subjek mampu memandang dan menunjukkan makna positif dari berjualan sayur dengan berjalan kaki dan menjalankan peran ganda. Subjek memiliki pandangan bahwa berjualan dengan jalan kaki dapat memperoleh keuntungan ganda seperti dari sisi ekonomi yang sedikit lebih besar daripada berjualan pada satu tempat saja, dan dari sisi kesehatan karena berjalan kaki adalah olahraga yang menyehatkan. Keuntungan lainnya dari berjualan sayur dengan cara tradisional yaitu para subjek jadi memiliki

keterampilan mengatur waktu (*time management*) yang baik, memiliki strategi dalam berjualan yang membawa keuntungan, dan menabung bagi masa depan pendidikan anak dan keluarga.

Dengan memiliki pandangan yang positif, subjek sadar bahwa dibalik kesulitan dan masalah yang dialami, subjek tetap merasakan bersyukur karena masih dapat bekerja, membantu menambah ekonomi keluarga, memenuhi kebutuhan sehari-hari, dan menabung untuk pendidikan anak-anak. Para subjek juga bersyukur karena ada dukungan dari keluarga seperti dari suami dan anak-anak yang turut membantu peran ganda ibu. Walaupun terkadang dalam proses itu, dukungan yang diperoleh juga kurang penuh atau optimal tapi ibu tetap merasa bersyukur atas setiap proses hidup yang dialami. Prabowo (2017) menjelaskan bahwa rasa syukur (*Gratitude*) merupakan salah satu aspek emosi positif yang ada dalam individu. Individu yang memiliki rasa bersyukur akan mampu menyadari bahwa dirinya banyak menerima kebaikan, penghargaan baik dari Tuhan, orang lain dan lingkungan sekitarnya. Pribadi yang mudah bersyukur (*grateful personality*) menunjukkan sikap dan perilaku yang positif, seperti suka membantu, lebih mudah memaafkan, religius, terbuka (*extrovert*), mudah bersosialisasi, dan lebih puas akan hidupnya. Mereka tidak begitu materialistik, lebih jarang merasa iri, memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah. *Gratitude* merupakan salah satu bentuk dari emosi positif yang bertolak belakang dengan perasaan cemas, cemburu, marah serta bentuk emosi negatif lainnya. *Gratitude* dapat mengubah seseorang menjadi lebih baik, bijaksana dan menciptakan keharmonisan antara dirinya dengan lingkungan (dalam Andriani & Sumargi, 2019). Ciri-ciri dari pribadi yang mudah bersyukur tersebut juga terdapat dalam diri setiap subjek seperti ketika berjualan mereka tidak menaikkan harga dari pasar sehingga mereka punya pelanggan yang tetap. Ketika ada situasi sulit yang terjadi seperti anak yang kuliah tiba-tiba meminta uang tambahan, sikap yang subjek lakukan yaitu ke gereja dan berdoa pada Tuhan sebelum mengambil tindakan jalan keluar atas masalahnya. Dua

subjek pernah ditawarkan untuk bekerja dengan gaji yang lebih besar dengan menjadi Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di luar negeri, tapi mereka menolaknya karena merasa bahwa hidup mereka sudah cukup untuk bisa memenuhi semuanya, dan bisa tetap hidup dekat dengan keluarga.

Hasil penelitian Prameswari & Ulpawati (2019) menggambarkan bahwa rasa syukur adalah salah satu pemicu positif untuk terciptanya aura dan sikap positif dalam bekerja, meskipun pekerjaan memiliki beban kerja yang besar bahkan berlebih, menuntut jam kerja yang panjang, dan harus mengerjakan pekerjaan tambahan lainnya. Hal ini selaras dengan yang dialami oleh para subjek bahwa mereka mengerjakan banyak hal baik di domestik dan publik, bahkan ada subjek yang juga memiliki pekerjaan tambahan seperti menjual makanan ringan (roti dan kue). Dengan padatnya aktivitas para subjek berjuang menjalani peran ganda, mereka tetap merasa bersyukur.

Dalam perspektif psikologi positif, rasa bersyukur dapat berperan sebagai faktor protektif yang membuat individu menjadi pribadi yang tangguh (*resilient*) sehingga ia dapat optimal menjalankan perannya (seperti memunculkan rasa empati, mampu memaknai hidup, dan dapat mendukung sesama) dan bahkan melampaui kondisi yang penuh tekanan (dalam Andriani & Sumargi, 2019; Teguh & Prasetyo, 2021). Resiliensi dapat terlihat jelas pada subjek, terlebih ketika subjek CA merasa capek dalam menjalani seluruh perannya, tetapi ia tetap selalu mengandalkan Tuhan dalam setiap aktivitasnya, dan terus tekun dalam bekerja. Ia percaya bahwa dengan ketekunan maka Tuhan akan selalu melimpahkan berkat yang lebih kepadanya untuk memenuhi setiap kebutuhan yang ada dalam keluarganya.

Hasil penelitian Listiyandini (2016) menemukan bahwa ketika individu merasakan syukur dan mampu mengekresikannya melalui kebaikan moral lain yang dilakukan, maka dapat membantunya untuk meningkatkan ketangguhan (resiliensi) dalam menghadapi masalah. Rasa syukur, dan berterima kasih serta menghargai

adanya peran Tuhan, menghayati kebaikan-kebaikan kecil yang dirasakan dalam kehidupan dan mengekspresikannya dengan cara yang positif adalah hal yang menguntungkan untuk membantu seseorang bangkit dari kesulitan yang dialaminya. Semakin individu mampu untuk mensyukuri dan menghargai semua hal yang diperolehnya dari Tuhan, orang lain, maupun kehidupan, maka ia cenderung lebih mampu berserah diri, lebih mampu bangkit dari kesulitan, dan pada akhirnya mampu memunculkan kondisi psikologis yang positif. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa walaupun para ibu penjual sayur keliling dengan berjalan kaki mengalami banyak kesulitan dalam hidup dan rentan mengalami stres, tapi terdapat banyak keuntungan dan makna positif yang subjek dapatkan dari pengalaman hidup mereka. Keuntungan yang diperoleh tidak saja dari segi finansial ekonomi yang bertambah untuk pemenuhan kebutuhan keluarga, tapi keuntungan yang terbesar yang diperoleh oleh para subjek yaitu mendapatkan modal psikologis seperti memiliki emosi yang positif, rasa syukur, ketekunan, dan ketangguhan yang berdampak besar pada kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis subjek.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan studi fenomenologi deskriptif (observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi) pada tiga orang ibu penjual sayur keliling dengan cara tradisional (berjalan kaki keliling beberapa kampung, menggunakan alat "*lalepak*", "*sapaik*", karung bekas dan wadah baskom besar), ditemukan empat tema utama yaitu pengalaman berjualan sayur dengan berjalan kaki, dinamika ibu penjual sayur dalam menjalani peran ganda, makna positif yang diperoleh dari berjualan sayur dengan jalan kaki, dan interaksi dengan keluarga dan masyarakat. Dari tema dan sub-tema yang ada dapat diambil kesimpulan bahwa pengalaman ibu dalam berjualan sayur dengan berjalan kaki sangat sulit, melelahkan, dan rentan mengalami stres karena menjalankan peran ganda tersebut. Namun dibalik kesulitan yang dialami, setiap subjek mendapatkan banyak keuntungan, makna

positif dari perjuangan dan pengalaman hidupnya tersebut. Keuntungan yang diperoleh tidak saja dari segi finansial ekonomi yang bertambah untuk pemenuhan kebutuhan keluarga, tapi keuntungan dan modal yang terbesar yang dimiliki oleh para subjek yaitu memiliki modal psikologis seperti memiliki emosi yang positif, rasa syukur, ketekunan, dan ketangguhan yang berdampak besar pada kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis subjek. Implikasi dari studi fenomenologis ini didapatkan bahwa melalui rasa syukur pada Tuhan dan sesama, dapat memunculkan ketangguhan (resiliensi) dalam diri untuk mengatasi kesulitan hidup, dan tetap merasakan puas dengan kehidupannya. Saran bagi peneliti selanjutnya, dapat mengembangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jumlah subjek yang lebih banyak.

## Daftar Pustaka

- Ahmad, N. R., Kanto, S., & Susilo, E. (2015). Fenomena Kemiskinan Dari Perspektif Kepala Rumah Tangga Perempuan Miskin. *Wacana*, 18(4), 221–230.
- Alifudin, M. R., & Ediati, A. (2019). Pengalaman Menjadi Caregiver: Studi Fenomenologis Deskriptif Pada Istri Penderita Stroke. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 111–116. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23583>
- Andriani, R., & Sumargi, A. M. (2019). Hubungan antara Kebersyukuran (Gratitude) dengan Stres pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme. *Jurnal Experientia*, 7(2), 26–32. Retrieved from <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/2728>
- Bhadra, S. (2021). Vulnerabilities of the Rural Poor in India during pandemic 19 : Social Work perspective for designing sustainable emergency response. *Asian Social Work and Policy Review*, (June), 1–13. <https://doi.org/10.1111/aswp.12236>
- Hartanti. (2017). Penerapan Psikologi Positif pada Masyarakat Urban. *Proceeding Book Seminar Nasional*, (September), 17–36. Retrieved from [http://repository.ubaya.ac.id/37465/1/Hartanti\\_Penerapan Psikologi Positif.pdf](http://repository.ubaya.ac.id/37465/1/Hartanti_Penerapan_Psikologi_Positif.pdf)
- Hasan, A. Z., Rahman, A., Noor, M., Kamaluddin, M. R., Rathakrishnan, B., & Ramli, A. F. (2021). Aspects of Resilience and Gratitude when Facing the Covid 19 Pandemic: From Islam and Positive Psychology Perspectives among MPOB Staf. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry (TOJQI)*, 12(5), 1531–1540.

<https://doi.org/10.17569/tojqi.788364>

- Hendriks, T., Warren, M. A., Schotanus-Dijkstra, M., Hassankhan, A., Graafsma, T., Bohlmeijer, E., & de Jong, J. (2019). How WEIRD are positive psychology interventions? A bibliometric analysis of randomized controlled trials on the science of well-being. *Journal of Positive Psychology, 14*(4), 489–501. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1484941>
- Karris Bachik, M. A., Carey, G., & Craighead, W. E. (2021). VIA character strengths among U.S. college students and their associations with happiness, well-being, resiliency, academic success and psychopathology. *Journal of Positive Psychology, 16*(4), 512–525. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1752785>
- Lestari, N. E., Mardinarsih, D., & Sumekar, W. (2020). Peran Wanita Pedagang Sayur Terhadap Perekonomian Keluarga Di Pasar Pagi Desa Sumowono Kabupaten Semarang. *AGROMEDIA: Berkala Ilmiah Ilmu-Ilmu Pertanian, 38*(1), 1–8. <https://doi.org/10.47728/ag.v38i1.264>
- Listiyandini, R. A. (2016). Tangguh karena bersyukur: bersyukur sebagai afek moral yang dapat memprediksi resiliensi generasi muda. *Seminar Nasional Dan Call for Paper: Improving Moral Integrity Based on Family, (July)*, 1–16.
- Mustofa, R. H., Aida Nuzul Umi Hanifah, & Mutiara Karima. (2022). Peran dan Kontribusi Perempuan Penjual Jamu Gendong Pada Perekonomian Keluarga Di Kabupaten Boyolali. *Musāwa Jurnal Studi Gender Dan Islam, 21*(1), 53–64. <https://doi.org/10.14421/musawa.2022.211.53-64>
- Prabowo, A. (2017). Gratitude Dan Psychological Wellbeing Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 05*(02), 260–270.
- Prameswari, Y., & Ulpawati. (2019). Peran gratitude (Kebersyukuran) terhadap psychological well-being tenaga kesehatan. *Jurnal Personifikasi, 10*(2), 100–113. Retrieved from <https://journal.trunojoyo.ac.id/personifikasi/article/view/6591/4152>
- Reiners, G. M. (2012). Understanding the Differences between Husserl ' s ( Descriptive ) and Heidegger ' s ( Interpretive ) Phenomenological Research. *Journal of Nursing and Care, 1*(5), 1–3. <https://doi.org/10.4172/2167-1168.1000119>
- Saputri, Y. A., & Rahmandai, A. (2021). “Di Balik Senyum Dalam Peranku” (Studi Fenomenologis Deskriptif tentang Pengalaman Pemandu Karaoke Single Mother di Jawa Tengah). *Jurnal EMPATI, 9*(6), 438–448. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.30031>
- Sibiya, N., Sithole, M., Mudau, L., & Simatele, M. D. (2022). Empowering the Voiceless: Securing the Participation of Marginalised Groups in Climate Change Governance in South Africa. *Sustainability (Switzerland), 14*(7111), 1–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/su14127111>



- Sitorus, J., Sahusilawane, A. M., & Sopamena, J. F. (2022). *Peran Dan Kontribusi Perempuan Pedagang Sayur Terhadap Pendapatan Rumah Tangga Di Pasar Rumahtiga Kecamatan Teluk Ambon Kota Ambon*. 8(2). <https://doi.org/10.53565/pssa.v8i2.541>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)* (8th ed.; Sutopo, ed.). Bandung: CV ALFABETA.
- Tampubolon, J. E., & Abidin, Z. (2021). Studi Fenomenologis Deskriptif Tentang Pengalaman. *Jurnal EMPATI*, 10(03), 225–233.
- Taribaba, I. L., Sudarwadi, D., & Suruan, T. M. (2022). Peran Ganda Mama-Mama Papua Pembuat Kapur-Pinang Dalam Meningkatkan Pendapatan Keluarga Di Kampung Arowi Kabupaten Manokwari. *Lensa Ekonomi*, 16(01), 72–91.
- Teguh, P. M., & Prasetyo, E. (2021). Dinamika Gratitude pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome. *Jurnal Experientia*, 9(1), 1–9.
- Wardhani, Y., Prasetya, S. G., & Ari Dharmantyo, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Sayur Keliling Di Kota Bogor. *Ekono Insentif*, 14(1), 39–53. <https://doi.org/10.36787/jei.v14i1.210>
- Willig, C. (2013). *Introducing Qualitative Research in Psychology Third Edition* (Third). Retrieved from <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>