

## **EVERYONE DESERVES TO BE HAPPY: STUDI FENOMENOLOGI TENTANG KEBAHAGIAAN PADA ORANG MISKIN KOTA**

**Ikhwan Fadlu Fantazilu**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, E-mail: [Ikhwan.18142@mhs.unesa.ac.id](mailto:Ikhwan.18142@mhs.unesa.ac.id)

**Nurchayati**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, E-mail: [nurchayati@unesa.ac.id](mailto:nurchayati@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

Kemiskinan merupakan sebuah kondisi deprivasi, di mana pada umumnya hal tersebut hanya akan membuat manusia tidak bahagia. Namun berdasarkan studi di lapangan ditemukan terdapat orang-orang miskin yang tinggal di perkotaan masih dapat menunjukkan perasaan bahagia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengalaman bahagia di kalangan orang miskin di Kota Surabaya. Melalui penggunaan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, penelitian ini mengkaji lima orang miskin di Surabaya yang berpenghasilan di bawah garis kemiskinan BPS dan merasakan hidup bahagia dibuktikan melalui *Oxford Happiness Questionnaires*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur secara mendalam. Hasil dari temuan di lapangan menunjukkan bahwa orang miskin yang hidup di perkotaan masih dapat merasakan bahagia. Faktor yang membuat orang miskin dapat menikmati hidup bahagia beragam, mulai dari dapat berkumpul dengan keluarga, terjalinnya relasi positif dengan teman dan tetangga, merasakan adanya kehadiran Tuhan, terhindari dari perselisihan yang berkepanjangan, menerapkan nalar *subsistent* atau hidup sederhana sehingga terhindar resiko masalah finansial, beserta beberapa *life events* seperti melihat partisipasi anak dalam pendidikan yang lebih tinggi, hingga adanya bantuan pemerintah.

**Kata Kunci:** Kebahagiaan, Kemiskinan, Kota Surabaya

### **Abstract**

*Poverty is a condition of deprivation which generally makes people unhappy. However, based on field studies, it was found that poor people who live in urban areas can still show feelings of happiness. The purpose of this study was to identify the experiences of happy among the poor in the city of Surabaya. Through the use of qualitative methods with a phenomenological approach, this study examines five poor people in Surabaya who earn less or below than BPS poverty line and feels happy as evidenced by the Oxford Happiness Questionnaires. Data was collected through in-depth semi-structured interviews. The results of the findings in the field show that poor people who live in urban areas can still feel happy. The factors that make them able to enjoy a happy life vary, ranging from being able to gather with family, establishing positive relationships with friends and neighborhood, feeling the presence of God, avoiding prolonged disputes, applying subsistent reasoning (simple living so as to avoid the risk of financial problems), as well as several life events such as seeing children's participation in higher education, to the existence of government assistance.*

**Keywords:** *Happines, Poverty, Surabaya City*

### **PENDAHULUAN**

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) angka penduduk miskin di Indonesia meningkat dari 26 juta pada Maret 2020 menjadi lebih dari 27 juta penduduk pada Maret 2021. Peningkatan jumlah penduduk miskin ini didominasi oleh penambahan kasus kemiskinan yang terjadi di perkotaan di mana jumlah orang miskin di wilayah perkotaan sendiri bertambah dari 11,16 juta penduduk di bulan Maret 2020 menjadi 12,18 juta pada Maret 2021 (BPS Indonesia, 2021).

Masalah kemiskinan dapat timbul akibat berbagai sebab. Pertama, kemiskinan timbul karena sulitnya akses terhadap pekerjaan yang layak. Di samping itu maraknya Pemutusan Hubungan Kerja atau PHK secara massal juga semakin mempersulit pergerakan kaum marginal (Kasna, 2020). Kedua, berbagai syarat pembatasan pada keluarga miskin diberbagai sektor mulai dari pendidikan, kesehatan, hingga sanitasi yang buruk membuat para keluarga miskin mengalami deprivasi yang berkelanjutan dari waktu ke waktu (Nuphanudin et al., 2021). Ketiga, realita tersebut menjadi semakin parah ketika dana

bantuan sosial yang seyogyanya dapat membantu pemenuhan kebutuhan dasar bagi penduduk miskin justru menghadapi realita tidak tepat sasaran bahkan korupsi (Alfiyah, 2021). Ironinya, pola masalah ini terjadi bahkan sebelum pandemi dan kini masalah tersebut seolah telah berlipat ganda seiring pandemi berlangsung (Tarigan et al., 2020).

Kemiskinan memiliki berbagai dampak, salah satu di antaranya peningkatan jumlah orang miskin berkorelasi positif dengan tingkat kejahatan. Ketidamampuan suatu individu untuk memenuhi kebutuhan pokok mendesak sebagian orang untuk mencuri, merampok, bahkan juga tidak segan untuk membunuh (Sugiarti, 2014). Selain itu, kemiskinan juga turut mempengaruhi kondisi kesehatan mental. Depresi dan rendahnya taraf *subjective well being* pada orang miskin ialah bukti aktual atas pengaruh hal tersebut (Noviawati & Narendri, 2017).

Meski penelitian terdahulu menunjukkan eviden bahwa kondisi kemiskinan memiliki dampak terhadap rasa ketidakbahagiaan (Nidup et al., 2018; Noviawati & Undarwati, 2017), beberapa penelitian lain justru membuktikan sebaliknya bahwa orang miskin masih bisa merasakan bahagia (Clark, 2017; Piff & Moskowitz, 2018). Berdasarkan penelitian tersebut menyebutkan bahwa rasa bahagia bukanlah semata-mata dideterminasi oleh materi. Peningkatan jumlah GDP pada masyarakat dalam sebuah negara nyatanya tidak diikuti dengan rasa sejahtera secara subjektif (Clark, 2017). Lebih lanjut, kebahagiaan dalam golongan masyarakat sosioekonomi rendah memiliki ciri yang berbeda dengan makna bahagia pada orang dengan status sosioekonomi tinggi. Para penduduk miskin cenderung bahagia karena faktor rasa kasih sayang, hubungan sosial, dan rasa syukur atas hidup. Sedangkan orang dengan sosioekonomi tinggi cenderung bahagia karena perasaan kepuasan dan kebanggaan yang berorientasi pada diri sendiri, serta terhadap kesenangan yang lebih besar (Piff & Moskowitz, 2018).

Di Indonesia, penelitian-penelitian terkait kebahagiaan dan kemiskinan juga telah dilakukan, salah satunya terhadap masyarakat miskin di pesisir Yogyakarta. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa rasa kebahagiaan dipengaruhi oleh prinsip hidup Jawa “*urip iku mung mampir ngombe*” atau mengindikasikan bahwa hidup hanya sebentar serta tidak ada gunanya jika mengeluh. Dari penjelasan tersebut kebahagiaan pada orang miskin tercapai jika ia dapat menerima dan bersyukur bukan justru menolak realita atas masalah (Casmini & Sandiah, 2019). Selain itu, penelitian terhadap orang miskin

di pedesaan menunjukkan bahwa bahagia bukanlah semata-mata soal materi. Taat beribadah, bersyukur, *nrimo*, dan bersama dengan keluarga menjadi faktor penentu apakah seseorang akan bahagia atau tidak (Ashari & Dahriyanto, 2017). Berdasarkan kedua penelitian tersebut, secara umum penelitian tentang kebahagiaan pada orang miskin masih berkulat di orang desa sedangkan pada orang miskin perkotaan masih belum banyak dilakukan. Padahal dampak kemiskinan pada kebahagiaan antara orang miskin yang tinggal di perkotaan dan pedesaan terbukti memiliki faktor anteseden yang berbeda (Burger et al., 2020).

Secara umum kajian psikologis terhadap kondisi kemiskinan di perkotaan masih berkulat di area investigasi secara kuantitatif. Sebagian telah mengkaji konstruk terkait *psychological well being* yang disusun berdasarkan teori Ryff (Ardila et al., 2020). Sebagian yang lain justru merincikan atribut psikologis pada orang miskin, seperti atribusi, *self esteem*, *self-efficacy*, motivasi berprestasi, *locus of control*, *subjective well being*, dan lainnya (Noviawati & Narendri, 2017). Sedangkan sebagian yang lain berfokus pada dampak kemiskinan terhadap distres psikologis dan disfungsi sosial (Liputo, 2014). Akan tetapi penelitian yang menggambarkan strategi atau pola kebahagiaan pada orang miskin perkotaan di Indonesia secara kualitatif serta mendalam belum banyak dilakukan, oleh karena itupun penelitian ini berusaha mengisi kekosongan tersebut dan mencoba melengkapi khazanah pengetahuan terkait.

Bahagia itu sendiri ialah derajat penilaian individual terhadap keseluruhan kualitas hidupnya secara subjektif (Veenhoven, 2015). Kebahagiaan memiliki 2 komponen, yaitu afektif (*pleasant*) dan kognitif (*contentment*). Kebahagiaan dari sisi afektif memiliki arti evaluasi seberapa sering seseorang dapat merasa senang, sedangkan dari sisi kognitif diartikan sebagai derajat persepsi individu apakah kebahagiaan yang dirasa memenuhi aspirasi yang diinginkan (Rojas & Veenhoven, 2013). Kesebir dan Diener (2008) mengemukakan bahwa kebahagiaan terdiri atas: (1) kepuasan hidup secara global, (2) kepuasan hidup dalam domain spesifik, seperti di tempat kerja, akses kesehatan, dan lain sebagainya, (3) prevalensi dominan afek positif, (4) rendahnya level frekuensi afek negatif. Berdasarkan penjelasan tersebut maka rasa bahagia terdiri atas dua aspek, kognisi (kepuasan hidup) dan afeksi (baik itu positif maupun negatif) (Kesebir & Diener, 2009).

Secara umum, konsep kebahagiaan dapat dibedakan dalam empat kategori (Franklin, 2009).

Pertama, kebahagiaan dapat dilihat melalui ajaran keagamaan. Masing-masing agama memiliki makna bahagia yang berbeda-beda. Kebahagiaan di dalam perspektif ini bisa eksis sebab agama menawarkan manusia rasa kebermaknaan hidup yang melebihi standar duniawi, seperti hal hidup setelah kematian (Frey, 2018). Penelitian lain menyebut orang yang religius cenderung lebih merasa bahagia (Risky et al., 2018). Kedua, sebagian besar masih menyakini jika kebahagiaan bersumber dari kehidupan yang layak dan berkecukupan, meskipun yang lain justru tidak menyepakati hal yang sama (Lim et al., 2020). Ketiga, kebahagiaan ialah pekar rasa senang atau nihilnya rasa sakit ataupun rasa derita (Veenhoven, 1991). Keempat, rasa bahagia adalah bagian dari pemenuhan kapasitas diri (*self fulfilling*). Pendapat ini umumnya terlihat dalam tokoh humanis seperti halnya Maslow yang mengemukakan bahwa *meta needs* manusia merupakan aktualisasi diri (Alwisol, 2014).

Kebahagiaan itu sendiri memiliki berbagai keutamaan bagi manusia. Pertama, seorang individu yang bahagia cenderung akan merasa puas dengan hubungan interpersonalnya. Hal tersebut disebabkan orang bahagia cenderung lebih menyenangkan dan seru saat melakukan interaksi (Reis et al., 2010). Kedua, selain sehat secara mental, seseorang yang berbahagia juga cenderung akan sehat secara fisik, di mana rasa bahagia terbukti dapat meningkatkan imun tubuh, menangkal penyakit, dan mengurangi penuaan dini (Mhaske, 2017). Ketiga, individu yang bahagia juga dapat memunculkan pemikiran atau ide kreatif yang tentu sangat berguna untuk mengatasi masalah sehari-hari. Hal ini disebabkan orang yang bahagia cenderung bersedia membuka kesempatan luas untuk dapat mengeksplorasi lingkungan sekitar. Berbeda halnya dengan orang yang suka muram dan bersedih yang cenderung diam dan kaku (Ritter & Ferguson, 2017).

Rasa kebahagiaan tidak dapat ditentukan berdasarkan kekayaan. Bahagia itu relatif. Terdapat tiga postulat yang menjelaskan mengapa bahagia itu relatif. Pertama, bahagia merupakan hasil proses komparasi. Kedua, komparasi itu sendiri dilakukan terhadap seseorang atau kelompok sehingga dengan memanipulasi proses perbandingan dan subjek yang dibandingkan maka individu dapat merasa bahagia. Ketiga, bahagia itu merupakan kebebasan subjektif atau *arbitrary* dengan kata lain kebahagiaan satu dengan yang lain mempunyai atribut yang berbeda (Veenhoven, 1991). Oleh sebab itu, orang marjinal dapat merasa bahagia karena memanipulasi standar

kebahagiaan dan memberi atribut bahagia tersebut secara berbeda. Di sisi lain, studi kebahagiaan pada negara-negara maju seperti Korea dan Jepang yang rendah dibandingkan negara berkembang lain turut menunjukkan realita bahwa kehidupan dan fasilitas hidup yang layak nyatanya tidak selalu menjamin timbulnya rasa kepuasan dan membawa pada rasa kebahagiaan menyeluruh (Lim et al., 2020).

Penelitian mengenai topik kebahagiaan di kalangan orang miskin pernah dilakukan oleh para peneliti terdahulu, sebagaimana telah disinggung di atas, sayangnya penelitian tersebut masih berkuat dalam *setting* wilayah kemiskinan yang terjadi di pedesaan (Ashari & Dahriyanto, 2017; Casmini & Sandiah, 2019). Padahal desa dan kota mempunyai dinamika sosial yang berbeda, mulai dari perbedaan total populasi, pola mobilisasi, lingkungan tempat tinggal, pengaruh teknologi, peluang kerja, jumlah pendapatan, dan faktor lainnya yang mempengaruhi kebahagiaan individu (Burger et al., 2020). Terlebih penelitian kebahagiaan pada orang kota juga masih sering dikaji melalui pendekatan kuantitatif semata (Wenas et al., 2015) dengan karakteristik partisipan general atau berlatar belakang sosioekonomi yang beragam. Maka dari itu diperlukan suatu penelitian yang secara spesifik akan mengkaji kebahagiaan di kalangan orang miskin kota namun dengan *epoche* sejati, atau dengan kata lain penelitian ini memiliki *state of the art* yang berada pada letak karakteristik partisipan dan pendekatan penelitian kualitatif yang digunakan.

Berdasarkan pada pemaparan di atas maka tujuan penelitian ini adalah mengetahui lebih dalam pengalaman bahagia pada orang-orang miskin yang tinggal di perkotaan.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bertujuan mengeksplorasi dan memahami makna di balik peristiwa, baik itu pada individu maupun pada kelompok secara mendalam (Creswell, 2014). Pendekatan yang dipilih adalah fenomenologi dengan berfokus pada bagaimana individu memahami dan merasakan pengalaman atau peristiwa yang tersebar di antara mereka (Willig, 2013). Pada penelitian ini, pengalaman yang dimaksud adalah pengalaman merasakan kebahagiaan oleh orang miskin kota.

### *Partisipan Penelitian*

Penelitian ini dilakukan di Kota Surabaya dengan partisipan yang memiliki kriteria: (1) hidup

di bawah garis kemiskinan yang ditetapkan BPS yaitu berpendapatan per kapita sebesar Rp. 486.168 /bulan. (BPS Indonesia, 2021). (2) merasa bahagia yang dibuktikan melalui hasil kuesioner *Oxford Happiness Questionnaires* yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia (Adeline & Nuovi, 2017). Berdasarkan syarat di atas peneliti menemukan lima orang partisipan dengan kriteria homogenitas yang terletak pada skor kebahagiaan pada masing-masing partisipan yang berada di cenderung merasa bahagia hingga sangat bahagia meski terklasifikasi sebagai orang berstatus sosioekonomi rendah. Jumlah subjek pada penelitian fenomenologi umumnya berkisar di antara 5-25 partisipan, meski demikian tidak ada ukuran absolut (Hasbiansyah, 2008).

**Tabel 1. Deskripsi Singkat Partisipan**

Rintani	Ibu Rintani merupakan seorang ibu rumah tangga, Ia berusia 51 tahun, tidak bekerja dan memiliki dua orang anak. Anak pertama telah menikah namun masih tinggal bersama orang tuanya dan memiliki seorang bayi. Sedangkan suami Ibu Rintani bekerja sebagai kuli bangunan dengan upah yang tidak menetap namun berkisar tidak lebih dari 1,5 juta per bulanya, atau dengan kata lain pendapatan per kapita atau per kepala dalam keluarga Ibu Rintani kurang dari 400 ribu. Pendidikan terakhir Ibu Rintani ialah Sekolah Dasar. Kondisi rumah beliau juga memprihatinkan, belum beralas ubin dengan bata yang tidak disemen dan ukuran yang sempit. Ibu Rintani serta suami juga tidak memiliki kamar tidur, mereka tidur di ruang tamu yang tanpa sekat.		
Purwati	Ibu Purwati adalah seorang <i>single mother</i> , berusia 48 tahun, bekerja sebagai buruh pabrik plastik dengan upah berkisar 800 ribu rupiah per bulan. Purwati memiliki dua orang anak, namun satu anaknya meninggal, sehingga kini ia hanya hidup berdua dengan seorang anak perempuannya. Pendapatan per kapita keluarga Ibu Purwati adalah 400 ribu rupiah per bulan. Pendidikan terakhir beliau adalah SMP. Ibu Purwati beserta anaknya tinggal di sebuah kosan dekat dengan sungai yang kotor dan berbau tidak sedap. Beberapa bagian tembok	Anis	kosan juga telah mengelupas dengan ruangan yang sempit. Ibu Anis memiliki tiga anak, namun semua anaknya kini telah menikah dan memiliki keluarga masing-masing. Ia berusia 53 tahun dan tidak bekerja, Ia hidup menggantungkan belas kasih dari mantan suaminya sekitar 400 ribu per bulan untuk menghidupi seorang diri. Latar pendidikan terakhir beliau adalah SMA. Kondisi finansial yang tidak menguntungkan membuat Ibu Anis tinggal di rumah yang sempit di dalam gang. Beberapa bagian rumah tersebut juga masih beralaskan tanah dengan tembok yang mengelupas.
		Sutrisno	Pak Tris adalah seorang ayah yang saat ini berusia 55 tahun, memiliki empat orang anak, semuanya masih sekolah, dan memiliki seorang istri. Ia bekerja sebagai tukang plitur dengan upah tidak menetap namun berkisar di angka 1,5 juta rupiah/bulan. Alhasil pendapatan per kapita keluarga beliau berada di angka kurang dari 250 ribu per bulanya. Pendidikan terakhir Pak Tris adalah tingkat SD, itupun tidak tamat. Pak Sutrisno tinggal di rumah peninggalan dari orang tua, kondisi rumah beliau juga mengkhawatirkan seiring dengan usia bangunan yang telah lama dan belum mampu untuk direnovasi. Atap rumah terlihat akan roboh sedangkan ubin rumah telah terkelupas.
		Djiatmo	Pak Djiatmo merupakan bapak dari dua anak, memiliki seorang istri dan tidak bekerja. Sedangkan pekerjaan Pak Djiatmo adalah pengayuh becak dengan upah bulanan tidak menentu namun berkisar di bawah 900 ribu. Ia berumur 50 tahun, sedangkan kedua anaknya sudah menikah sehingga kini Ia hidup untuk mencukupi kebutuhan dirinya dengan istri. Pendapatan per kapita keluarga Pak Djiatmo adalah kurang dari 450 ribu per bulan, selain itu Pak Dji juga tidak tamat SD. Saat ini mereka tinggal di perkampungan sederhana di dalam rumah tanpa ubin, serta kamar mandi yang berada di luar rumah.

### Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian diambil menggunakan wawancara semi terstruktur yaitu wawancara yang tidak mengikuti pedoman wawancara secara kaku dengan alasan karena dinilai lebih bersifat santai, serta masih tersedianya peluang bagi peneliti untuk mengembangkan pedoman wawancara sebagaimana apa yang terjadi di lapangan atau lebih kontekstual (Herdiansyah, 2010). Pedoman wawancara di sini mencakup sejumlah pertanyaan tentang identitas subjek, diikuti menanyakan pengalaman kemiskinan yang dialami subjek dan kebahagiaan yang tetap bisa ia rasakan maupun strategi-strateginya. Pada saat wawancara peneliti menggunakan bantuan alat rekam serta buku catatan. Adapun sebelum proses wawancara peneliti membangun *rapport* dengan cara mengajak partisipan untuk komunikasi secara kontinyu. Proses wawancara ini dilakukan sebanyak dua kali pada setiap individu guna bisa mendalami fenomena, di mana proses tersebut berlangsung di tanggal 9 Februari 2022 sampai dengan 14 Maret 2022 secara *face to face*.

### Teknik Analisa

Pada tahap keabsahan data, peneliti di sini menggabungkan beberapa teknik, meliputi deskripsi situasi partisipan, melibatkan penulis kedua untuk mengecek ulang hasil interpretasi peneliti pertama guna mencapai *epoche*. Diikuti melakukan refleksi penelitian guna mengetahui posisi peneliti di antara subjek yang diteliti, di mana peneliti berusaha agar mengurangi pendapat pribadinya dengan membaca buku dan menonton film bertema kemiskinan. Lalu melakukan *grounding in example* yakni mengutip ucapan partisipan secara langsung dengan tujuan memberikan bukti yang nyata bahwa ungkapan atau data tersebut benar adanya (Herdiansyah, 2010).

Selanjutnya, setelah data terkumpul maka data dianalisis menggunakan teknik *interpretative phenomenological analysis* (IPA) yaitu suatu teknik analisis yang memiliki tujuan agar dapat mengetahui pengalaman, peristiwa, dan kesadaran yang dimiliki oleh para partisipan dengan cara membaca berulang kali data verbatim partisipan (Willig, 2013). Tahap analisis ini meliputi beberapa tahap: verbatim data mentah wawancara, lalu diikuti dengan pemberian koding dengan mempersiapkan dua tabel kanan dan kiri di mana tabel sebelah kiri menunjukkan koding dengan tema yang sangat mendekati dari apa yang dikatakan oleh partisipan sedangkan tabel sebelah kanan bertujuan guna melakukan klasifikasi koding berdasarkan tema kecil yang serupa menjadi tema

kesatuan yang lebih besar. Setelah itu, tema-tema yang telah ditemukan akan disajikan ke dalam tabel tema dalam rangka mempermudah penyajian serta interpretasi data.

## HASIL

Penelitian ini berhasil mengklasifikasi tiga tema super-ordinat, enam sub tema, serta tiga tema khusus. Sesuai dengan apa yang terlihat pada Tabel 2 dan Tabel 3 sebagai berikut.

**Tabel 2. Tema Super-ordinat dan Sub Tema**

Tema Super-ordinat	Sub Tema
Hubungan Interpersonal	Hubungan dengan Keluarga
	Hubungan dengan Teman dan Tetangga
	Perselisihan Secara Umum
Hubungan Transendental	Hubungan dengan Tuhan
Mempertahankan Hidup	Finansial
	Pemenuhan Kebutuhan Pokok

**Tabel 3. Tema Khusus**

Tema Khusus	
	Persepsi Terhadap Pendidikan
	Persepsi Terhadap Pemerintahan
	Dampak Kebahagiaan

Berdasarkan hasil temuan wawancara, arti bahagia pada kalangan orang miskin di perkotaan cukup bervariasi. Pertama, bahagia didefinisikan di dalam sudut pandang religi di mana partisipan turut mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah kondisi seseorang yang memiliki keberimanan, “orang yang berbahagia itu ya orang yang beriman” (Purwati, 9 Februari 2022). Lalu perspektif yang kedua bahagia dipandang dalam kaca mata eudaimonic atau dengan kata lain bahagia merujuk pada kondisi nihilnya rasa sakit dan munculnya perasaan tenang di dalam hati, ketenangan. “*rasane iku yowes tenang*” [rasanya itu ya tenang] (Anis, 14 Februari 2022). Ketiga, bahagia juga diamini secara materialis, atau dengan kata lain kebahagiaan bisa dicapai apabila individu memiliki harta termasuk di dalamnya uang, “bahagia karena *nggadah nyotroh* (mempunyai uang), walau sedikit tapi ada” (Sutrisno, 13 Maret 2022).

Faktor pendeterminan rasa kebahagiaan di antara kalangan orang-orang miskin juga ditemukan memiliki variasi. Begitupun halnya dengan strategi dari orang-orang tersebut untuk bisa mencapai rasa bahagia, sekaligus cara mengurangi hambatan yang dipersepsikan dapat menurunkan taraf bahagia pada orang miskin itu sendiri. Lebarinya diskusi tentang ketiga aspek tersebut, maka penjelasan selanjutnya akan dibagi berdasarkan tema superordinat dan sub tema yang diteliti diklasifikasikan di atas.

### **Hubungan Interpersonal**

Relasi sosial ialah salah satu tema temuan yang paling umum dibicarakan oleh partisipan. Para subjek mengemukakan bahwa kebahagiaan orang-orang miskin terletak pada bagaimana relasi sosial positif dapat dibangun. Relasi tersebut tidak terbatas pada relasi di dalam keluarga melainkan juga teman dan tetangga. Selain itu, proses dalam penyelesaian perselisihan dalam relasi tersebut juga menjadi sub tema sendiri sebab terdapat pola yang unik atau khas yang mengindikasikan strategi untuk dapat menjaga keharmonisan. Oleh sebab itulah tema ini kemudian dapat dibagi lagi ke dalam tiga sub tema yaitu: (1) hubungan dengan keluarga, (2) hubungan dengan teman dan tetangga, (3) perselisihan secara umum.

### **Hubungan dengan Keluarga**

Partisipan mengakui bahwa kebahagiaan di dalam keluarga didorong oleh faktor-faktor seperti: (1) anak yang dapat memahami kekurangan ataupun keinginan dari orang tua, (2) adanya dukungan dari pasangan, (3) kehadiran cucu, (4) kesehatan anggota keluarga secara umum, dan (5) sedikitnya frekuensi pertengkaran antar anggota keluarga itu sendiri. “Tidak (men) jamin orang punya uang banyak itu terus bisa bahagia [...] paling enak sama keluarga” (Rintani, 9 Februari 2022).

Strategi untuk dapat mencapai hal tersebut dimulai dari: (1) menasehati serta memahami anak, (2) meningkatkan komunikasi dan rasa kepedulian, (3) berdiskusi serta bergurau dengan keluarga, (4) berinteraksi dengan cucu, dan mendoakannya.

Kalau kumpul ya *biasane sing* [biasanya yang] dibahas ya masalah bagaimana ini bu besok gajianya seperti ini, *yowes* [ya sudah] disyukuri *ae pokok e* [saja yang terpenting] cukup gitu. Sering kumpul sama anak-anak tukar pendapat, bagaimana sekolahan gini, di tempat kerjaan gini, selalu tukar pikiran gitu. Jadi yang dibahas mulai dari masalah anak, sehari-hari (Rintani, 9 Februari 2022).

Sedangkan hambatan untuk bisa mencapai kebahagiaan di tengah keluarga adalah tekanan dari anak-anak, di mana tekanan yang dimaksud tersebut sangatlah kompleks mulai dari pemikiran tidak bisa membahagiakan anak, berdebat dengan anak, anak yang mengeluh dan terus merasa kurang, anak yang menikah dini, hingga anak yang berpisah dari orang tua.

### **Hubungan dengan Teman dan Tetangga**

Kebahagiaan pada kalangan orang miskin juga didorong oleh hubungan sosial dengan orang-orang di sekitarnya, seperti teman serta tetangga, di mana kebahagiaan dapat dirasakan apabila: (1) di dalam hubungan tersebut terdapat penghargaan satu sama lain, serta (2) interaksi sosial berjalan secara sehat dan positif seperti dapat saling membantu jika teman dan tetangga sedang tertimpa masalah meski kecil bantuan tersebut namun yang terpenting ialah masih tetap membantu. “Walaupun kita kaya punya banyak harta tapi [...] lihat kanan kiri kekurangan ia tidak membantu, ya dia tidak bahagia” (Purwati, 9 Februari 2022).

Adapun strategi guna bisa mencapai faktor tersebut adalah: (1) mengawali kebaikan, mulai dari menumbuhkan rasa empati, bisa membantu dengan ikhlas, dan mendoakan untuk segala kemudahan di antara orang-orang yang disayangi, (2) menghindari resiko, seperti tidak mudah iri dengki maupun tidak suka membicarakan keburukan orang lain. “Uang itu [...] bukan segalanya ya, kebaikan hati kita yang bisa dihargai oleh orang (lainya)” (Purwati, 9 Februari 2022).

Sedangkan restriksi besar dalam mencapai kebahagiaan dalam kategori ini adalah tekanan dari tetangga yang *underestimate* dalam setiap perilaku atau pencapaian diri. “*Umpomo awak dewe pingin nak Indomaret tuku sak kresek, wong ngunu mesti dugaane ngene, oh duek e akeh rek*” [Seumpama kita ingin ke Indomaret membeli sekantong, orang begitu selalu dugaanya begini, oh uangnya banyak] (Anis, 14 Februari 2022).

### **Perselisihan Secara Umum**

Perselisihan atau pertentangan merupakan hambatan seseorang dalam mencapai kebahagiaan, begitupun dengan orang miskin. Namun penyelesaian dari perselisihan dan kembalinya sebuah relasi juga disebutkan sebagai kebahagiaan. “*Ngko pas masalah rodok redah iku yo bahagia*” [nanti ketika masalah agak redah itu ya bahagia] (Anis, 14 Februari 2022).

Strategi agar dapat menghindari pertikaian dan meredakan masalah antara lain: (1) modifikasi diri, seperti tidak sombong, menjaga ucapan, tidak mudah sakit hati, (2) menghindari resiko parahnya pertentangan, seperti mengalah, lebih memilih diam, dan yakin bila waktu akan menunjukkan kebenaran dengan sendirinya, (3) melakukan musyawarah dan mengambil titik tengah, “soalnya kita [...] ngomong yang baik, kita tidak suka tengkar, kalau ada yang tengkar kita harus di tengah-tengah” (Purwati, 9 Februari 2022), dan (4) *coping* perilaku dengan cara keluar rumah dan pergi berjalan-jalan.

### **Hubungan Transendental**

Secara serentak setiap partisipan mengakui bahwa kehadiran Tuhan dapat memberikan bahagia, di mana kebahagiaan dalam kategori ini disebabkan adanya kehadiran tuhan yang ditandai dengan suatu kepercayaan bahwa Tuhan pasti menolong, Tuhan akan menunjukkan jalan, dan percaya bahwa rezeki pasti ada. “*Lah yoopo maneh ya Allah, samean sing ngekei ngene, ate yoopo maneh ngko nak onok dalam maneh, aku yakin*” [Mau bagaimana lagi ya Allah, engkau yang memberikan ini, mau bagaimana lagi nanti ada jalan lagi, aku yakin] (Purwati, 9 Februari 2022).

Strategi untuk meyakini bahwa kehadiran Tuhan akan membawa kebahagiaan adalah dengan: (1) menggunakan atribusi fatalistik atau Tuhan ialah pengatur segalanya sehingga setiap kesusahan yang ada saat ini adalah bagian dari ujian, (2) menyadari bahwa hidup itu singkat dengan cara meyakini akan kematian serta menginginkan surga, (3) mematuhi anjuran dan anjuran agama seperti halnya beribadah, bersyukur, berpasrah, dan optimis. “*Mboten (susah) insyallah mboten (susah), soale rejeki kan wonten sing ngatur [...] Gusti Allah sing ngatur, dadi yowes posroh, nrimo*” [Tidak susah, *insyallah* tidak susah, karena rezeki itu sudah ada yang mengatur, Tuhan Allah yang mengatur, sehingga pasrah, menerima] (Sutrisno, 13 Maret 2022).

Meskipun demikian kebahagiaan di dalam kategori ini sering menemukan hambatan terutama pada pemikiran bahwa terkadang Tuhan tidak adil, “kadang kita *ngrasa sing nggae urip kok nggak adil yo*” [terkadang kita merasa yang membuat hidup itu tidak adil ya] (Anis, 14 Februari 2022).

### **Mempertahankan Hidup**

Selain relasi baik itu dengan orang lain dan Tuhan, proses di dalam mempertahankan hidup juga menjadi tema sendiri sebab bagian ini menjelaskan

tentang bagaimana dinamika orang miskin di dalam menyikapi keterbatasan ekonomi, kelangkaan atau kenaikan barang pokok, dan permasalahan di dalam kategori memenuhi kebutuhan dasar, namun masih dapat merasakan kebahagiaan dengan strategi yaitu mengatur keuangan untuk menghindari hutang dan turut menerapkan nalar subsistent dalam memenuhi kebutuhan dasar.

### **Finansial**

Pada kategori ini kebahagiaan pada orang miskin dapat dicapai apabila mereka dapat bekerja dan memiliki uang yang halal. Berbagai partisipan mengungkapkan hal serupa, “*gimana isok bahagia nek nggak kerjo*” [bagaimana bisa bahagia apabila tidak kerja] (Rintani, 9 Februari 2022), “*pokok intine nyambut gae nek pingin e bahagia*” [pada intinya bekerja kalau ingin bahagia] (Anis, 14 Februari 2022), “*carane tetep bahagia sebab kulo niku kerjo, cukup mboten cukup tapi sek kerjo dadi sek tetep bahagia*” [caranya tetap bahagia sebab saya itu kerja, cukup tidak cukup tapi masih kerja jadi masih tetap bahagia] (Sutrisno, 13 Maret 2022).

Selain itu, strategi untuk mendapatkan rasa bahagia dalam hal finansial dilakukan dengan cara yaitu: (1) berusaha mencari kerja tambahan seperti melalui teman, (2) mengatur keuangan dengan cara mengalokasikan kebutuhan prioritas lebih dulu, lalu tidak membeli barang dadakan dengan harga mahal, dan berusaha menabung, (3) meminimalisir hutang dan menyesuaikan supaya cukup, (4) menganggap uang bukan segalanya atau penentu kebahagiaan di dalam hidup. “Uang sebenarnya tidak menjamin kita bisa bahagia” (Purwati, 9 Februari 2022).

Sedangkan hambatan dalam finansial akan muncul karena pemasukan yang sedikit, banyaknya tanggungan, sehingga muncul keinginan untuk bisa meningkatkan penghasilan, terlebih akibat adanya aspek sosio-historis seperti terjadinya pandemi saat ini. Selain itu, usia dan kesehatan fisik juga menjadi hambatan dalam memperoleh kebahagiaan, di mana fisik yang sudah rentan menghambat orang miskin untuk bekerja terutama dengan karakteristik pekerja kasar. “Ya Allah *kulo niku wong tua mboten mampu, pingin kerjo dadi pembantu penggaean abot kadang yo nggak kuat*” [Ya Allah saya itu orang tua tidak mampu, ingin bekerja menjadi pembantu tapi berat terkadang juga tidak kuat] (Anis, 14 Februari 2022).

### **Pemenuhan Kebutuhan Pokok**

Kebahagiaan pada kalangan orang miskin di dalam rangka memenuhi kebutuhan dasar dicapai

dengan cara menerapkan gaya hidup subsitent atau dengan kata lain apa yang menjadi penting adalah hal yang sederhana seperti dapat makan, kebutuhan pokok terpenuhi, punya uang sekedar cukup untuk berbelanja hari ini. “*Nggak usah sing muluk-muluk, sing muluk-muluk tambah awak e dewe kepikiran, duek diubeng-ubeng ne nggak kenek ngko*” [Tidak perlu yang tinggi-tinggi, yang tinggi-tinggi tambah membuat kepikiran, uang diputar-putar nanti tidak bisa] (Anis, 14 Februari 2022).

Strategi untuk mencapai pada gaya hidup tersebut adalah dengan: (1) menerapkan hidup yang minimalis, mulai dari makan sederhana, hidup yang sederhana, menahan keinginan, dan tidak menuruti nafsu duniawi, (2) dapat menerima, hal ini ditandai dengan tidak banyak mengeluh ataupun tidak ingin menyalahkan siapapun itu, serta (3) membayangkan kehidupan yang lebih buruk daripada saat ini dengan cara melihat orang-orang yang lebih rendah darinya untuk merasakan cukup. “*Nek mak ngeluh nemen, mak nyawang sak nisor e dewe*” [Jika saya sangat mengeluh, saya melihat orang di bawah saya] (Anis, 14 Februari 2022).

Sedangkan hambatan yang menghalangi untuk bisa bahagia pada kategori ini ialah *personal desire* atau ingin ini itu, “*Nek pingin yo pingin tapi nggak nuruti ngunu loh yo*” [kalau ingin ya ingin tapi tidak dituruti begitu ya] (Anis, 14 Februari 2022).

### **Tema Khusus**

Tema ini merupakan tema tambahan yang ditemukan peneliti pada saat menggali data. Makna kebahagiaan pada orang miskin kota ternyata sangat dipengaruhi juga oleh bagaimana persepsi mereka terhadap pendidikan ataupun pemerintahan. Melihat anak dapat bersekolah tinggi, dan merasakan adanya bantuan pemerintah guna memperingan tanggungan keluarga dapat memberikan kebahagiaan tersendiri bagi para orang miskin. Kemudian rasa kebahagiaan yang dialami oleh orang miskin secara subjektif juga memiliki rantai dampak positif baik itu bagi dirinya maupun orang lain di sekitar.

### **Persepsi Terhadap Pendidikan**

Para partisipan mengakui bahwa bahagia juga dapat disebabkan karena keinginan agar anak dapat menempuh pendidikan yang lebih tinggi, bisa melihat anak tetap bersekolah, hingga melihat anak bisa lulus SMA juga merupakan suatu kebanggaan tersendiri bagi orang tua. “aku mudah-mudahan *isok nguliahno* anakku, *masio* aku *wong pas-pasan tetep kudu isok nguliahno* anakku” [aku mudah-mudahan

dapat menguliahkan anakku meski aku orang yang kekurangan tetap harus bisa menguliahkan anakku] (Purwati, 9 Februari 2022).

Adapun strategi untuk dapat berpartisipasi dalam pendidikan yang lebih tinggi adalah dengan mencari dana tambahan misal melalui beasiswa atau dengan bekerja sampingan. “kalau mau kerja sambil kuliah ya *monggo* (silahkan)” (Rintani, 9 Februari 2022).

Sedangkan hambatan terbesar kebahagiaan pada kategori ini adalah melihat anak putus sekolah, atau anak yang ingin kuliah namun terbatas dengan dana pendidikan dan biaya hidup sehari-hari. “*arek e njaluk* kuliah tapi *nek ibu e kurang danae nggak onok* terus *gimana* lagi” [anaknya minta kuliah tapi kalau ibunya kurang dananya tidak ada, bagaimana lagi] (Rintani, 9 Februari 2022).

### **Persepsi Terhadap Pemerintahan**

Kebahagiaan pada orang miskin juga erat kaitannya dengan peran pemerintah di dalam urusan sehari-hari, seperti halnya faktor pembuat bahagia adalah adanya bantuan pemerintah, seperti bantuan sosial untuk pemenuhan barang pokok, dan bantuan lain untuk mencapai akses kesehatan gratis dan lain sebagainya. Meski demikian, kebahagiaan ini sering kali harus menemui halangan terutama ketika akan dihadapkan dengan realita bantuan yang tidak tepat sasaran hingga korupsi. “Iya pernah dengar ada, [...] salah sasaran kalau *ngasih* (memberi) itu ya ada [...] ya kecewa ya” (Rintani, 9 Februari 2022).

Alhasil, strategi untuk tetap mendapatkan kebahagiaan dalam kategori ini adalah dengan tidak menyalahkan pihak pemerintahan dan menganggap pemerintah sebagai pihak yang tidak terjangkau atau dengan kata lain pemerintah bukanlah representatif dari kondisi warga-warganya. “*Mboten nyalahaken* pemerintah sebab *nggeh kulo niku tiang cilik, tiang bodoh, nggeh mboten saget nyalahaken yo*” [tidak menyalahkan pemerintah sebab saya ini orang kecil orang bodoh, jadi tidak bisa menyalahkan ya saya] (Sutrisno, 13 Maret 2022).

### **Dampak Kebahagiaan**

Kebahagiaan yang dirasakan oleh kalangan orang miskin bisa memberikan dampak positif bagi orang itu sendiri. Hal ini serentak diamini oleh para partisipan yang menyebutkan bahwa ketika mereka merasa bahagia, seolah terdapat suatu suntikan atau dorongan semangat baik untuk menjalani hidup atau bekerja, “Iya semua (orang yang bahagia) pasti ada semangat untuk hidup” (Purwati, 9 Februari 2022).

Lalu, orang yang sedang berbahagia juga cenderung terdapat peningkatan intensitas beribadah, “Padahal sudah sholat 5 waktu, kalau orang merasa bahagia itu rasanya kurang sholat itu” (Purwati, 9 Februari 2022). Selain itu ketika seseorang merasa bahagia, hubungan sosial baik itu dengan keluarga, kerabat, tetangga juga akan membaik, “*Nggeh anak kulo kale bojo kulo seneng* (jika saya senang)” [Iya anak saya sama istri saya senang] (Sutrisno, 13 Maret 2022).

## PEMBAHASAN

Kebahagiaan pada kalangan orang miskin diidentifikasi karena berbagai faktor mulai dari dapat berkumpul dengan keluarga, atau terjaganya hubungan yang baik dengan teman serta tetangga, hingga mengakui adanya keberadaan Tuhan dalam setiap aktivitas. Selain itu, hasil temuan wawancara juga menunjukkan bahwa di beberapa konteks lain, orang miskin dapat merasakan kebahagiaan karena adanya pencapaian kesuksesan sederhana, seperti melihat anak masih dapat sekolah dan mampu lulus hingga tingkat menengah, atau sekedar dapat makan setiap harinya. Hasil ini memiliki relevansi dengan temuan peneliti sebelumnya yang mengemukakan bahwa konsep kebahagiaan pada orang Indonesia didominasi oleh empat komponen utama antara lain yakni: (1) hubungan kekeluargaan, (2) mempunyai prestasi atau pencapaian pribadi, (3) terjaganya relasi sosial, dan (4) dapat memenuhi kebutuhan spiritual (Anggoro & Widhiarso, 2010).

Selain itu, peneliti menemukan pola rasa bahagia yang timbul pada kalangan orang miskin memiliki strategi yang lebih beragam, mulai dari mengalah, saling membantu sama lain, menghindari kebiasaan berhutang, beribadah, tidak hidup dengan gaya yang terlalu tinggi, hingga membiasakan diri mengurangi ekspektasi yang terlalu berlebihan pada orang lain termasuk juga sistem pemerintahan, dan sebagainya. Hal ini juga didukung oleh penelitian lain yang serupa di mana orang-orang miskin dapat merasakan bahagia karena adanya kemampuan diri untuk memodifikasi perilaku kearah menjauhi hal yang dianggap sebagai sumber masalah dengan cara seperti saling tolong menolong, humoris, pantang menyerah, hingga menerima apa adanya (Ashari & Dahriyanto, 2017).

Selanjutnya, latar belakang budaya Jawa yang dimiliki oleh partisipan tampaknya juga turut mempengaruhi bagaimana rasa bahagia itu dapat dirasakan. Para subjek melihatkan persamaan pola keyakinan bahwa hidup di dunia adalah sementara sehingga proses senang atau sedih merupakan hal

yang manusiawi, oleh sebab itu apa yang terjadi di dunia bukan suatu hal yang perlu untuk dipikirkan secara berlebihan. Sebagaimana ungkapan subjek yang mengemukakan pentingnya untuk hidup stabil di antara rasa sedih dan senang yang berkelanjutan. Penjelasan budaya pernah ditawarkan oleh peneliti sebelumnya yang menyebutkan bahwa kebahagiaan pada orang-orang beretnis Jawa memang memiliki beberapa kriteria, merujuk dalam ajaran Ki Ageng Suryomentaram bahwa rasa bahagia dapat muncul bukan karena terpenuhinya rasa keinginan semata, sebab keinginan itu mempunyai sifat mengembang sekaligus menyusut. Selain itu, hidup di dunia juga memiliki hukum yang saling berganti dari senang hingga susah, proses menerima serta tabah akan hal tersebut dapat membawa manusia ke arah hati yang tenang (Akhtar, 2018). Hal ini senada dengan apa yang diungkapkan oleh subjek bahwa tabah, sabar, menerima, menahan diri ialah sumber bahagia.

Di sisi lain, partisipan kerap kali ditemui ucapan yang menyandarkan diri pada hal-hal di luar dirinya seperti Tuhan. Setiap apapun yang terjadi baik atau buruk ialah pemberian Tuhan. Fenomena di dalam berpikir yang menganggap bahwa manusia bagaikan boneka dan bersifat pasif saat menjalani hidup di dunia, di mana apapun yang terjadi adalah suatu takdir yang tidak dapat dikendalikan disebut dengan sebutan atribusi fatalistik (Hartoko et al., 2019). Hal ini bisa diindikasikan lewat ucapan dari subjek yang menganggap bahwa Tuhan ialah sang pengatur segalanya, Tuhan adalah pemberi rezeki, dan Tuhan sedang menguji hambanya, bahkan rasa percaya bahwa Tuhan akan menolong dan juga pasti akan memberikan jalan. Selain dapat memberikan rasa tenang, atribusi fatalistik turut mengurangi pola pemikiran ruminasi yang berpotensi mengakibatkan stres bahkan juga depresi (Grudug & Surjaningrum, 2021) dengan demikian kebahagiaan dapat muncul secara berkelanjutan.

Istilah lain yang juga memiliki kemiripan dengan konsep atribusi ialah *locus of control*. Jika atribusi adalah mencari tahu penyebab dari perilaku orang lain atau diri sendiri, apakah bersumber dari internal (*trait*) atau eksternal (peran dari orang lain, Tuhan, dan lain-lain), *locus of control* menjelaskan alasan mengapa seseorang memiliki pola penafsiran atau atribusi yang demikian. Atau secara sederhana, *locus of control* merupakan suatu konsep di bawah atribusi yang menjelaskan keyakinan seseorang atas kontrol tindakanya (Djiwandono, 2009). Perbedaan atas teori atribusi dan *locus of control* ini semakin terasa berbeda dan runcing saat peneliti sering kali

menemukan terdapat perbedaan atau ketidaklinearan antara ungkapan di awal dengan apa yang dikatakan di akhir. Partisipan sering mengakui bahwa Tuhan ialah sumber pemberi rezeki dan kehidupan, namun saat ditanya apakah Tuhan ialah penyebab individu jatuh miskin, subjek justru menolak hal tersebut dan cenderung balik menyalahkan diri sendiri.

*Locus of control* yang dimiliki oleh subjek juga cenderung fluktuatif, bergerak dinamis, atau bervariasi mulai dari menyalahkan nasib atau takdir namun juga menyalahkan diri sendiri. Jika merujuk konsep Berner Weiner tentang pencapaian individu, Weiner telah menyebutkan bahwa pencapaian dapat diraih karena tiga aspek atribusi, yaitu: (1) *locus of control*, (2) stabilitas, serta (3) kemampuan kendali (Tandya, 2019). Apabila dianalisis dari pernyataan di atas, kebahagiaan dicapai apabila individu telah meyakini bahwa perubahan dapat dicapai oleh diri sendiri (*internal locus of control*), diikuti anggapan apabila faktor inhibisi kebahagiaan adalah hal yang tidak berkepanjangan (*unstable*), sekaligus individu meyakini bahwa kendali yang dimilikinya turut serta pula kontrol atas Tuhan di dalamnya.

Berbicara tentang hubungan manusia dan Tuhan, terdapat suatu konstruk yang dikenal dengan istilah religiusitas, yaitu internalisasi ajaran agama yang dianut oleh sebuah individu yang selanjutnya tercermin melalui sikap dan perilakunya (Mayasari, 2014). Konsep religiusitas ini sangat erat di dalam setiap penjelasan partisipan, di mana kebahagiaan secara berkesinambungan selalu diidentikkan dengan kehadiran Tuhan dalam setiap aktivitas manusia di dunia serta meyakiniinya lewat perilaku mematuhi ajaran agama, terutama islam sebagai agama yang dianut oleh seluruh subjek. Berbagai peneliti dahulu juga banyak mengkaji hubungan antara religiusitas dan kebahagiaan, di mana hasil penelitian tersebut secara serentak menunjukkan hasil bahwa semakin religius seseorang maka akan semakin bahagia pula orang tersebut (Dadfar et al., 2021; Esat et al., 2021; Khairunnisa, 2016). Konsep religiusitas pada orang miskin bisa dilihat melalui keyakinan bahwa untuk mendapatkan hidup yang lebih baik, manusia perlu untuk mematuhi anjuran agama dan menjauhi apa yang dilarang. Mulai dengan melakukan sholat lima waktu secara teratur, berpuasa, mengaji, serta juga tidak lupa untuk terus *istighfar*. Selain itu seseorang yang religius juga akan bahagia apabila mengingat bahwa hidup di dunia hanyalah sementara, sehingga perlu kalanya untuk mempersiapkan hidup setelah kematian agar kelak bisa mendapatkan surga.

Konsep lain yang juga berkorelasi dengan agama yang juga kerap digaungkan oleh partisipan ialah pentingnya merasa bersyukur. *Gratitude* atau rasa syukur ialah sebuah rasa apresiasi terima kasih atas apa yang telah diterima di mana seseorang yang bersyukur tidak merasa kekuarangan serta bertindak secara positif sebagai manifestasi kebersyukuran itu sendiri (Listiyandini et al., 2015). Kebersyukuran di dalam kajian terdahulu melihat adanya korelasi positif dengan rasa bahagia, di mana semakin orang tersebut bersyukur maka akan semakin bahagia pula orang tersebut (Armenta et al., 2017; Desteno et al., 2014). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun didera permasalahan ekonomi, orang miskin dapat merasa bahagia ketika ia dapat berterima kasih dengan apa yang ada dan tidak menuntut diri lebih atau bahkan menginginkan suatu hal di luar kemampuannya.

Orang-orang miskin hidup dengan standar mereka masing-masing. Mereka mengiyakan bahwa hidup di perkotaan sangatlah rumit, penuh dengan tekanan dan tuntutan gaya hidup yang tinggi. Meski demikian bukan berarti orang miskin tidak diijinkan untuk bahagia. Kebahagiaan pada golongan tersebut dapat diraih dengan cara menurunkan standar atau menemukan standar subjektif tentang kebahagiaan. Misal dalam kategori pemenuhan kebutuhan dasar, orang miskin tidak menuntut dirinya melebihi dari apa yang dapat ia kerjakan. Apa yang terpenting dan prioritas adalah keluarga dapat makan pada hari ini meski itu dengan lauk yang sederhana.

Berdasarkan ungkapan itu, kalangan orang miskin menjalani kehidupan dengan menggunakan nalar *subsistent* atau dengan kata lain yang menjadi determinan prioritas bagi orang miskin agar merasa bahagia ialah terpenuhinya kebutuhan fisiologi dan kebutuhan dasar lainnya (Casmini & Sandiah, 2019). Lebih dari itu, orang miskin akan menghindar agar sebisa mungkin mereka dapat menjauhi dari resiko jatuh ke suatu pemasalahan dengan cara berpegang pada makna kolektif sosial atau sederhananya ialah menganggap bahwa dengan terjaganya relasi sosial antar satu dengan yang lain dapat membantu orang miskin terbebas dari masalah. Hal ini terlebih turut dikuatkan dengan fakta apabila masyarakat dengan budaya kolektif yang dominan akan menyandarkan konsep kebahagiaanya ke dalam relasi sosial seperti berkumpul serta menghindari pertentangan timbang masyarakat individual yang menekankan kompetensi dan pencapaian diri (Uchida & Oishi, 2016).

Lebih lanjut subjek turut mengakui bahwa kebahagiaan juga dapat timbul karena perilaku pro sosial atau altruisme. Perilaku pro sosial merupakan

perilaku menolong orang lain tanpa mengharapkan adanya imbalan secara langsung (Baron & Byrne, 2003). Melalui *negative state relief model* individu yang menolong orang lain dapat merasakan hal-hal positif terjadi pada dirinya, seperti halnya perasaan bahagia sebab tereduksinya emosi negatif karena ia mampu menghantarkan emosi positif untuk orang lain, atau secara sederhananya individu akan senang apabila melihat orang lain kembali bahagia karena pertolongan darinya. Proses ini nyatanya terbukti di dalam berbagai penelitian bahwa membantu orang lain bahkan sekedar berbagi permen kepada anak-anak dapat meningkatkan *mood* positif yang diikuti dengan perilaku positif lainnya (Aknin et al., 2015). Pun halnya dengan apa yang dilakukan oleh orang-orang marginal untuk merasakan bahagia, dimulai dengan saling merasa empati antar sesama manusia hingga memberikan uluran tangan baik materi atau non materi dapat membangkitkan suasana hati yang positif untuk dapat melanjutnya hidup dengan cara pandang yang lebih baik.

Strategi lain yang juga diakui oleh subjek agar merasa bahagia adalah dengan melalui proses membandingkan antara apa yang menimpa dirinya dengan gambaran orang yang lebih rendah. Sering ditemui bahwa partisipan berkata apabila ia tengah merasa susah, ia akan membayangkan serta melihat orang-orang yang hidup dengan standar yang lebih rendah dari dirinya, sehingga hal demikian itu bisa membawa perasaan lebih baik serta menumbuhkan rasa menerima hidup apa adanya. Berdasarkan dari teori *social comparison*, seseorang menilai dirinya dengan cara membandingkan antara dirinya dengan orang lain sebab tidak adanya ukuran objektif guna mengevaluasi diri sehingga dengan membandingkan terhadap orang lain ia dapat memperoleh informasi tentang itu (Alderson & Katz-Gerro, 2016). Lebih lanjut, proses perbandingan yang dilakukan orang-orang tersebut tergolong ke dalam pola *downward comparison* atau membandingkan diri dengan yang lebih rendah, hal ini kemudian akan menimbulkan penghargaan atas diri yang pada gilirannya berlanjut ke produksi perasaan bahagia sebab adanya batasan yang tegas dan perbedaan standar hidup yang telah dipersepsikan antara dirinya dengan orang lain yang lebih rendah (Liao, 2021).

Berdasarkan dari deskripsi di atas, bahagia adalah sebuah hal yang bersifat relatif. Tidak selalu kebahagiaan dideterminasi oleh pendapatan belaka. Pendapatan ialah salah satu hal yang mempengaruhi dan bukan satu-satunya pemengaruh kebahagiaan di dalam diri manusia. Ucapan ini jelas tampak dalam

pernyataan subjek bahwa “tidak menjamin orang punya uang banyak itu terus bisa bahagia” (Rintani, 9 Februari 2022). Orang-orang miskin yang tinggal di perkotaan justru menyandarkan kebahagiaan yang ia rasakan pada faktor lain seperti berkumpul dengan keluarga, keimanan, perilaku altruis, dan faktor lain sebagainya. Hal ini sekali lagi kembali menegaskan keselarasan dengan hasil penelitian terdahulu bahwa tingkat pendapatan yang dimiliki seseorang tidak selalu diikuti dengan derajat tingginya kebahagiaan yang bisa dirasakan (Jantsch & Veenhoven, 2019).

Terakhir, meninjau perihal implikasi rasa bahagia dalam kehidupan orang dengan status sosio ekonomi rendah. Kebahagiaan yang dialami secara umum memiliki dampak yang positif, di mana para partisipan mengaku bahwa dengan kemampuan diri untuk merasa bahagia, terdapat dorongan semangat baik itu dalam konteks bekerja hingga melanjutkan hidup secara general. Berkaca melalui cara pandang neurologi, penafsiran terhadap suatu peristiwa yang dianggap bahagia akan memicu reproduksi hormon dopamin dan serotonin yang selanjutnya mereduksi afek negatif serta meningkatkan afek positif. Selain itu rasa bahagia juga akan menonaktifkan amigdala yaitu suatu bagian dari struktur otak yang terkoneksi dengan fungsi emosi negatif, seperti rasa takut dan rasa cemas, oleh karena itu seseorang yang bahagia akan merasa seperti terdapat bantuan kekuatan yang terasa entah darimana datangnya (Baixauli, 2017).

## KESIMPULAN

Setiap manusia terlepas dari status sosial yang dimilikinya masih dapat merasa bahagia, pun halnya dengan kalangan orang miskin. Kebahagiaan pada orang miskin yang tinggal di perkotaan diraih dengan cara menerapkan nalar *subsistent* atau hidup dalam kesederhanaan dan menghindari resiko yang dipersepsikan akan membebani. Hal ini dapat diraih dengan berbagai cara seperti menekankan bahagia yang dialami sebab dapat berkumpul keluarga, atau terjalinya relasi positif dengan tetangga, kemudian merasakan kehadiran Tuhan, terhindar dari sebuah perselisihan yang berkepanjangan, tidak mempunyai permasalahan finansial yang berarti seperti apa yang terpenting masih bekerja, mendapatkan uang, dapat memenuhi kebutuhan dasar meskipun ala kadarnya. Selain itu, orang miskin yang tinggal di perkotaan merasa bahagia ketika ia mampu melihat anak-anak mereka masih dapat sekolah hingga lulus sekolah menengah atas, atau adanya andil pemerintah untuk meringankan beban hidup mereka.

**SARAN**

Penelitian ini tidak luput dari kekurangan. Peneliti selanjutnya dengan topik yang serupa dapat menambahkan kelemahan dari penelitian ini mulai dari penambahan partisipan yang diteliti, kemudian menambahkan variasi usia, lalu mempertimbangkan peristiwa lain dalam kehidupan orang-orang miskin, hingga mendalami analisis dengan temuan-temuan terbaru, terutama terkait dampak perasaan bahagia, kepuasan, serta pengaruhnya terhadap karakteristik umum yang dimiliki oleh orang miskin seperti sifat mudah puas (*nrino*), tempat tinggal yang tidak layak huni, pergaulan bebas, atau hingga pernikahan dini pada anak-anak dalam keluarga miskin.

Sedangkan secara praktis, hasil penelitian ini mengisyaratkan: (1) untuk dapat merasa bahagia seseorang tidak perlu menunggu menjadi kaya lebih dulu. Strategi seperti bersandar diri kepada Tuhan, menjaga relasi positif dengan keluarga dan kerabat, menghindari perselisihan, bersyukur, hidup dengan gaya yang sederhana, membantu orang lain, hingga membandingkan diri dengan orang lain yang kurang beruntung dapat membawa kebahagiaan tersendiri. (2) karena kebahagiaan dideterminasi oleh bantuan pemerintah atau mengenyam pendidikan tinggi bagi anak, maka pemerintah memiliki andil untuk dapat memperbaiki sistem bantuan sosial bagi masyarakat miskin dan restrukturisasi pendidikan yang inklusif bagi anak-anak dari keluarga miskin. (3) perlu juga kita ketahui antitesa yang menjelaskan meski orang miskin masih dapat merasakan bahagia, kemiskinan tetap harus diatasi. Program-program pemberdayaan seperti memberikan edukasi yang menasar tentang pengasuhan anak, kesehatan keluarga, pengelolaan keuangan, hingga belajar berwirausaha harus terus digalakkan untuk menghindari dampak negatif dari kemiskinan multisektoral.

**DAFTAR PUSTAKA**

Adeline, & Nuovi. (2017). Adaptasi alat ukur oxford happiness questionnaires [Universitas Sumatera Utara]. In *Universitas Sumatera Utara*.  
<http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/18080>

Akhtar, H. (2018). Perspektif kultural untuk pengembangan pengukuran kebahagiaan orang jawa. *Buletin Psikologi*, 26(1), 54–63. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.30895>

Aknin, L. B., Broesch, T., Kiley Hamlin, J., & Van De Vondervoort, J. W. (2015). Prosocial behavior leads to happiness in a small-scale rural society. *Journal of Experimental*

*Psychology: General*.  
<https://doi.org/10.1037/xge0000082>

- Alderson, A. S., & Katz-Gerro, T. (2016). Compared to whom? Inequality, social comparison, and happiness in the united states. *Social Forces*. <https://doi.org/10.1093/sf/sow042>
- Alfiyah, N. (2021). Pertanggung jawaban pidana pelaku korupsi bantuan sosial di masa kedaruratan pandemi covid-19. *Jurnal Education and Development*, 9(2), 378–382. <https://doi.org/https://doi.org/10.37081/ed.v9i2.2539>
- Alwisol. (2014). Psikologi kepribadian. In *UMM Press* (1st ed.).
- Anggoro, W., & Widhiarso, W. (2010). Konstruksi dan identifikasi properti psikometris Instrumen pengukuran kebahagiaan berbasis pendekatan indigenous psychology: Studi multitrait-multimethod. *Jurnal Psikologi*, 37(2), 176–188. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7728>
- Ardila, M., Mudjiran, M., & Irianto, A. (2020). Tingkat psychological well-being keluarga miskin kota padang. *Jurnal Socius: Journal of Sociology Research and Education*, 7(1), 13–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/scs.v7i1>
- Armenta, C. N., Fritz, M. M., & Lyubomirsky, S. (2017). Functions of positive emotions: Gratitude as a motivator of self-improvement and positive change. *Emotion Review*, 9(3), 183–190. <https://doi.org/10.1177/1754073916669596>
- Ashari, O. B., & Dahriyanto, L. F. (2017). Apakah orang miskin tidak bahagia? Studi fenomenologi tentang kebahagiaan di dusun deliksari. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(1), 40–46. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v8i1.8559>
- Baixauli, E. (2017). Happiness: Role of dopamine and serotonin on mood and negative emotions. *Emergency Medicine: Open Access*, 6(2), 33–51. <https://doi.org/10.4172/2165-7548.1000350>
- Baron, R., & Byrne, D. (2003). *Social psychology* (1st ed.). Erlangga.
- BPS Indonesia. (2021). Statistik profil kemiskinan di indonesia. In *Profil Kemiskinan di Indonesia Maret 2021* (Vol. 07, Issue 56).
- Burger, M. J., Morrison, Phillip S., Hendriks, M., & Hoogerbrugge, M. M. (2020). Urban-rural happiness differentials across the world. In *The World Happiness Report 2020*. <https://www.jstor.org/stable/resrep25851.7%0D>
- Casmini, C., & Sandiah, F. A. (2019). “Urip iku mung mampir ngombe”; Konsep kebahagiaan masyarakat miskin pesisir yogyakarta di era industrialisasi. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 226–

240. <https://doi.org/10.22146/jpsi.22732>
- Clark, A. E. (2017). Happiness, income and poverty. *International Review of Economics*, 64(2), 265–276. <https://doi.org/10.1007/s12232-017-0274-7>
- Dadfar, M., Lester, D., & Abdel-Khalek, A. M. (2021). Religiosity, happiness and suicidal behaviour: A cross-sectional comparative study in iran. *Mental Health, Religion and Culture*, 24(2), 128–141. <https://doi.org/10.1080/13674676.2020.1767554>
- Desteno, D., Li, Y., Dickens, L., & Lerner, J. S. (2014). Gratitude: A tool for reducing economic impatience. *Psychological Science*, 25(6), 1262–1267. <https://doi.org/10.1177/0956797614529979>
- Djiwandono, S. E. W. (2009). *Psikologi Pendidikan* (2nd ed.). Grasindo.
- Esat, G., Day, S., & Smith, B. H. (2021). Religiosity and happiness of turkish speaking Muslims: Does country happiness make a difference? *Mental Health, Religion and Culture*, 24(7), 713–727. <https://doi.org/10.1080/13674676.2021.1926444>
- Franklin, S. S. (2009). The psychology of happiness: A good human life. In *The Psychology of Happiness: A Good Human Life*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511819285>
- Frey, B. S. (2018). Happiness and religion. *Economics of Happiness*, 10(6), 59–62. [https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-75807-7\\_12](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-75807-7_12)
- Grudug, P. D. D., & Surjaningrum, E. R. (2021). Peran ruminasi pada pengaruh perfeksonisme terhadap depresi pada dewasa awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 629–637. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26798>
- Hartoko, V. D. S., Hastjarjo, T. D., & Helmi, A. F. (2019). Bagaimana anak muda memahami kesenjangan ekonomi? *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 70. <https://doi.org/10.22146/gamajop.47968>
- Hasbiansyah, O. (2008). Pendekatan fenomenologi: Pengantar praktik penelitian dalam ilmu sosial dan komunikasi. *Mediator: Jurnal Komunikasi*, 9(1), 163–180. <https://doi.org/10.29313/mediator.v9i1.1146>
- Herdiansyah, H. (2010). Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu-ilmu sosial. In *Jakarta: Salemba Humanika*.
- Jantsch, A., & Veenhoven, R. (2019). Private wealth and happiness. In *Wealth (s) and subjective well-being* (pp. 17–50). [https://doi.org/10.1007/978-3-030-05535-6\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-030-05535-6_2)
- Kasna, I. K. (2020). Dampak pengangguran kemiskinan dan konsep teoritisnya pada pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Cakrawarti*, 3(2), 58–61. <https://doi.org/10.47532/jic.v3i2.202>
- Kesebir, P., & Diener, E. (2009). In pursuit of happiness: Empirical answers to philosophical questions. In *The Science of Well-being* (pp. 59–74). Springer. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2008.00069.x>
- Khairunnisa, A. (2016). Hubungan religiusitas dengan kebahagiaan pada pasien hemodialisa di klinik hemodialisa muslimat nu cipta husada. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 1–8. <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1537>
- Kollamparambil, U. (2020). Happiness, happiness inequality and income dynamics in south africa. *Journal of Happiness Studies*, 21(1), 201–222. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00075-0>
- Liao, T. F. (2021). Income inequality, social comparison, and happiness in the united states. *Socius*, 7(1), 56–69. <https://doi.org/10.1177/2378023120985648>
- Lim, H. E., Shaw, D., Liao, P. S., & Duan, H. (2020). The effects of income on happiness in east and south asia: Societal values matter? *Journal of Happiness Studies*, 21(2), 391–415. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00088-9>
- Liputo, S. (2014). Distres psikologik dan disfungsi sosial di kalangan masyarakat miskin kota malang. *Psychological Journal: Science and Practice*, 2(3), 286–295. <https://doi.org/202.52.52.7>
- Listiyandini, R. A., Syahniar, D., Paramadina, U., & Strength, C. (2015). Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 473–496. <https://doi.org/10.24854/jpu39>
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas islam dan kebahagiaan. *Al-Munzir*, 7(2), 81–100. [ejournal.iainkendari.ac.id](http://ejournal.iainkendari.ac.id)
- Mhaske, R. (2017). Happiness and aging. *Journal of Psychosocial Research*, 12(1), 71–79. <https://www.proquest.com/openview/61bf0e623109de6a32a31f4f5af91b03/1?pq-origsite=gscholar&cbl=506336>
- Nidup, J., Feeny, S., & de Silva, A. (2018). Improving well-being in bhutan: A pursuit of happiness or poverty reduction? *Social Indicators Research*, 140(1), 79–100. <https://doi.org/10.1007/s11205-017-1775-1>
- Noviawati, P., & Narendri, N. I. (2017). Nilai-nilai kemiskinan pada masyarakat miskin di daerah perkotaan dan pedesaan: Ditinjau berdasarkan analisis atribut psikologis. *Industrial Research Workshop and National Seminar*, 8, 265–273. <https://doi.org/https://doi.org/10.35313/irwns.v8i3.734>
- Noviawati, P., & Undarwati, A. (2017). Gambaran

- dinamika kemiskinan ditinjau dari atribut psikologis: Studi pada masyarakat miskin kota semarang. *Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu & Call for Papers Unisbank Ke-3*, 670–678.  
[https://www.unisbank.ac.id/ojs/index.php/sendi\\_u/article/view/5034](https://www.unisbank.ac.id/ojs/index.php/sendi_u/article/view/5034)
- Nuphanudin, Komariah, A., Kurniady, D. A., & Septiani, C. K. (2021). Pendidikan jarak jauh di tengah pandemi covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas PGRI Palembang*, 56–63.  
<https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/Prosidingpps/article/view/5473>
- Piff, P. K., & Moskowitz, J. P. (2018). Wealth, poverty, and happiness: Social class is differentially associated with positive emotions. *Emotion*, 18(6), 902.  
<https://doi.org/10.1037/emo0000387>
- Reis, H. T., Smith, S. M., Carmichael, C. L., Caprariello, P. A., Tsai, F. F., Rodrigues, A., & Maniaci, M. R. (2010). Are you happy for me? How sharing positive events with others provides personal and interpersonal benefits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(2), 311. <https://doi.org/10.1037/a0018344>
- Risky, S. N., Puspitasari, R., & Saraswati, R. R. (2018). Agama dan kebahagiaan: A literatur review. *Risenologi*, 3(2), 56–63.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.47028/j.risenologi.2018.32.84>
- Ritter, S. M., & Ferguson, S. (2017). Happy creativity: Listening to happy music facilitates divergent thinking. *Plos One*, 12(9).  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0182210>
- Rojas, M., & Veenhoven, R. (2013). Contentment and affect in the estimation of happiness. *Social Indicators Research*, 110(2), 415–431.  
<https://doi.org/10.1007/s11205-011-9952-0>
- Sugiarti, Y. (2014). Kemiskinan sebagai salah satu penyebab timbulnya tindak kejahatan. *Jendela Hukum*, 1(1), 1–10.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24929/fh.v1i1.23>
- Tandya, I. (2019). Faktor-faktor penyebab keterlambatan penyelesaian studi dua mahasiswa ditinjau dari teori atribusi. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 17(1), 46–68.  
<http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/1613>
- Tarigan, H., Sinaga, J. H., & Rachmawati, R. R. (2020). Dampak pandemi covid-19 terhadap kemiskinan di indonesia. *Pusat Sosial Ekonomi dan Kebijakan Pertanian*, 3(1), 457–479.  
<https://pse.litbang.pertanian.go.id/ind/pdf/files/23-BBRC-2020-IV-1-1-HLT.pdf>
- Uchida, Y., & Oishi, S. (2016). The happiness of individuals and the collective. *Japanese Psychological Research*, 58(1), 125–141.  
<https://doi.org/10.1111/jpr.12103>
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24(1), 1–34.  
<https://doi.org/10.1007/BF00292648>
- Veenhoven, R. (2015). Social conditions for human happiness: A review of research. *International Journal of Psychology*, 50(5), 379–391.  
<https://doi.org/10.1002/ijop.12161>
- Wenas, G. E., Opod, H., & Pali, C. (2015). Hubungan kebahagiaan dan status sosial ekonomi keluarga di kelurahan artembaga II kota bitung. *Jurnal E-Biomedik*, 3(1), 532–538.  
<https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.7821>
- Willig, C. (2013). Introducing qualitative research in psychology. In *Open University Press* (3rd ed.). McGraw Hill.