

Work-Life Balance sebagai Faktor Penentu Kesejahteraan Ekonomi dan Sosial Petani di Kabupaten Sumenep

Moh. Kurdi^{1*}, Laurentia Maria Husada²

Universitas Wiraraja

Email: ¹mkurdi@wiraraja.ac.id*, ²laurentia@wiraraja.ac.id

Diterima: 29 September 2025 | Disetujui: 3 Juni 2026 | Dipublikasikan: 29 Juni 2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *Work-Life Balance* (WLB) terhadap kesejahteraan ekonomi dan sosial petani di Kabupaten Sumenep. Penelitian menggunakan pendekatan *mixed methods* dengan desain *sequential exploratory*. Data kuantitatif diperoleh dari 100 petani melalui kuesioner, sedangkan data kualitatif diperoleh melalui wawancara mendalam dengan tokoh petani, ketua kelompok tani, dan penyuluh pertanian. Analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa WLB berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan petani ($R^2 = 0,482$; $p < 0,05$). Dimensi kepuasan hidup menjadi faktor paling dominan, diikuti manajemen waktu dan fleksibilitas kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan petani tidak hanya dipengaruhi faktor ekonomi, tetapi juga dukungan keluarga, relasi sosial, dan nilai budaya gotong royong. Temuan penting penelitian ini adalah adanya fenomena “fleksibilitas semu” pada pekerjaan petani, di mana fleksibilitas kerja lebih dipengaruhi kondisi alam dan musim dibanding kontrol individu. Penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik berbasis sosial budaya lokal dalam meningkatkan kesejahteraan petani.

Kata kunci: *Work-Life Balance*; Kesejahteraan Ekonomi; Kesejahteraan Sosial; Petani

Abstract

This study aims to analyze the effect of work-life balance (WLB) on the economic and social well-being of farmers in Sumenep Regency. The approach used was a mixed methods approach with a sequential explanatory design. Quantitative data were obtained from 100 farmer respondents through questionnaires, while qualitative data were obtained from in-depth interviews with farmer leaders, farmer group leaders, and agricultural extension workers. Multiple linear regression analysis showed that WLB had a significant effect ($p < 0.05$) on farmer well-being, with a contribution of $R^2 = 0.482$. The most dominant dimension was life satisfaction ($\beta = 0.398$), followed by time management ($\beta = 0.312$), and work flexibility ($\beta = 0.227$). The results confirm that farmer well-being is determined not only by income but also by social relations, life satisfaction, and the cultural value of mutual cooperation. This study provides a novel contribution by emphasizing the role of local socio-cultural values as determinants of work-life balance and farmer well-being.

Keywords: *Work-Life Balance*; Economic Well-being; Social Welfare; Farmers

PENDAHULUAN

Pertanian masih menjadi tulang punggung perekonomian di banyak daerah di Indonesia, termasuk Kabupaten Sumenep. Data BPS menunjukkan bahwa lebih dari separuh penduduk Sumenep menggantungkan hidup pada sektor pertanian, khususnya tanaman pangan dan hortikultura (Bappeda Sumenep, 2023). Meski demikian, pendapatan petani relatif masih rendah dan fluktuatif karena sangat bergantung pada musim serta harga komoditas di pasar. Kondisi ini menimbulkan kerentanan ekonomi dan menjadikan kesejahteraan petani sebagai isu yang mendesak untuk dikaji. Berbagai program pemerintah daerah sebenarnya sudah dilakukan, mulai dari distribusi pupuk bersubsidi, pembangunan infrastruktur irigasi, hingga program pemberdayaan kelompok tani (Bappeda Sumenep, 2023).

Namun, mayoritas kebijakan ini masih berfokus pada peningkatan produksi pertanian. Sementara itu, aspek kesejahteraan sosial dan psikologis petani belum banyak tersentuh. Padahal, kesejahteraan petani tidak hanya diukur dari peningkatan produktivitas dan penghasilan, melainkan juga dari kualitas hidup secara menyeluruh. Dalam beberapa dekade terakhir, konsep *work-life balance* (WLB) mulai banyak digunakan untuk memahami hubungan antara tuntutan kerja dengan kehidupan personal. WLB diartikan sebagai kemampuan individu dalam menyeimbangkan peran dan tanggung jawab di ranah pekerjaan dan kehidupan pribadi (Greenhaus & Allen, 2011). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa keseimbangan ini berkontribusi positif terhadap kesehatan mental, kepuasan hidup, dan produktivitas kerja (Herawati et al., 2024). Oleh karena itu, penting untuk melihat bagaimana WLB juga relevan diterapkan dalam konteks petani.

Fenomena empiris di Indonesia menunjukkan bahwa petani menghadapi tantangan serius dalam menjaga keseimbangan kerja dan kehidupan. Jam kerja petani cenderung panjang dan tidak terstruktur, terutama pada musim tanam dan panen yang dapat melebihi 10 jam per hari, sementara pada musim paceklik terjadi penurunan aktivitas secara drastis sehingga menciptakan ketidakstabilan ritme hidup (Badan Pusat Statistika, 2022). Kondisi tersebut berdampak pada pendapatan, kehidupan keluarga, dan kesehatan mental petani. Selain itu, ketidakpastian harga hasil pertanian serta risiko gagal panen akibat perubahan iklim turut menimbulkan tekanan psikologis bagi rumah tangga petani. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan petani tidak hanya berkaitan dengan aspek ekonomi, tetapi juga keseimbangan kehidupan secara menyeluruh.

Khusus dalam sektor pertanian, beban kerja petani kerap kali tidak menentu. Musim tanam dan panen menjadi periode dengan intensitas kerja yang tinggi, sementara pada musim lain petani relatif memiliki waktu luang lebih banyak (Nugraha, 2024). Pola kerja yang tidak stabil ini memengaruhi ritme kehidupan petani dan dapat berdampak pada keseimbangan kerja dan kehidupan mereka. Menemukan bahwa petani sayur organik di Desa Batur, Kabupaten Semarang, merasakan tekanan kerja yang signifikan sehingga WLB sangat berpengaruh pada kepuasan kerja mereka. Namun, studi tentang WLB di kalangan petani masih relatif terbatas, khususnya di daerah agraris seperti Sumenep yang memiliki karakter sosial, ekonomi, dan budaya berbeda dengan wilayah lain. Sebagian besar penelitian WLB di Indonesia lebih banyak difokuskan pada sektor formal seperti perbankan, pendidikan, atau kesehatan (Dinas Pertanian Sumenep, 2023). Padahal, pekerjaan informal seperti bertani memiliki tantangan unik yang justru menimbulkan beban psikologis lebih tinggi, karena sifat pekerjaannya yang sangat tergantung pada faktor eksternal seperti iklim, cuaca, dan harga pasar (Kurdi et al., 2023).

Kabupaten Sumenep sendiri, fenomena yang mengindikasikan pentingnya kajian WLB mulai terlihat dari beberapa indikator kesejahteraan petani. Data menunjukkan bahwa sebagian besar petani di Sumenep merupakan petani kecil dengan kepemilikan

lahan terbatas, sehingga harus bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga (Ngadi, 2023). Selain itu, adanya pola migrasi tenaga kerja musiman serta keterlibatan anggota keluarga dalam aktivitas pertanian menunjukkan bahwa batas antara kehidupan kerja dan kehidupan keluarga menjadi semakin kabur. Kondisi ini berpotensi menimbulkan konflik peran (*role conflict*) dalam rumah tangga petani, terutama pada keluarga dengan keterbatasan sumber daya ekonomi.

Beberapa penelitian juga menekankan bahwa kesejahteraan petani tidak hanya bisa dipahami dari sisi ekonomi, tetapi juga harus memasukkan dimensi sosial dan psikologis. (Begho & Odeniyi, 2024) menemukan bahwa ikatan sosial, solidaritas komunitas, serta dukungan keluarga menjadi faktor penting yang menjaga kepuasan hidup petani. Jika faktor-faktor non-ekonomi ini diabaikan, maka pembangunan pertanian berisiko menciptakan ketimpangan, karena hanya menekankan aspek produktivitas tanpa mempertimbangkan kualitas hidup petani. Selain itu, literatur internasional juga menegaskan hubungan erat antara keseimbangan kerja dan kehidupan dengan kualitas kesehatan mental. (Greenhaus & Allen, 2011) menunjukkan bahwa individu yang memiliki WLB yang baik cenderung lebih sehat secara psikologis dan lebih puas dengan hidup mereka. Dalam konteks petani, hal ini dapat berarti bahwa keseimbangan antara pekerjaan di lahan dengan waktu bersama keluarga akan berkontribusi pada motivasi kerja yang lebih tinggi serta kualitas hubungan sosial yang lebih baik.

Keterbatasan akses terhadap sumber daya produktif, seperti lahan dan modal, memperburuk kondisi kesejahteraan petani. Studi oleh (Ngadi, 2023) menunjukkan bahwa petani dengan lahan sempit dan tanpa akses kredit formal cenderung lebih rentan terhadap guncangan ekonomi. Tekanan ekonomi semacam ini tidak hanya memengaruhi kondisi finansial, tetapi juga berdampak pada kehidupan pribadi dan keseimbangan psikologis petani. Program pemberdayaan yang selama ini dilakukan pemerintah daerah, seperti pelatihan pertanian berkelanjutan atau bantuan bibit, belum sepenuhnya menjawab persoalan kesejahteraan psikososial petani (Dinas Pertanian Sumenep, 2023). Penelitian oleh (McGinnity & Calvert, 2009) bahkan menekankan bahwa keseimbangan kerja-kehidupan memiliki dampak langsung terhadap kesejahteraan psikologis, bukan hanya sekadar isu produktivitas. Artinya, kebijakan pertanian perlu mengadopsi pendekatan yang lebih holistik dengan memperhatikan dimensi non-ekonomi.

Lebih jauh lagi, pekerjaan informal seperti bertani sering kali tidak menjadi fokus utama dalam kajian WLB. Padahal, pekerjaan informal memiliki karakteristik yang berbeda dengan pekerjaan formal: jam kerja tidak tetap, penghasilan tidak stabil, dan risiko tinggi akibat ketergantungan pada faktor eksternal (Kurdi & Abrar, 2022). Hal ini menyebabkan ketidakpastian psikologis yang lebih besar bagi petani. Oleh karena itu, mengkaji WLB dalam konteks pekerjaan informal seperti pertanian menjadi sangat penting. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa pengembangan sumber daya manusia (SDM) petani berbasis pendekatan lokal dapat meningkatkan kesejahteraan mereka secara simultan. Studi oleh Nugroho et al. (Huck, 2023; United Nations, 2015) menegaskan bahwa intervensi berbasis komunitas, seperti pelatihan manajemen waktu atau penguatan kelembagaan kelompok tani, dapat membantu petani mencapai keseimbangan kerja-kehidupan yang lebih baik sekaligus meningkatkan produktivitas usaha tani.

Urgensi penelitian WLB pada petani di Kabupaten Sumenep menjadi semakin jelas. Tidak hanya karena minimnya kajian empiris di wilayah ini, tetapi juga karena adanya indikasi nyata ketidakseimbangan antara tuntutan kerja dan kehidupan personal petani yang berpotensi menurunkan kualitas hidup mereka. Kabupaten Sumenep dengan karakteristik agraris, keterbatasan sumber daya, serta ketergantungan tinggi pada sektor pertanian menjadi lokasi yang strategis untuk mengkaji fenomena ini secara lebih

mendalam. Dengan melihat kesenjangan penelitian yang ada, studi mengenai WLB pada petani di Kabupaten Sumenep menjadi sangat mendesak.

Kabupaten ini memiliki karakter geografis dan sosial yang unik, sehingga temuan dari daerah lain tidak bisa serta-merta digeneralisasikan. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan tersebut sekaligus memberikan kontribusi nyata dalam perumusan kebijakan daerah yang lebih berpihak pada peningkatan kualitas hidup petani secara holistik, mencakup dimensi ekonomi, sosial, dan psikologis. Dengan melihat kesenjangan penelitian yang ada, studi mengenai WLB pada petani di Kabupaten Sumenep menjadi sangat mendesak. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *work-life balance* (WLB) terhadap kesejahteraan ekonomi dan sosial petani di Kabupaten Sumenep menggunakan pendekatan *mixed methods* dengan desain *sequential exploratory*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa WLB berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan petani, dengan kepuasan hidup sebagai dimensi paling dominan. Penelitian ini juga menemukan fenomena “fleksibilitas semu” pada pekerjaan petani, di mana fleksibilitas kerja lebih dipengaruhi oleh kondisi alam dan musim dibanding kontrol individu. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik berbasis sosial budaya lokal dalam meningkatkan kesejahteraan petani.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed methods* dengan desain *sequential exploratory*, yaitu diawali dengan pengumpulan dan analisis data kualitatif, kemudian dilanjutkan dengan pengujian secara kuantitatif. Tahap pertama merupakan penelitian kualitatif yang bertujuan menggali secara mendalam fenomena *work-life balance* (WLB) pada petani. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap 10 informan kunci yang terdiri atas tokoh petani, ketua kelompok tani, dan penyuluh pertanian. Pemilihan informan dilakukan secara *purposive* berdasarkan pengalaman dan peran mereka dalam aktivitas pertanian. Data dianalisis menggunakan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi pola, makna, dan dimensi utama terkait WLB, kesejahteraan ekonomi, dan kesejahteraan sosial petani. Hasil analisis kualitatif selanjutnya digunakan sebagai dasar penyusunan instrumen penelitian kuantitatif.

Tahap kedua merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan menguji hubungan antarvariabel yang telah diidentifikasi pada tahap kualitatif. Survei dilakukan terhadap 100 petani berusia 20–60 tahun menggunakan kuesioner skala Likert. Variabel penelitian meliputi *work-life balance* (manajemen waktu, fleksibilitas kerja, kepuasan hidup), kesejahteraan ekonomi (pendapatan, aset produktif, akses modal), dan kesejahteraan sosial (hubungan keluarga, partisipasi sosial, kepuasan komunitas). Sebelum digunakan, instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dengan kriteria nilai signifikansi $< 0,05$, sedangkan uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dengan batas minimum 0,70 sehingga instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

Analisis data kuantitatif dilakukan menggunakan regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh *work-life balance* terhadap kesejahteraan ekonomi dan sosial petani. Sebelum pengujian regresi dilakukan, data terlebih dahulu diuji melalui uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas untuk memastikan model regresi memenuhi persyaratan analisis. Hasil analisis kuantitatif kemudian diinterpretasikan dengan mengacu pada temuan kualitatif sebelumnya sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai fenomena yang diteliti.

HASIL

Deskripsi Responden

Penelitian ini melibatkan 100 petani dari beberapa kecamatan di Kabupaten Sumenep. Karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1. berikut.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden

Karakteristik	Kategori	Jumlah
Usia	20–35 tahun	30
	36–50 tahun	45
	>50 tahun	25
Pendidikan	SD	40
	SMP	35
	SMA	20
	Perguruan Tinggi	5
Jenis Kelamin	Laki-laki	82
	Perempuan	18

Sumber: Data diolah (2025)

Hasil ini menunjukkan bahwa petani di Sumenep didominasi laki-laki usia produktif, berpendidikan rendah hingga menengah, dengan rata-rata lahan sempit (0,5–1 ha). Kondisi ini memberi gambaran bahwa kapasitas produksi dan kesejahteraan mereka sangat dipengaruhi oleh keterbatasan modal manusia dan fisik.

Work-Life Balance Petani di Kabupaten Sumenep

Hasil survei menunjukkan bahwa secara umum tingkat *work-life balance* petani berada pada kategori sedang. Sebanyak 58% responden mengaku kesulitan mengatur waktu antara pekerjaan dan keluarga, 54% menyatakan fleksibilitas kerja terbatas, namun 61% merasa cukup puas dengan kehidupan yang mereka jalani.

Analisis Tingkat *Work-Life Balance* Berdasarkan Dimensi

1. Manajemen waktu: 58% kesulitan membagi waktu, terutama saat musim panen; 42% terbantu oleh dukungan keluarga.
2. Fleksibilitas kerja: 46% merasa cukup fleksibel, tetapi 54% menyatakan keterbatasan karena cuaca dan musim.
3. Kepuasan hidup: 61% merasa puas, dipengaruhi keharmonisan keluarga, solidaritas komunitas, dan nilai budaya pedesaan.

Wawancara mendalam mendukung temuan ini. Seorang petani berusia 48 tahun menyatakan:

“Kalau musim panen, saya bisa di sawah dari pagi sampai malam. Jadi waktu dengan anak-anak jadi kurang. Untungnya istri ikut membantu di lahan, jadi urusan rumah bisa dibagi.”

Pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Kesejahteraan Ekonomi Petani

Tabel 1. Hasil Regresi

Variabel Independen	β (Standardized)	t-hitung	Sig. (p)
Manajemen Waktu	0,289	2,501	0,014
Fleksibilitas Kerja	0,198	2,042	0,044
Kepuasan Hidup	0,376	3,985	0,000

$R^2 = 0,452$; $F = 16,21$;
Sig. 0,000

Sumber: Data diolah (2025)

Hasil regresi memperlihatkan bahwa WLB berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan ekonomi. Variabel kepuasan hidup memberikan kontribusi terbesar ($\beta = 0,376$), diikuti manajemen waktu ($\beta = 0,289$) dan fleksibilitas kerja ($\beta = 0,198$). Artinya, petani yang puas dengan kehidupannya cenderung lebih produktif dan mampu memanfaatkan sumber daya yang terbatas. Hal ini sejalan dengan penelitian Waluyati et al. (2021) yang menekankan bahwa kepuasan hidup dapat meningkatkan motivasi dalam mengelola usaha tani.

Wawancara dengan petani menguatkan hal ini:

“Walau hasil panen tidak selalu banyak, saya tetap bersyukur. Kalau hati tenang, saya lebih semangat cari cara menambah penghasilan, misalnya jual hasil panen langsung ke pasar.”

Pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Kesejahteraan Sosial Petani

Tabel 2. Hasil Regresi

Variabel Independen	β (Standardized)	t-hitung	Sig. (p)
Manajemen Waktu	0,305	2,612	0,011
Fleksibilitas Kerja	0,214	2,117	0,037
Kepuasan Hidup	0,412	4,256	0,000

$R^2 = 0,483$; $F = 18,65$;
Sig. 0,000

Sumber: Data diolah (2025)

Kepuasan hidup menjadi faktor paling dominan yang memengaruhi kesejahteraan sosial petani. Hal ini terlihat pada responden yang merasa puas dengan hidupnya juga lebih aktif dalam kegiatan sosial desa (68%) dan memiliki hubungan keluarga yang harmonis (72%). Hasil ini konsisten dengan penelitian Ma'arif & Hidayati (2023) yang menegaskan bahwa kesejahteraan sosial tidak hanya lahir dari faktor ekonomi, tetapi juga dipengaruhi oleh dimensi psikologis dan relasi sosial.

Seorang informan kunci, ketua kelompok tani, menyatakan:

“Kalau petani merasa hidupnya cukup, biasanya dia juga rajin ikut kegiatan desa. Tapi kalau terus merasa kekurangan, jadi malas ikut kegiatan sosial.”

Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Work-Life Balance* Petani

Analisis menunjukkan tiga faktor utama yang memengaruhi WLB petani:

1. Dukungan keluarga (membantu manajemen waktu).
2. Akses teknologi pertanian (meningkatkan efisiensi kerja).
3. Kebijakan pemerintah (subsidi pupuk, bantuan bibit, pelatihan).

Dukungan keluarga terbukti signifikan membantu petani menjaga keseimbangan kerja-kehidupan. Petani yang mendapat bantuan tenaga dari pasangan atau anak-anak cenderung lebih mampu membagi waktu antara pekerjaan dan keluarga, sesuai temuan (Ma'arif & Hidayati, 2023; Maya Dewi Savitri, 2024). Akses terhadap teknologi pertanian, seperti alat sealer atau mesin pengolah, mengurangi beban fisik dan mempercepat pekerjaan sehingga memberi ruang bagi petani untuk berinteraksi dengan keluarga. Sementara itu, kebijakan pemerintah daerah yang bersifat *top-down* sering kali belum menyentuh aspek psikososial petani. (BPDPKS.co.id, 2023) menekankan pentingnya pendekatan berbasis komunitas agar program lebih tepat sasaran.

Wawancara mendukung analisis ini:

“Kalau ada mesin perontok, pekerjaan lebih cepat selesai. Jadi saya bisa pulang lebih cepat ke rumah. Kalau semua manual, bisa sampai malam di sawah.”

PEMBAHASAN

***Work-Life Balance* Petani di Kabupaten Sumenep**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance* (WLB) petani di Kabupaten Sumenep dipengaruhi oleh dinamika kerja-musiman, tekanan ekonomi, serta dukungan sosial dari keluarga dan komunitas. Integrasi hasil kuantitatif dan kualitatif memperlihatkan bahwa keseimbangan kehidupan petani tidak hanya ditentukan oleh faktor individual, tetapi juga oleh struktur pekerjaan dan lingkungan sosial. Temuan ini memperluas perspektif WLB yang selama ini lebih banyak dikaji pada sektor formal, dengan menunjukkan bahwa pada sektor pertanian, keseimbangan kerja-kehidupan sangat dipengaruhi oleh ketidakpastian alam dan karakter pekerjaan informal.

Dari sisi manajemen waktu, hasil kuantitatif menunjukkan bahwa sebagian besar petani mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, terutama saat musim panen yang menuntut intensitas kerja tinggi. Temuan ini diperkuat oleh hasil wawancara yang mengungkapkan bahwa petani sering bekerja sejak pagi hingga malam hari sehingga waktu untuk keluarga menjadi terbatas. Kondisi ini mencerminkan adanya *work-family conflict*, di mana pola kerja musiman meningkatkan konflik antara peran pekerjaan dan keluarga (McGinnity & Calvert, 2009). Secara kritis, temuan ini menunjukkan bahwa konsep manajemen waktu pada petani tidak sepenuhnya berada dalam kontrol individu, melainkan dipengaruhi oleh musim, cuaca, dan ketidakpastian produksi pertanian. Dengan demikian, teori WLB pada sektor informal perlu mempertimbangkan faktor ekologis dan musiman sebagai determinan utama keseimbangan kehidupan.

Namun demikian, hasil kualitatif juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai mekanisme adaptif dalam menjaga keseimbangan kehidupan. Hal ini sejalan dengan temuan kuantitatif bahwa 42% petani yang mendapatkan dukungan keluarga mampu mengelola waktu dengan lebih baik. Keluarga tidak hanya menjadi pihak yang terdampak, tetapi juga berfungsi sebagai sumber dukungan emosional dan tenaga kerja. Temuan ini menguatkan penelitian yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi stres kerja dan meningkatkan kepuasan hidup (Mas'ud & Immanuel, 2017). Secara teoritis, hasil ini menegaskan pentingnya modal sosial keluarga sebagai bagian dari pendekatan WLB berbasis komunitas. Implikasi praktisnya, program pemberdayaan petani sebaiknya tidak hanya berfokus pada individu petani, tetapi juga melibatkan keluarga sebagai bagian dari sistem pendukung usaha tani.

Pada dimensi fleksibilitas kerja, hasil kuantitatif menunjukkan bahwa meskipun 46% petani merasa memiliki fleksibilitas, mayoritas (54%) justru merasa dibatasi oleh faktor eksternal seperti cuaca dan siklus tanaman. Hasil kualitatif memperdalam temuan ini dengan menunjukkan bahwa fleksibilitas yang dirasakan petani sebenarnya bersifat semu (*pseudo-flexibility*), karena keputusan kerja lebih banyak ditentukan oleh kondisi alam dibandingkan preferensi individu. Dengan demikian, fleksibilitas dalam sektor pertanian tidak sepenuhnya mencerminkan kontrol atas waktu kerja. Secara teoretis, fleksibilitas merupakan salah satu indikator penting dalam WLB (Pattusamy & Jacob, 2017), namun dalam konteks petani fleksibilitas tersebut bersifat terbatas. Temuan ini memberikan kontribusi teoritis baru berupa konsep "fleksibilitas semu" pada pekerjaan informal agraris, di mana pekerja tampak memiliki keleluasaan waktu tetapi sebenarnya tetap terikat pada faktor eksternal. Temuan ini memperluas kajian WLB yang sebelumnya lebih banyak berorientasi pada pekerja formal. Dari sisi praktis, hasil ini mengindikasikan pentingnya dukungan teknologi pertanian, sistem irigasi, dan akses informasi cuaca untuk membantu petani meningkatkan kontrol terhadap waktu kerja mereka.

Menariknya, pada dimensi kepuasan hidup, hasil kuantitatif menunjukkan bahwa 61% petani memiliki tingkat kepuasan hidup yang relatif tinggi. Temuan ini tampak

paradoks jika dibandingkan dengan kondisi ekonomi yang terbatas. Namun, hasil kualitatif memberikan penjelasan bahwa kepuasan hidup petani lebih banyak dipengaruhi oleh keharmonisan keluarga, solidaritas sosial, dan nilai budaya pedesaan. Dengan kata lain, kesejahteraan subjektif petani tidak semata-mata ditentukan oleh pendapatan, tetapi juga oleh kualitas relasi sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menekankan pentingnya modal sosial dalam membentuk kepuasan hidup bahkan dalam kondisi ekonomi terbatas (Maya Dewi Savitri, 2024). Secara kritis, temuan ini menunjukkan bahwa indikator kesejahteraan petani tidak dapat hanya diukur melalui pendekatan ekonomi konvensional, tetapi juga perlu memasukkan dimensi psikologis dan sosial budaya. Kontribusi praktis penelitian ini adalah memberikan dasar bagi pemerintah daerah untuk merancang kebijakan pembangunan pertanian yang lebih holistik dan berbasis kesejahteraan sosial masyarakat desa.

Dimensi Kesejahteraan Ekonomi

Hasil kuantitatif menunjukkan bahwa pendapatan rata-rata petani sebesar Rp2,1 juta per bulan, dengan mayoritas berada pada kategori rendah hingga sedang. Selain itu, sebagian besar petani memiliki lahan sempit (0,5–1 hektare), dan bahkan 22% tidak memiliki lahan sendiri. Temuan ini diperkuat oleh hasil kualitatif yang mengungkapkan bahwa keterbatasan lahan dan pendapatan menjadi sumber utama tekanan ekonomi bagi petani. Informan menyatakan bahwa pendapatan yang tidak menentu sering kali menimbulkan kekhawatiran dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga.

Secara teoretis, kepemilikan lahan merupakan faktor kunci dalam meningkatkan daya tawar dan kesejahteraan petani (Hermanto & Swastika, 2016; Pratiwi & Kurniawan, 2018). Lahan sempit menyebabkan skala usaha terbatas sehingga sulit meningkatkan produktivitas dan pendapatan. Hasil penelitian ini memperkuat argumentasi bahwa tekanan ekonomi pada petani tidak hanya berdampak pada kondisi finansial, tetapi juga memengaruhi keseimbangan psikologis dan kualitas kehidupan keluarga. Selain itu, hasil kuantitatif menunjukkan bahwa hanya 28% petani memiliki akses ke modal formal. Hasil wawancara mengungkapkan bahwa sebagian besar petani kesulitan mengakses lembaga keuangan karena keterbatasan jaminan dan prosedur yang rumit. Akibatnya, petani lebih banyak mengandalkan pinjaman informal dengan risiko bunga tinggi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa keterbatasan akses modal menjadi penghambat utama inovasi dan pengembangan usaha tani (Subagyo, 2019). Implikasi praktis dari hasil ini adalah perlunya penguatan kebijakan pembiayaan inklusif berbasis kelompok tani, penyederhanaan akses kredit pertanian, serta pengembangan pelatihan literasi keuangan bagi petani agar tekanan ekonomi tidak semakin memperburuk keseimbangan kehidupan mereka.

Dimensi Kesejahteraan Sosial

Pada aspek sosial, hasil kuantitatif menunjukkan bahwa 72% petani memiliki hubungan keluarga yang harmonis dan 68% aktif dalam kegiatan sosial desa. Hasil kualitatif memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa keluarga dan komunitas merupakan sumber utama dukungan emosional bagi petani.

Keharmonisan keluarga berfungsi sebagai *buffer* terhadap tekanan ekonomi dan pekerjaan. Informan menyatakan bahwa keberadaan keluarga membantu mereka menghadapi kesulitan, baik dalam bentuk dukungan moral maupun bantuan tenaga kerja. Temuan ini sejalan dengan konsep bahwa keluarga merupakan sumber dukungan utama dalam menjaga kesejahteraan individu (Maya Dewi Savitri, 2024). Secara teoritis, hasil ini memperlihatkan bahwa kesejahteraan sosial berperan sebagai mekanisme ketahanan (*social resilience*) dalam menghadapi tekanan ekonomi sektor pertanian.

Namun demikian, hasil kuantitatif juga menunjukkan bahwa 10% petani mengalami konflik keluarga, terutama akibat masalah keuangan. Hasil wawancara mengungkapkan bahwa ketidakstabilan pendapatan sering menjadi pemicu utama konflik tersebut. Hal ini konsisten dengan temuan yang menyatakan bahwa tekanan finansial merupakan salah satu penyebab utama konflik keluarga dan gangguan psikologis (Liu et al., 2023). Temuan ini menunjukkan bahwa keseimbangan kehidupan petani sangat rentan terganggu ketika tekanan ekonomi tidak diimbangi dengan dukungan sosial yang memadai. Selain itu, tingginya partisipasi sosial (68%) menunjukkan kuatnya modal sosial di masyarakat pedesaan. Hasil kualitatif mengungkapkan bahwa kegiatan sosial seperti gotong royong dan pertemuan kelompok tani memperkuat solidaritas dan rasa kebersamaan. Temuan ini sejalan dengan (Uddin et al., 2022) yang menegaskan bahwa partisipasi sosial berperan penting dalam membangun ketahanan komunitas agraris.

Tidak mengherankan jika 70% petani mengaku merasa nyaman dan bahagia tinggal di desa meskipun menghadapi keterbatasan ekonomi. Temuan ini memberikan kontribusi penting bahwa kesejahteraan sosial dan budaya lokal memiliki peran strategis dalam menjaga *work-life balance* petani. Oleh karena itu, secara praktis pembangunan pertanian sebaiknya tidak hanya berorientasi pada peningkatan produksi, tetapi juga pada penguatan modal sosial, kelembagaan komunitas, dan kualitas hubungan keluarga petani.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *work-life balance* (WLB) petani di Kabupaten Sumenep merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh tekanan kerja musiman, keterbatasan lahan, serta rendahnya akses modal yang cenderung melemahkan keseimbangan kehidupan, namun di sisi lain ditemukan temuan menarik berupa adanya paradoks kesejahteraan di mana sebagian besar petani tetap memiliki tingkat kepuasan hidup yang relatif tinggi meskipun kondisi ekonomi terbatas, yang menunjukkan bahwa modal sosial seperti dukungan keluarga, solidaritas komunitas, dan nilai budaya lokal berperan sebagai faktor penyangga utama dalam menjaga keseimbangan hidup; selain itu, penelitian ini juga mengungkap adanya fenomena “fleksibilitas semu” pada pekerjaan petani yang secara teoretis memperluas konsep fleksibilitas kerja dalam kajian WLB, sehingga secara manajerial menegaskan pentingnya pendekatan holistik melalui penguatan kelembagaan kelompok tani, peningkatan akses pembiayaan inklusif, pelatihan manajemen waktu berbasis musim, serta optimalisasi peran keluarga dalam sistem usaha tani, sementara untuk pengembangan ke depan (*future research*) disarankan dilakukan pengujian model yang lebih kompleks seperti SEM, studi komparatif antar wilayah, kajian berbasis gender, integrasi variabel kesehatan mental dan ketahanan keluarga, serta pengembangan model intervensi berbasis komunitas guna meningkatkan WLB petani secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Jenderal Riset dan Pengabdian kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi atas dukungan pendanaan untuk pelaksanaan penelitian berdasarkan kontrak nomor 128/C3/DT.05.00/PL/2025. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi Wilayah VII dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Wiraraja dengan nomor 041/LL.7/DT.005.00/PL/2025 dan 013/LPPM/PP-04/E.01/UNIJA/VI/2025. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden dan tim yang telah menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistika. (2022). Keadaan Pekerja di Indonesia. *Katalog 2303006*.
- Bappeda Sumenep. (2023). *Rencana Strategis Ketahanan Pangan Kabupaten Sumenep 2023–2027*.
- Begho, T., & Odeniyi, K. (2024). *Indonesian Farmers' Subjective Well-being*. SAGE Open.
- BPDPKS.co.id. (2023). Pemberdayaan SDM kelapa sawit. *Pemberdayaan Kelapa Sawit*, 1(1).
- Dinas Pertanian Sumenep. (2023). *Laporan Kinerja Tahunan*.
- Greenhaus, J. H., & Allen, T. D. (2011). Work-family balance: A review and extension of the literature. *Handbook of Occupational Health Psychology (2nd Ed.)*, (August).
- Herawati, T., Simanjuntak, M., & Kumalasari, B. (2024). Investigating the Quality of Life on Farmer Family. *Journal of Family Sciences*.
- Hermanto, N., & Swastika, D. K. S. (2016). Penguatan Kelompok Tani: Langkah Awal Peningkatan Kesejahteraan Petani. *Analisis Kebijakan Pertanian*, 9(4). <https://doi.org/10.21082/akp.v9n4.2011.371-390>
- Huck, W. (2023). Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development. In *Sustainable Development Goals*. <https://doi.org/10.5040/9781509934058.0025>
- Kurdi, Moh., & Abrar, U. (2022). Pengaruh Kepemimpinan, Kompetensi, dan Motivasi Terhadap Kinerja Pegawai pada Dinas Koperasi dan Usaha Mikro Kabupaten Sumenep. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis Indonesia*, 8(1), 115–120. <https://doi.org/10.32528/jmbi.v8i1.7829>
- Kurdi, Moh., Fatmawati, F., Santosa, R., Wahyuni, P. R., & Anwar, Moh. (2023). Strategi Pengembangan SDM Petani Untuk Meningkatkan Efisiensi Dan Kesejahteraan Di Sektor Pertanian Di Kecamatan Lenteng Kabupaten Sumenep. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis Indonesia*, 9(2), 308–315. <https://doi.org/10.32528/jmbi.v9i2.1101>
- Liu, R., Yue, Z., Ijaz, A., Lutfi, A., & Mao, J. (2023). Sustainable Business Performance: Examining the Role of Green HRM Practices, Green Innovation and Responsible Leadership through the Lens of Pro-Environmental Behavior. *Sustainability*.
- Ma'arif, S., & Hidayati, N. (2023). Keseimbangan Kerja dan Kesejahteraan Petani di Daerah Agraris. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Agrikultur*, 5(1), 45–56.
- Mas'ud, F., & Immanuel. (2017). Analisis Pengaruh Budaya Organisasi Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi pada Badan Pengembangan Sumber Daya Manusia Daerah Provinsi Jawa Tengah). *Diponegoro Journal Of Management*, 6.
- Maya Dewi Savitri. (2024). Keseimbangan Kerja-Kehidupan Berpengaruh Pada Kesejahteraan Psikologis Pekerja. *BULLET : Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 3(1).
- McGinnity, F., & Calvert, E. (2009). Work-life conflict and social inequality in Western Europe. *Social Indicators Research*, 93(3). <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9433-2>
- Montesano, F. S., Biermann, F., Kalfagianni, A., & Vijge, M. J. (2023). Can the Sustainable Development Goals Green International Organisations? Sustainability Integration in the International Labour Organisation. *Journal of Environmental Policy and Planning*, 25(1). <https://doi.org/10.1080/1523908X.2021.1976123>
- Ngadi, S. (2023). Rural Youth Mobility and Aging Workers in Agriculture Sector. *Sustainability*, 15(2).
- Nugraha, A. (2024). *Pengaruh Work-Life Balance terhadap Kepuasan Kerja Petani*. Universitas Gadjah Mada.

- Pattusamy, M., & Jacob, J. (2017). A Test of Greenhaus and Allen (2011) Model on Work-Family Balance. *Current Psychology*, 36(2). <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9400-4>
- Pratiwi, D., & Kurniawan, B. (2018). Pengaruh Penerapan Manajemen Risiko Terhadap Kinerja Keuangan Industri Perbankan. *Jurnal Akuntansi Bisnis*, 10(1). <https://doi.org/10.30813/jab.v10i1.988>
- Subagyo, S. (2019). Pemberdayaan SDM Petani dalam Pengembangan Agribisnis Berbasis Kelembagaan. *Jurnal Pengembangan Pertanian*, 17(1), 45–55.
- Uddin, H. R., Ruhadi, & Fais Maulana. (2022). Komunitas Pengrajin Kerajinan Enceng Gondok Sebagai Dimensi Modal Sosial dalam Mewujudkan Kesejahteraan Masyarakat. *Formosa Journal of Multidisciplinary Research*, 1(3). <https://doi.org/10.55927/fjmr.v1i3.642>
- United Nations. (2015). *Transforming Our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development*. UN Publishing.