



Richard Koch

Living The 80/20 Way

Prinsip Pareto untuk
Mendapatkan Hasil Luar Biasa
Tanpa Usaha yang Luar Biasa

nbok only member

Living
the 80/20
Way

ebook only member

Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014
tentang Hak Cipta

- (1). Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf i untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000,00 (seratus juta rupiah).
- (2). Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan atau huruf h, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3). Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan atau huruf g, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4). Setiap orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Living the 80/20 Way

**Prinsip Pareto untuk Mendapatkan Hasil
Luar Biasa Tanpa Usaha yang Luar Biasa**

Richard Koch



Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta



LIVING THE 80/20 WAY

by Richard Koch

Copyright © Richard Koch 2004, 2013

All rights reserved.

This new edition first published by
Nicholas Brealey Publishing in 2013

LIVING THE 80/20 WAY

Prinsip Pareto untuk Mendapatkan Hasil Luar Biasa
Tanpa Usaha yang Luar Biasa
oleh Richard Koch

GM 618221045

Hak cipta terjemahan Indonesia:
Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama

Alih bahasa: Ahmad Sabri
Desain sampul: Suprianto
Setting: Ayu Lestari

Diterbitkan pertama kali oleh
Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
anggota IKAPI, Jakarta, 2018

www.gpu.id

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.
Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian
atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

ISBN 978-602-03-8040-7

Dicetak oleh Percetakan PT Gramedia, Jakarta

Isi di luar tanggung jawab Percetakan

Untuk Matthew

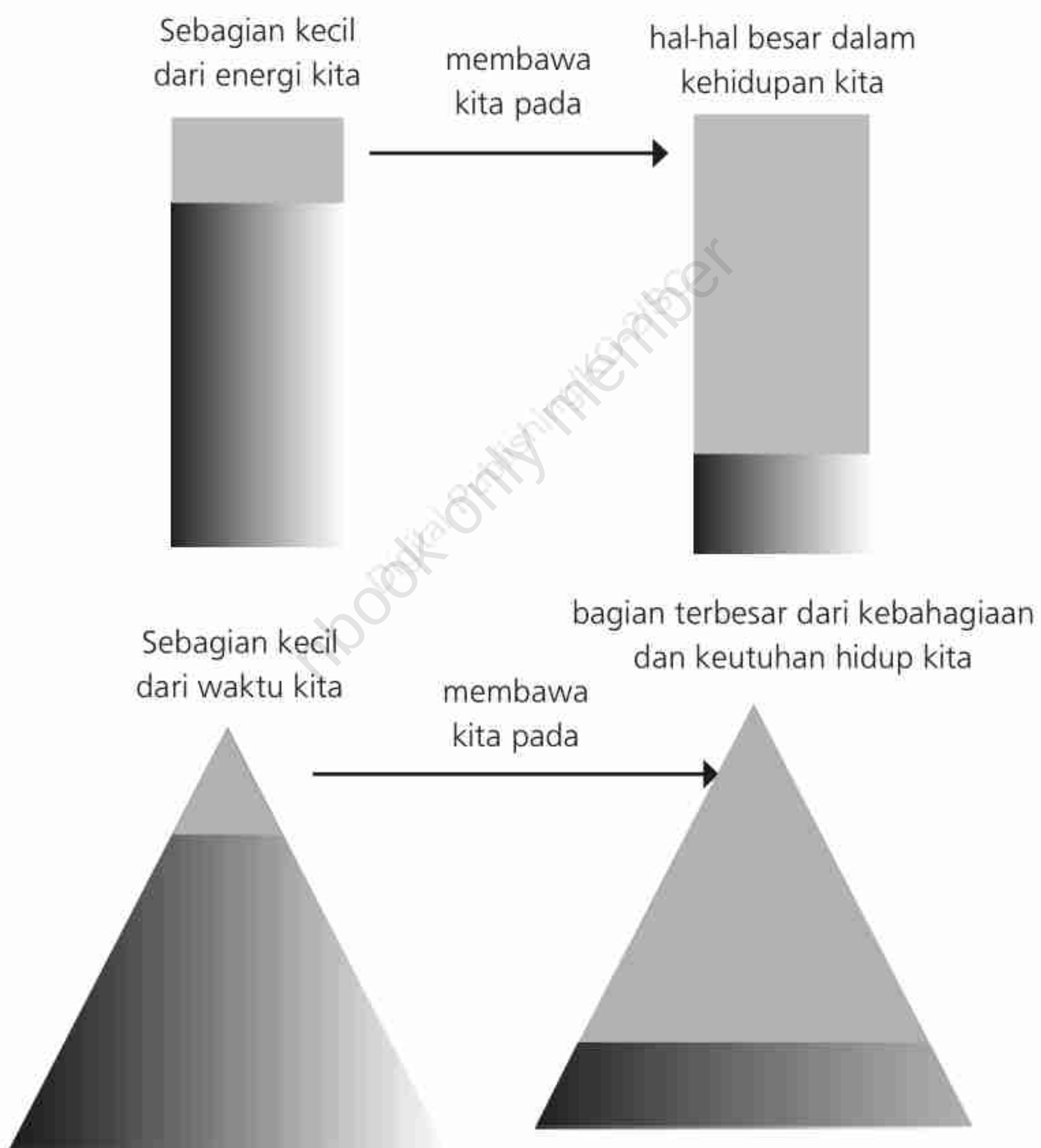
nbok only member

nbok only member

Daftar Isi

Prakata	ix
BAGIAN I: PENDAHULUAN	1
1. Apa Gagasan Besarnya?	3
2. Menghasilkan Lebih Banyak dengan Lebih Sedikit	19
3. Yang Kita Miliki Sepanjang Waktu	37
BAGIAN II: MEMBUAT PENGHIDUPAN DAN KEHIDUPAN	57
4. Fokuskan pada 20 persen Terbaik Anda	59
5. Menikmati Pekerjaan dan Kesuksesan	91
6. Menyingkap Tabir Misteri Uang	117
7. Membangun Hubungan Menurut Cara 80/20	143
8. Hidup yang Sederhana dan Indah	175
BAGIAN III: MEWUJUDKAN SEMUANYA	197
9. Kekuatan dari Melakukan Lebih Sedikit Tindakan	199
10. Rencana Kebahagiaan 80/20 Anda	209
Penutup	231
Catatan	239
Ucapan Terima Kasih	243
Tentang Penulis	247

**Cara 80/20 memungkinkan
semua orang
mendapatkan hasil yang luar biasa
tanpa usaha yang luar biasa.**



Prakata

Jika Anda tahu bahwa Anda selalu bisa mendapatkan lebih banyak hal hebat dalam kehidupan, dengan sedikit usaha dan biaya, apakah Anda tertarik?

Jika Anda bisa bekerja dua hari seminggu dan mendapatkan penghasilan yang jauh lebih baik daripada yang saat ini Anda dapatkan dari bekerja selama seminggu penuh, apakah Anda tertarik?

Jika Anda bisa menemukan solusi mudah untuk masalah Anda dengan mengikuti satu cara yang selalu berhasil, apakah Anda tertarik?

Jika cara ini tidak hanya digunakan untuk mencari nafkah, mencari uang, menggapai kesuksesan, tapi juga untuk aspek kehidupan yang lebih penting—orang-orang yang Anda cintai dan sayangi, serta kebahagiaan dan kepuasan Anda—apakah Anda tertarik?

Tentu saja Anda tertarik. Dan Anda *bisa* mengubah hidup Anda jika Anda mengikuti Cara 80/20.

Cara 80/20 melibatkan perubahan nyata pada cara kita melihat dan melakukan sesuatu, dan Cara 80/20 lebih sederhana dan mudah daripada yang kita bayangkan.

Bagaimana mungkin? Jika kita memahami cara dunia bekerja—meskipun mungkin tidak sesuai dengan harapan

kita—kita dapat menyesuaikan diri dengan cara itu dan mendapatkan lebih banyak hal-hal yang kita dambakan dengan mengeluarkan energi yang jauh lebih sedikit. Dengan berbuat *lebih sedikit*, kita bisa menikmati dan meraih *lebih banyak*.

Buku ini adalah tentang tindakan, lebih sedikit tindakan

Ini adalah buku yang sangat praktis, tapi juga sangat tidak biasa, karena buku ini mendorong kita untuk *mengurangi* tindakan daripada memperbanyaknya. Menurut hasil pengamatan, kita tidak mungkin melakukan perbaikan nyata dalam hidup kecuali jika kita *melakukan sesuatu secara berbeda*. Itu benar—tapi Cara 80/20 juga menunjukkan kepada kita bagaimana *secara total mengurangi tindakan*. Kita melakukan lebih banyak hal yang membuat kita bahagia, tapi karena ini hanya sebagian kecil dari semua hal yang kita lakukan, kita bisa mengurangi banyaknya tindakan secara keseluruhan namun tetap membuat hidup kita menjadi lebih baik. Kita berpikir lebih banyak, melakukan lebih banyak tindakan untuk sejumlah kecil hal saja, melakukannya dengan lebih baik dan lebih intens, tetapi secara keseluruhan kita mengurangi tindakan kita.

Bagaimana saya menemukan Cara 80/20

Saya sangat mengagumi Cara 80/20 dan tidak ragu mengatakan betapa ajaibnya cara tersebut, karena bukan saya yang me-

nemukannya. Cara 80/20 didasarkan pada aturan ilmiah yang disebut prinsip 80/20, yang telah terbukti dalam dunia bisnis dan ekonomi. Inti dari prinsip 80/20 adalah bahwa 80 persen hasil yang diperoleh berasal dari hanya 20 persen penyebab atau upaya.

The 80/20 Principle, buku yang saya tulis sebelumnya, menjelaskan bagaimana menggunakan prinsip tersebut untuk meningkatkan keuntungan perusahaan. Dalam buku itu saya juga menjelaskan secara singkat bagaimana prinsip 80/20 dapat meningkatkan kesuksesan dan kebahagiaan dalam kehidupan pribadi kita. Penerapan untuk kehidupan individu tersebut menimbulkan kontroversi yang luar biasa. Beberapa kritikus mengatakan bahwa prinsip 80/20 adalah gagasan bisnis yang sangat bagus, tetapi tidak akan pernah berhasil diterapkan di luar ranah bisnis. Meskipun demikian, pembaca yang mencoba menerapkannya dalam kehidupan pribadi mereka mengatakan bahwa prinsip tersebut telah mengubah hidup mereka.

The 80/20 Principle telah diterjemahkan ke dalam 22 bahasa dan terjual lebih dari setengah juta eksemplar. Dimulai sebagai buku tentang bisnis, diterbitkan oleh penerbit buku-buku bisnis, dan berada di rak bisnis di toko buku, namun entah bagaimana, buku ini juga dianggap sebagai buku pengembangan diri. Gagasan di dalam buku tersebut tampaknya berhasil diterapkan sehingga pembaca yang telah mencobanya memberi tahu teman-teman mereka, dan teman-teman ini pun ikut membacanya dan memberitahu teman-teman lainnya, begitu seterusnya sehingga buku ini menjadi buah bibir masyarakat.

Tujuh tahun kemudian, saya menerima begitu banyak surat

dan e-mail dari orang-orang di berbagai penjuru dunia. Sangat sedikit yang menceritakan bisnis mereka. Mereka hanya mengatakan apa yang telah dilakukan oleh Gagasan Besar dalam buku tersebut untuk kebahagiaan dan efektivitas mereka: bagaimana hal itu membantu mereka berkonsentrasi pada sejumlah kecil jalinan hubungan dan isu-isu yang sangat penting bagi mereka, meningkatkan kebebasan mereka, mendorong karier mereka, dan melepaskan diri mereka dari perlombaan yang sia-sia. Penerapan prinsip tersebut, kata mereka, telah menghilangkan kesalahan yang membuat mereka membuang-buang banyak waktu selama ini, bekerja sangat keras melakukan hal-hal yang tidak penting bagi mereka. Prinsip 80/20 telah menyadarkan kembali siapa mereka dan apa yang sebenarnya mereka inginkan dari kehidupan mereka.

Hal itu tentu berlaku pula bagi saya secara pribadi. Prinsip 80/20 membantu saya menyadari hal-hal yang penting bagi saya. Pada 1990 saya meninggalkan karier konvensional saya, berhenti menjadi konsultan manajemen dan kembali menjalani hidup dengan sepenuhnya. Saya tahu bahwa hidup saya harus tetap penuh, dan hal ini akan memerlukan beberapa “pekerjaan”, tetapi saya memutuskan bahwa hidup sayalah yang menentukan pekerjaan saya dan bukan sebaliknya. Sejak itu, saya banyak mengerjakan proyek—menulis buku dan menjadi “wirausahawan santai”, dalam arti saya menciptakan bisnis baru namun bukan saya yang melakukan segala kerja kerasnya—kecuali ketika proyek-proyek tersebut memberikan kesenangan bagi saya.

Di luar penugasan selama satu tahun di Afrika Selatan, saya

sudah tidak melakukan “pekerjaan pada umumnya” sejak saya mengambil keputusan tersebut, dan saya selalu menyediakan banyak waktu untuk keluarga, teman, dan kesenangan hidup yang sejati. Saya memiliki rumah di London, Cape Town, dan di daerah yang paling cerah di Spanyol, dan saya meluangkan waktu untuk menikmati setiap tempat itu—sering kali dengan mengajak teman-teman baik—selama beberapa bulan dalam setahun. Meski begitu, saya *tidak* pensiun. Dengan standar objektif apa pun, saya meraih jauh lebih banyak dengan gaya hidup yang sangat santai daripada yang pernah saya dapatkan saat bekerja sepanjang waktu.

Saya benar-benar yakin bahwa setiap orang bisa mendapatkan manfaat yang besar dengan bekerja lebih sedikit dan lebih memuaskan gairah hidup mereka. Menyeimbangkan kembali hidup Anda tidak hanya menciptakan kesehatan dan kebahagiaan yang lebih besar, tapi bisa jadi juga menghasilkan kesuksesan yang jauh lebih besar—apa pun arti kesuksesan menurut Anda.

Mengapa membaca buku ini?

Buku ini tidak akan terwujud jika bukan karena dua orang. Pertama adalah Steve Gersowsky, seorang teman yang mengelola sebuah restoran di Cape Town. Steve adalah orang yang cemerlang dan dinamis, bersemangat, serta sangat cerdas. Saya tercengang ketika dia berkata, “Saya mencoba memahami buku *The 80/20 Principle*. Ternyata terlalu sulit. Saya bahkan tidak bisa melampaui halaman 10.”

PANDUAN UNTUK BUKU 80/20

Prinsip 80/20

- ☐ memperkenalkan gagasan di balik Cara 80/20
- ☐ pada awalnya ditujukan terutama untuk pembaca buku-buku bisnis
- ☐ bagaimana saya menggunakan prinsip 80/20 untuk meningkatkan keuntungan perusahaan saya, dan agar lebih efektif secara personal?

Prinsip 80/20 untuk personal

- ☐ untuk para manajer dan pengusaha
- ☐ bagaimana saya menggunakan prinsip 80/20 secara profesional, untuk kemudian menghasilkan kekayaan dan kesejahteraan individual?

Cara 80/20

- ☐ untuk semua orang
- ☐ bagaimana saya menggunakan prinsip 80/20 secara personal, untuk kemudian meraih kebahagiaan dan kesuksesan saya?

“Kau pasti bergurau,” kata saya.

“Tidak juga, Bung,” katanya, “semua angka-angka itu, nama-nama profesor, dan statistik. Saya tidak sanggup. Saya sudah mendengar betapa hebat buku itu dan mencoba untuk menguasainya, tapi saya gagal.”

Lalu saya menyadari bahwa bukan Steve yang gagal; sayalah yang menyebabkan Steve gagal. Saya pikir buku itu ringan dan mudah. Tetapi saya harus mengakui bahwa walaupun *sebagian* mudah dibaca, termasuk sebagian besar uraian di akhir untuk membantu pembaca dalam menggunakan Gagasan Besar, terdapat pula ilustrasi tentang bisnis yang sulit dipahami oleh orang non-bisnis. Karena bahasan tentang bisnis muncul lebih dulu di buku tersebut, hal itu memberikan kesan bahwa Gagasan Besar adalah hal yang sulit, padahal sebenarnya sangatlah sederhana.

Saat pertama kali saya mengeksplorasi buku tersebut untuk mengetahui bagaimana menerapkan konsep 80/20 bagi kehidupan personal, saya berusaha mencari gagasan agar pembaca bisa memahami dan menggunakannya. Seharusnya saya berkata, “Kita *membaca buku ini* agar menjadi lebih bahagia.”

Seorang teman dari Australia, Laurence Toltz, juga mengilhami buku ini.

“Hal-hal yang Anda tulis sangat hebat,” tulisnya dalam e-mail kepada saya, “tapi impian saya adalah agar orang-orang dari semua tingkat penghasilan dan pendidikan dapat mengaplikasikannya. Dapatkah Anda menulis sebuah buku yang menjelaskan dengan sangat sederhana kepada setiap orang, tentang penerapan prinsip 80/20 untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi? *The 80/20 Principle* ditulis untuk orang-

orang bisnis dan profesional. Dapatkah Anda menulis buku untuk orang yang tidak berbisnis atau tanpa latar belakang pendidikan tinggi? Sebuah buku yang menunjukkan bagaimana menggunakan Cara 80/20 untuk hal-hal sederhana, seperti mendapatkan pekerjaan yang mereka sukai, atau memperkuat keuangan mereka?”

“Ya,” jawab saya. “Ide yang bagus! Saya akan segera memulainya.” Dan inilah dia.

Bagaimana Mewujudkan Cara 80/20?

Itulah isi keseluruhan buku ini! Tetapi saya bisa menjelaskan apa saja yang dibahas secara sekilas, karena buku ini didasarkan pada dua gagasan:

- ❑ Aturan tentang fokus: kurang adalah lebih.
- ❑ Aturan tentang kemajuan: kita dapat menciptakan lebih banyak dengan lebih sedikit.

Cukup mudah memahami gagasan tentang fokus. Bagian I akan menguraikan konsep bahwa 80 persen dari apa yang kita inginkan dihasilkan dari 20 persen dari apa yang kita lakukan. Oleh karena itu, dalam mendapatkan hasil yang kita inginkan, membantu orang lain ataupun tujuan yang sangat penting bagi kita, hanya sebagian kecil dari tindakan kita yang benar-benar diperlukan. Sisanya sia-sia belaka.

Jadi, jika kita belajar mengidentifikasi hal-hal yang paling

berarti dan yang menambah kelengkapan kehidupan kita—jika kita belajar untuk *berfokus* pada hal-hal yang kita yakini paling penting—kita menemukan bahwa *lebih sedikit adalah lebih banyak*. Dengan berkonsentrasi hanya pada hal-hal tertentu—beberapa aspek paling penting dalam kehidupan kita dan yang sesuai dengan keinginan kita—kehidupan tiba-tiba menjadi lebih dalam dan lebih memuaskan. Buku ini akan membantu Anda mewujudkan hal-hal yang penting bagi Anda dan memusatkan perhatian pada hal-hal itu.

Gagasan kedua—bahwa kita dapat menciptakan *lebih banyak dengan lebih sedikit*—tampak belum terlalu jelas. Aturan tentang kemajuan mengatakan bahwa kita selalu dapat memperoleh atau meraih *lebih banyak* dari apa yang kita inginkan dengan menggunakan *lebih sedikit* energi, keringat, dan kekawatiran. Gagasan ini, bahwa kita tidak hanya bisa memperbaiki keadaan secara dramatis tapi juga melakukannya dengan lebih sedikit usaha, adalah sangat revolusioner, sehingga bertentangan dengan pandangan yang berlaku secara umum. Oleh karena itu, gagasan ini perlu dipelajari dengan sangat cermat.

Buku ini menunjukkan kepada Anda bagaimana menerapkan prinsip *kurang adalah lebih* dan *mencapai lebih banyak dengan lebih sedikit* untuk diri Anda, pekerjaan dan kesuksesan, uang, hubungan, dan kehidupan yang mudah serta berkualitas, dan akan membantu Anda mengembangkan rencana tindakan personal untuk mengubah hidup Anda.

nbok only member

Bagian I

Pendahuluan

nbook only member

nbok only member

1

Apa Gagasan Besarnya?

Tidak perlu melakukan hal-hal luar biasa untuk mendapatkan hasil yang luar biasa.

—Warren Buffet

Kehidupan modern adalah sebuah kekeliruan. Saya tidak berbicara tentang kemajuan menakjubkan dalam ilmu pengetahuan, teknologi, dan bisnis, yang telah membuat kita mendapatkan makanan yang lebih sehat, tampak awet muda, hidup lebih lama, mampu mengalahkan berbagai penyakit, bepergian dengan lebih mudah, dan menikmati lebih banyak kenyamanan dibanding generasi sebelumnya.

Kekeliruan yang saya maksud adalah cara kita mengelola kehidupan personal dan sosial. Alih-alih bekerja untuk hidup, kita hidup untuk bekerja. Jika kita memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dan filosofi hidup yang tepat, kita dapat melakukan lebih banyak hal dibandingkan dengan apa yang kita lakukan sekarang, dengan lebih sedikit waktu bekerja, sehingga

bagian terbesar dari energi kita dapat diberikan untuk keluarga dan kehidupan sosial.

Hal ini akan menyebabkan perubahan besar dalam cara kita menjalani hidup. Saat ini kemajuan telah berjalan mundur. Di masa lalu kita terbiasa menikmati hidup yang relaks dan seimbang, dengan gaya hidup yang lebih santai, lebih banyak waktu luang, komitmen yang besar untuk keluarga dan teman-teman, kesetaraan dan persaudaraan sosial yang lebih baik, lebih ramah terhadap orang asing, lebih sedikit stres dan depresi, lebih sedikit ketergantungan terhadap alkohol dan obat-obatan, dan lebih sedikit godaan terhadap uang dan kekuasaan. Sekarang kita lebih mementingkan diri sendiri dan individualitas, dan banyak di antara kita yang takut akan kebebasan gaya baru ini. Kita lebih sering khawatir dan berusaha mati-matian demi mengejar ilusi rasa aman, yang ternyata justru semakin jauh dari kita.

Hidup pada masa kini terbagi menjadi jalur cepat dan jalur lambat. Keduanya tidaklah senyaman kehidupan di masa lalu dengan jalurnya yang lebar. Bagi banyak orang, jalur lambat bermakna ketidakamanan secara ekonomi: penghasilan yang rendah, kedudukan sosial yang rendah, kekhawatiran akan hilangnya pekerjaan, dan lenyapnya kesempatan merasakan kenikmatan materi sebagaimana yang dialami orang-orang di jalur cepat. Walaupun demikian, jalur cepat bukanlah tanpa risiko. Bagi banyak orang, jalur cepat bermakna obsesi tunggal untuk terus maju, komitmen total terhadap pekerjaan dengan mengorbankan hubungan personal, dan gaya hidup hiruk-pikuk di mana pekerjaan selalu mendapat prioritas dibanding-

kan apa pun. Jalur cepat juga menyebabkan kecemasan dan kemiskinan, namun bukan kemiskinan dalam hal uang, melainkan kemiskinan waktu dan cinta.

Jika analisis terhadap keunggulan secara material dan kelemahan secara personal dari kehidupan modern sebagaimana yang diuraikan di depan ternyata mengejutkan, saya memiliki berita baik. Jika kita mengakui bahwa kehidupan modern berhasil dalam aspek materi, ilmu pengetahuan, dan teknologi, tetapi merenggut kehidupan personal kita, saya bisa mengatakan kepada Anda bahwa ada cara baru untuk keluar dari permasalahan ini.

Cara yang saya maksud adalah prinsip 80/20, yaitu observasi bahwa sekitar 80 persen hasil yang diperoleh diakibatkan oleh 20 persen atau sejumlah kecil kausa (penyebab). Selanjutnya dalam bab ini saya akan menjelaskan bagaimana prinsip itu bekerja dan memberikan banyak contoh yang mencerahkan. Untuk saat ini, cukuplah saya katakan bahwa, meskipun prinsip 80/20 telah berhasil diterapkan dalam dunia ekonomi dan bisnis, dan menghasilkan banyak kemajuan dalam dunia modern, prinsip ini belum diterapkan pada kehidupan individual. Jika prinsip 80/20 diterapkan dengan cara serupa, kita pun dapat lebih menikmati hidup, bekerja lebih sedikit, dan mencapai hasil yang lebih banyak.

Pada kenyataannya, cara terbaik untuk meraih capaian yang *lebih banyak* adalah dengan bertindak *lebih sedikit*. *Lebih sedikit adalah lebih baik* jika kita berkonsentrasi pada sedikit hal yang benar-benar penting saja, salah satunya kebahagiaan untuk diri kita dan orang yang kita cintai.

Apalah artinya hidup jika kita tidak memiliki waktu untuk menikmatinya.

—William Henry Davies

Pada Bagian II dan III saya akan menjelaskan bagaimana dan mengapa penerapan prinsip 80/20 dapat menyebabkan perubahan fundamental pada cara kita menjalani hidup. Namun, saya tidak ingin terlalu cepat. Pertama-tama, saya akan memperkenalkan Anda kepada prinsip 80/20, salah satu penemuan yang menakjubkan, berpengaruh besar, dan mencengangkan dalam 200 tahun terakhir.

Jika kita mengambil 100 orang dan mengelompokkan mereka menjadi dua tim yang masing-masing terdiri atas 80 orang dan 20 orang, kita berpikir bahwa tim dengan 80 orang akan meraih hasil empat kali lebih banyak. Jika kita memilih orang-orang itu secara acak, hasil yang demikian tentu saja mungkin terjadi.

Namun, bayangkanlah suatu dunia yang terbalik, tempat 20 orang memberikan hasil yang lebih baik daripada yang dicapai 80 orang.

Bayangkanlah dengan lebih ekstrem lagi, yaitu ke-20 orang tersebut tidak hanya memberikan hasil yang lebih baik daripada yang dicapai 80 orang lainnya, tetapi juga memberikan hasil *empat kali lebih banyak*.

Ini jelas sebuah kebalikan. Kita pasti berharap bahwa 80 orang akan meraih hasil empat kali lebih baik daripada yang dicapai oleh 20 orang. Sekarang, dalam dunia yang terbalik ini, kita membayangkan kebalikannya: entah bagaimana 20 orang itu mampu memberikan hasil empat kali lebih baik daripada hasil yang dicapai 80 orang lainnya.

Tidak mungkin? Mustahil? Tentu saja keterbalikan ini, walaupun mungkin bisa sedikit diterima, pastilah sangat jarang terjadi.

Bagaimana jika suatu hari kita menemukan bahwa dunia terbalik ternyata bukanlah hal yang tidak wajar, namun justru merupakan hal yang biasa terjadi—bahwa dunia sesungguhnya dipengaruhi oleh hanya sejumlah kecil aspek, dan begitu banyak aspek lainnya yang tidak berpengaruh? Bukankah hal ini akan memutarbalikkan cara pandang kita terhadap kehidupan?

Inilah yang terjadi ketika kita mempelajari prinsip 80/20.

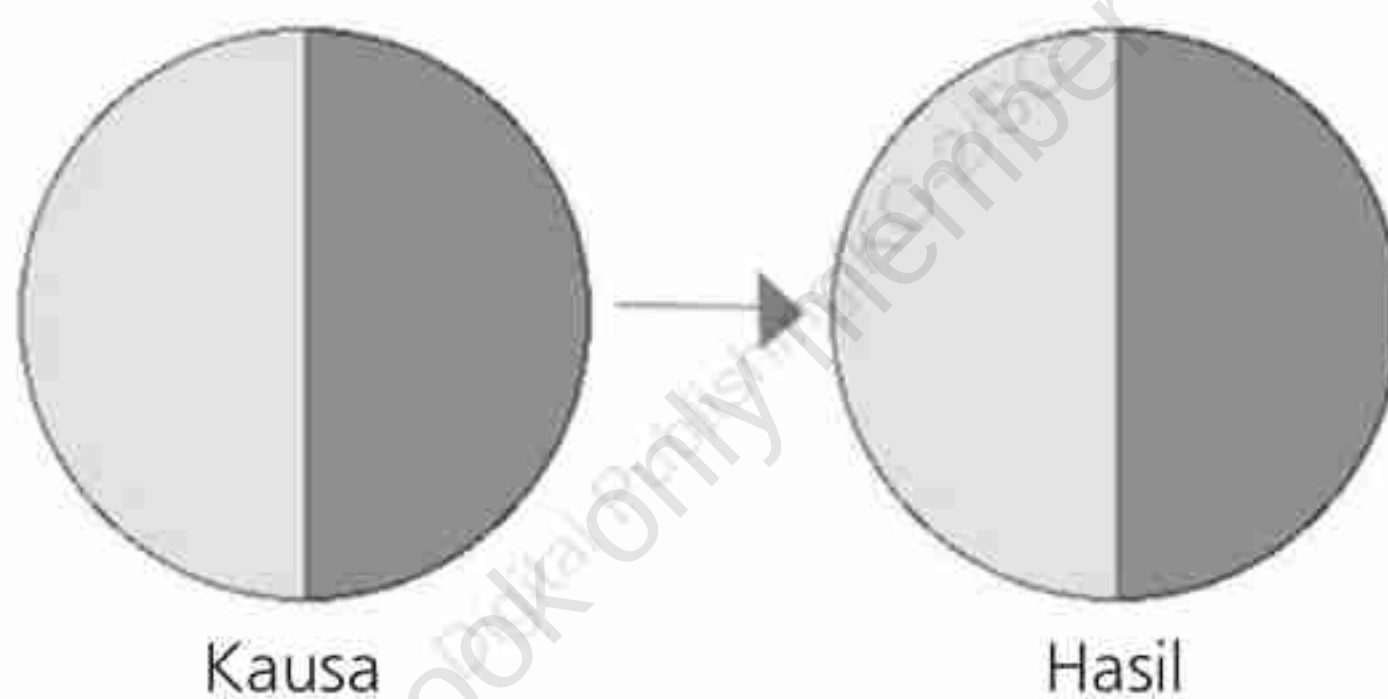
Kita mendapati bahwa 20 persen orang, sumber daya alam, *input* ekonomi, atau penyebab lain yang terukur, *biasanya* akan membawa kita pada 80 persen hasil, *output*, ataupun efek.

Berdasarkan pengamatan terhadap kota-kota besar di Inggris, saya mendapati bahwa 53 kota terbesar memiliki 25.793.036 penduduk, dan 210 kota besar berikutnya memiliki 6.593.772 penduduk. Perbandingan kedua kelompok kota ini adalah persis 80/20: 20,2 persen kota memiliki 79,8 persen dari jumlah total penduduk.¹

Berikut adalah perhitungan detailnya:

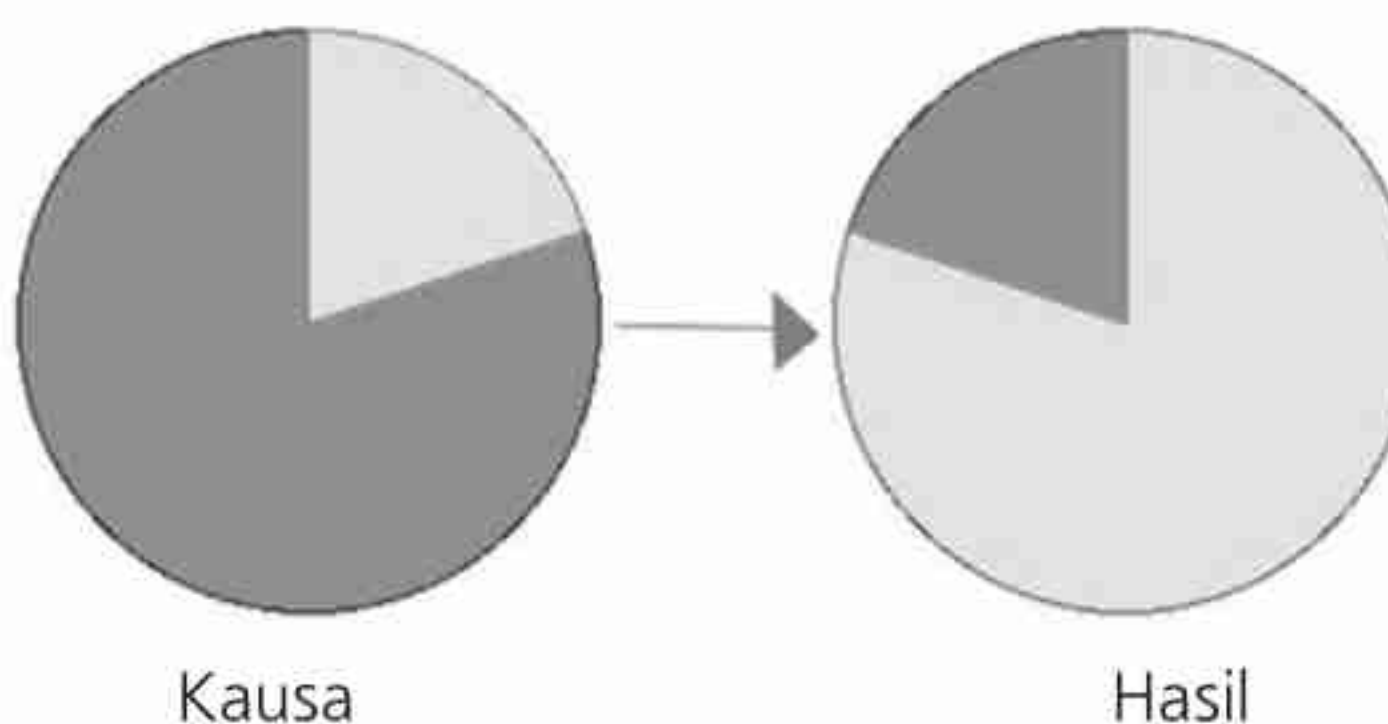
- ❑ 53 kota dari 263 kota = 20,2%
- ❑ 25.793.036 penduduk dari 32.332.808 penduduk = 79.8%

Kekuatan prinsip 80/20 adalah fakta bahwa prinsip ini bersifat *kontra-intuitif*, berlawanan dengan intuisi kita pada umumnya. Kita seolah sudah diprogram—mungkin oleh budaya liberal atau penilaian bawaan—untuk memperoleh gambaran yang ditunjukkan pada Gambar 1, bahwa penyebab dan hasilnya adalah dua hal yang secara kasar seimbang.



Gambar 1. Kausa dan hasil: menurut intuisi kita

Padahal yang kita peroleh adalah sesuatu yang sangat berbeda, lebih menyerupai Gambar 2:



Gambar 2. Kausa dan hasil: yang sebenarnya terjadi

Berikut ini beberapa ilustrasi lainnya:

- ❑ Lima orang duduk bersama untuk bermain poker. Kecenderungannya adalah salah satu dari mereka—20 persen—akan memenangkan 80 persen dari nilai total taruhan dalam permainan itu.
- ❑ Pada toko retail besar mana pun, 20 persen dari anggota staf penjualan berkontribusi pada lebih dari 80 persen nilai penjualan.
- ❑ Berbagai studi menunjukkan bahwa 20 persen pelanggan suatu perusahaan umumnya berkontribusi pada lebih dari 80 persen keuntungan perusahaan. Sebagai contoh, Royal Bank of Canada di Toronto baru-baru ini mengungkapkan bahwa 17 persen pelanggannya berkontribusi pada 93 persen keuntungan perusahaan.
- ❑ Kurang dari 20 persen dari bintang media mendominasi lebih dari 80 persen pemberitaan, dan lebih dari 80 persen buku yang terjual berasal dari 20 persen penulis.
- ❑ Lebih dari 80 persen terobosan ilmiah dihasilkan oleh kurang dari 20 persen ilmuwan. Pada setiap zaman, penemuan-penemuan besar hanya berasal dari sejumlah kecil ilmuwan.
- ❑ Statistik angka kriminal secara konsisten menunjukkan bahwa sekitar 20 persen pencuri menggondol lebih dari 80 persen nilai total barang curian.

SIAPAKAH YANG MENDAPATKAN KENCAN TERBANYAK DALAM KENCAN KILAT?

Kegilaan terkini bagi para lajang di New York dan London—meskipun mungkin sudah tidak lagi ketika Anda membaca buku ini—adalah kencan kilat.

Aturan mainnya adalah sebagai berikut: sekitar 20–40 orang dikumpulkan di dalam sebuah ruangan. Para wanita duduk di belakang meja, dan para pria berpindah dari kursi ke kursi. Setiap pasangan diberi waktu tiga sampai lima menit untuk mengobrol sebelum para pria berpindah ke wanita selanjutnya. Setiap peserta memiliki nomor yang unik dan mereka mencatat nomor orang-orang yang ingin mereka temui dalam kencan sungguhan. Penyelenggara acara mengumpulkan semua catatan tersebut pada akhir acara dan mengelompokkan pasangan-pasangan yang saling menyukai. Pada hari berikutnya, pihak penyelenggara mengirimkan e-mail kepada setiap pasangan yang cocok beserta perincian kontakannya.

Sebuah penyelenggara kencan kilat ternama di Amerika Serikat mengonfirmasi bahwa sebagian besar kencan tertuju pada sebagian kecil peserta. “Paling sedikit 75 persen dari ketertarikan tertuju pada sekitar 25 persen peserta,” demikian komentar penyelenggara. “Biasanya mereka adalah orang-orang yang sangat atraktif dan ternyata sekitar setengah dari para pria yang berhasil dalam kencan kilat ini pernah melakukan kencan kilat sebelumnya, sehingga mereka lebih percaya diri.”

Tampaknya untuk mendapatkan kencan yang banyak, sangat baik untuk mengikuti paling sedikit dua acara kencan kilat.

Perhatikan bahwa 80/20 sesungguhnya adalah gambaran untuk hubungan yang sangat timpang antara kausa dan hasil. Jumlah angkanya tidak harus selalu 100. Dalam beberapa kasus, 30 persen kausa memberikan 70 persen hasil. Contoh lain menunjukkan hubungan 70/20: 20 persen kausa memberikan 70 persen hasil. Dalam kasus lain, pembagiannya mungkin 80/10, 90/10, atau bahkan 99/1.

Kita sering mendapati ketimpangan yang lebih besar daripada 80/20, yaitu jauh di bawah 20 persen orang atau kausa, dalam beberapa kasus bahkan kurang dari 1 persen, berkontribusi pada setidaknya 80 persen dari hasil. Berikut adalah beberapa contoh kasus “ketimpangan”:

- ❑ Betfair, sebuah perusahaan bandar taruhan terkemuka di dunia, tempat orang-orang bertaruh dengan orang lain, mengatakan bahwa 90 persen uang yang terkumpul berasal dari 10 persen kliennya.
- ❑ Di Indonesia, pada 1985 jumlah penduduk keturunan Tionghoa kurang dari 3 persen populasi, namun mereka memiliki 70 persen dari kekayaan.² Demikian pula, orang Tionghoa hanya mencakup sepertiga dari populasi Malaysia, namun mereka memiliki 95 persen dari kekayaan.³ Di Mauritius, keluarga Prancis hanya sebanyak 5 persen dari populasi, namun memiliki 90 persen dari kekayaan di wilayah itu.
- ❑ Dari 6.700 bahasa di dunia, 100 bahasa (1,5 persen teratas) digunakan oleh 90 persen penduduk dunia.
- ❑ Dalam sebuah eksperimen terkenal, psikolog Stanley Milgram secara acak memilih 160 penduduk Omaha, Nebraska

dan meminta mereka untuk mengirim sebuah paket ke seseorang pialang saham di Boston. Pengiriman tidak dilakukan secara langsung menuju ke alamat sang pialang. Mereka harus mengirim paket itu kepada seseorang yang mereka kenal secara pribadi, dan kemudian orang ini harus meneruskan paket tersebut ke seorang kenalannya yang dianggap memiliki kenalan yang mengetahui seseorang yang dekat dengan sang pialang saham, dan begitu seterusnya. Sebagian besar paket tersebut sampai ke pialang saham dalam enam langkah, yang mengarah ke gagasan “enam tingkat pemisahan.” Namun, poin utama bagi kita adalah lebih dari setengah jumlah paket yang berhasil sampai ke pialang saham ternyata melalui tiga penduduk Boston yang memiliki banyak koneksi. Ketiga orang itu memiliki peranan yang lebih penting daripada semua penduduk Boston lainnya dalam meneruskan paket sampai ke tujuannya.⁴

- ❑ Epidemi berawal dari sejumlah kecil kasus, yang kemudian menjangkiti seluruh populasi. Sebagai contoh, dalam wabah gonore yang terjadi di Colorado Springs, suatu lingkungan yang hanya terdiri dari 6 persen populasi kota berkontribusi pada 50 persen kasus. Investigasi mengungkapkan bahwa 168 orang, yang berjumpa di 6 bar, menjadi penyebab dari seluruh epidemi itu. Hal itu berarti kurang dari 1 persen populasi Colorado Springs bertanggung jawab atas 100 persen penyakit tersebut.⁵
- ❑ Penduduk Amerika berjumlah kurang dari 5 persen penduduk dunia, namun mengonsumsi 50 persen kokain yang beredar di dunia.

- ❑ Lebih dari 80 persen kekayaan yang muncul dari bisnis baru berasal dari kurang dari 20 persen orang yang memulainya. Dalam 30 tahun terakhir, mungkin hanya 1 persen dari perusahaan baru—termasuk Microsoft, yang bernilai lebih dari \$200 miliar—menyumbang 80 persen dari nilai yang tercipta. Demikian pula, 1 persen pengusaha—terutama Bill Gates, yang memiliki kekayaan lebih dari \$30 miliar—menghasilkan lebih dari 80 persen uang yang berasal dari perusahaan baru.
- ❑ Catatan sejarah mengungkapkan bahwa polisi rahasia di Eropa mengidentifikasi beberapa ribu “revolusionaris profesional” antara 1847 dan 1917. Namun, hanya satu di antaranya—Vladimir Ilyich Ulyanov, alias Lenin—yang menjalankan revolusi yang berpengaruh besar. Kenyataan ini menunjukkan bahwa hanya satu orang di antara lebih dari 3.000 revolusionaris—atau sekitar 0,03 persen saja—yang memicu revolusi yang berhasil pada periode tersebut. Meskipun ini adalah contoh ekstrem, sejarah penuh dengan kejadian saat sebagian kecil golongan minoritas mengubah arah perjalanan sejarah.

Hal yang pasti adalah 20 persen orang (atau mungkin kurang dari itu) yang menyebabkan 80 persen hasil—baik atau buruk—tidaklah terpilih secara acak. Mereka bukan orang-orang biasa. Mereka menjadi menarik karena mencapai keberhasilan setidaknya 10 atau 20 kali lebih besar daripada yang dicapai oleh orang lain. Orang-orang berkinerja tinggi bukanlah mereka yang 10 atau 20 kali lebih cerdas daripada orang lain, na-

mun yang menggunakan metode serta sumber daya yang luar biasa dahsyat.

Semua aspek kehidupan

Prinsip 80/20 tidak hanya berlaku pada manusia dan perilakunya, namun juga berlaku pada segala aspek kehidupan. Selalu ada kelompok minoritas dengan kekuatan yang tangguh, dan ada kelompok mayoritas tanpa pengaruh yang berarti. Sebagai contoh:

- ❑ Dua puluh persen negara dengan penduduk kurang dari 20 persen populasi dunia, mengonsumsi 70 persen energi, 75 persen logam, dan 85 persen kayu dunia.
- ❑ Kurang dari 20 persen permukaan bumi menghasilkan 80 persen kekayaan mineral yang ada.
- ❑ Kurang dari 20 persen spesies menyebabkan lebih dari 80 persen degradasi ekologis. Diperkirakan hanya satu spesies, dari 30 juta spesies di bumi—atau sekitar 0,00000003 persen—yang menyebabkan 40 persen kerusakan bumi. Mudah sekali untuk menebak spesies yang dimaksud.
- ❑ Sebagian kecil meteorit yang jatuh ke bumi menyebabkan lebih dari 80 persen kerusakan.
- ❑ Kurang dari 20 persen perang menelan lebih dari 80 persen korban jiwa.
- ❑ Mayoritas anjing laut di Alaska mati muda; 80 persen dari yang tetap hidup berasal dari 20 persen induk.
- ❑ Di bagian bumi mana pun, kurang dari 20 persen awan akan menghasilkan 80 persen hujan.

PENDAHULUAN

- ❑ Kurang dari 20 persen semua rekaman musik diputar lebih dari 80 persen waktu pemutaran. Jika Anda menonton konser, entah rock atau klasik, karya-karya lama yang familier—sebagian kecil dari jumlah total repertoar yang ada—akan selalu dimainkan lagi dan lagi.
- ❑ Kurang dari 20 persen benda berharga yang dimiliki sebagian besar museum seni dipamerkan selama lebih dari 80 persen waktu pameran.
- ❑ Dari investasi yang dilakukan oleh seorang investor sukses, 5 persen di antaranya menghasilkan 55 persen dari seluruh keuntungan, 10 persen menghasilkan 73 persen, dan 15 persen menghasilkan 82 persen dari seluruh keuntungan.
- ❑ Kurang dari 20 persen penemuan berdampak pada lebih dari 80 persen kehidupan kita. Pada abad ke-20, tenaga nuklir dan komputer mungkin memiliki pengaruh lebih besar daripada ratusan ribu penemuan dan teknologi baru lainnya.
- ❑ Lebih dari 80 persen makanan berasal dari kurang dari 20 persen lahan. Juga, buah-buahan biasanya memiliki berat kurang dari 20 persen massa atau berat pohonnya. Dan daging hewan ternak adalah reduksi dari sedemikian besar biji-bijian atau rumput-rumputan yang dicerna oleh hewan tersebut.
- ❑ Minuman juga memberikan contoh ekstrem tentang prinsip 80/20. Apa yang membuat Coca-Cola jauh lebih bernilai daripada minuman ringan lainnya di planet ini? Formula sakral dalam sejumlah kecil konsentrat, yang dicampur dengan sejumlah besar volume air, menghasilkan “coke.” Atau apa yang membuat cita rasa bir dari bermacam-macam merek men-

jadi berbeda? Proporsi komposisi dan perasa lainnya dalam jumlah kecil.

- ❑ Sebenarnya, seluruh proses kehidupan, dari biji pohon ek hingga menjadi pohon ek raksasa, dari biji gandum hingga menjadi roti, merupakan gambaran yang tepat dari prinsip 80/20. Penyebabnya sangat kecil, namun hasilnya begitu besar.
- ❑ Yang terakhir, evolusi menyajikan contoh selektivitas yang menakjubkan. Menurut perkiraan ahli biologi Richard Dawkins, seluruh spesies yang hidup sekarang hanyalah satu persen dari spesies yang pernah hidup di bumi.

Prinsip 80/20 berlaku dalam semua aspek kehidupan. Hal ini sangat mencengangkan sekaligus menakjubkan. Tidak seperti yang kita bayangkan, ada ketimpangan besar antara kausa dan hasil.

Sebagian besar kausa memberikan hasil yang sedikit, hanya beberapa yang mengubah kehidupan.

Banyak orang meyakini bahwa prinsip 80/20, dengan penekanan pada 20 persen teratas, secara inheren bersifat elitis. Anggapan ini adalah salah. Tidak benar bahwa hanya orang-orang tertentu yang dapat menerapkan prinsip 80/20, atau bahwa prinsip 80/20 adalah *zero-sum game*. Tidak benar

bahwa karena saya mendapatkan keuntungan dari prinsip ini, orang lain akan merugi.

Penolakan terhadap kemajuan karena hal itu dianggap elitis adalah keliru: kemajuan adalah sesuatu yang diinginkan dan kemajuan bermanfaat bagi semua orang. Kesempurnaan dan persamaan sama-sama mustahil, dan menurut saya sama-sama tidak diinginkan. Prinsip 80/20 tidak lebih elitis daripada, misalnya, uang, properti pribadi, atau vaksin untuk melawan penyakit. Menolak menggunakan hal-hal tersebut karena anggapan bahwa semua itu “elitis” adalah konyol. Itu semua adalah alat untuk meningkatkan kehidupan kita.

Siapa pun bisa meningkatkan hidupnya dengan menggunakan Cara 80/20: penerapan prinsip 80/20 dalam kehidupan kita sehari-hari, dengan tujuan mengurangi kerja keras dan kekhawatiran, dan meningkatkan kebahagiaan serta hasil yang kita inginkan. Kita menggunakan Cara 80/20 agar sejalan dengan alam semesta, menciptakan hasil yang lebih baik dengan cara yang lebih mudah. Jika kita berhasil melakukannya, orang lain juga akan merasakan manfaatnya.

Apa yang akan terjadi jika semua orang menggunakan Cara 80/20? Semua orang akan menjadi lebih baik. Masih adakah 20 persen teratas dan 80 persen terbawah dari semua hal? Pasti. Kecuali jika tidak ada peningkatan lebih lanjut yang mungkin dilakukan. Hanya jika kita mencapai utopia atau nirwana—dunia yang sempurna—prinsip 80/20 mungkin tidak lagi berlaku. Untungnya hal itu tidak akan terjadi: kita selalu punya sesuatu untuk ditingkatkan.

Seperti yang saya alami sendiri, dan ratusan ribu orang yang

telah menjalaninya, penggunaan prinsip 80/20 berdampak sangat besar tidak hanya pada ekonomi dan masyarakat, tetapi juga kehidupan pribadi kita. Hal itu bisa membuat kita bahagia, penuh, dan relaks. Kita mulai dengan menciptakan lebih banyak hal dengan lebih sedikit usaha ...

nbok only member

2

Menghasilkan Lebih Banyak dengan Lebih Sedikit

Banyak orang mungkin masuk surga dengan setengah upaya mereka yang masuk neraka.

—Ben Johnson

Semua sejarah dan peradaban manusia melibatkan konsep mendapatkan *lebih banyak dengan lebih sedikit*.

Hampir 8.000 tahun yang lalu, cara hidup manusia beralih dari berburu binatang buas dan mengumpulkan buah-buahan menuju ke sistem pertanian, pengelolaan tanah, dan pemeliharaan hewan. Nenek moyang kita mendapat makanan yang jauh lebih banyak dan lebih baik dengan lebih sedikit perjuangan dan bahaya.

Sampai 300 tahun yang lalu, 98 persen dari penduduk bekerja membanting tulang di bidang pertanian. Kemudian,

muncul revolusi pertanian yang menggunakan mesin-mesin untuk meningkatkan produktivitas. Saat ini di negara maju, sektor pertanian hanya mempekerjakan 2–3 persen dari keseluruhan tenaga kerja, namun menghasilkan panen yang jauh lebih banyak, juga lebih bervariasi dan bergizi. Inilah wujud dari konsep lebih banyak dengan lebih sedikit.

Pesatnya kemajuan ekonomi dalam 400 tahun terakhir juga mengikuti konsep lebih banyak dengan lebih sedikit: mengidentifikasi sebagian kecil tenaga kerja dan metode yang sangat produktif (20 persen) dan mendayagunakan keduanya, sehingga lebih banyak hasil dapat diperoleh dari sumber daya yang lebih sedikit. Pengurangan luas tanah, modal, tenaga kerja, manajemen, material, dan waktu telah menghasilkan *output* yang lebih banyak dan lebih baik: lebih banyak baja dengan lebih sedikit bijih besi, modal, dan tenaga kerja; lebih banyak mobil berkualitas yang diproduksi dengan energi dan biaya yang lebih sedikit; lebih banyak barang konsumsi dari berbagai jenis, dengan lebih banyak fitur dan kualitas lebih tinggi, dengan harga yang lebih rendah.

Seabad yang lalu, komputer belum ditemukan. Barulah 40 tahun yang lalu, beberapa komputer berukuran sangat besar dibuat dengan usaha dan biaya yang juga sangat besar. Kemampuan gabungan seluruh komputer di dunia saat itu jauh lebih kecil daripada kemampuan laptop kecil yang saya gunakan sekarang. Komputer senantiasa semakin murah, semakin kecil ukurannya, semakin mudah digunakan, dan semakin berdaya guna. Ini menegaskan konsep lebih banyak dengan lebih sedikit.

Setiap kemajuan peradaban manusia—dalam ilmu pengetahuan, teknologi, standar hidup, perumahan, makanan, kesehatan dan peningkatan harapan hidup, waktu luang, transportasi, dan dalam segala hal yang membuat kehidupan modern jauh lebih beragam dan lebih menyenangkan daripada sebelumnya—memberikan lebih banyak dengan lebih sedikit.

Sering kali kita mampu meraih lebih banyak dengan lebih sedikit dengan meniadakan sesuatu. Sebagai contoh, ilmu aljabar memungkinkan kita menghitung lebih mudah dengan mengurangi angka-angka, yang menjadi dasar terobosan pemrograman komputer. *World Wide Web* beroperasi tanpa memandang jarak dan lokasi. Walkman Sony, sebuah inovasi yang brilian, adalah pemutar kaset tanpa penguat suara dan *speaker*, namun ini menjadi cara yang sangat ampuh untuk mendengarkan musik di mana saja. Segelas *dry martini* yang memiliki cita rasa luar biasa diperoleh dengan mengurangi Martini.¹ Industri makanan cepat saji hanyalah restoran tanpa pelayan.

Mungkin agak berlebihan untuk mengatakan bahwa “lebih banyak dengan lebih sedikit” adalah prinsip yang menjadi dasar ilmu pengetahuan modern, teknologi, dan bisnis untuk meningkatkan standar kehidupan di manapun di dunia ini.

Prinsip 80/20 mengatakan bahwa sebagian kecil kausa menyebabkan sebagian besar hasil. Oleh karena itu, jika kita tahu hasil apa yang kita inginkan, kita bisa mencari cara yang superproduktif untuk mendapatkan hasil tersebut. Prinsip 80/20 menjamin bahwa selalu ada jalan untuk itu. Setiap saat, konsep lebih banyak dengan lebih sedikit mungkin untuk dilakukan, asalkan kita mampu mengidentifikasi kausa utama 20 persen

itu: orang, metode, dan sumber daya yang sangat kreatif dan produktif.

Perusahaan dan negara yang merancang cara untuk meraih hasil yang lebih banyak dengan usaha, tenaga kerja, dan uang yang lebih sedikit semakin berkembang; tetapi hendaknya mereka tidak semata-mata puas dengan keberhasilan mereka, karena selalu ada cara meraih lebih banyak lagi dengan melakukan lebih sedikit lagi, atau orang lain yang akan menemukannya. Berkat prinsip 80/20, kemajuan ekonomi tidak pernah berhenti.

Kita tidak menerapkan konsep lebih banyak dengan lebih sedikit pada kehidupan individual kita.

Meskipun dunia modern telah mengikuti kaidah kemajuan—prinsip ekonomi dan ilmiah tentang lebih banyak dengan lebih sedikit—namun prinsip tersebut selalu gagal diterapkan untuk mengatur kehidupan pribadi dan sosial kita. Prinsip modern untuk individu adalah “lebih banyak dengan lebih banyak lagi”. Orang-orang menerapkan prinsip tersebut untuk mendapatkan uang yang lebih banyak, status yang lebih tinggi, pekerjaan yang lebih menarik, kehidupan yang lebih mengasyikkan, sehingga tidak ada lagi waktu dan energi yang tersisa untuk diri sendiri, keluarga, atau teman, apalagi untuk beristirahat dan memulihkan energi.

Hidup di jalur cepat berubah menjadi bekerja di jalur cepat. Tentu di jalur ini ada lebih banyak tantangan, lebih banyak stimulus, dan lebih banyak uang, tetapi tuntutan kerja juga menjadi lebih besar, kelelahan menjadi lebih intens, dan tingkat kecemasan lebih tinggi.

Bagaimana mungkin kita berhasil menerapkan prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit untuk ilmu pengetahuan, teknologi, dan bisnis, selama kita masih bersikeras menerapkan prinsip “lebih banyak dengan lebih banyak” dalam pekerjaan sehari-hari?

Jika prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit berlaku untuk perusahaan dan perekonomian, prinsip ini seharusnya juga berlaku untuk individu. Saya mengetahuinya melalui pengalaman pribadi dan dengan melihat banyak teman dan kerabat yang menerapkan prinsip ini: mereka meraih lebih banyak kepuasan, lebih banyak capaian, lebih banyak uang, lebih banyak kebahagiaan, jalinan hubungan yang lebih baik, dan menjalani kehidupan yang lebih seimbang dan santai, tanpa harus bekerja dan bersusah payah secara berlebihan.

Banyak hal yang kita lakukan memakan energi, namun tidak bermanfaat. Contoh utamanya adalah rasa khawatir. Rasa khawatir *tidak pernah* bermanfaat. Bila kita merasa khawatir, dua hal dapat dilakukan: bertindak dan membuang rasa kha-

watir, atau tidak bertindak dan membuang rasa khawatir. Jika kita dapat bertindak untuk menghindari nasib buruk atau mengurangi peluang terjadinya hal buruk—dan tindakan itu bermanfaat—maka kita harus bertindak tanpa rasa khawatir. Jika, di sisi lain, kita tidak dapat mengendalikan atau tidak dapat memengaruhi apa yang akan terjadi, kekhawatiran akan membuat kita tertekan tetapi tidak membantu kita. Oleh karena itu, kita seharusnya tidak bertindak dan membuang rasa khawatir. Kekhawatiran akan selalu muncul, tapi kita bisa mengambil langkah tanpa harus dibayangi rasa khawatir. Segera ambil keputusan untuk bertindak atau tidak bertindak, tetapi dua-duanya tanpa rasa khawatir.

Kita memiliki sebuah proyek besar di depan mata. Proyek ini tidak lain adalah memutarbalikkan prinsip yang dianut dalam pekerjaan dan kehidupan modern, yaitu mengubah prinsip “lebih banyak dengan lebih banyak” menjadi “lebih banyak dengan lebih sedikit” dalam kehidupan pribadi, sosial, dan profesional kita.

Ini tentu membutuhkan waktu. Prinsip sosial tidak dapat diubah dengan mudah atau cepat. Gagasan Calvinis yang menyatakan bahwa kerja keras dan masalah sangat penting bagi pengembangan pribadi telah begitu mengakar dalam budaya dan cara kerja kehidupan modern, sehingga dibutuhkan satu generasi untuk mencabutnya. Namun, merasakan keindahan Cara 80/20 untuk setiap individu—untuk Anda dan saya—tidak perlu kita tunggu. Kita bisa mulai menggunakannya dan mendapatkan manfaatnya dengan segera.

Bagaimana cara memperoleh kebahagiaan dengan lebih sedikit usaha

Lebih banyak dengan lebih sedikit adalah prinsip praktis yang dapat dicapai melalui dua hal:

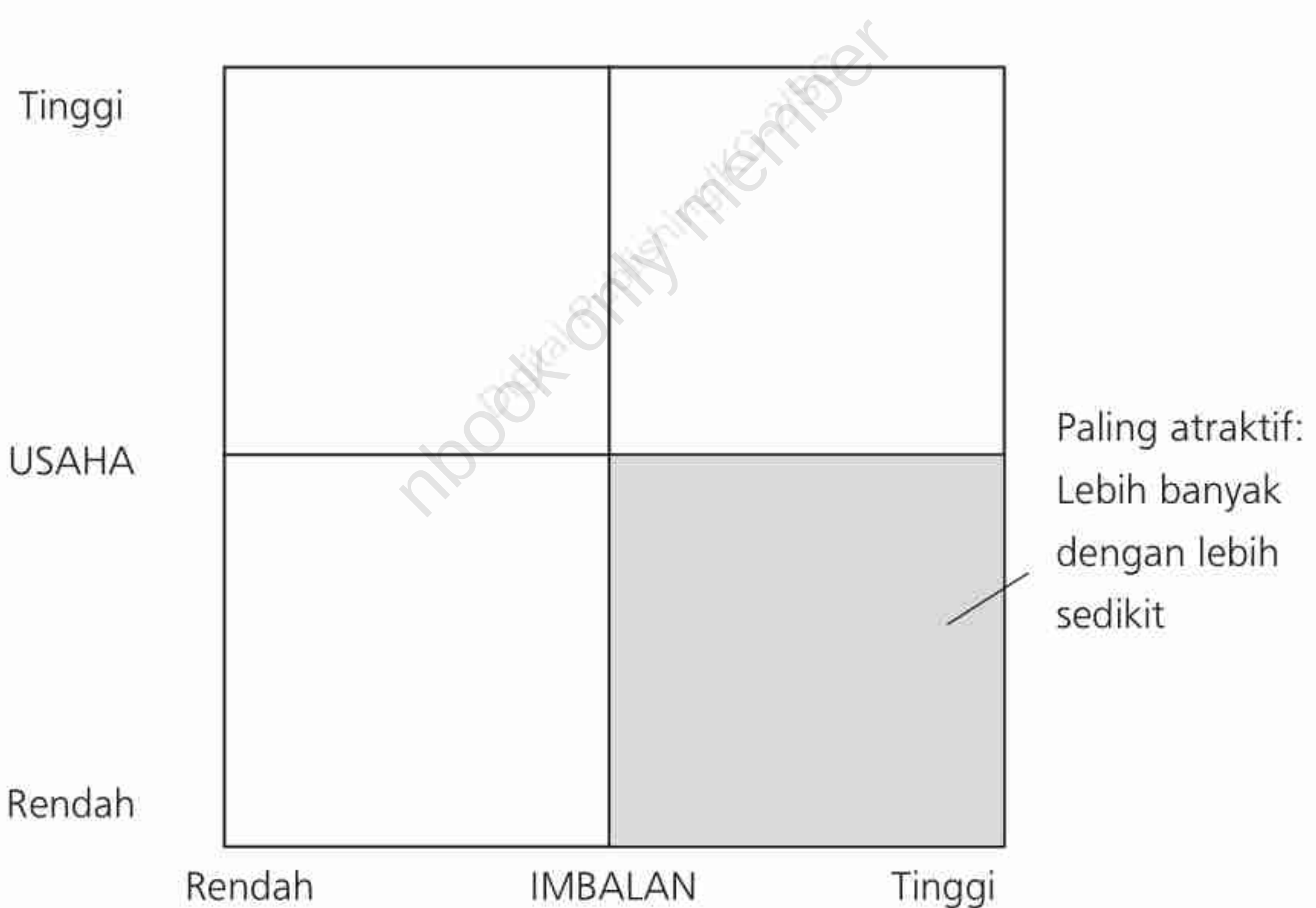
- ❑ Selalu memungkinkan untuk meningkatkan apa pun dalam hidup kita, bukan dalam jumlah kecil, melainkan dalam jumlah besar.
- ❑ Cara kita untuk melakukan peningkatan tersebut adalah dengan bertanya, “Apakah yang akan memberi saya hasil yang jauh lebih baik dengan energi yang jauh lebih sedikit?”

Tidaklah cukup untuk melakukan peningkatan dengan hanya memberikan upaya yang lebih besar atau sama dengan upaya yang dilakukan pada hari ini. Hasil yang jauh lebih baik harus diperoleh *dengan upaya yang lebih sedikit*.

Mengharapkan hasil lebih baik dengan mengurangi upaya tampaknya tidak masuk akal, namun justru inilah kunci dari terbukanya peluang untuk mendapatkan hasil yang lebih baik. Pada umumnya kita terjebak dalam upaya yang sama untuk melakukan perbaikan. Mungkin saja kita berhasil melakukan peningkatan, namun itu hanyalah peningkatan kecil, dan cepat atau lambat energi kita akan terkuras dalam proses itu. Sebaliknya, sangat jelas bahwa dengan adanya tuntutan untuk mendapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit, kita mau tidak mau harus memikirkan terobosan yang hebat. Dengan sengaja

mengurangi upaya namun tetap menginginkan hasil yang lebih baik, kita memaksa diri untuk berpikir keras dan melakukan sesuatu yang berbeda. Ini adalah akar dari semua kemajuan.

Berpikir keras mungkin terdengar menakutkan, namun bukankah lebih baik berpikir sedikit lebih keras untuk memperoleh hasil yang lebih baik, daripada bekerja lebih keras? Dengan sedikit latihan, mencari cara untuk meraih lebih banyak dengan upaya lebih sedikit akan terasa menyenangkan. Kiatnya adalah dengan memilih kegiatan yang memberikan hasil lebih baik, dengan upaya lebih sedikit.



Gambar 3. Bagan lebih banyak dengan lebih sedikit

Bayangkan Anda seorang manusia prasejarah di Kota Bedrock, kota asal *The Flintstones*. Anda harus bergegas pergi ke ba-

gian lain kota itu. Alternatif Anda adalah berjalan atau berlari. Berjalan akan memakan waktu lama. Berlari lebih cepat, tetapi memerlukan lebih banyak usaha.

Berlari adalah sebuah kesalahan untuk mendapatkan lebih banyak dengan lebih banyak. Ini adalah jebakan klasik dalam upaya mendapatkan hasil yang lebih baik dengan bekerja lebih keras.

Cara 80/20 berbeda. Kita menginginkan, sepertinya agak tidak masuk akal, hasil yang jauh lebih baik dengan usaha yang jauh lebih sedikit. Tetapi karena kita tahu bahwa lebih banyak dengan lebih sedikit adalah hal yang mungkin, kita terus berpikir sampai kita mendapatkan solusi. Bagaimana kita bisa melintasi Bedrock lebih cepat, namun tanpa berlari?

Seperti pelayan di restoran prasejarah, kita bisa bersepatu roda dengan energi lebih sedikit daripada yang dibutuhkan untuk berlari, namun tiba lebih cepat. Atau kita bisa selangkah lebih maju dengan melompat ke punggung brontosaurus yang ramah. Itulah contoh memperoleh lebih banyak dengan usaha lebih sedikit.

Atau bayangkan Anda adalah seorang remaja yang ingin berkencan dengan remaja lawan jenis yang menarik. Bagan lebih banyak dengan lebih sedikit akan terlihat seperti Gambar 4.

Anda bisa membayangkan betapa menariknya kencan tersebut, tetapi tidak melakukan apa-apa. Mudah, tapi sia-sia.

Anda bisa membuat diri Anda menarik dengan menjadi ketua klub debat atau memenangi kejuaraan atletik. Tapi lawan jenis yang Anda kejar mungkin tidak memperhatikan atau

peduli dengan itu—sebuah pendekatan dengan upaya besar, tetapi dengan risiko gagal yang besar pula.

Anda bisa menghabiskan waktu lama untuk memikat hati orangtuanya, dengan harapan mereka akan mengizinkan kalian berkenan. Ini mungkin akan berhasil, tapi hanya dengan usaha yang luar biasa.

Atau Anda bisa langsung mendatangi sang pujaan, memberikan senyum tulus dan terbaik Anda, dan mengajaknya ken-
can—hal yang mudah dan kemungkinan besar berhasil.

Contoh di depan sangat jelas, namun Anda tetap dapat menggambar grafik lebih banyak dengan lebih sedikit untuk hal apa pun dalam hidup Anda. Dengan sedikit imajinasi, Anda akan memperoleh solusi terbaik yang tidak terlalu banyak menguras energi.

Saya *tidak* mengatakan bahwa kita tidak perlu mendedikasikan diri 100 persen untuk berbagai kausa ataupun aktivitas yang sangat kita cintai. Pilihannya ada di tangan kita. Jika kita melakukan tindakan atau aktivitas yang tepat, kita dapat berupaya dengan mudah dan mendapatkan hasil yang maksimal, atau kita mengerahkan segala kemampuan kita untuk mencapai hasil yang lebih besar lagi.

Bayangkanlah ilmuwan, musikus, artis, pemikir, filantropis, atau pemimpin perusahaan yang sukses.

- ☐ Apakah mereka meraih keberhasilan karena mencoba sesuatu yang menurut mereka mudah dan biasa-biasa saja, ataukah karena mencoba sesuatu yang sulit dan tidak biasa?



Gambar 4. Remaja yang menginginkan kencan

- ☐ Apakah mereka meraih keberhasilan karena bekerja keras, ataukah karena mereka melakukan sesuatu dengan lebih mudah dibandingkan orang lain dalam bidang mereka?
- ☐ Apakah mereka bekerja keras karena merasa bersalah, ataukah karena menyukai, meyakini, dan mencintai pekerjaan mereka?

Bahkan bila mereka bekerja keras pun, mereka selalu melakukannya dengan efisien, dan mereka mendapatkan hasil yang amat besar atas upaya yang mereka lakukan.

Dalam kehidupan personal kita, selalu ada hal-hal yang

dapat kita lakukan dengan sangat baik, walau hanya dengan sedikit uang dan kerja keras. Ini sedikit remeh, tetapi hal terbaik dalam hidup *adalah* gratis atau hampir gratis, karena memberikan imbal balik yang fantastis dibandingkan dengan usaha yang dilakukan.

Mengucapkan terima kasih, memberikan apresiasi, menunjukkan kasih sayang, menyaksikan matahari terbit atau terbenam, merawat tanaman atau hewan peliharaan, tersenyum pada orang yang dikenal atau orang asing, melakukan berbagai kebaikan, menikmati berjalan-jalan di tempat yang indah—itu semua adalah perkara mendapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit. Hasil yang diperoleh jauh melebihi usaha yang diberikan.

Jika Anda memikirkannya, satu-satunya cara untuk melakukan lompatan jauh ke depan dalam kehidupan kita adalah dengan menerapkan prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit. Keindahan dari prinsip ini adalah ia dapat diterapkan untuk apa saja, selalu berhasil, selalu memberikan jawaban yang dapat Anda pegang sepanjang hidup Anda. Permasalahan lebih banyak dengan lebih banyak adalah konsep ini tidak berkelanjutan. Prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit mudah dijalankan dan dikembangkan. Sedikit berpikir keras di awal tidaklah seberapa dibandingkan dengan hasil yang diperoleh sepanjang hidup.

Hal yang sulit menjadi mudah

Satu elemen final dari prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit yang akan membuat perubahan besar dalam kehidupan kita adalah kebiasaan. Pada awalnya apa pun yang kita lakukan adalah hal yang sulit, dan perlahan menjadi semakin mudah ketika kita berulang kali melakukannya, sampai pada titik ketika justru lebih mudah melakukannya dibanding tidak melakukannya.

Contoh yang sangat bagus adalah latihan fisik. Berjalan lima mil adalah hal yang sangat berat untuk pertama kalinya. Namun jika kita melakukannya setiap hari, latihan fisik ini akan menjadi sangat ringan. Sesungguhnya, tubuh dan pikiran menjadi terbiasa dengan segala yang kita lakukan setelah kira-kira dua minggu: hal itu menjadi kebiasaan.

Yang sulit menjadi mudah, dan yang mudah sering kali menciptakan *kesulitan*.

Meskipun kita dapat mengubah kebiasaan kita setiap saat, adalah lebih mudah jika kita mengubahnya sedini mungkin. Jika kita terbiasa melakukan hal-hal yang mudah—seperti makan berlebihan, memilih berkendara ke mana pun daripada berjalan kaki, atau gampang marah—kita akan mengalami kesulitan untuk membalik kebiasaan tersebut beberapa tahun kemudian. Di sisi lain, jika kita melakukan *sedikit saja hal besar*

yang sangat berharga, yang sangat sulit untuk memulainya, dalam waktu singkat kita akan melakukannya dengan mudah.

Beberapa kebiasaan yang berguna adalah sangat vital, karena tanpa mempertahankan kebiasaan tersebut, kita akan kehilangan hal-hal yang telah kita dapatkan dengan susah payah. Contohnya, sebanyak apa pun intensitas latihan program kebugaran seseorang, setelah satu bulan tidak menjalani latihan, semua hasil yang dicapai akan lenyap. Jadi, mengapa harus bekerja keras untuk hal yang sia-sia, jika dengan mempertahankan sedikit kebiasaan Anda akan mendapat kebugaran setiap harinya?

Kita mendapat lebih banyak manfaat dengan mengeluarkan lebih sedikit energi jika kita memiliki kebiasaan baik lebih dini. Kita juga harus *selektif* dalam memilih kebiasaan baik tersebut, jika ingin mendapatkan lebih banyak kebahagiaan dengan lebih sedikit upaya. Kita harus menguasai kebiasaan baik yang kita pilih tanpa mengabaikan kebiasaan baik lain yang telah ada. Banyaknya kebiasaan baik yang umum dimiliki manusia ada batasnya. Meskipun demikian, sedikit kebiasaan baik saja dapat memberikan efek fenomenal pada kebahagiaan hidup kita—dengan sedikit upaya keras di awal.

Andalah, bukan saya, yang menentukan kebiasaan baik apa saja yang ingin Anda kembangkan sekarang (Anda akan rugi jika menundanya). Jangan memilih sebuah kebiasaan karena secara moral dianggap “baik”, namun pilihlah kebiasaan tersebut karena memberikan manfaat yang besar untuk Anda. Pilihlah cukup tujuh kebiasaan yang super-berguna yang akan menjadi teman sepanjang hidup Anda.

PENDAHULUAN

Di halaman berikut terdapat sejumlah contoh kebiasaan dengan manfaat yang sangat besar (jika manfaat yang diberikan memang berpengaruh pada hidup Anda; hanya Anda yang dapat menentukan). Pilihlah dengan cermat tujuh kebiasaan luar biasa yang cocok dengan Anda! Raihlah lebih banyak kebahagiaan dengan lebih sedikit upaya!

BEBERAPA CONTOH KEBIASAAN DENGAN IMBAL BALIK TINGGI SEPANJANG HIDUP²

KEBIASAAN	IMBAL BALIK
Berolahraga setiap hari	Kesehatan yang meningkat, tubuh yang atraktif, dan perasaan bugar
Mengasah intelektual setiap hari	Senantiasa sigap, meningkatkan inteligensi, menikmati kegiatan berpikir
Melakukan setidaknya satu tindakan altruistik (mendahulukan kepentingan orang lain) setiap hari	Membuat Anda bahagia
Meditasi atau merenung setiap hari	Mental yang stabil, mampu mengambil keputusan yang tepat
Memberikan perhatian kepada orang-orang yang Anda cintai	Membuat mereka bahagia
Selalu mengapresiasi dan berterima kasih	Membuat orang lain dan Anda merasa bahagia

Menabung dan berinvestasi 10 persen dari penghasilan	Bebas dari kekhawatiran akan masalah keuangan di masa depan
Bermurah hati kepada kawan-kawan	Hubungan yang semakin akrab, perasaan bahagia
Selalu menyediakan 2–3 jam untuk relaksasi setiap harinya ³	Memulihkan energi, senantiasa bahagia dan sehat
Tidak pernah berbohong	Membangkitkan kepercayaan, meningkatkan reputasi
Senantiasa tenang dan selalu relaks	Perasaan bahagia, kesehatan yang lebih baik, umur panjang
Berfokus kepada apa yang berarti bagi Anda	Mendapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit
Memilih untuk tidak pernah khawatir, baik saat mengambil tindakan maupun saat tidak mengambil tindakan	Pikiran yang damai, berkurangnya upaya
Membiasakan bertanya pada diri sendiri bagaimana meraih lebih banyak dengan lebih sedikit	Perbaikan dramatis untuk situasi apa pun juga

Pilihlah beberapa kebiasaan yang akan memberikan implikasi besar pada hidup Anda, yang akan membuat Anda paling bahagia. Daftar tersebut masih jauh dari lengkap. Oleh karena itu, tambahkanlah daftar tersebut dengan kebiasaan yang menurut Anda berpotensi membuat Anda sangat bahagia, setelah itu pilihlah tujuh kebiasaan dan kuasailah.

Lebih banyak dengan lebih sedikit: batas terjauh

Hal apakah yang paling berharga bagi kita, namun hanya tersedia dalam jumlah sedikit? Hal apakah yang paling tidak kita sukai ketika ia habis?

Jawabannya mungkin adalah *waktu*.

Tak disangka bahwa prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit ternyata juga berlaku untuk sesuatu yang kita anggap paling sedikit tersedia dalam kehidupan: waktu. Seberapa pun aneh kedengarannya, pernyataan tersebut adalah benar...

nbok only member

3

Yang Kita Miliki Sepanjang Waktu

Waktu adalah dewa yang lembut.

—Sophocles

Pada usia 30, seorang pialang Wall Street yang sangat sukses memutuskan untuk pergi ke Tibet, masuk ke biara, dan mengikuti pelajaran-pelajaran spiritual di sana.

Pada hari pertamanya, ketika murid-murid yang lain sedang beristirahat, sang pialang menemui Master Zen dan bertanya, “Berapa lamakah waktu yang diperlukan untuk memperoleh pencerahan?”

“Tujuh tahun,” jawab master Zen.

“Tetapi saya adalah mahasiswa nomor satu di Harvard Business School. Saya memperoleh \$10 juta dolar di Goldman Sachs, dan untuk mempersiapkan diri memasuki biara, saya mengikuti semua kelas manajemen-waktu yang terbaik. Berapa

lama waktu yang diperlukan jika saya belajar secara intensif dan bekerja ekstra keras untuk mempersingkat waktu?”

Master Zen tersenyum dan berkata, “Empat belas tahun.”

Apakah Anda ingat kisah Archimedes? Suatu hari dia sedang berendam dengan nyaman di bak mandi, sehingga ada bagian air yang tumpah keluar bak. Dia kemudian melompat ke luar bak dan berlari tanpa busana di jalan utama Athena, sambil berteriak “*Eureka!* Saya mendapat jawabannya!”

Archimedes menemukan sebuah teori yang sangat penting. Inspirasi itu datang dalam sekejap, ketika ia sedang bersantai, dan tidak memikirkan sesuatu yang berat.

Seperti itulah sang waktu: dicaci ketika kita ingin cepat, namun menjadi sahabat yang baik ketika kita melambat.

Apakah hubungan semua itu dengan prinsip 80/20? Waktu mungkin contoh terbaik dari prinsip tersebut, dan merupakan hal yang paling berharga dalam kehidupan kita. Jika kita ingin mencapai hasil kerja yang tinggi, setidaknya 80 persen dari hasil kerja dicapai dengan 20 persen waktu yang kita gunakan. Dalam kehidupan pribadi, kita akan meraih 80 persen kebahagiaan hidup dan menggunakannya bersama orang-orang yang kita cintai dalam 20 persen dari seluruh waktu kita.

Ketika kita menyadari hal ini, hidup kita mengalami transformasi. Tiba-tiba saja kita tidak lagi merasa kekurangan waktu. Tidak ada ketergesa-gesaan. Jika kita berpikir dengan cerdas tentang apa yang dapat diraih dengan waktu, kita menjadi lebih santai, bahkan bermalas-malasan. Sesungguhnya, menjadi ma-

las—dalam arti memiliki banyak waktu untuk merenung—adalah prasyarat untuk meraih sesuatu yang besar.

Hal ini terbukti pada bangsa Yunani kuno. Dengan adanya budak-budak untuk mengerjakan berbagai hal, mereka dapat menggunakan waktu untuk berpikir, berdebat, dan bersantai. Hasilnya: peradaban yang besar, sains, dan literatur. Hal ini juga terjadi pada masyarakat modern. Karena sebagian besar dari kita bukan pekerja kasar, kita menggunakan pikiran untuk menciptakan kekayaan, ilmu pengetahuan, dan budaya.

Namun inilah paradoksnya. Kita tidak pernah menjadi orang yang bebas; kita bahkan tidak menyadari betapa luas kebebasan kita. Kita tidak pernah memiliki waktu banyak; kita merasa yang waktu tersedia sangat singkat. Kehidupan modern memaksa kita untuk memacu diri. Kita menggunakan teknologi agar segala sesuatu selesai lebih cepat. Namun, mengejar waktu hanya membuat kita stres. Mempercepat segala sesuatu ternyata tidak membuat kita mempunyai waktu—sebaliknya kita justru selalu merasa kekurangan waktu. Kita bertempur dengan waktu, musuh imajiner kita. Kita merasa waktu seperti berakselerasi, melayang dari kehidupan kita dengan kecepatan tinggi.

Andrew Marvell menulis:

**“Namun di belakang saya,
saya selalu mendengar kereta bersayap
sang waktu, yang semakin mendekat.”**

Henry Austin Dobson dengan sinis berujar:

“Waktu berlalu, kata Anda? Tidak! Sayang sekali, waktu tetap pada tempatnya, kitalah yang berlalu.”

Namun Marvell, Dobson, dan kehidupan modern semuanya keliru. Kita dapat meraih lebih banyak dengan lebih sedikit: lebih banyak kebahagiaan dengan lebih sedikit waktu, lebih banyak hasil dengan lebih sedikit waktu.

Cara 80/20 menjungkirbalikkan cara pandang dunia modern terhadap waktu, membebaskan diri kita untuk menikmati hidup tanpa khawatir kekurangan waktu. Waktu tidak singkat, dan kita mengalir dengannya. Waktu tidak perlu diburu-buru, begitu pula kita. Waktu bisa berdiam diri, membawakan kita kebahagiaan, pencapaian, dan cita rasa keabadian.

Waktu adalah lautan tak bertepi. Kita dapat berenang dengan gembira di dalam waktu, dengan percaya diri, tenang, tanpa khawatir mendapatkan malapetaka. Bagaimanapun juga, Sophocles benar: waktu adalah dewa yang lembut.

Ada dua cara tentang bagaimana kita menjalani waktu. Ada bagian kecil dari waktu—sekitar 20 persen atau kurang—yang memberikan 80 persen hal yang kita harapkan. Dan ada bagian yang lebih besar lagi dari waktu—sekitar 80 persen atau lebih—yang memberikan 20 persen hal yang tidak kita harapkan.

Waktu tidak berlalu dengan kecepatan yang konstan. Waktu mengalir dengan lambat atau cepat, bagaikan tetesan embun

atau aliran air yang deras. Terdapat periode panjang ketika tidak sesuatu pun terjadi, dan sejumlah entakan singkat saat dunia kita tiba-tiba berubah. Seni berselancar dengan waktu adalah mencari ombak dan berselancar di atasnya menuju kebahagiaan dan kesuksesan. Waktu tidak mutlak—waktu bersifat relatif terhadap emosi, perhatian, dan *timing* kita.

Ada saat-saat ketika kita begitu larut dalam kebahagiaan, selaras dengan alam semesta, waktu seolah berhenti. Kita sampai tidak menyadari tentang waktu atau diri kita sendiri. Pada saat itulah, kita berada dalam zona kedamaian hati dan kebahagiaan.

**“Waktu cepat berlalu”, ujar kita.
“Hari pun menghilang.”**

Ini adalah saat-saat langka ketika kita merasakan kebahagiaan dan meraih capaian tertinggi. Sedikit mirip Archimedes, kita mungkin menemukan terobosan wawasan atau gagasan. Kita bisa mengambil keputusan yang mengubah kehidupan. Fragmen waktu yang singkat ini sama berharganya dengan waktu beberapa hari, minggu, bulan, atau bahkan tahun yang “normal”.

Pada kesempatan lain, hal-hal yang tidak diinginkan terjadi. Kita merasa bosan, sedih, atau tidak bersemangat. Dalam hari-hari seperti itu, waktu akan terasa lebih lama.

Apakah waktu pada kasus pertama di depan memiliki karakter dan nilai yang sama dengan kasus kedua? Sama sekali tidak. Satu

hari dalam kategori pertama mungkin setara dengan seumur hidup dalam kategori kedua. *Lebih sedikit adalah lebih banyak.*

Nilai waktu kita, dan bagaimana kita menjalaninya, bergantung pada bagaimana kita menggunakannya: bagaimana penilaian kita tentang kehidupan kita pada saat ini.

- ☐ Kita cenderung merasakan 80 persen kebahagiaan dalam 20 persen waktu kita.
- ☐ Delapan puluh persen dari waktu kita bisa jadi hanya berkontribusi pada 20 persen kebahagiaan kita
- ☐ Kemungkinan 80 persen dari capaian kita berasal dari 20 persen waktu kita...
- ☐ ...dan 80 persen waktu kita hanya menghasilkan 20 persen capaian kita.

Oleh karena itu:

- ☐ Sebagian besar dari yang kita lakukan tidak terlalu berpengaruh pada capaian kita. Novelis Prancis La Bruyère menulis: "Mereka yang salah memanfaatkan waktu adalah yang paling banyak mengeluh tentang keterbatasan waktu."
- ☐ Beberapa hal yang kita jalani dan lakukan dalam waktu singkat justru memberikan pengaruh yang besar pada capaian. Hasil yang fantastis dari pemanfaatan waktu adalah ketika 20 persen dari waktu berkontribusi pada 80 persen kebahagiaan atau pencapaian kita—ini berarti kita mendapatkan imbal balik 400 persen atau empat kali lipat.
- ☐ Jika kita mampu memanfaatkan sedikit saja dari waktu kita

dengan baik, tidak akan ada lagi keluhan tentang kurangnya waktu. Jika 80 persen waktu kita menghasilkan 20 persen pencapaian, maka proporsi hasil yang dicapai adalah 20 dibagi 80, atau hanya 25 persen. Oleh karena itu, masalahnya bukanlah pada waktu, melainkan pada apa yang kita lakukan dengan waktu. Tergantung kita apakah ingin mendapat proporsi hasil 25 persen atau 400 persen.

- ❑ Jika kita berwirausaha dan menghabiskan dua hari dalam seminggu bekerja untuk sesuatu yang paling menghasilkan, maka kita akan mendapatkan 160 persen dari hasil yang kita peroleh dari bekerja selama lima hari—dan kita masih memiliki tiga hari kerja tersisa untuk melakukan apa pun yang kita inginkan.
- ❑ Kita dapat memacu peningkatan kualitas hidup dengan mengubah cara kita memanfaatkan waktu. Jika kita melakukan lebih banyak hal yang membuat kita bahagia dan produktif, dan mengurangi kegiatan yang banyak menyita waktu namun tidak menambah kebahagiaan ataupun pencapaian, maka kita dapat meningkatkan taraf hidup dengan cara yang mengagumkan—semuanya dengan sedikit upaya!
- ❑ Biasanya kita merasakan saat yang “baik” berjalan sebentar saja, sedangkan saat yang “buruk” berjalan sangat lama. Bagaimana jika kita menukarnya? Jika kita dapat membuat saat yang “baik” terasa lama dan saat yang “buruk” terasa singkat berarti kita telah merevolusi diri kita.

Tentu saja, kebahagiaan dan efektivitas personal tidak dapat diukur dengan angka. Angka 80/20 adalah sebuah perkiraan. Namun, melipatgandakan nilai kehidupan kita empat kali lipat

adalah seperti hidup sampai umur 320, bukan 80, tanpa merasakan hambatan usia lanjut!

Yang manakah pulau-pulau kebahagiaan Anda?

Pulau-pulau kebahagiaan adalah kepingan-kepingan waktu—yang sangat spesial dan menakjubkan—ketika kita merasakan kebahagiaan.

Ingat-ingatlah kembali kapan terakhir kali Anda benar-benar merasa bahagia, dan waktu-waktu bahagia sebelumnya.

Apakah yang menjadi kesamaan di antara saat-saat berbahagia itu? Apakah ada kesamaan tempat, orang yang bersama Anda, atau aktivitas yang Anda lakukan? Apakah ada hal-hal yang menjadi kesamaan secara umum?

Bagaimanakah Anda dapat *melipatgandakan* waktu yang Anda habiskan di pulau-pulau kebahagiaan? Jika Anda mendapati bahwa pulau-pulau kebahagiaan Anda hanya mengambil 20 persen dari waktu Anda, bagaimana cara Anda meningkatkannya menjadi 40, 60, atau 80 persen?

Jika 80 persen waktu Anda hanya memberi 20 persen kebahagiaan, dapatkah Anda memangkas kegiatan Anda selama ini untuk memberikan tempat bagi aktivitas lain yang membuat Anda bahagia?

Ada banyak kegiatan yang menghasilkan sedikit kebahagiaan dibandingkan waktu yang digunakan. Contohnya, sejumlah survei terhadap orang-orang yang menonton televisi menun-

jukkan bahwa hanya sedikit di antara orang-orang tersebut yang merasa bahagia setelah menonton televisi selama berjam-jam. Justru kecenderungannya adalah mereka merasa sedikit depresi. Jika menonton televisi membuat Anda bahagia, lakukanlah lebih banyak lagi; namun jika tidak, hentikan!

Kegiatan sia-sia apa lagi yang harus Anda tinggalkan? Kegiatan apa yang Anda lakukan tanpa merasakan beban tugas? Jika ada sedikit kesenangan dalam pekerjaan, seberapa baikkah Anda melakukan pekerjaan Anda? Jika Anda bahagia, kebahagiaan Anda akan menular kepada orang-orang di sekitar Anda. Menghabiskan waktu dengan kesedihan adalah antisosial.

Tanyakan pada diri Anda,

Jika sebagian besar waktu saya tidak membuat saya bahagia, bagaimana saya bisa mengurangi waktu saya untuk kegiatan-kegiatan itu?

Apa pulau-pulau pencapaian Anda?

Ketika pertama kali mendengar tentang prinsip 80/20, banyak orang salah memahami. “Gagasannya bagus sekali, secara teori,” ujar ketua sebuah gerakan amal kepada saya, “namun saya belum pernah bisa mempraktikkannya. Saya tidak dapat membakukan posisi 20 persen teratas dari kebiasaan saya, karena kehidupan nyata tidak memungkinkan hal tersebut dibakukan untuk waktu yang lama.”

“Menurut Anda, apa saja 20 persen dari kebiasaan Anda yang paling berharga untuk Anda?” tanya saya.

“Memberikan ceramah di banyak tempat, menggalang dana, menemui orang-orang penting. Saya mampu memberikan ceramah dalam dua acara makan siang dan dua acara makan malam setiap minggu, namun lebih dari itu saya akan sangat kelelahan.”

“Tetapi itu mungkin *bukan* momen paling berharga Anda,” ujar saya. “Pikirkanlah tentang sebuah momen singkat ketika Anda melakukan sesuatu dengan santai, tapi menghasilkan sesuatu yang besar. Apakah Anda mengalami momen-momen seperti itu belum lama ini? Mungkin ketika Anda mendapatkan sebuah gagasan brilian, misalnya?”

“Oh, saya mengerti maksud Anda. Pada suatu sore, saya begitu lelah sehingga sesampai di rumah saya duduk di bangku halaman. Sambil beristirahat, tiba-tiba saya mendapat gagasan untuk kampanye baru kami. Dan benar saja, kami meraih lima kali lebih banyak dari kampanye itu dibanding tahun sebelumnya.”

Pulau-pulau pencapaian adalah suatu periode waktu singkat ketika Anda menjadi sangat produktif dan kreatif: ketika Anda mendapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit, mencapai hasil terbaik dengan upaya dan waktu yang singkat. Apa sajakah pulau-pulau pencapaian Anda?

Apakah mereka memiliki kesamaan? Apakah mereka terjadi pada waktu tertentu? Apakah mereka memiliki kesamaan kegiatan, seperti menjual sesuatu, menulis, atau mengambil keputusan? Apakah mereka terjadi di tempat tertentu, dengan

kollega tertentu, atau setelah kegiatan dan stimulasi tertentu? Bagaimana suasana hati Anda saat itu? Secara berkelompok atau sendiri? Dalam kondisi bergegas atau santai? Berbicara, mendengar, atau berpikir?

Bagaimanakah cara Anda melipatgandakan waktu dalam pulau-pulau pencapaian Anda dan memangkas waktu untuk kegiatan lainnya?

Richard Adams adalah seorang birokrat menengah yang mengalami kejenuhan dan kekecewaan. Ketika berusia 50 tahun, dia mengarang cerita pengantar tidur untuk putrinya, Juliet, yang sangat menyukai kelinci. *Watership Down* terjual lebih dari tujuh juta eksemplar, dan mengubah kehidupan Adams.

Dapatkah Anda menghabiskan lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang Anda sukai, tanpa perlu meninggalkan pekerjaan Anda? Mungkinkah kegemaran dan kegiatan sampingan Anda akan berbuah menjadi karier yang baru? Cobalah untuk menghabiskan lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang Anda sukai. Lakukan beberapa proyek kegiatan tanpa harus berhenti dari pekerjaan sehari-hari Anda. Bereksperimenlah dengan sejumlah gagasan yang berbeda sampai Anda menemukan yang tepat.

Kisah sang juru tulis pemimpi

Suatu ketika ada seorang pelajar yang gemar membangkang. Dia dikeluarkan dari sekolah karena selalu mengganggu. Ke-

mudian dia mendapat pekerjaan bergaji kecil sebagai juru tulis. Tetapi lama-lama dia bosan dengan pekerjaannya, sehingga memiliki banyak waktu untuk berangan-angan dan membaca tentang sains. Dia membayangkan dirinya menjadi ilmuwan amatir autodidaktik.

Anak itu adalah Albert Einstein. Pada usia dua puluhan dia mengguncangkan dunia ilmu pengetahuan dengan teori relativitasnya. Dia mendapat gagasan itu ketika sedang bekerja di kantor paten di Berne, Swiss empat tahun sebelumnya. Setelah capaiannya itu, Einstein menikmati sisa hidupnya sebagai “ilmuwan pesohor” pertama.

Banyak gagasan besar berasal dari orang-orang yang melakukan pekerjaan biasa. Waktu yang berpotensi terbuang percuma ternyata dapat dimanfaatkan dengan luar biasa kreatif dan menyenangkan.

Bacalah pertanyaan-pertanyaan 80/20 di halaman berikut. Untuk menjawabnya, cobalah untuk memikirkan atau menuliskan *kegiatan apa pun yang menggairahkan semangat Anda*, kegiatan yang gemar Anda lakukan kapan pun—saat di kantor, saat melakukan hobi dan olahraga, dan momen-momen terbaik setiap harinya. Silakan Anda pilih satu dari kegiatan-kegiatan tersebut dan jadikanlah pilihan Anda itu sebagai fokus dalam kehidupan Anda, atau carilah kesamaan yang ada dari kegiatan-kegiatan tersebut dan lakukanlah kesamaan tersebut dengan lebih sering, dan kurangi kegiatan-kegiatan lainnya.

Sebagai contoh, kehidupan saya berubah ke arah yang lebih baik ketika saya menyadari bahwa saya sangat gemar membangkitkan antusiasme seseorang. Saya mendatangi seseorang

atau sekelompok orang, dan membahas sebuah topik yang membuat mereka bersemangat. Karena itulah sekarang saya menghabiskan sebagian besar waktu untuk menulis buku, memberikan ceramah, dan membahas gagasan bersama kawan-kawan, yang membangkitkan semangat kami. Membangkitkan antusiasme tidak terdapat dalam kategori pekerjaan standar. Meskipun demikian, kesadaran bahwa ini adalah pekerjaan yang sangat saya nikmati dan dapat saya lakukan dengan baik telah membawa saya ke kehidupan yang lebih lengkap dan kaya, dengan melakukan sedikit upaya saja. Sekarang saya mempunyai kiat sederhana untuk mengambil keputusan: Jika saya diminta untuk melakukan sesuatu yang tidak berhubungan dengan membangkitkan antusiasme, saya akan menolak.

Adakah hal yang serupa itu untuk Anda?

Buang manajemen waktu, ciptakan revolusi waktu

Jangan berusaha “mengelola” waktu Anda.

Anda mencoba mengelola sesuatu jika Anda kekurangan sesuatu tersebut; uang, contohnya. Tapi kita *tidak* kekurangan waktu. Kita mungkin kekurangan ide, kepercayaan diri, atau akal sehat, tetapi tidak kekurangan waktu. Hal yang sesungguhnya kurang adalah waktu-waktu ketika kita merasa bahagia dan kreatif.

PERTANYAAN-PERTANYAAN 80/20

- ☐ Mungkinkah saya lebih menikmati hidup dengan mengembangkan ketertarikan pribadi atau obsesi saya? Mungkinkah hal itu membuka peluang karier baru?
- ☐ Bisakah saya memanfaatkan sebagian kecil dari waktu saya yang membuat saya amat bersemangat sebagai dasar untuk membangun karier?
- ☐ Pertanyaan-pertanyaan apa yang dapat saya ajukan pada diri sendiri untuk membangkitkan inspirasi?

Manajemen waktu mengajarkan kita untuk bergegas. Ia menjanjikan kita lebih banyak waktu bebas, waktu untuk bersantai, namun pada kenyataannya tidaklah demikian. Iming-iming itu hanyalah “wortel” untuk membuat kita bergerak lebih cepat. Seperti keledai, akhirnya kita memang bergerak lebih cepat, namun keledai itu tetap tidak mampu mengurangi jarak terhadap wortel di depannya. Dalam dunia dengan perputaran aktivitas yang semakin cepat seperti saat ini, waktu terasa lebih panjang, pekerjaan semakin tidak dapat dinikmati, dan tekanan semakin intens. Seperti keledai, kita telah tertipu.

Manajemen waktu justru membuat kita bekerja lebih banyak dan beristirahat lebih sedikit.

Revolusi waktu adalah kebalikan dari itu semua. Kita mempunyai banyak kelebihan waktu, bukan kekurangan. Kurangnya waktu disebabkan oleh kita punya begitu banyak waktu sehingga kita menyia-nyiakannya.

Untuk memperkuat revolusi waktu Anda, pelankan langkah Anda. Singkirkanlah rasa khawatir khawatir. Lakukan lebih sedikit hal.

**Buanglah *daftar hal-hal yang akan Anda lakukan*,
dan buat *daftar hal-hal yang tidak akan
Anda lakukan*.**

Bertindak lebih sedikit, berpikir lebih banyak. Renungkan hal-hal yang benar-benar penting bagi Anda. Berhentilah melakukan sesuatu yang sia-sia, yang tidak membuat Anda bahagia. Nikmatilah hidup.

Dunia modern telah berakselerasi tanpa kendali. Semula, teknologi dimaksudkan untuk menambah waktu luang kita, namun yang terjadi justru sebaliknya. Sebagaimana yang dikatakan oleh Theodore Zeldin:

Teknologi bagaikan detak jantung yang cepat, mempersingkat pekerjaan rumah tangga, perjalanan, hiburan, dan mengerjakan lebih banyak hal dalam rentang waktu yang dibe-

rikan. Tidak seorang pun menyangka bahwa teknologi akan menciptakan kesan bahwa hidup berlangsung terlalu cepat.¹

Berenanglah melawan arus akselerasi. Jadilah orang yang tidak biasa, bahkan eksentrik. Buanglah buku harian Anda. Singkirkan telepon seluler Anda. Berhentilah mengikuti pertemuan atau kegiatan yang membuat Anda bosan. Rebut kembali waktu untuk diri Anda dan orang-orang yang Anda cintai.

Revolutionaris waktu

Sebagaimana banyak orang, saya pun mengagumi Warren Buffett, seorang investor yang juga orang terkaya kedua di dunia. Saya mengaguminya bukan karena ketajaman naluri bisnisnya atau kekayaannya, namun karena dia memiliki cara yang tidak umum dalam memanfaatkan waktu.

Dia menjalankan kerajaan bisnis terbesar dan terkaya di Amerika. Tetapi apakah dia terlihat seperti seseorang yang terburu-buru? Apakah dia supersibuk? Sama sekali tidak. Dia berkata bahwa dia “*ber-tap dance* saat menuju tempat kerjanya.” Sesampai di kantor dia “membayangkan dirinya sedang bersandar dan melukis langit-langit Kapel Sistine.” Dia menyebut gaya investasinya sebagai “diliputi oleh kemalasan”. Dia tidak banyak mengambil keputusan, kecuali dalam keadaan yang sangat penting. Dengan menjadi relaks dan berpikiran jernih, umumnya keputusan yang diambilnya tepat.

Dari orang-orang yang saya kenal, siapa yang paling unggul

dalam revolusi waktu? Dia adalah Bill Bain, pendiri dan mantan pemimpin perusahaan konsultan manajemen yang sangat sukses.

Saya pernah menjadi rekanan di perusahaan tersebut selama dua tahun. Setiap orang bekerja keras dalam waktu yang panjang—kecuali satu orang. Saya sering berpapasan dengan Bill di elevator. Dia selalu berpakaian rapi. Dia sering masuk atau keluar kantor dengan memakai pakaian dan perlengkapan tenis. Bill membuat keputusan-keputusan penting, dan meraih kesuksesan dengan menggunakan lebih sedikit waktu dan usaha.

Konsultan manajemen adalah pekerjaan yang berat. Namun Jim, seorang kawan yang juga rekanan, mematahkan anggapan ini. Pada awalnya, kami bekerja bersama dalam sebuah kantor yang kecil dan sempit, sangat gaduh dan hiruk-pikuk. Semua orang tampak tergesa-gesa. Namun tidak dengan Jim. Dia duduk dan dengan tenang, memeriksa jadwalnya dan perlahan menuliskan tujuannya. Tugas kami adalah melaksanakannya. Jim adalah orang yang sangat efektif.

Chris adalah seorang konsultan lainnya yang juga revolusionaris waktu. Hasil pekerjaannya bernilai jutaan dolar. Timnya sangat menyukainya. Dia selalu tiba di kantor lebih awal dan pulang lebih malam. Namun reputasi tentang lamanya dia bekerja adalah tidak tepat. Chris diam-diam menghabiskan waktu sorenya dengan bermain golf atau tenis, berada di sirkuit balap, atau pergi makan untuk waktu yang lama. Orang-orang mengira dia pergi menemui kliennya. Ketika saya memperingatkannya, ia mengatakan bahwa ia sedang menerapkan Cara 80/20, mendapatkan lebih banyak hasil dengan lebih sedikit energi. Saya harus mengakui bahwa dia benar!

Hidup di masa sekarang

Masa sekarang adalah vital. Jangan hidup di masa lalu atau di masa depan. Jangan mengkhawatirkan masa lalu atau masa depan. Raihlah lebih banyak dengan upaya lebih sedikit—batasi diri Anda pada masa sekarang dan nikmatilah berkonsentrasi di dalamnya.

Waktu tidak akan habis, tidak pula berpindah tempat. Seperti yang ditunjukkan oleh putaran jam, waktu selalu datang dan datang lagi. Waktu yang dilalui di masa lalu masih ada di sana. Capaian dan perbuatan baik kita pun masih ada. Masa sekarang adalah nyata dan berharga, tidak bergantung pada seberapa panjang masa depan kita. Kita dapat berbangga dengan masa lalu dan berharap untuk masa depan, namun kita hanya hidup di masa sekarang.

Pandangan prinsip 80/20 tentang waktu membuat kita lebih relaks dan “terhubung”. Relaks karena kita tidak akan kehabisan waktu. Kita lebih terhubung dengan apa yang sedang berlangsung dan dengan orang lain.

Kita mendapatkan berkah hidup yang sangat berharga pada hari ini, untuk kita nikmati dan jalani dengan cara yang kita pilih. Setiap momen dalam kehidupan layak dikenang selamanya, yang menandai individualitas kita. Ketika waktu terhenti, kita benar-benar terbenam dalam masa sekarang. Kita adalah segalanya dan kita bukan apa-apa. Waktu adalah sekejap dan abadi. Kita berbahagia, karena hidup memiliki arti. Kita adalah bagian dari waktu, sekaligus terpisah dari waktu.

Revolusi waktu memberi kita kebahagiaan dengan lebih

cepat. Ketika masa sekarang begitu berarti, waktu menjadi satu kesatuan yang utuh, begitu bernilai namun tidak terasa. Ketergesaan berlalu, kecemasan sirna, kebahagiaan pun bertambah. Kita bisa menjadi sangat bahagia dalam sekejap. Ketika kita menyatu dengan kehidupan dan alam semesta, kita melangkah keluar dari waktu. Kita mencapai wujud tertinggi prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit.

Meningkatkan elemen kunci kehidupan Anda

Sekarang saatnya memulai Bagian II, saatnya kita mengaplikasikan prinsip lebih sedikit adalah lebih baik dan lebih banyak dengan lebih sedikit untuk lima aspek utama kehidupan:

- ☐ Diri Anda
- ☐ Pekerjaan dan kesuksesan
- ☐ Uang
- ☐ Hubungan
- ☐ Kehidupan yang baik dan mudah

Dalam setiap aspek, kita belajar untuk berfokus, agar hal yang sedikit memiliki pengaruh besar. Kita juga akan mempelajari bagaimana memperbaiki hidup—menghindari ketegangan dan stres yang dipaksakan oleh begitu banyak perangkat *treadmill*, belajar menikmati prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit.

Penekanannya adalah pada langkah-langkah praktis, dan da-

lam Bagian III kita akan sampai pada kesimpulan akhir dengan mengembangkan rencana tindakan personal yang memungkinkan kita untuk berkembang dalam dunia modern sembari menghindari kesengsaraan yang melelahkan.

nbok only member

Bagian II

Membuat Penghidupan dan Kehidupan

nbbook only member

4

Fokuskan pada 20 Persen Terbaik Anda

Saya mendapat lebih banyak energi sekarang dibanding ketika saya muda karena saya sekarang tahu persis apa yang saya ingin lakukan.

—*Legenda master balet George Balanchine*

Ketika berusia 12 tahun, Steven Spielberg bercita-cita menjadi sutradara film. Lima tahun kemudian dia mengunjungi Universal Studios. Dia keluar dari rombongan tur untuk mencari film sungguhan yang sedang dibuat. Remaja 17 tahun itu berhasil membuat sang kepala departemen editorial bercerita perihal film yang akan dibuatnya.

Hari berikutnya Spielberg dengan berpakaian resmi, sambil membawa tas kerja ayahnya yang diisi dua batang permen dan setangkup *sandwich*, masuk melalui gerbang Universal Studios dengan percaya diri. Dia mengendarai sebuah truk tua bertuliskan “Steven Spielberg, Director” di pintunya. Dia menyusup

ke dalam keramaian, membaur dengan para sutradara, produser, penulis, dan editor. Dia menyerap gagasan-gagasan mereka dan mengamati bagaimana sutradara sungguhan bekerja.

Pada usia 20 tahun, Spielberg memperlihatkan film pendek buaatannya kepada Universal, dan mendapatkan kontrak selama tujuh tahun untuk menyutradarai sebuah serial televisi. Kemudian, tentu saja, dia meraih sederet kesuksesan, termasuk *ET*, salah satu film yang paling banyak pendapatannya sepanjang masa.

Spielberg memfokuskan dirinya.

Fokus adalah rahasia dari semua kekuatan diri, kebahagiaan, dan kesuksesan. Fokus berarti bertindak lebih sedikit; menjadi lebih sedikit. Fokus membuat sedikit hal menjadi lebih penting. Hanya sedikit orang yang memfokuskan diri, walaupun melakukannya adalah hal yang mudah. Fokus mengembangkan individualitas, inti dari menjadi manusia.

Siapakah Anda? Ingin menjadi apakah Anda?

Misteri terbesar kehidupan adalah sifat manusia dan keunikannya. Kita membawa sifat individualitas, sedangkan hewan tidak. Gen manusia memiliki 98 persen kesamaan dengan gen simpanse, namun variasi yang 2 persen itu membuat manusia dan simpanse jauh berbeda.

Manusia tidak sepenuhnya bergantung pada gen. Dalam membuat cerita, gagasan, musik, sains, dan budaya populer, dalam berpikir dan berkomunikasi, manusia melakukan hal-hal yang tidak dipengaruhi oleh gen.¹

Kodrat kita adalah menjadi individu yang unik—menciptakan dan memenuhi potensi unik kita. Setiap orang berkembang dengan cara yang berbeda dan tidak terduga.

Individualitas menciptakan keanekaragaman. Menjadi berbeda membutuhkan *perbaikan*, *pengurangan*, dan *fokus*. Kita menjadi berbeda-beda dengan berfokus pada kekhasan diri masing-masing.

Benar sekali bahwa kita bukan kertas polos. Gen kita menentukan tampilan kita dan banyak hal lainnya. Seiring dengan pertumbuhan, orangtua dan keluarga kita memberikan pengaruh tentang bagaimana kita bersikap, berpikir, dan memandang diri sendiri. Guru-guru, kawan-kawan, para rohaniwan, atasan, dan mentor kita membentuk diri kita. Aturan-aturan dan norma-norma masyarakat serta kelompok tempat kita bergaul memiliki pengaruh yang besar terhadap kita.

Kurangilah satu per satu pengaruh-pengaruh tersebut, namun akan ada yang tertinggal: sesuatu yang asing namun sangat berharga yang disebut *diri sendiri*, identitas kita yang unik dan mandiri. Walaupun ada begitu banyak tekanan pada diri kita, kita tetap memiliki kepribadian tersendiri. Tidak ada seorang pun di bumi ini yang sama. Walau bagaimanapun kita pasti memberikan pengaruh pada dunia, membuatnya berbeda dengan dunia yang tanpa kita.

Kita menjadi individu yang unik melalui *pengurangan*. Lebih sedikit adalah lebih banyak.

Kita mempunyai kesempatan emas untuk melepaskan bagian dari diri kita yang tidak autentik, yang “bukan kita yang sebenarnya”—bagian yang dipengaruhi oleh latar belakang,

orangtua, dan lingkungan. Diri yang autentik adalah bagian kecil dari keseluruhan diri kita. Walaupun demikian ia adalah bagian diri yang sangat vital. Kita semua memiliki bakat tersendiri, imajinasi yang unik, kegeniusan: percikan kehidupan yang seluruhnya adalah milik kita.

Ketika berfokus pada diri sendiri, kita berhenti melakukan hal yang dilakukan orang lain, berhenti memikirkan apa yang dipikirkan orang lain. Apakah ini kerugian? Secara kuantitas, ya; namun tidak secara kualitas. Berbicara kualitas, lebih sedikit adalah lebih banyak. Dengan mempersempit ruang lingkup hal-hal yang kita minati, kita dapat lebih mendalami dan berfokus pada hal-hal tersebut. Dengan berkonsentrasi pada atribut diri yang terbaik dan unik, kita menjadi lebih individual, lebih *manusia*. Kita memfokuskan diri pada kekuatan, keunikan, dan kemampuan kita untuk menikmati hidup secara lebih mendalam.

Mengembangkan individualitas adalah proses yang dilakukan secara sadar. Kegiatan ini mengungkap siapa diri Anda dan yang bukan diri Anda; ingin menjadi apa dan tidak ingin menjadi apa Anda nantinya. Kita menjadi individu yang sangat unik melalui keputusan dan tindakan yang terukur, dengan mengasah dan mengembangkan hal yang unik dan terbaik dari diri kita.

Fokus dan individualitas membuat hidup jadi lebih mudah

Banyak orang menempuh jalan hidup yang berliku, tak tentu arah dan tanpa harapan. Mereka mengira bahwa itu jalan termudah. Benarkah demikian? Atau mereka mengelabui diri sendiri?

Mengembangkan karakter autentisitas, atau hal yang terbaik dan vital dari diri sendiri bukanlah pekerjaan yang sulit. Untuk jujur kepada diri sendiri, tanggalkanlah sifat-sifat Anda yang tidak asli atau alami. Berhentilah bersandiwara. Berhentilah berpura-pura bersemangat atas sesuatu yang sesungguhnya membosankan Anda. Berhentilah mengkhawatirkan apa yang dipikirkan orang mengenai Anda. Apa saja hal-hal yang lebih mudah, lebih bermanfaat, dan lebih membangkitkan semangat Anda?

Dunia modern menjejali kita dengan berbagai macam hal. Kita harus berusaha keras supaya tidak tertinggal. Kita membuat begitu banyak keputusan kecil. Terlalu banyak. Padahal begitu mudahnya hidup dengan hanya membuat beberapa keputusan besar saja!

Seperti yang dikatakan oleh Amy Harris, “Biarawati tidak perlu meniru *Vogue*.”

Kita tidak dapat menangani terlalu banyak orang ataupun urusan. Kita tidak mungkin mencurahkan perhatian kepada terlalu banyak orang atau hal dalam satu waktu.

Hidup akan menjadi lebih mudah setelah membuat beberapa keputusan besar:

- ☐ Siapa dan apa yang paling Anda pedulikan?
- ☐ Orang seperti apakah Anda dan ingin menjadi apakah Anda?
- ☐ Apa saja sifat, emosi, dan kemampuan terbaik yang Anda miliki?
- ☐ Apakah Anda ingin berkomitmen dengan seorang pasangan hidup? Siapa?
- ☐ Apakah Anda ingin membesarkan anak-anak?
- ☐ Apakah Anda ingin menjadi terkenal? Untuk apa?
- ☐ Apakah Anda ingin bekerja sendiri atau menurut aturan Anda sendiri? Pada bidang apa?
- ☐ Apakah Anda ingin menciptakan sesuatu sehingga orang lain akan memperhatikan dan menikmatinya?
- ☐ Apakah Anda ingin memiliki kehidupan yang tenang dan damai?
- ☐ Hal-hal apa saja yang menguras energi, namun tidak esensial untuk meraih kebahagiaan Anda?

Semua keputusan itu mengurangi banyak hal. Semua itu menyederhanakan hidup dan menutup pilihan-pilihan. Semuanya memusatkan energi. Ke mana Anda mengarahkan energi Anda? Apakah kekuatan personal Anda terfokus?

Untuk menjawab pertanyaan seperti ini, jangan sungkan untuk meminta bantuan teman baik atau mentor Anda. Manfaatkanlah mereka sebagai penasihat—karena banyak di antara kita membutuhkan bantuan orang lain untuk mengungkapkan hal terbaik dari diri kita.

Jika Anda yakin dapat melakukan sesuatu, atau Anda yakin tidak dapat melakukannya, maka Anda benar.

Fokus membantu mengurangi rasa ragu dan memacu kepercayaan diri serta kekuatan Anda. Sebagaimana ditulis Shakespeare dalam *Measure for Measure*:

Keraguan kita adalah pengkhianat,
Dan membuat kita kehilangan sesuatu yang baik yang mungkin kita dapatkan,
Karena takut mencoba.

Kita semua mempunyai modal yang luar biasa dan tidak sepenuhnya kita gunakan: pikiran bawah sadar dan emosi kita. Pikiran bawah sadar bagaikan komputer *pribadi* kita yang setia. Ia selalu menyala, selalu bergejolak.

Pikiran bawah sadar dapat menyelesaikan dilema, menghasilkan banyak gagasan brilian, memberi kita kedamaian dan keceriaan. Layaknya komputer pribadi, pikiran bawah sadar menghasilkan lebih banyak dengan lebih sedikit energi dan biaya.

Sudah berapa kalikah Anda mengalami peristiwa ketika sedang berjalan-jalan bersama anjing Anda, menggosok gigi, meditasi, atau duduk di kursi santai, tiba-tiba saja—Bum! *Eureka!* Ini bukan hasil kerja pikiran sadar, melainkan pikiran bawah sadar, menghadirkan solusi yang tepat untuk masalah Anda.

Pikiran bawah sadar itu selektif. Ketika Anda memberi-

kan perhatian penuh pada sebuah isu, ia mencatatnya. Ia tidak memproses pesan-pesan yang lemah atau bercampur-baur. Alam bawah sadar akan bekerja dengan sangat baik ketika Anda memfokuskan diri pada satu hal. Lebih sedikit adalah lebih banyak.

Fokus dan individualitas membuat kita bahagia

Kebahagiaan tidak berada di luar diri kita. Kebahagiaan berada di dalam. Pikiran dan emosi, dan yang kita pikirkan tentang diri kita, membuat kita bahagia atau tidak bahagia. Kita merasakan kebahagiaan ketika memiliki penghargaan yang tinggi atas diri sendiri.

Harga diri bisa melambung secara *sementara* melalui obat-obatan atau minuman, pujian, kekuasaan, kekayaan, atau upaya menipu diri sendiri. Namun, cara yang andal dan abadi untuk membangkitkan harga diri adalah dengan memupuk keunggulan diri kita. Citra diri yang positif dan akurat didasarkan pada individualitas: kepekaan yang autentik tentang siapa diri kita dan mengapa kita menjalani hidup dengan cara kita. Kebahagiaan yang abadi tidak dapat diraih dengan konsumsi. Kebahagiaan membutuhkan partisipasi aktif dalam hal-hal yang bernilai bagi kita. Untuk melakukan apa pun dengan baik, nikmatilah, dan berbanggalah dengan apa yang telah kita lakukan—semua ini menyuburkan kebahagiaan dan membutuhkan pengembangan dan individualitas.

Meraih yang terbaik *hanya* di bidang yang Anda minati tentu jauh lebih menyenangkan. Menjadi yang terbaik menjadi relatif lebih mudah.

Hal yang lucu tentang kehidupan—jika Anda menolak apa pun kecuali yang terbaik, Anda akan sering mendapatkannya.

Somerset Maugham

Emosi kreatif merasuki dan menyenangkan diri kita. Mereka berasal dari kepedulian, perhatian, fokus, impian yang konsisten, dari keinginan yang sungguh-sungguh untuk berkarya.

Untuk menari dengan baik, mencintai dengan baik, membesarkan anak dengan baik, bermain golf dengan baik, memasak dengan baik, mengajukan pertanyaan dengan baik, menyutradarai film dengan baik—segala tindakan yang inspiratif membuat kita bahagia. Individualitas dan fokus membuat kita bahagia.

Cara 80/20 untuk fokus dan peningkatan diri

Berikut ini adalah proses tiga langkah untuk mewujudkan peningkatan dramatis di segala aspek kehidupan Anda:

- ☐ Langkah 1: Fokus pada tujuan 80/20 Anda—di mana Anda ingin berada.

- ❑ Langkah 2: Temukan rute 80/20—jalan termudah mencapai tujuan Anda.
- ❑ Langkah 3: Lakukan tindakan 80/20—langkah kunci pertama.

Langkah 1: Fokus pada tujuan 80/20 Anda

Tujuan adalah tempat yang ingin Anda capai *dan* tempat Anda ingin berada. “Tujuan” berarti:

- ❑ Target, impian, dan tujuan dalam kehidupan Anda—apa yang ingin Anda capai.
- ❑ Jenis tempat yang Anda tuju—orang-orang yang Anda inginkan ada bersama Anda, pribadi seperti apa Anda nantinya, pengalaman yang ingin Anda dapatkan, kualitas hidup Anda.
- ❑ Tempat yang Anda utamakan untuk Anda datangi—kehidupan yang sesuai dengan yang Anda inginkan dan yang mengekspresikan diri Anda.

Dengan menggunakan aturan fokus, semakin sedikit adalah lebih banyak, Anda perlu memikirkan dengan saksama *tujuan khusus dan personal* yang terbaik untuk Anda. Untuk menjadi bahagia, setiap orang memerlukan tujuan 80/20 yang unik, dengan mereduksi sebagian besar tujuan yang remeh dan mendefinisikan bagian-bagian yang sangat relevan dengan tujuan terpenting. Berfokus pada tujuan 80/20 kita berarti memecahkan keajaiban sedikit adalah lebih banyak. Sedikit karakteristik

atau hasil penting apa saja yang membuat kita paling bahagia? Sedikit kualitas apa saja yang harus kita fokuskan dan perbanyak, tanpa perlu mengkhawatirkan hal-hal lainnya?

Tujuan 80/20 adalah bagian yang sangat kecil dari semua tujuan yang ada, namun ini adalah inti dari kepribadian dan hasrat terdalam kita.

Apa yang terjadi ketika kita benar-benar berfokus pada tujuan 80/20 kita? Yang terjadi adalah kita melakukan lebih banyak hal-hal yang lebih sedikit. Jika Anda sangat selektif dan menemukan *sedikit* hal yang *sangat penting* bagi Anda, maka kehidupan Anda memperoleh sebuah tujuan dan makna jauh melampaui apa yang dimilikinya sebelumnya, ketika Anda mencemaskan sejumlah besar masalah.

Jadi siapa dan apa yang Anda inginkan? Jika Anda meninggalkan semua sandiwara dan semua jebakan peran, siapakah Anda yang sesungguhnya? Apakah 20 persen terbaik dari Anda?

Cara yang tepat untuk menjawab pertanyaan ini adalah menentukan *lonjakan 20 persen* Anda. Sebagai contoh adalah teman saya Steve, yang mengelola restoran di Cape Town.

Lonjakan 20 persen keahlian dan minat Steve (ditunjukkan pada Gambar 5) adalah hiburan, keramahtamahan, musik rock, memulai bisnis, mengajar, memahami orang lain, dan keterampilan verbal. Ia cocok untuk memulai dan menjalankan restoran yang *funky*.

Gambar 6 menggambarkan 20 persen lonjakan emosional dan personal Steve: kepemimpinan inspiratif, kerja tim, dipercaya, dan semangat untuk hidup.

Gunakan Gambar 7 dan 8 untuk memetakan lonjakan 20 persen Anda sendiri.

Letakkan titik-titik di posisi yang menurut Anda sesuai untuk setiap atribut, kemudian hubungkanlah garisnya.

“Saya ingin menjadi terkenal dalam dunia bisnis restoran,” kata Steve, “tidak hanya di Cape Town dan Afrika Selatan, tapi juga di seluruh dunia. Saya berkomitmen seumur hidup pada Tracy dan anak-anak kami. Saya ingin mereka tumbuh dengan cinta dan menjalani hidup dengan bahagia. Selain membuat dan membangun restoran baru, saya menikmati kegiatan memimpin dan melatih orang sehingga mereka menjadi yang terbaik dalam pekerjaan mereka. Saya masih belajar tentang apa yang dibutuhkan untuk membuat restoran yang bagus dan saya akan terus belajar.”

“Apakah ada hal lain,” tanya saya, “yang sangat kau pedulikan?”

“Tidak,” jawabnya.

Steve tahu tujuan 80/20-nya.

Bagaimana dengan Anda? Dapatkah Anda mempersempit tujuan Anda, dan menentukan hal-hal yang benar-benar berpengaruh pada keberhasilan Anda? Jika ya, Anda dapat membuat lebih sedikit menjadi lebih banyak.

Isilah tujuan Anda di bawah ini:

Tujuan 80/20 saya adalah:

Periksalah:

- ☐ Apakah tujuan 80/20 Anda mencerminkan sesuatu yang benar-benar Anda inginkan dan pedulikan?
- ☐ Apakah tujuan tersebut mencerminkan individualitas Anda? Apakah tujuan tersebut unik untuk Anda?
- ☐ Apakah tujuan tersebut meningkatkan talenta dan emosi terbaik Anda?
- ☐ Apakah tujuan tersebut memfokuskan diri Anda? Bersedia-kah Anda berhenti membuang-buang energi untuk banyak hal lain yang tidak perlu? Apakah tujuan itu menghapuskan banyak tujuan lainnya yang saat ini menyita sebagian besar energi Anda?
- ☐ Apakah cukup singkat sehingga Anda dapat mengingatnya setiap saat?
- ☐ Apakah tujuan tersebut membangkitkan semangat Anda? Apakah itu impian dalam hidup Anda?

Namun yang terpenting di antara semua itu adalah:

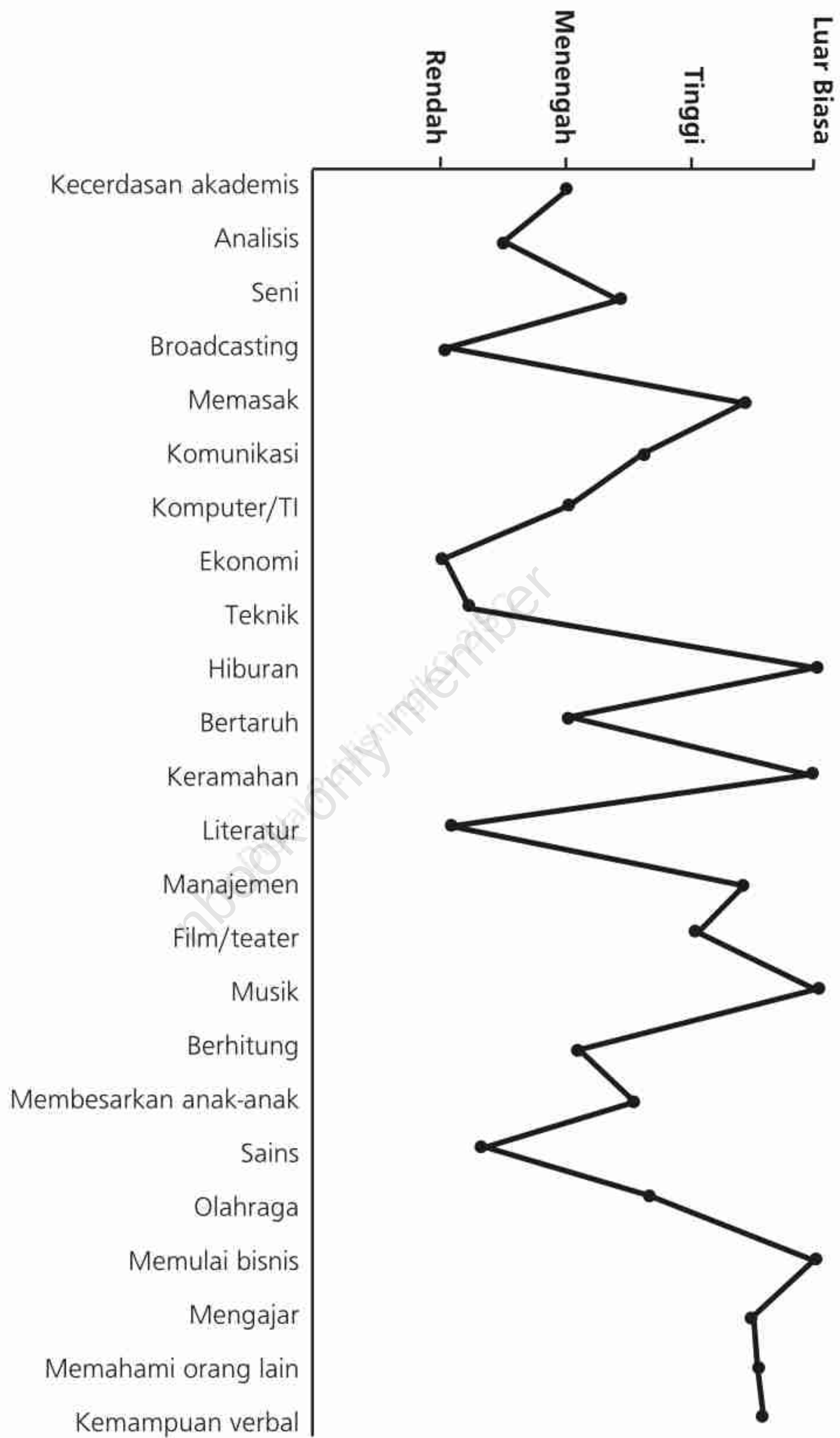
- ☐ Apakah mewujudkannya membuktikan bahwa prinsip lebih sedikit adalah lebih banyak berlaku untuk Anda?

Langkah 2: Temukan rute 80/20

Yang manakah rute terbaik dan termudah untuk mencapai tujuan 80/20 Anda? Dengan mengetahui apa yang Anda inginkan, bagaimana Anda bisa melakukan perbaikan besar dalam hidup Anda dengan upaya yang lebih sedikit?

- ☐ Selalu ada banyak pilihan rute menuju tujuan mana pun.
- ☐ Sebagian besar rute tidak sebaik sebagian kecil rute lainnya. Rute 80/20 yang kita pilih jauh lebih mudah atau lebih produktif daripada rute lainnya.
- ☐ Selalu ada rute yang memberikan solusi yang elegan dan relatif mudah, memberikan lebih banyak dari apa yang kita inginkan dengan lebih sedikit upaya, waktu, uang, dan rintangan. Yang harus kita lakukan adalah menemukannya.
- ☐ Mungkin saja orang lain sudah menemukan rute itu, atau yang serupa dengan itu. Siapa saja yang sukses dengan gemilang mencapai tujuan yang mirip dengan tujuan 80/20 Anda? Bagaimana cara mereka mencapainya?
- ☐ Pemilihan rute juga dipengaruhi oleh pertimbangan pribadi. Pilihlah satu yang paling cocok untuk Anda.
- ☐ Rute menjadi lebih mudah ditempuh dengan bantuan orang-orang yang satu tujuan dengan Anda. Carilah tumpangan—siapa yang dapat memberi Anda tumpangan?

MEMBUAT PENGHIDUPAN DAN KEHIDUPAN

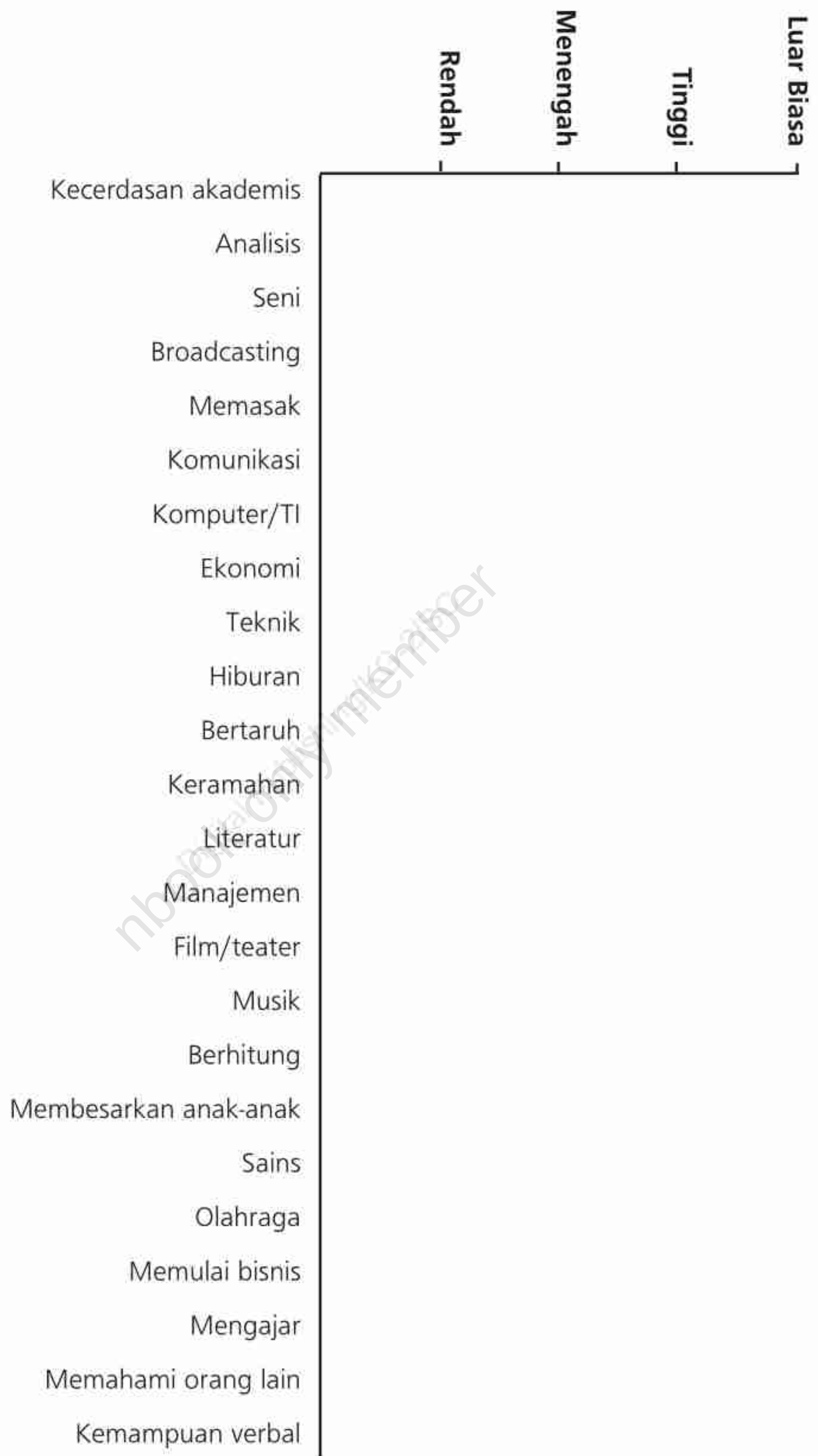


Gambar 5. Keahlian dan minat Steve—lonjakan 20 persen



Gambar 6. Emosi dan atribut Steve—lonjakan 20 persen

MEMBUAT PENGHIDUPAN DAN KEHIDUPAN



Gambar 7. Keahlian dan minat Anda—lonjakan 20 persen



Gambar 8. Emosi dan atribut Anda—lonjakan 20 persen

Tetapi untuk memeriksa apakah Anda telah merancang rute 80/20 dengan benar, pertanyaannya adalah:

- ❑ Apakah rute Anda menawarkan lebih banyak dengan lebih sedikit? Apakah rute tersebut tidak hanya memberi Anda solusi yang lebih baik, tapi juga yang lebih mudah? Jika tidak lebih baik dan lebih mudah, rute yang Anda buat tidak akan menyebabkan peningkatan besar dalam hidup Anda.

Sebagai ilustrasi rute sederhana, mari kita asumsikan bahwa tujuan Anda adalah stasiun kereta Paddington di London. Anda tinggal di wilayah timur London, dekat dengan perhentian kereta *subway*. Anda gemar berjalan, tapi hal itu tidak praktis, karena jaraknya enam mil dan Anda perlu sampai ke Paddington dengan cepat. Melihat peta *subway*, Anda berencana untuk pergi langsung dari stasiun lokal Anda di Central Line ke Notting Hill Gate, lalu berganti ke Circle Line untuk menuju Paddington. Semua terancang dengan baik dan rapi.

Namun bagaimana jika Anda menginginkan rute 80/20, yang lebih cepat juga lebih baik? Cobalah yang berikut ini. Turunlah di stasiun Lancaster Gate, dua pemberhentian sebelum Notting Hill Gate, dan berjalanlah dengan santai ke Paddington, tidak lebih dari lima menit kemudian Anda akan sampai di tujuan. Secara keseluruhan Anda menghemat empat stasiun, serta menghindari repotnya berganti *subway* dari satu peron ke peron lainnya. Rute 80/20 memberikan yang lebih mudah, lebih menyenangkan, juga lebih cepat. Inilah cara memperoleh lebih banyak dengan lebih sedikit.

Atau bayangkan Anda berada di Spanyol selatan, terburu-buru untuk pergi dari San Pedro yang berada di pesisir ke Sevilla, tiga jam perjalanan dengan mobil. Anda adalah sopir yang gugup dan sering tersesat. Jalan menuju Sevilla dimulai dengan tikungan-tikungan tajam sepanjang 30 mil melewati jalur pegunungan menuju Ronda, lalu ada banyak percabangan dan petunjuknya sulit diikuti. Tidak ada jalan lain yang lebih dekat menuju Sevilla secara langsung. Anda pun berangkat dengan cemas.

Tapi, bagaimana jika Anda mengikuti Cara 80/20? Anda menginginkan lebih banyak dengan lebih sedikit: solusi yang lebih mudah bagi Anda, juga membutuhkan lebih sedikit waktu. Meski memakan beberapa menit tambahan, Anda mempelajari peta dengan saksama, dan bertanya kepada petugas kasir di bengkel yang Anda kunjungi. Dia mengatakan kepada Anda bahwa dengan membayar tarif jalan tol yang murah, Anda dapat melewati jalan bebas hambatan ke Malaga, lalu jalan bebas hambatan lain ke Sevilla. Berapa lama waktu yang dibutuhkan? Dua jam, jawabnya, kalau Anda mengebut. Apakah petunjuknya cukup jelas? “Bahkan nenekmu pun tak mungkin tersesat,” ujarnya sambil tertawa. Ternyata dia benar: jalan bebas hambatan ditandai dengan petunjuk arah yang jelas dan sangat sepi; orang Spanyol tidak suka membayar tol.

Dengan menggunakan sedikit waktu ekstra untuk berpikir, Anda menemukan rute yang jauh lebih mudah juga lebih cepat. Mendapat lebih banyak dengan melakukan lebih sedikit tindakan.

Meski begitu, perjelas tujuan Anda sebelum memilih rute.

Dalam contoh Sevilla, rute terbaik akan berbeda jika Anda memiliki banyak waktu, senang berkendara di jalur yang menantang, dan menyukai pemandangan yang indah. Jika demikian halnya, Anda akan memilih rute pegunungan melalui Ronda: itu akan memberi Anda lebih banyak dengan lebih sedikit—perjalanan yang lebih menarik dan pemandangan yang menakjubkan dengan jarak dan biaya yang lebih sedikit.

“Tujuan” bukan hanya Sevilla, tapi juga keceriaan selama perjalanan. Ini adalah ciri menjalani kehidupan sepenuhnya. Penting untuk mengetahui apa yang ingin Anda capai dan apa yang *tidak* ingin Anda capai; dan itu sama pentingnya, atau lebih penting, dengan mengetahui bagaimana Anda ingin menjalani hidup, bagaimana Anda *tidak* ingin menjalani hidup, Anda ingin menjadi apa, dan Anda *tidak* ingin menjadi apa.

Tentu saja, contoh-contoh perjalanan saya terlalu sederhana. Mereka memang dimaksudkan untuk memberikan ilustrasi rute 80/20 yang sederhana dan mudah diingat dan tidak dimaksudkan untuk menyiratkan bahwa selalu ada rencana perjalanan yang lebih baik atau rute seseorang cukup pantas untuk diperbaiki. Tapi kunci untuk tujuan 80/20 Anda adalah perlunya pemikiran lebih mendalam untuk memperoleh rute yang lebih mudah, sehingga Anda mendapatkan lebih banyak hasil dengan lebih sedikit upaya. Inilah satu-satunya cara untuk menemukan rute menuju 20 persen terbaik Anda. Bagaimana kita melakukannya?

Kembali ke Steve. Sudahkah dia menemukan rute 80/20-nya?

“Saya sudah memulainya,” katanya pada saya. “Saya mene-

mukan seorang investor dari luar negeri dan saya membuka restoran ini dua tahun yang lalu. Restoran saya memenangi kompetisi restoran Cape Town terbaik tahun lalu dan semua orang setuju itu adalah tempat yang keren. Tapi saya ingin membuka jaringan restoran ini di Afrika Selatan dan kemudian di luar negeri. Langkah pertama adalah membuka cabang di Johannesburg. Untuk melakukan itu saya perlu mencari investor baru dan sebentar lagi saya akan memperolehnya. Lalu saya harus membuktikan bahwa gagasan ini akan berhasil di Jo'burg.”

“Jadi, selain itu semua, apa lagi yang penting dalam rute ini?” tanya saya.

“Satu hal lagi,” kata Steve. “Saya membutuhkan mentor dari Amerika atau Eropa atau Australia. Untuk meningkatkan kemampuan bisnis, saya membutuhkan seseorang untuk melatih saya dalam mengembangkan dan menstimulasi diri. Saya belum menemukannya, tapi itu adalah sasaran utama tahun ini.”

**Apa rute 80/20 menuju 20 persen
terbaik Anda?**

Selalu ada banyak pilihan rute. Rute 80/20 adalah cara terbaik, tercepat, paling menyenangkan, bebas dari rasa khawatir, dan tidak membutuhkan upaya besar untuk sampai di tujuan. Cara ini juga—dan inilah masalahnya—cara yang *paling kecil kemungkinannya* Anda jalankan sekarang atau pernah Anda bayangkan.

Mengapa? Karena Cara 80/20, seperti prinsip 80/20, berlawanan dengan intuisi. Ia menawarkan solusi yang *jauh lebih baik* semata-mata karena solusi yang tepat tidak seketika tersedia di hadapan kita, dikondisikan dengan gambaran keseluruhan yang akan kita masuki, berdasarkan “100 persen” dari pengalaman kita. Berdasarkan upaya kita sendiri, kita merancang rute yang menawarkan lebih banyak dengan lebih besar. Tantangannya adalah merancang rute yang menawarkan lebih banyak dengan lebih sedikit.

Oleh karena itu, dalam menemukan rute 80/20 menuju 20 persen terbaik Anda, cobalah jawab pertanyaan-pertanyaan eksentrik ini:

- ☐ Apa rute menuju 80/20 yang biasanya Anda jalani? Ini bukan jawaban—melainkan standar Anda untuk menilai rute 80/20 yang mungkin Anda jalani. Kecuali Anda membayangkan sebuah pendekatan yang jauh lebih baik daripada jawaban Anda yang biasa, Anda belum menemukan rute 80/20 Anda.
- ☐ Sekarang tanyakan, bagaimana Anda bisa melakukan peningkatan besar-besaran atas jawaban yang biasa Anda berikan, dengan menerapkan konsep lebih banyak dengan lebih sedikit?
- ☐ Kelompokkan peningkatan tersebut menjadi dua bagian. Pertama, bagaimana Anda bisa mendapatkan lebih banyak? Cara apa yang jauh lebih baik untuk Anda? Apa yang akan Anda nikmati lebih banyak, dan apa yang akan membawa Anda ke tujuan 80/20 Anda dengan lebih cepat? Kemukakan semua rute yang mungkin. Jika Anda kekurangan gagasan,

mintalah seorang atau tiga orang teman untuk membantu—memecahkan permasalahan orang lain selalu lebih mudah.

- ❑ Kedua, tanyakan bagaimana rute itu bisa dibuat menjadi lebih mudah bagi Anda. Kemukakan ide sebanyak mungkin.
- ❑ Kemudian gabungkan semua gagasan tersebut, sampai Anda memiliki cara yang mungkin berhasil dan pasti menawarkan lebih banyak dengan lebih sedikit. Bahkan jika Anda tidak yakin itu akan berhasil, cobalah. Jika gagal, lanjutkan dengan pilihan rute kedua—tapi hanya jika rute itu juga menawarkan lebih banyak dengan lebih sedikit.

Jika belum menemukan jawaban, kembalilah ke lonjakan 20 persen Anda. Hal-hal terbaik dari Anda, yang Anda miliki secara alami, akan memberi petunjuk bagaimana Anda bisa mendapatkan yang terbaik dengan lebih sedikit.

Misalnya, pada awalnya, tujuan 80/20 saya adalah menjadi konsultan manajemen yang sukses dan bergaji tinggi. Rute pertama yang saya coba tampak sangat menjanjikan: Saya mendapatkan pekerjaan pada salah satu perusahaan Amerika terbaik dan sedang berkembang pesat, Boston Consulting Group (BCG). Sayangnya (atau, akhirnya, untungnya), meskipun klien saya sepertinya menyukai saya, atasan saya tidak demikian. Saya mengundurkan diri sebelum dipecat.

Rute kedua saya adalah bergabung dengan Bain & Company, anak perusahaan BCG. Setelah gagal pada rute pertama, dengan ego hancur berkeping-keping, saya bertekad memperbaiki hal-

hal yang telah menenggelamkan saya sebelumnya: gaya saya yang santai, tidak bersemangat, sesuka hati, dan sembrono. Saya memutuskan untuk berkomitmen dengan bekerja keras, mengikuti atasan saya, dan menunjukkan pribadi yang serius serta bertanggung jawab. Saya tidak akan gagal lagi dan saya akan membuktikan bahwa penilaian orang-orang di BCG tentang saya adalah salah.

Apakah ini hal yang tepat untuk dilakukan? Ya dan tidak. Bain adalah pilihan bagus. Perusahaan ini memiliki formula bisnis yang hebat, yang secara eksklusif berfokus melayani orang-orang penting dari organisasi mana pun, dan tumbuh lebih cepat daripada BCG. Saya dengan cepat dipromosikan menjadi mitra junior. Saya mengekang naluri pemberontak saya, memproyeksikan citra diri sebagai loyalis perusahaan dan pembangun tim.

Saya menuju ke tujuan 80/20 saya dengan lancar, tapi suatu hari saya berpikir, apa yang saya lakukan? Apakah saya benar-benar mengikuti rute 80/20?

Jelas tidak. Saya mengenakan topeng Bain, saya mencari lebih banyak dengan lebih banyak. Lebih sukses, pekerjaan yang lebih menarik, tanggung jawab yang lebih besar, lebih banyak uang. Baik. Tapi tawaran itu membuat saya melakukan lebih banyak: kerja lebih intens, jam kerja lebih lama, mengabdikan pada pekerjaan dan perusahaan, lebih banyak berpolitik, lebih khawatir, lebih mematuhi pimpinan, dan lebih banyak melakukan perjalanan antarnegara yang begitu melelahkan. Bagi seseorang yang meyakini prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit, ini jauh dari ideal.

Bagaimana dengan lonjakan 20 persen saya? Apakah saya menjalankannya dengan benar? Sayangnya, tidak. Saya adalah orang yang cemerlang dalam memberi gagasan, mengambil pel-

ajaran, mendeteksi bakat, dan membimbing klien tentang apa yang harus dilakukan untuk menghasilkan lebih banyak uang. Namun, saya tidak cakap dalam kerja keras secara terus-menerus (saya pelari cepat, bukan pelari jarak jauh), tampil berwibawa dan serius, menjalankan politik internal, dan segala hal yang berhubungan dengan mengatur orang lain. Apakah Bain tempat yang tepat untuk saya? Tidak juga. Saya bukan orang yang teguh ataupun setia. Apakah saya menderita dengan tampil seperti karyawan Bain yang ideal? Pasti.

Yang saya pikirkan pertama kali adalah saya punya cukup uang dan seharusnya menjalani hidup dengan lebih mudah, dan saya akan keluar dari perusahaan. Tapi itu akan menjadi lebih sedikit dengan lebih sedikit: lebih sedikit bekerja, lebih sedikit ketegangan dan stres, tapi juga lebih sedikit uang dan lebih sedikit pekerjaan yang menarik. Saya belum mencapai tujuan 80/20 dan saya masih ingin membuktikan bahwa saya bisa mewujudkannya. Selain itu, saya meyakini prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit.

Jadi, bagaimana saya akan merencanakan prinsip tersebut? Apa yang saya inginkan? Saya menginginkan lebih sedikit keceemasan, lebih sedikit ketakutan terhadap aturan, lebih sedikit tekanan terhadap sifat sejati saya, lebih sedikit melakukan perjalanan, lebih sedikit intensitas kerja, lebih sedikit tugas administratif, dan lebih sedikit atasan (bahkan sebaiknya tidak ada sama sekali!). Saya ingin lebih banyak bekerja dengan klien yang menarik, lebih banyak kebebasan, lebih banyak waktu dengan keluarga dan teman-teman saya, lebih banyak kebebasan untuk memilih rekan kerja saya, dan juga—jujur saja—bahkan lebih banyak uang.

Saya ingin mewujudkan semua keinginan itu. Dengan menguraikan apa saja yang lebih banyak dan lebih sedikit yang saya inginkan, rute 80/20 menjadi jelas. Satu-satunya cara agar bisa mendapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit, persis seperti yang saya inginkan, adalah mendirikan perusahaan sendiri. Namun, ini tidak sepenuhnya tepat. Saat berpikir lebih mendalam, saya menyadari bahwa saya tidak menginginkan tanggung jawab administratif untuk memiliki Koch & Co., dan saya juga tidak merasa memiliki keahlian penuh untuk mendirikan perusahaan yang benar-benar unggul. Rute ideal 80/20 bagi saya adalah menjadi mitra pendiri perusahaan, dengan dua mitra lainnya yang lonjakan 20 persennya benar-benar melengkapi lonjakan 20 persen saya.

Saya sangat percaya bahwa tujuan dan rute yang paling ambisius pun bisa menjadi yang termudah—jika dan hanya jika kedua hal itu benar-benar sesuai dengan kekuatan Anda. Saat bekerja di Bain & Co, saya berhasil memperbaiki kelemahan saya, walaupun sebenarnya hanya mengatasi kelemahan yang paling terlihat jelas. Dengan memperbaiki kelemahan kita, hasil terbaik yang bisa kita capai adalah kita menjadi orang yang biasa-biasa saja. Jika kita mengasah sedikit kekuatan super kita, lonjakan 20 persen kita, berfokus pada perilaku yang autentik dan sejati yang ada dalam diri kita, dan hasrat yang tinggi untuk meraih lebih banyak dengan lebih sedikit, kita akan mampu meraih bintang.

Langkah 3: Lakukan 80/20

Apakah tindakan 80/20 itu dan apakah yang membedakannya dengan tindakan lain yang biasa kita lakukan dalam kehidupan kita? Ada tiga hal yang membuatnya berbeda:

- ❑ Tindakan 80/20 dikendalikan oleh tujuan unik 80/20 Anda dan rute 80/20 Anda.
- ❑ Tindakan 80/20 berfokus pada sebagian kecil tindakan yang terbukti memberi Anda sebagian besar kebahagiaan dan kepuasan: lebih sedikit adalah lebih banyak.
- ❑ Tindakan 80/20 melibatkan tindakan total yang lebih sedikit dan hasil total yang lebih besar—lebih banyak dengan lebih sedikit.

Begitu saya memutuskan tujuan 80/20 (menjadi konsultan manajemen yang sukses) dan rute 80/20 saya (memulai sebuah perusahaan baru dengan dua mitra), tindakan 80/20 saya menjadi jelas. Hanya ada dua tindakan yang perlu diambil: menemukan mitra, lalu memulai perusahaan itu! Setelah saya mengambil keputusan, semua tindakan lain yang saya lakukan setiap hari terlihat menjadi sangat sepele; menemukan mitra dan memulai perusahaan menjadi tindakan yang sangat penting. Meskipun belum jelas bagaimana saya akan melakukan kedua tindakan tersebut, keduanya benar-benar saya pikirkan dan pedulikan.

Inilah yang mengkhawatirkan: dua bulan setelah saya mengambil keputusan, saya masih belum melakukan tindakan 80/20 saya. Saya tidak dapat memutuskan siapa rekan saya yang akan

saya dekati untuk memulai sebuah perusahaan yang kompetitif—langkah yang salah bisa membuat saya kehilangan pekerjaan. Akhirnya kesempatan pun datang. Saya menelepon Ian Fisher, seorang rekan kerja dan teman, untuk mendiskusikan proyek terbaru kami, dan di akhir pembicaraan tanpa diduga ia mengatakan suatu.

“Ada yang aneh dengan Jim dan lain [dua mitra junior lainnya]. Sebenarnya kita tidak bisa terlalu membahasnya, tapi mereka tiba-tiba ke Boston [markas Bain & Co].”

“Apa yang terjadi, Ian?”

“Aku tidak bisa menceritakan kepadamu, Richard, tapi ini sangat aneh dan sangat buruk.”

“Apa maksudmu tidak bisa menceritakannya kepadaku; kita rekan kerja yang sangat dekat, lagi pula, aku atasanmu.”

“Aku berjanji pada Bill Bain untuk tidak menceritakan kepada siapa pun.”

[Saya, asal menebak] “Apakah mereka mengundurkan diri?”

Hening. Setelah lama berhenti, “Kau yang mengatakan itu. Bukan aku.”

Saya menelepon Jim Lawrence, namun tidak diangkat. Nomor lain Evans tidak dapat dihubungi. Saya melompat ke atas sepeda saya dan mengayuhnya sepanjang sisi Sungai Thames menuju rumahnya di Kew. Saya mendapati mereka mengasingkan diri, terguncang setelah pengalaman traumatis dengan Bill Bain. Apakah mereka akan memulai perusahaan baru? Ya. Mungkinkah saya menjadi mitra mereka? Mungkin. Ya.

Suatu kebetulan telah membantu saya mencapai 80/20 saya. Benarkah begitu?

Ada kalimat yang luar biasa dalam novel Paulo Coelho, *The Alchemist*:

**Saat kau menginginkan sesuatu,
seluruh alam semesta akan bersatu
membantumu *meraihnya*.**

Menurut saya itu benar: ketika Anda mengetahui dengan pasti tujuan 80/20 dan rute 80/20 Anda, berbagai kejadian seolah memberikan jalan pada rencana Anda. Tapi kuncinya adalah Anda harus tahu tujuan Anda.

Jika saya tidak tahu tujuan 80/20 dan rute 80/20 saya, saya mungkin tidak mendesak Ian Fisher tentang informasi yang dia sampaikan sambil lalu, saya mungkin tidak menebak apa yang telah terjadi, dan saya mungkin tidak mengendarai sepeda saya (itu adalah perjalanan bersepeda yang jauh, sementara saya sudah mempunyai rencana lain pagi itu).

Saya tetap harus melakukan tindakan, tetapi tindakan akan menjadi lebih mudah jika Anda mempersempit ruang lingkungannya, yang mengarah pada tujuan Anda.

Tindakan tidak selalu harus direncanakan sebelumnya. Keinginan *memang* harus direncanakan. Sikap terbuka terhadap berbagai peristiwa kebetulan yang terjadi, dan menafsirkan serta memanfaatkannya dengan baik, merupakan bagian dari Cara 80/20.

Pada akhirnya, jika Anda tidak melakukan tindakan 80/20, hidup Anda tidak akan berubah. Namun jika Anda melakukannya, tindakan 80/20 dapat menghasilkan kebahagiaan yang berlipat ganda dibanding upaya yang Anda lakukan.

Daya gunakan keunikan Anda. Tak ada orang lain yang bisa melakukannya. Berfokuslah pada yang terbaik dari diri Anda, sehingga lebih sedikit adalah lebih banyak. Temukanlah rute untuk mengubah hidup Anda, agar Anda mendapatkan lebih banyak hasil dengan lebih sedikit usaha dan kekhawatiran. Kemudian bertindaklah, dan terbukalah terhadap berbagai keberuntungan yang akan diberikan oleh alam semesta. Ketika Anda telah menemukan dan memilih bagian autentik dari diri Anda dan membuatnya bekerja dengan lancar dan mudah, Anda akan menjadi unik, sangat berharga...dan ya, juga sangat bahagia.

nbok only member

5

Menikmati Pekerjaan dan Kesuksesan

Memang benar bahwa kerja keras tidak pernah membunuh siapa pun, tapi saya pikir, untuk apa mengambil risiko?

---Ronald Reagan

Ingat film Woody Allen *The Purple Rose of Cairo*? Mia Farrow duduk di antara penonton, menonton film favoritnya. Tiba-tiba aktor Jeff Daniels, karena bosan mengucapkan kalimat yang sama berkali-kali, melompat dari dalam filmnya ke bioskop. Ia merengkuh Mia Farrow, dan menyalakan hubungan asmara yang luar biasa.

Di sanalah, menurut saya, letak rahasia kesuksesan. Maksud saya bukan merengkuh Mia Farrow, melainkan kemampuan untuk beralih dari kehidupan biasa sehari-hari ke kehidupan yang kita inginkan. Maksud saya, memiliki gagasan, atau fantasi, atau gairah—dan mewujudkannya. Melangkah keluar

dari kehidupan yang rutin, tempat segala sesuatu berjalan pada jalur yang sudah diprediksi dan didiktekan oleh orang lain, ke kehidupan yang diciptakan oleh imajinasi Anda. Melupakan kerja keras dan menggunakan semua karakter terhebat manusia, kemampuan kita untuk berpindah antara dunia yang kasatmata dan dunia di dalam pikiran kita. Berpikir, membayangkan, menciptakan, menikmati.

Hewan bisa bekerja keras, namun hanya manusia yang bisa *berpikir* keras. Hewan lain diprogram oleh evolusi. Demikian pula manusia, tetapi kita juga bisa memprogram diri kita sendiri dan mengubah dunia yang kita hadapi menjadi dunia yang kita sukai. Peradaban modern tidak dibangun di atas kerja keras, kekuatan otot, pengulangan, atau jam kerja yang panjang, melainkan di atas kecerdasan, inspirasi, daya cipta, orisinalitas, dan kegigihan. Hal itu juga dibangun di atas pergerakan kita dari dunia nyata menuju dunia yang kita impikan dan kemudian menjadikannya nyata.

Yang berlaku bagi semua umat manusia juga berlaku bagi individu. Orang-orang sukses mengubah dunia bukan melalui keringat dan air mata, melainkan melalui gagasan dan semangat. Ini bukan masalah kerja keras atau banyaknya waktu yang dihabiskan untuk bekerja; ini tentang memiliki pandangan yang berbeda, gagasan orisinal, sesuatu yang mengekspresikan individualitas dan kreativitas. Kesuksesan berasal dari pemikiran, lalu bertindak berdasarkan pemikiran tersebut.

Jadi, jika Anda meyakini bahwa Anda harus bekerja keras dan melakukan hal yang tidak menyenangkan untuk sukses, pikirkan lagi. Apakah Anda mengira Bill Gates, seorang *dropo-*

ut universitas dan pendiri Microsoft, menjadi orang terkaya di dunia dengan menyogok orang lain? Apakah menurut Anda Warren Buffett, master investor dan orang terkaya kedua di dunia, bekerja sangat keras? Bagaimana dengan penguasa media Oprah Winfrey dan Rupert Murdoch? Apa yang berbeda dari mereka? Pengabdian untuk bekerja keras atau gagasan-gagasan baru yang luar biasa?

Bagaimana dengan Ronald Reagan? John F. Kennedy? Winston Churchill? Albert Einstein? Charles Darwin? William Shakespeare? Christopher Columbus? Yesus Kristus?

Orang-orang besar ini tidak dirantai ke meja kerja mereka. Yang mereka lakukan adalah meluangkan waktu untuk hal-hal yang penting bagi mereka, untuk sebagian kecil hal penting tempat mereka mencurahkan keunggulan mereka, dan bukan untuk hal-hal remeh yang diurus sepanjang waktu oleh rekan-rekan mereka yang bekerja keras.

Ada cara yang sulit untuk sukses dan ada cara yang lebih mudah.

Cara yang sulit adalah dengan belajar giat untuk waktu yang lama, bekerja keras selama 60 jam atau lebih dalam seminggu selama beberapa dekade, mengkhawatirkan pendapat orang lain tentang hasil kerja Anda, dan meniti tangga dari bawah menuju puncak. Mengorbankan hidup yang menyenangkan sekarang dengan harapan mendapatkan kehidupan masa depan yang jauh lebih menyenangkan. Cobalah melakukan hal

yang luar biasa, dengan pengorbanan yang tidak terbayangkan sebelumnya, untuk mendapatkan hasil yang luar biasa.

Cara 80/20 lebih mudah. Ini terbuka untuk semua orang, termasuk mereka yang tertinggal jauh dalam bidang pendidikan dan karier.

Lakukan lompatan mental yang besar: pisahkan usaha dari penghargaan. Berfokuslah pada hasil yang Anda inginkan dan temukan cara termudah untuk meraih keinginan Anda dengan *lebih sedikit usaha, lebih sedikit pengorbanan, dan lebih banyak kesenangan*. Berkonsentrasilah pada apa yang memberikan hasil luar biasa *tanpa* usaha luar biasa. Jadilah efisien, namun santai. Pertama, pikirkan hasil yang Anda inginkan. Kemudian capailah hasil itu dengan energi paling sedikit:

- ☐ Dua puluh persen kerja, usaha, dan sumber daya memberikan lebih dari 80 persen hasil. Apa yang memberi kita hasil 80 persen untuk usaha 20 persen—atau hasil 400 persen untuk usaha 100 persen? Apa cara biasa untuk menciptakan hasil yang luar biasa?
- ☐ Lebih dari 80 persen orang berjuang untuk mencapai 20 persen hasil. Kurang dari 20 persen orang menguasai 80 persen barang. Di daerah Anda, siapakah mereka? Apakah hal berbeda yang mereka lakukan?
- ☐ Delapan puluh persen penilaian orang lain terhadap Anda berasal dari tidak lebih dari 20 persen apa yang Anda lakukan. Apa saja beberapa kegiatan vital ini?
- ☐ Delapan puluh persen kesuksesan Anda berasal dari tidak lebih dari 20 persen keahlian dan pengetahuan Anda. Apa hal-

hal yang benar-benar berharga yang Anda lakukan jauh lebih baik daripada orang lain?

- ☐ Delapan puluh persen capaian Anda berasal dari tidak lebih dari 20 persen keadaan Anda saat ini. Anda cemerlang pada waktu-waktu tertentu, dengan cara tertentu, dengan orang-orang tertentu. Kapan? Di mana? Mengapa?
- ☐ Delapan puluh persen dari apa yang Anda inginkan berasal dari 20 persen taktik atau perilaku Anda. Perilaku apa yang menghasilkan hasil terbaik dibandingkan energi yang dikeluarkan?
- ☐ Cara yang unggul untuk melakukan apa pun yang Anda upayakan: rute yang menciptakan 80 persen hasil melalui 20 persen usaha normal. Cobalah sampai Anda menemukan cara yang empat kali lebih baik daripada sebelumnya.

Cerdas dan malas

Pemimpin militer Jerman Jenderal Erich von Manstein mengatakan:

“Hanya ada empat tipe prajurit.

Pertama, prajurit yang malas sekaligus bodoh. Biarkan mereka, mereka tidak membahayakan.

Kedua, prajurit pekerja keras yang cerdas. Mereka adalah prajurit yang sangat baik, memastikan setiap detail dipertimbangkan dengan benar.

Ketiga, prajurit pekerja keras yang bodoh. Orang-orang berbahaya, dan harus langsung dipecat. Mereka men-

ciptakan pekerjaan yang tidak relevan bagi orang lain. Yang terakhir, prajurit cerdas yang malas. Mereka cocok untuk jabatan tertinggi.”

Kembangkan kecerdasan yang malas. Apakah Anda kurang pintar atau kurang malas?

Kalau Anda pikir Anda tidak begitu pintar—dan untuk memikirkan hal ini, Anda harus cukup cerdas—bekerjalah sesuai dengan pengetahuan dan keahlian yang sangat Anda kuasai, yang bisa menghasilkan sesuatu yang luar biasa dengan usaha biasa-biasa saja.

Jika Anda pintar, tapi tidak malas, latihlah kemalasan Anda. Melakukan segalanya, hanya karena Anda bisa, akan menurunkan efektivitas. Berkonsentrasilah pada hal-hal yang sangat penting saja yang memberikan hasil menakjubkan. Lakukan hanya sedikit hal yang menghasilkan manfaat terbesar.

Sungguh mengherankan betapa sering orang mengabaikan nasihat ini. Percakapan umumnya berlangsung seperti ini:

Teman: “Kau pasti bercanda saat mengatakan kau menjadi lebih malas.”

Saya: “Aku sangat serius. Aku tidak bisa berfokus dengan baik pada 20 persen kalau aku juga melakukan hal lain. Jauh lebih baik menghabiskan waktu dua kali lebih banyak pada 20 persen yang utama, dan jauh lebih sedikit waktu untuk sisanya. Intinya: memperoleh hasil 60 persen lebih banyak dengan menurunkan 60 persen energi.”

Teman: "Tidakkah sebaiknya kita memusatkan 100 persen energi pada 20 persen yang utama itu dan mendapatkan empat kali lebih banyak?"

Saya: "Teorinya memang begitu, juga dalam praktiknya. Tetapi pertama-tama, hentikan hal-hal yang tidak penting. Ada batasan berapa banyak waktu yang bisa kita habiskan untuk kegiatan utama tanpa mengurangi kualitas. Paksa diri kita untuk melakukan lebih sedikit. Kuasai waktu untuk menemukan area yang lebih penting untuk dikerjakan dan lebih banyak hal yang efektif untuk dilakukan."

Teman: "Tapi kau tidak benar-benar meyakini konsep menjadi malas, bukan?"

Saya: "Ada orang malas, seperti Ronald Reagan, yang mencapai banyak hal hanya dengan berfokus pada satu atau dua tujuan. Dan ada pekerja superkeras, seperti Presiden Carter, yang memiliki terlalu banyak tujuan dan gagal. Meski begitu, ada ilmuwan atau seniman hebat, yang terobsesi dengan pekerjaan mereka, mereka menyukainya. Saya tidak akan menganjurkan mereka untuk bersikap malas. Saya sungguh tidak menganjurkan kemalasan, tetapi waktu yang diperlukan untuk berkonsentrasi pada apa yang penting. Jika kau tidak menyukai kata 'malas', cobalah 'santai'. Lakukan apa yang kau sukai, lakukan dengan tenang dan tanpa khawatir."

"Orang yang bekerja keras sering kali terlalu sibuk untuk melihat hal-hal yang sangat penting. Orang malas ingin melakukan sesedikit mungkin hal sehingga berkonsentrasi hanya pada hal-hal yang penting. Yang

benar-benar produktif adalah orang malas yang memikirkan pemikiran baru dan berfokus untuk mewujudkannya. Berpikir sering kali dianggap mengganggu, terkadang malah menakutkan. Membenamkan diri dalam hal remeh tidak begitu menakutkan.

“Bagi kebanyakan dari kita, satu-satunya cara untuk menciptakan sesuatu yang baru dan bernilai adalah dengan melambat, melakukan lebih sedikit hal, dan santai saja. Kalau kau benar-benar mencintai apa yang kau lakukan, kau tidak perlu menjadi malas. Kalau kau melakukan banyak hal yang tidak kau sukai, kurangi, dan pertahankan hal-hal yang berharga dan menyenangkan.”

Apa yang dilakukan orang supersukses?

Jika kita ingin sukses, kita harus melihat apa yang berbeda dari para “bintang”. Saya melihat enam karakteristik umum:

Para bintang itu ambisius

Tidak mengherankan. Namun, ambisi mereka itu manis dan tidak membebani. Karena ...

Para bintang menyukai apa yang mereka lakukan

Ronald Reagan pernah menjadi gubernur California dan lebih dari delapan tahun di Gedung Putih. Para penulis terkenal gemar menulis di lokasi yang eksotis. Orang-orang besar selalu bersemangat, penuh vitalitas, berlimpah kesenangan yang sunyi atau kegembiraan yang menular.

Peneliti Srully Blotnick menginvestigasi sejumlah jutawan mandiri. Dia mendapati bahwa mereka menyukai pekerjaan mereka. Hasrat mereka membawa mereka ke puncak.

Kesenangan, bukan usaha atau pendidikan, adalah kunci kesuksesan. Hore!

Bayangkan jutaan orang menjalani jalur pendidikan dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Atau bekerja di gedung-gedung tinggi untuk atasan berwajah pucat dan korporasi yang kejam. Mungkinkah mereka semua berada di rute yang salah?

Jika itu Anda, bersukacitalah! Lepaskanlah rantai Anda. Temukan sesuatu yang Anda sukai.

Dan jika itu bukan Anda, bersukacitalah juga! Proses panjang pendidikan itu tidak terlalu diperlukan. Kebanyakan pengusaha sukses tidak mengenyam pendidikan universitas, bahkan biasanya tidak mengikuti pendidikan lanjutan sama sekali. Lebih dari separuhnya meninggalkan bangku sekolah saat mereka merasa sudah mampu. Antusias melah yang membuat mereka sukses.

Anda juga bisa sukses. Orang-orang besar itu mendapat nilai yang buruk untuk pelajaran di sekolah, tetapi hal itu tidak menghalangi keberhasilan mereka. Mereka menemukan sesu-

atau yang mereka sukai, yang dapat menciptakan sesuatu yang dibutuhkan oleh orang lain. Anda bisa melakukan hal yang sama. Apakah ada sesuatu yang Anda sukai yang bisa menjadi bisnis atau profesi Anda?

Para bintang memiliki kekuatan tersembunyi

Para bintang bukanlah orang yang serbabisa. Orang-orang sukses memiliki kekuatan besar—dan kelemahan yang sama besarnya. Kelemahan mereka tidaklah penting. Yang menyebabkan hasil yang luar biasa adalah konsentrasi pada kekuatan, yang mereka asah seperti atlet yang ulet berlatih demi memenuhi standar Olimpiade.

Tempat Anda bekerja—profesi, perusahaan, departemen, pekerjaan Anda—sangat penting.

Jika 20 persen pekerjaan dan profesi potensial menghasilkan 80 persen keuntungan potensial, carilah pekerjaan tempat kekuatan tersembunyi Anda mengemuka.

Para bintang tabu banyak tentang sedikit hal

Apakah Anda pernah disarankan untuk mencari pengalaman yang luas? Jangan. Fokuskan seluruh energi Anda pada satu area.

Jadilah ahli di bidang yang spesifik. Kuasai 99 persen tentang 1 persen dari sesuatu. Temui semua ahlinya. Lihat bagaimana mereka bekerja, kehidupan seperti apa yang mereka jalani. Tirulah mereka.

Para bintang berpikir dan berkomunikasi dengan jelas

Mereka menjual dan memasarkan diri secara ringkas.

Bagaimana Anda bisa mempelajarinya? Lakukan pekerjaan sebagai tenaga penjualan.

Menjual itu sulit, karena mengundang penolakan. Namun hal itu juga mengajarkan Anda cara menerima penolakan, berhubungan dengan berbagai macam orang, berkomunikasi, dan bernegosiasi secara efektif.

Jual apa pun—mobil, hi-fi, komputer, ruang iklan, majalah langganan, apa saja—selama beberapa bulan. Anda akan belajar mempromosikan diri Anda—sebuah keterampilan hidup yang penting. Hidup Anda selanjutnya akan jauh lebih mudah dan lebih sukses!

Para bintang mengembangkan formula kesuksesan mereka sendiri

Apakah komedian favorit Anda memiliki formula unik? Apakah itu *timing*, intonasi suara, materi, atau sesuatu yang lain yang khas? Apa pun, itu bisa ditiru dan tak ternilai harganya.

Para bintang tidak mendapatkan formula mereka dalam semalam. Demikian pula Anda. Amati banyak formula. Adaptasi atau kombinasikan atau ciptakan sendiri. Lakukanlah percobaan. Lihat apa yang memberikan lebih banyak dengan lebih sedikit.

Cara 80/20 untuk menikmati pekerjaan dan kesuksesan

Langkah 1: Fokuslah pada tujuan 80/20 Anda

Apa yang sebenarnya Anda inginkan dari pekerjaan Anda? Apa artinya bagi Anda? Apa yang ideal menurut Anda? Apa yang paling berarti bagi Anda?

Berikut ini adalah sejumlah pertimbangan yang mungkin penting mengenai pekerjaan Anda.

APA SAJA YANG BENAR-BENAR PENTING BAGI SAYA TENTANG PEKERJAAN SAYA?

- ☐ Gaji yang tinggi
- ☐ Sebuah pekerjaan yang saya nikmati
- ☐ Keamanan
- ☐ Kondisi yang bagus dan nyaman
- ☐ Kegembiraan
- ☐ Teman-teman di tempat kerja, kolega yang menarik
- ☐ Membuat saya berpikir
- ☐ Variasi
- ☐ Atasan yang baik
- ☐ Jam kerja yang sesuai dengan hidup saya dan tidak terlalu lama
- ☐ Kebebasan untuk melakukan hal-hal dengan cara saya sendiri
- ☐ Reputasi perusahaan

MEMBUAT PENGHIDUPAN DAN KEHIDUPAN

- ☐ Prestise dari pekerjaan saya
- ☐ Tunjangan yang sangat baik
- ☐ Prospek untuk promosi
- ☐ Pekerjaan penting yang bermanfaat untuk orang lain
- ☐ Pelatihan yang baik untuk menambah keahlian saya
- ☐ Atasan atau pemimpin yang menginspirasi di perusahaan
- ☐ Jam kerja yang fleksibel, kerja kapan saja saya suka
- ☐ Tempat saya bisa menemukan cinta saya
- ☐ Pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan saya
- ☐
- ☐
- ☐

Tiga poin terbawah dibiarkan kosong supaya bisa Anda isi dengan apa pun yang Anda inginkan.

Centang semua poin yang penting bagi Anda.

Sekarang, mengingat pentingnya untuk berfokus dan bahwa lebih sedikit adalah lebih banyak, pilihlah satu, dua, atau tiga poin—idealnya hanya satu poin—yang paling menentukan kebahagiaan Anda. Pilihan Anda mengarah ke tujuan 80/20 Anda untuk pekerjaan. Jika Anda bisa lebih spesifik lagi—“Saya ingin menjadi sutradara film,” “Saya ingin menjadi seorang perawat,” “Saya ingin menjadi konsultan manajemen”—akan jauh lebih baik.

Yang benar-benar aneh adalah bahwa banyak orang berbakat mengejar pekerjaan dan karier yang *tidak* membuat mereka atau keluarga mereka bahagia.

Di antara teman-teman baik saya, setidaknya separuh dari mereka tidak memilih karier yang seharusnya membuat mereka sangat bahagia. Mereka menempatkan kesuksesan dan uang di atas kesenangan, kepuasan, dan tujuan.

Kebanyakan dari mereka telah menghasilkan banyak uang. Apakah kebahagiaan ekstra dari uang dan status melebihi kebahagiaan ekstra yang akan mereka dapatkan dari pekerjaan yang lebih memuaskan? Saya ragu.

Inilah fakta yang menarik. Saya mengelompokkan teman-teman saya ke dalam kelompok orang-orang yang memilih pekerjaan yang mereka cintai di satu sisi, dan orang-orang yang bekerja demi uang dan kesuksesan di sisi lain. Ternyata justru kelompok pertamalah yang memiliki, secara rata-rata, lebih banyak uang. Mereka yang bekerja lebih untuk kesenangan dan kepuasan daripada untuk uang juga cenderung menghasilkan lebih banyak uang.

**Bekerja lebih menyenangkan
daripada kesenangan itu sendiri.**

Noel Coward yang mengatakan itu. Kini banyak bukti kuat mendukung ucapannya.

Psikolog Mihaly Csikszentmihalyi telah memelopori penelitian tentang “aliran”, yaitu puncak kebahagiaan saat waktu

berhenti berputar, saat Anda mendapati diri Anda melakukan persis seperti apa yang Anda inginkan, saat Anda tidak menginginkannya berakhir, sebagaimana pulau-pulau kebahagiaan yang telah kita bicarakan sebelumnya.

Ia mengatakan bahwa orang Amerika memperoleh lebih banyak aliran dari pekerjaan dibandingkan dari waktu senggang. Aliran berasal dari rasa memiliki kepiawaian dan pencapaian pribadi. Pekerjaan yang sesuai dengan kekuatan kita—yang mengarah pada hasil yang jelas dan positif—memberikan kepuasan yang luar biasa.

Kesuksesan bukan, dan seharusnya tidak dilihat sebagai, proses untuk menumpuk kekayaan dan konsumsi barang material yang mencolok demi mengesankan orang lain. Ini adalah permainan yang tak seorang pun—kecuali mungkin Bill Gates untuk periode tertentu—bisa memenangkannya. Harta benda jutawan yang mencolok dikerdilkan oleh miliarder, yang menciptakan rantai kompetisi dan iri yang menghancurkan kebiasaan kita, menghabiskan energi kita, dan jauh dari kebutuhan dan keinginan autentik seseorang.

Dalam kesuksesan, seperti dalam hal lainnya, lebih sedikit adalah lebih banyak. Kualitas lebih berharga daripada kuantitas, memberi lebih memuaskan daripada mengonsumsi, waktu yang melimpah mengalahkan barang berlimpah, ketenangan lebih baik daripada usaha yang menggebu, dan cinta yang diberikan menghasilkan cinta yang diterima. Yang kita semua inginkan jauh di lubuk hati adalah waktu yang melimpah, keamanan, kasih sayang, kedamaian, ketenangan, kesadaran spiritual, kepercayaan diri, dan keinginan bahwa kita mengeks-

presikan diri kita dan menciptakan hal-hal yang sangat berharga bagi orang lain. Kesuksesan sejati adalah bisa menghabiskan waktu kita sebagaimana yang kita sukai, menyalurkan bakat unik kita, menjadi berharga bagi orang-orang yang kita hargai, dan dicintai.

Pastikan dengan sangat jelas arti kesuksesan bagi Anda, dan wujudkan itu, dan bukan mengikuti definisi kesuksesan dunia, sebuah konsep yang menyilaukan mata, yang diyakini semua orang, tetapi tidak ada yang benar-benar merasakan dan menikmatinya.

Anda tidak selalu harus berganti pekerjaan untuk lebih menikmatinya. Mungkin Anda bisa mengubah cara Anda melakukannya. Pemangkas rambut dan pelatih tenis saya bercerita tentang kehidupan mereka dan bertanya kepada saya tentang kehidupan saya; Saya mendapat terapi gratis setiap memangkas rambut dan berlatih tenis! Mereka menikmati pekerjaan mereka dengan bercerita dan mengobrol dengan klien.

Ibu saya, yang dulunya adalah seorang perawat, baru saja dirawat di rumah sakit selama seminggu. Dia memperhatikan bahwa semakin banyak jumlah perawat saat ini yang mengobrol dengan pasien dan keluarga mereka, dan melibatkan mereka dalam memulihkan kesehatan pasien.

Bisakah Anda melakukan sesuatu untuk menambahkan makna dan nilai pada pekerjaan Anda?

APAKAH GAGASAN BAHWA KITA BISA MENIKMATI PEKERJAAN HANYA IMPIAN BELAKA?

Tidak semua orang setuju bahwa mereka bisa menikmati pekerjaan mereka. Teman saya Bruce mengeluh tentang pekerjaannya. Dia mengritik saat saya berkata, "Dapatkan pekerjaan yang kau sukai."

"Sejauh yang saya tahu," katanya, "yang kau katakan adalah impian kosong. Saya tidak menyukai pekerjaan saya, tapi setidaknya itu permanen dan aman, sesuatu yang sangat berarti saat ini. Saya rasa kau tidak mengerti betapa sulitnya berada di tempat kerja hari ini, terutama bagi mereka yang tanpa kualifikasi. Pernahkah kau mendengar tentang kasualisasi? Semua pekerjaan tetap digantikan oleh kontrak dan posisi kasual. Saya hanya berharap bisa bertahan pada pekerjaan saya—itulah puncak ambisi saya. Gagasan memiliki karier yang saya cintai hanya tinggal mimpi."

"Coba kita lihat dengan cara ini," balas saya. "Seratus tahun yang lalu, bekerja itu dianggap tidak menyenangkan dan membosankan. Tidak ada yang mempertanyakan mereka menikmatinya. Tapi hari ini jutaan orang bersenang-senang dalam pekerjaan mereka. Dan semakin mereka menyukainya, semakin mereka sukses. Kenapa kau tidak melakukan hal yang sama?"

"Menemukan pekerjaan yang kau sukai mungkin sulit dan membutuhkan waktu lama," saya menambahkan, "tetapi selalu mungkin. Setiap orang yang saya kenal yang benar-benar telah mencoba mencari pekerjaan yang mereka cintai akhirnya berhasil menemukannya. Nyaris tidak ada yang kau lakukan, Bruce, yang akan memengaruhi kebahagiaan hidupmu selain menemu-

kan pekerjaan yang kau sukai. Sebaiknya gunakan semua usaha dan imajinasimu untuk hal ini."

"Bagaimana kau bisa mengatakan bahwa kau selalu bisa mendapatkan pekerjaan yang bagus," kata Bruce, "ketika pengangguran merajalela dan pekerjaan bagus seperti debu emas?"

"Baiklah," kata saya, "itu benar, tapi meski dengan tingkat pengangguran tinggi, selalu ada pekerjaan. Selalu ada harapan. Mengapa tidak membuat daftar pekerjaan yang kau tahu atau yang menurutmu bisa kau nikmati? Luangkan banyak waktu untuk ini: buatlah daftar yang sangat panjang. Pikirkan juga apakah kau bisa menciptakan pekerjaanmu sendiri."

"Saya punya banyak kenalan yang telah melalui tahapan ini. Pertama mereka dipecat atau mengundurkan diri dari pekerjaan yang tidak mereka sukai. Akhirnya mereka menciptakan pekerjaan mereka sendiri, yang mereka sukai, entah dengan membujuk orang lain untuk mempekerjakan mereka, atau melalui wirausaha. Yang jelas, tidak ada kata putus asa, karena untuk mendapatkan pekerjaan normal saja mereka tidak punya kesempatan."

"Mereka ada yang berhasil dan ada juga yang gagal, tetapi mereka berhasil pada upaya kedua atau ketiga. Mereka semua berhasil menikmati pekerjaan baru mereka. Sering kali menghasilkan sedikit uang juga. Bukankah lebih baik menjalani proses ini tanpa khawatir dipecat dan saat kau masih cukup muda?"

"Mungkin," kata Bruce, "tetapi ada ratusan orang berkualitas lebih baik yang mengejar pekerjaan yang saya inginkan."

"Memang benar," kata saya, "kau akan bersaing dengan banyak orang untuk mendapatkan pekerjaan yang bagus, tapi motivasi sangat penting. Apakah kau benar-benar menginginkan pekerjaan itu atau tidak, terlihat dari motivasi. Mungkin ada 20

persen penganggur yang memenuhi syarat dan jika seseorang 100 persen lebih termotivasi, , cepat atau lambat ia akan mendapatkan pekerjaan itu atau pekerjaan lain yang serupa.”

“Banyak teman menjalani pekerjaan yang tidak mereka sukai karena mereka merasa aman, atau mereka dibayar dengan tinggi, atau mendapat tekanan dari istri, suami, pasangan, orangtua, teman sebaya, atau guru mereka. Teman-teman lain telah pindah ke pekerjaan yang mereka sukai walaupun dibayar lebih sedikit, dan menemukan cara untuk mengelola uang—dengan mengurangi pengeluaran mereka, memiliki dua atau lebih pekerja dalam keluarga, atau menggunakan tabungan. Yang umumnya terjadi adalah bahwa mereka dan keluarga mereka lebih bahagia pada saat ini juga. Tak satu pun dari mereka menyesali hal itu. Setelah beberapa waktu, banyak juga yang menghasilkan lebih banyak uang.”

Langkah 2: Temukan rute 80/20 Anda

Carilah lebih banyak dengan yang sedikit: imbal balik yang besar atas energi yang Anda keluarkan. Di setiap organisasi, di setiap industri, dalam setiap profesi, beberapa orang berkembang lebih cepat daripada yang lain, tanpa bekerja lebih keras. Mengapa? Carilah 20 persen yang memberikan 80 persen:

- ☐ Kurang dari 20 persen pelamar untuk pekerjaan apa pun dipertimbangkan secara serius dan mereka mendapatkan 100 persen pekerjaan. Apa yang membuat Anda bisa masuk dalam 20 persen yang ajaib tersebut? Apakah Anda memerlukan

kan pengalaman dari pekerjaan lain sebelum melamar pekerjaan yang Anda inginkan?

- ☐ 80 persen pekerjaan yang menyenangkan terkonsentrasi di 20 persen pekerjaan. Jika Anda ingin bersenang-senang, dapatkanlah salah satu dari pekerjaan tersebut.
- ☐ 80 persen pekerjaan yang menyenangkan dan dibayar dengan baik terkonsentrasi pada sedikit profesi dan organisasi. Mungkin perlu diteliti lebih mendalam, pekerjaan mana yang menarik bagi Anda yang juga bergaji sangat baik? Apakah Anda ingin sekali mendapatkan pekerjaan hebat itu? Siapkan sebuah perjalanan yang panjang.
- ☐ 80 persen pertumbuhan berasal dari 20 persen organisasi. Untuk berkembang, bekerjalah di perusahaan dengan pertumbuhan tercepat. Banyak posisi baru yang diperlukan di sana.
- ☐ 80 persen promosi berada di 20 persen perusahaan dengan pertumbuhan cepat atau perusahaan yang selalu mendahulukan promosi karyawan internalnya. Banyak perusahaan keluarga melakukan hal itu.
- ☐ 80 persen promosi berasal dari 20 persen atasan—orang-orang yang juga meningkat posisinya. Untuk siapa Anda bekerja mungkin lebih penting daripada apa yang Anda lakukan. Tempatkan diri Anda di bawah bintang yang sedang bersinar. Kapan terakhir kali atasan Anda dipromosikan? Jika Anda tidak ingat, carilah atasan yang lain.
- ☐ 80 persen hasil berasal dari 20 persen aktivitas. Apa saja kegiatan yang benar-benar memberikan hasil dalam pekerjaan Anda? Lakukan lebih banyak kegiatan tersebut dengan lebih baik lagi. Lupakan kegiatan lainnya.

- ☐ 80 persen pengalaman yang berguna dalam industri atau profesi berasal dari bekerja pada 20 persen atau lebih sedikit praktisi dan pada 20 persen atau lebih sedikit organisasi. Apakah Anda berada di tempat Anda akan belajar paling banyak dan paling cepat dengan sedikit usaha? Apakah Anda memiliki atasan dan mentor yang tepat?
- ☐ 20 persen atau mungkin kurang dari apa yang Anda lakukan menciptakan 80 persen atau lebih nilai Anda. Apakah Anda berada di tempat yang tepat: peran yang tepat, industri yang tepat, organisasi yang tepat, unit yang tepat? Di mana Anda bisa menciptakan hasil terbaik? Apakah pekerjaan yang ideal untuk Anda? Apakah sudah ada? Bagaimana Anda bisa bekerja untuk menciptakannya?
- ☐ 80 persen promosi berasal dari kesan yang didapat beberapa orang. Siapakah mereka untuk pekerjaan yang Anda inginkan? Bagaimana Anda bisa mengesankan mereka?
- ☐ 80 persen keuntungan berasal dari kurang dari 20 persen pelanggan. Siapa mereka? Dapatkah Anda melayani pelanggan ini secara eksklusif?
- ☐ 80 persen kekayaan dan kesejahteraan diciptakan oleh kurang dari 20 persen orang. Siapa mereka di daerah Anda? Bagaimana Anda bisa menjadi seperti mereka? Dapatkah Anda bekerja sama dan menjalankan sebuah *profit center* atau sebuah perusahaan baru?
- ☐ Dapatkah Anda “mempekerjakan” orang-orang terbaik dan cemerlang, sebagai atasan atau pemilik?
- ☐ 80 persen nilai diciptakan dengan berkonsentrasi pada 20 persen masalah dalam sebuah pasar. Delapan puluh persen nilai muncul dari 20 persen perubahan. Permintaan apa yang

sedang berubah? Siapa yang menggerakkan perubahan? Bagaimana caranya? Dapatkah Anda meniru caranya, atau melakukannya dengan lebih efisien, atau mengembangkannya lebih jauh?

Rute mana yang akan membawa Anda ke tujuan 80/20 untuk pekerjaan dan sukses:

- ☐ lebih cepat daripada yang biasa Anda perkirakan?
- ☐ menuju tingkat yang lebih tinggi daripada yang Anda tuju sekarang?
- ☐ tanpa menghilangkan kepribadian Anda, tidak memaksa Anda untuk melakukan hal-hal yang tidak autentik atau yang tidak Anda sukai, atau tanpa membuat Anda memainkan peran artifisial?
- ☐ dengan menggunakan keunggulan 20 persen Anda?
- ☐ dengan nikmat?

Rute 80/20 harus memenuhi *semua* kondisi tersebut dan sungguh-sungguh menyenangkan Anda. Tetaplah berpikir sampai Anda menemukan rute 80/20 *Anda* untuk menikmati pekerjaan dan kesuksesan Anda.

Langkah 3: Lakukan tindakan 80/20

Lakukan tiga kunci *tindakan* 80/20 untuk memulainya. Setiap tindakan harus membawa Anda melangkah jauh sepanjang rute 80/20 menuju tujuan 80/20 Anda.

Tuliskan semua tindakan itu pada halaman berikut.

Untuk setiap langkah tindakan 80/20, hentikan tiga atau empat tindakan lainnya. Kurangi tindakan; perbanyak fokus.

Apakah hal ini sulit? Perubahan adalah hal yang asing. Namun, Anda menukar banyak hal yang tidak Anda butuhkan untuk mendapatkan hal-hal yang Anda cintai. Perubahan ini adalah kemajuan.

Rahasia mencoba pendekatan baru adalah dengan mencoba sebuah tindakan dan membuktikan bahwa tindakan itu berhasil. Ini akan memacu Anda untuk mencoba tindakan lain yang juga berhasil, dan seterusnya ...

Tindakan 80/20 ke-1:

Tindakan 80/20 ke-2:

Tindakan 80/20 ke-3:

Pada Perang Dunia I, pelaut yang kapal-kapalnya tenggelam menyelamatkan diri dengan sekoci. Mereka merasakan dingin dan lapar selama sehari-hari, terkadang selama seminggu atau lebih. Lalu perlahan-lahan mereka mati. Misterinya adalah lebih banyak pelaut *muda* yang meninggal lebih dulu.

Bagaimana hal ini bisa terjadi? Pelaut muda lebih bugar dan seharusnya bertahan lebih lama. Akhirnya disadari bahwa banyak pelaut senior pernah mengalami peristiwa kapal tenggelam sebelumnya, atau mengenal seorang rekan yang tenggelam, dan berhasil diselamatkan. Cukup dengan menyadari bahwa mereka pernah diselamatkan dapat menambah keyakinan untuk hidup. Mereka tahu ada jalan untuk selamat. Mereka tidak resah atau khawatir. Mereka tahu bahwa cara untuk selamat adalah dengan terus bertahan.

Ketika semua awak diberi tahu bahwa mereka mungkin akan berada dalam sekoci selama sehari-hari, namun kemungkinan besar mereka akan diselamatkan, persentase yang bertahan hidup pun melonjak.

Seperti pelaut yang menunggu diselamatkan, jika Anda menjalankan satu atau dua saja tindakan 80/20 Anda, Anda akan mendapati bahwa tindakan tersebut bermanfaat. Jadi bertindaklah sekarang, dan dapatkan keyakinan bahwa prinsip lebih sedikit adalah lebih banyak dan lebih banyak dengan lebih sedikit benar-benar mampu mengubah hidup Anda.

A HERO FROM ZERO

Saya ingin menutup bagian ini dengan sebuah cerita tentang seseorang yang sepanjang hidupnya menjalankan prinsip lebih sedikit adalah lebih banyak dan lebih banyak dengan lebih sedikit.

Di masa lalu, seorang laki-laki muda bernama Rowland mengajar di sekolah milik ayahnya. Dia kemudian menjadi juru tulis di Komisi Australia Selatan. Tidak ada yang luar biasa tentang Rowland. Dia tidak kaya, terkenal, atau memiliki banyak kenalan.

Tapi dia memiliki gagasan.

Pada masanya, biaya untuk menerima surat sangatlah mahal. Semakin jauh jaraknya, semakin besar biaya yang harus ditanggung si penerima. Gagasan Rowland yang aneh adalah bahwa jika harga pengiriman surat bisa dipangkas ke tingkat yang sangat rendah, maka akan ada ribuan orang yang mampu mengirim surat. Dia juga menemukan gagasan tentang “prangko”—sebagai tanda bahwa pengirim surat telah membayar biaya pengiriman, sehingga pengantar pos tidak lagi harus mengumpulkan uang dari si penerima.

Rowland Hill membujuk pemerintah Inggris untuk bereksperimen. Pada tahun 1840 *penny post* lahir—yang mengeluarkan prangko “*penny black*”—dan sukses besar. Hill menjadi kepala layanan pos yang baru. Ia menjadi kaya dan terkenal.

Lima puluh negara mengikuti cara ini satu dekade kemudian. Cara berkomunikasi yang baru ini sama revolusionernya dengan internet saat ini. Pos *penny* mendorong masyarakat untuk belajar membaca dan menulis, sehingga memacu kemajuan pendidikan populer.

Meskipun dia tidak menyadarinya, Rowland mengikuti Cara 80/20.

Pendapatan pos yang lebih banyak justru berasal dari pemotongan harga. Satu gagasan sederhana dan satu tindakan 80/20 menghasilkan keuntungan sosial yang besar dan karier baru yang hebat.

Tanyakanlah pada diri Anda:

Dapatkah saya memunculkan gagasan seperti Rowland Hill? Gagasan yang bermanfaat untuk masyarakat dan mungkin mengubah jalan hidup saya?

nbok only member



6

Menyingkap Tabir Misteri Uang

Kekuatan terbesar di dunia? Bunga berbunga.

—Albert Einstein

Seorang penasihat keuangan yang terkenal berbicara dalam kelas manajemen keuangan tentang sebuah buku hebat, *The Richest Man in Babylon* karya Paul Glason.

“Hanya ada satu pesan dalam buku ini,” kata pakar keuangan itu, “dan sekarang masih tetap berlaku—untuk menghilangkan kekhawatiran tentang masalah keuangan di masa depan, yang perlu Anda lakukan hanyalah menabung dan menginvestasikan 10 persen dari pendapatan Anda untuk jangka panjang.”

Sang pakar lalu bertanya kepada peserta kelasnya—yang telah membayar cukup mahal untuk belajar cara memperkuat keuangan mereka—siapa yang telah membaca buku itu. Sekitar dua pertiga peserta mengangkat tangan mereka.

“Tolong terus angkat tangan Anda untuk saat ini,” katanya. “Sekarang, bagi mereka yang mengikuti pesan utama buku ini—menyimpan dan menginvestasikan 10 persen dari pendapatan mereka—mohon tetap mengangkat tangan, dan yang lainnya silakan turunkan tangan Anda.”

Dari sekitar 100 orang yang awalnya mengangkat tangan, satu per satu mulai menurunkan tangannya. Mereka semua mengerti dan setuju dengan pesan tersebut. Itu adalah hal yang penting bagi mereka. Namun, *tidak satu pun dari mereka yang melakukan tindakan sederhana yang diperlukan.*

Bagaimana bisa? Sebagian kecil alasannya adalah: bertindak selalu lebih sulit daripada berpikir tentang tindakan. Tetapi penyebab utamanya adalah buku Paul Glason tidak menjelaskan metode yang mudah untuk berinvestasi dan menabung.

Saya akan membuat kesepakatan dengan Anda. Saya akan memberikan jalan keluar yang mudah dari masalah keuangan Anda, asalkan Anda berjanji untuk melakukannya—untuk bertindak sesuai dengan jalan keluar yang sederhana. Jika Anda tidak siap untuk menerima kesepakatan yang saya usulkan, silakan lewati bab ini, karena Anda tidak akan mendapatkan manfaat dari membacanya.

Tiga misteri uang telah membingungkan orang sejak dahulu kala:

- ❑ Mengapa hanya sedikit orang yang memiliki banyak uang dan kebanyakan orang memiliki sedikit uang?

- ☐ Apakah ada cara yang andal untuk memperoleh semua uang yang Anda butuhkan?
- ☐ Bisakah uang membeli kebahagiaan? Jika tidak, apa gunanya?

Kabar baiknya adalah misteri uang dapat dipecahkan.

PENEMUAN VILFREDO YANG MENGGUNCANG DUNIA

Lebih dari 100 tahun yang lalu, seorang ekonom Italia berambut acak-acakan mendapat kejutan yang luar biasa. Profesor Vilfredo Pareto dari Universitas Lausanne sedang meneliti harta kekayaan di Inggris. Dia menemukan gambaran yang aneh: hanya segelintir orang yang menguasai sebagian besar kekayaan.

Kemudian dia melihat statistik tentang kekayaan Inggris di abad-abad sebelumnya. Dia selalu mendapat gambaran yang hampir sama.

Pareto membandingkan kekayaan di Amerika, Italia, Prancis, Swiss, dan tempat lain. Hasil yang sama diperoleh dari negara-negara yang memiliki data statistik. Hukum uang yang sama berlaku di mana saja dan kapan saja.

Pareto menjelaskan hukumnya dengan cara yang buruk. Baru pada tahun 1950 Joseph Juran mengubah penamaannya menjadi prinsip 80/20: 20 persen orang menikmati 80 persen uang.

Pada masa Pareto, pajak yang berlaku sangat rendah. Dalam abad terakhir, pemerintah di seluruh dunia mengenakan pajak bagi orang kaya untuk diberikan kepada orang miskin. Namun, gambaran Pareto belum berubah. Dua puluh persen orang terkaya

di Amerika memiliki 84 persen uang. Sebanyak 20 persen penduduk terkaya di bumi ini menguasai 85 persen uang yang ada. Angka-angka ini mengejutkan. Uang—dan prinsip 80/20—lebih kuat daripada pemerintah.

Mengapa 20 persen memiliki 84 persen?

Uang adalah kekuatan, seperti angin, ombak, dan cuaca. Uang tidak suka disebarkan secara merata. Uang menggandakan uang.

Mengapa? Bagaimana kita bisa menarik uang?

Uang mematuhi prinsip 80/20 karena bunga berbunga—“kekuatan paling kuat di alam semesta” sebagaimana yang dikatakan Einstein.

Mulailah dengan sedikit uang, simpan dan investasikan, maka selebihnya bunga berbunga yang bekerja.

Pada 1946 Anne Scheiber, yang hanya sedikit memiliki pengetahuan tentang uang, menempatkan \$5.000 ke pasar saham. Dia menyimpan semua sertifikat sahamnya dan melupakannya. Pada 1995, investasinya yang kecil itu telah menjelma menjadi \$22.000.000—naik 440.000 persen! Semua karena peranan bunga berbunga.

Jika kita tidak pernah menyimpan uang, kita akan selalu miskin, *tidak peduli berapa banyak uang yang kita hasilkan.*

Kebanyakan orang punya sedikit uang karena mereka tidak menabung. Tipikal orang Amerika berusia 50 tahun seharusnya telah memperoleh banyak uang, tapi mereka hanya menabung \$2.300.

Orang-orang yang sangat kaya biasanya telah menabung dan berinvestasi selama bertahun-tahun. Bunga berbunga melipatgandakan tabungan mereka secara menakjubkan.

BAGAIMANA ORANG BISA MENGHASILKAN JUTAAN

“Apakah benar,” tanya Aaron, asisten pribadi saya, “bahwa saya bisa kaya?”

“Ya,” kata saya, “kalau kau melakukan satu hal sederhana.”

“Yang benar saja, itu tidak mungkin,” potong Alison, teman Aaron yang lebih muda. Alison adalah seorang penata rambut dengan rambut merah muda bergaya *punk*. “Kalau mudah, kita semua pasti sudah menjadi miliuner. Kita tahu betul bahwa hanya ada sedikit orang yang memiliki semua ini,” katanya sambil melambaikan tangannya ke arah kolam renang, taman yang rimbun, dan lapangan tenis, “sementara yang lainnya berjuang mencari uang.”

Aaron, Alison, dan saya berjemur di bawah sinar matahari bulan November, menikmati minuman dingin di rumah saya di Spanyol. Saya sangat menikmati obrolan saat itu.

“Kau benar,” kata saya pada Alison, “kebanyakan orang—bahkan dengan pekerjaan yang baik dan pendapatan yang besar—tidak punya banyak uang tunai. Aku tidak bilang mengumpulkan uang itu mudah. Aku cuma mengatakan hal itu mungkin untuk semua orang.”

“Apa rahasianya?”

“Aaron berumur 23 tahun, kan? Asumsikan dia menghemat \$200 sebulan...”

"Mustahil," kata Alison.

"Mungkin saja," kata saya, "tetapi bayangkan dia menghemat dan menginvestasikan \$200 sebulan, dan itu tumbuh 10 persen per tahun selama 42 tahun, sampai dia berusia 65 tahun. Berapa yang akan didapat Aaron? Dua ratus dolar per bulan adalah \$2.400 setahun—dikalikan 42 adalah \$100.000 lebih sedikit. Tapi sesungguhnya bisa jauh di atas itu.

"Jadi," tanya saya kepada Aaron, "berapa dugaanmu?"

"Mungkin dua kali lipat dari itu, \$200.000? Alison?"

"Aku tidak jago berhitung," kata Alison, "tapi tidak sebanyak itu. Mungkin \$150.000?"

"Jawaban yang benar," kata saya, "adalah lebih dari \$1,4 juta." Mereka tertegun.

"Tapi itu dengan asumsi Aaron bisa menghemat 10 persen—aku tidak yakin..."

"Oke, aku akan membahasnya nanti," saya menyela, "tapi Alison, bagaimana denganmu?"

"Hmmm," katanya. "Tidak ada yang penghasilannya lebih rendah daripada penghasilanku. Kau tahu seberapa kecil penghasilan penata rambut? Profesi dengan bayaran terburuk. Tidak ada gunanya menabung."

"Berapa umurmu? Berapa besar gajimu?"

"Delapan belas. Enam belas ribu dolar setahun. Sepersepuluhnya \$1.600. Seandainya aku bisa menabung sebesar itu, yang menurutku tidak mungkin, berapa banyak uangku?"

Saya mengambil kalkulator dan kertas. Komputer memang lebih cepat, tapi saya ingin menunjukkan perhitungannya. Aaron mengambil minuman lagi. Saat dia kembali, saya pun melanjutkan.

“Bagaimana menurutmu? Kalau Alison menghemat \$1.600 per tahun sampai umur 65, berapa uang simpanannya?”

Aaron meraih kalkulator. \$ 1.600 kali 47 tahun sama dengan sekitar \$75.000. Dia mengalikannya dengan lima, perkiraannya untuk bunga berbunga. ““\$400.000,” tebaknya.

“Tidak mungkin,” tukas Alison. “Tidak mungkin lebih dari \$250.000.”

“Aku punya kabar untukmu,” kata saya padanya. “Jawaban yang benar adalah \$1,5 juta.”

“Tidak mungkin,” dia mendengus. “Penghasilanku jauh lebih sedikit daripada Aaron, usia kami tidak jauh berbeda, tapi kau bilang aku akan punya uang lebih banyak daripada dia. Kalkulatornya pasti rusak.”

“Tidak,” kata saya. “Ini masuk akal. Bunga berbunga itu hebat, tambahan beberapa tahun saja bisa membuat perubahan besar. Lebih penting mulai menabung lebih awal daripada memperoleh penghasilan lebih besar.”

“Itu semua hanya angka-angka sampai kau memberi tahu cara menghemat 10 persen dari gaji kami,” kata Alison. “Aku tidak yakin kami bisa melakukannya, pengeluaran kami selalu lebih besar daripada penghasilan kami.”

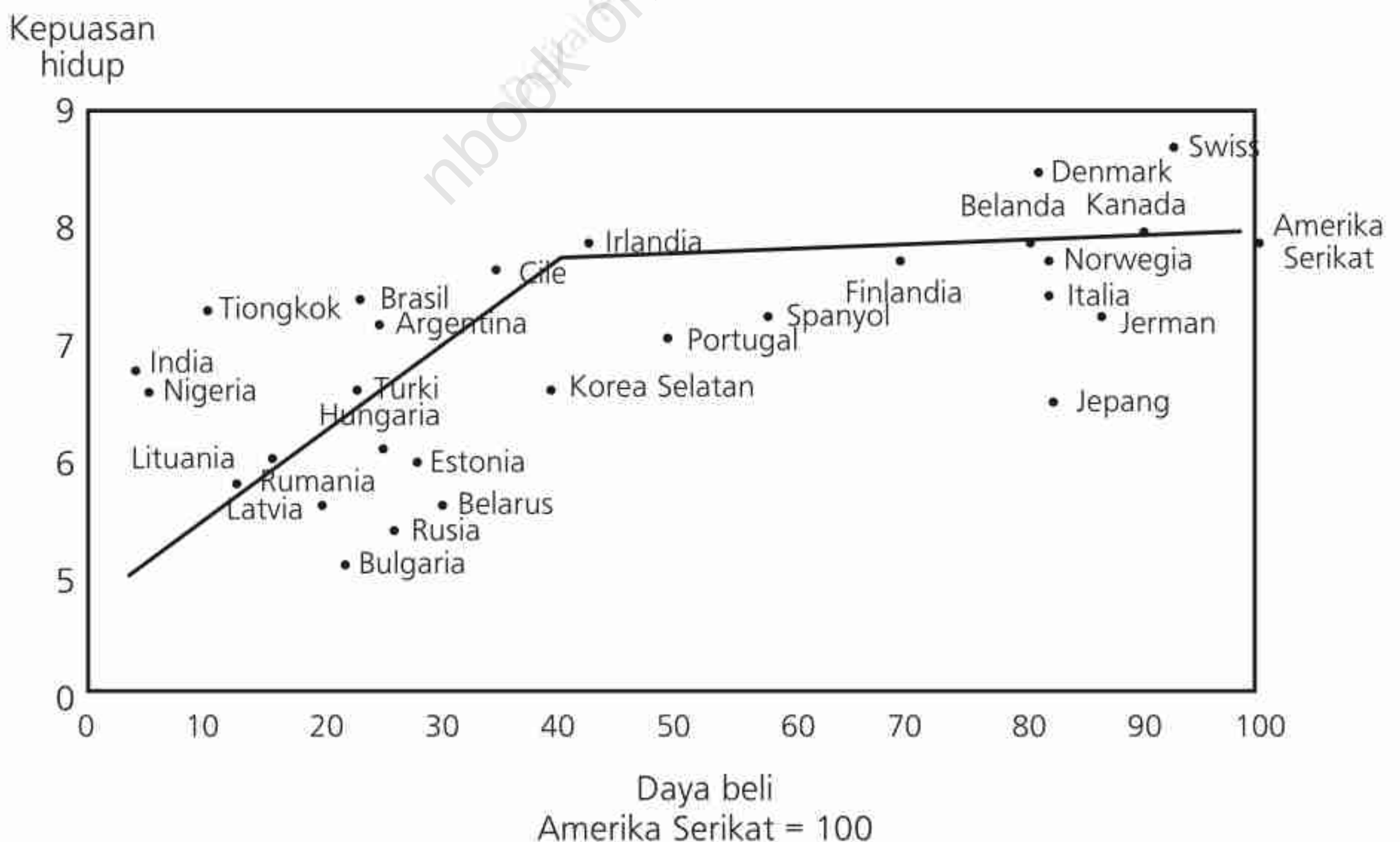
“Akan kujelaskan nanti,” kata saya. Dan janji itu akan saya penuhi. Tapi pertama-tama, haruskah kita peduli dengan uang?

**Bisakah uang membeli kebahagiaan?
Ya, jika Anda miskin.**

“Uang lebih baik daripada kemiskinan,” Woody Allen menyindir, “kalau hanya untuk alasan finansial.” Jika kita kelaparan atau tidak memiliki tempat tinggal, uang bisa membawa kehidupan yang lebih baik.

Tapi sampai batas tertentu—batas yang amat rendah—memiliki lebih banyak uang tidak berarti memiliki kebahagiaan yang lebih besar.

Sebuah penelitian terhadap puluhan ribu orang di 29 negara membandingkan kepuasan hidup rata-rata di masing-masing negara tersebut dengan daya beli rata-rata (lihat Gambar 9).¹ Gambar 9 menunjukkan bahwa di negara-negara miskin, daya beli dan kepuasan hidup sangat berkaitan. Namun, di negara-negara yang kekayaannya separuh kekayaan Amerika, uang sama sekali tidak berkaitan dengan kebahagiaan.



Gambar 9. Kepuasan hidup dan daya beli di 29 negara

Melihat ke dalam masing-masing negara memberikan hal ini. Orang Amerika yang sangat miskin kurang bahagia, tapi uang tidak memengaruhi kebahagiaan mereka. Menjadi salah satu dari 100 orang Amerika terkaya hanya menambah secuil kebahagiaan.

Atau perhatikan sebuah penelitian terhadap 22 pemenang undian *jackpot*, yang menunjukkan euforia di awal kemenangannya. Itu tidak bertahan lama. Satu tahun kemudian, para pemenang tidak lebih bahagia daripada sebelumnya.

Bukti lainnya: daya beli riil di tiga negara kaya berlipat ganda antara 1950 dan 2000, namun tingkat kebahagiaan sama sekali tidak meningkat. Seiring negara menjadi lebih kaya, depresi melonjak, dengan usia penderita yang jauh lebih muda.

Bukti-bukti lainnya sangat banyak. Menjadi berkecukupan berarti Anda lebih bahagia daripada jika Anda sangat miskin. Tapi setelah sandang, pangan, papan Anda terpenuhi, menjadi lebih kaya mungkin tidak akan membuat Anda lebih bahagia.

Pada abad ke-19, John Stuart Mill memberikan satu alasan bagus mengenai kenyataan tersebut—*kita tidak ingin menjadi kaya, kita hanya ingin menjadi lebih kaya daripada orang lain*. Ketika standar hidup kita membaik, tapi semua orang juga demikian, kita tidak merasa lebih kaya. Kita lupa bahwa mobil dan rumah kita lebih baik daripada sebelumnya, karena teman-teman kita memiliki mobil serupa dan memiliki rumah yang sama bagusnya.

Saat ini, saya tinggal di Afrika Selatan. Di sini, saya merasa kaya. Namun, tidak demikian halnya ketika saya di Eropa atau Amerika. Perasaan saya tidak berkaitan dengan jumlah keka-

yaan saya, namun berkaitan dengan ukuran kekayaan orang-orang di sini. Standar hidup di Afrika Selatan jauh lebih rendah, jadi saya merasa kaya.

Ada juga duka dan kesulitan yang dihadapi untuk mendapatkan uang. Pada 8 April 1991, tajuk utama majalah *Time* menyoroti pengorbanan yang harus dibayar untuk menggapai kesuksesan:

- ❑ 61 persen dari 500 profesional mengatakan bahwa “mencari nafkah hari ini memerlukan banyak usaha sehingga sulit mencari waktu untuk menikmati hidup.”
- ❑ 38 persen mengatakan bahwa mereka mengurangi waktu tidur untuk mendapatkan lebih banyak uang.
- ❑ 69 persen mengatakan mereka ingin “memperlambat dan menjalani kehidupan yang lebih relaks”; hanya 19 persen yang menginginkan “kehidupan yang lebih menarik dengan kecepatan lebih tinggi.”
- ❑ 56 persen ingin mempunyai lebih banyak waktu untuk minat pribadi dan hobi, dan 89 persen mengatakan bahwa penting bagi mereka untuk meluangkan lebih banyak waktu bersama keluarga mereka, sesuatu yang sangat sulit dilakukan karena karier mereka.

Bagaimana keadaan kita sekarang? Berapa banyak dari kita yang membanting tulang tak kenal waktu? Kita masih mengejar lebih banyak uang dengan lebih banyak waktu. Rata-rata orang Amerika yang bekerja sekarang bekerja 2.000 jam se-

tahun. Itu dua minggu lebih banyak daripada saat 1980! Dan rata-rata pasangan berpenghasilan menengah yang memiliki anak bekerja 3.918 jam sekarang—tujuh minggu lebih banyak daripada 10 tahun yang lalu.

Lebih banyak uang bisa menjadi jebakan, menyebabkan lebih banyak pengeluaran, lebih banyak komitmen, lebih banyak kekhawatiran, lebih banyak kerumitan, lebih banyak waktu untuk mengelola uang, lebih banyak keinginan, lebih banyak waktu habis di tempat kerja, lebih sedikit pilihan mengenai bagaimana menghabiskan waktu kita, dan degradasi terhadap kebebasan dan energi kehidupan kita. Gaya hidup kita mengunci kita ke dalam “gaya kerja kita.”

Berapa banyak rumah atau mobil yang kita butuhkan untuk mengimbangi serangan jantung atau depresi?

Lebih banyak dengan lebih sedikit: lebih banyak energi kehidupan dengan lebih sedikit uang

Joe Dominguez dan Vicki Robin membuat terobosan luar biasa dalam pemikiran tentang uang dan kepuasan hidup di buku mereka yang laris, *Your Money or Your Life*.² Pemikiran utama mereka adalah bahwa “uang adalah sesuatu yang kita beli dengan energi hidup kita.”

Dalam mendapatkan uang, kita menjual waktu kita, yang pada hakikatnya adalah “energi hidup kita.” Usaha untuk mencari penghidupan menghabiskan hidup kita.

Kita menganggap remeh energi kehidupan yang dikonsumsi

si oleh pekerjaan kita. Kita menilai berlebihan apa yang kita peroleh sebagai imbalannya. Itu adalah pertukaran yang buruk, seperti yang ditekankan oleh Dominguez dan Robin:

Apakah Anda bekerja dan mendapatkan uang kurang dari yang seharusnya dan kurang dari yang Anda butuhkan? Atau apakah Anda menghasilkan jauh lebih banyak uang daripada yang Anda butuhkan? Apa kegunaan uang ekstra itu? Jika tidak ada kegunaannya, bersedakah Anda bekerja lebih sedikit dan memiliki lebih banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang penting bagi Anda? Jika ada kegunaannya, apakah hal itu begitu jelas dan berhubungan dengan nilai-nilai Anda sehingga membawa kebahagiaan pada jam-jam kerja Anda? Jika tidak, apakah yang perlu diubah?

Ketika Anda memisahkan antara pekerjaan dan uang, Anda memberi kesempatan bagi diri Anda sendiri untuk menemukan pekerjaan sejati Anda—yang mungkin tidak terkait dengan apa yang Anda lakukan sekarang untuk mendapatkan uang.

Cara 80/20 menawarkan *lebih banyak energi kehidupan dengan usaha yang lebih sedikit*:

- ❑ Dengan menabung dan mengakumulasikan uang, kita tidak menggadaikan energi kehidupan kita demi uang. Dengan pendapatan yang cukup dari investasi, kita bisa berhenti mengurus energi kehidupan kita melalui pekerjaan yang ti-

dak memuaskan hati. Kita bisa memilih pekerjaan dan menentukan jam kerja sendiri. Dengan melakukan hal yang penting bagi kita dan hal yang kita nikmati, kita melipatgandakan energi kehidupan kita.

- ❑ Kita dapat menggunakan tabungan untuk menyubsidi kehidupan ideal dan gaya kerja kita. Mungkin dengan bekerja selama enam bulan setahun, lalu berkeliling dunia atau melakukan proyek bersama keluarga kita. Atau bekerja tiga hari dalam seminggu, lalu secara rutin menikmati akhir pekan yang panjang. Kita bisa mengurangi gaji kita dan bekerja di mana pun kita inginkan, atau menjadi bos diri sendiri.

Alih-alih uang yang mengatur hidup kita, membuat pekerjaan terasa menyengsarakan, kita bisa menggunakan uang untuk mendapatkan kembali kendali hidup. Kita bisa menyebarkan energi di tempat-tempat kita merasa paling ceria, kreatif, dan puas.

Gunakan waktu dan uang *secara cerdas*. Gunakan lebih sedikit untuk melangkah lebih jauh. Kualitas dan nilai waktu akan melonjak naik begitu kita mampu mengendalikannya.

“Kesuksesan” bisa menghancurkan diri sendiri. Kita mengorbankan kebebasan dan waktu untuk mencari uang, dengan meyakini bahwa lebih banyak uang akan membuat kita lebih bahagia. Tidak. Yang kita lakukan hanyalah menyia-nyia-kan energi hidup kita demi memperoleh tingkat kemakmuran yang lebih tinggi.

Cara 80/20 mendobrak kebuntuan. Betapa pun banyak

atau sedikit uang yang kita dapatkan, kita tabung, investasi-kan, dan lipat gandakan. Kita akan lebih menikmati pekerjaan kita daripada memusingkan karier kita. Ketika kita telah mempunyai sejumlah tabungan substansial, tabungan itu akan membiayai kebebasan kita. Kita pun bisa menghabiskan hidup untuk hal-hal yang paling kita pedulikan.

Cara 80/20 untuk memanfaatkan uang

Langkah 1: Fokuskan pada tujuan 80/20 Anda

Dengan menuliskan tujuan ideal Anda, Anda akan memperoleh hasil yang menakjubkan.

Dari semua lulusan Yale pada 1953, hanya 3 persen yang menetapkan tujuan keuangan mereka—serupa dengan tujuan 80/20 kita. Dua puluh tahun kemudian, para peneliti mendapati bahwa 3 persen ini memiliki lebih banyak uang daripada 97 persen lainnya!

Tuliskan tujuan 80/20 Anda hari ini! Apakah itu untuk:

- ☐ bebas dari kekhawatiran terhadap masalah keuangan?
- ☐ dapat melakukan pekerjaan yang Anda inginkan dan menjalani kehidupan yang Anda inginkan?
- ☐ mendapatkan cukup uang untuk membeli rumah?
- ☐ berhenti melakukan beberapa pekerjaan demi memenuhi kebutuhan hidup?
- ☐ menjadi mandiri secara finansial pada usia tertentu, dapat

hidup dari pendapatan investasi Anda tanpa perlu bekerja untuk mencari uang?

- ☐ menjadi miliuner?
- ☐ tujuan-tujuan lain?

Apakah tujuan 80/20 Anda sangat penting bagi Anda? Mengapa?

Uang adalah sarana, bukan tujuan akhir. Uang adalah untuk kebebasan, bukan untuk memperbudak kita; untuk rasa aman, bukan kecemasan. Jika uang tidak memberi Anda kebebasan dan kebahagiaan yang lebih besar, mengumpulkan uang hanya membebani Anda.

Jadilah lebih spesifik, apakah Anda ingin terbebas dari kekhawatiran terhadap masalah keuangan? Baik, tapi apa artinya ini? Apakah maksudnya cukup untuk hidup tanpa penghasilan selama enam bulan? Dua tahun? Atau memiliki sejumlah uang di bank?

Anda bersedia memilih pekerjaan lain dengan bayaran lebih sedikit? Baik. Apa pekerjaannya? Berapakah bayarannya? Berapa biaya bulanan Anda? Kabar baiknya, biaya bulanan Anda mungkin jauh lebih rendah—mungkin karena pakaian kerja Anda menjadi lebih sederhana, biaya transportasi yang lebih rendah, atau kemampuan untuk hidup di daerah yang biaya hidupnya lebih rendah.

Helen dan James adalah pengacara berusia menjelang tiga puluh tahun. Mereka bertemu di tempat kerja, jatuh cinta, dan menikah. Mereka bekerja untuk firma hukum terkemuka,

Bullie Brake & Desmay, dan kedudukan mereka pun perlahan-lahan semakin baik. Satu-satunya masalah adalah bahwa mereka membenci pekerjaan dan firma tempat mereka bekerja.

Tujuan 80/20 untuk Helen dan James adalah meninggalkan firma itu dan memulai membina keluarga. Helen akan pensiun dini. James ingin bekerja menjadi penasihat hukum kegiatan amal, meski dibayar jauh lebih rendah. Bagaimana mereka bisa mewujudkannya?

Langkah 2: Temukan rute 80/20

Karena bunga berbunga, uang menjadi terkonsentrasi di beberapa pihak saja. Oleh karena itu, ada satu, dan hanya satu, rute 80/20 yang tepat untuk memperoleh cukup uang—*menabung dan berinvestasi dengan cara termudah*.

Ada banyak cara yang sulit untuk menabung. Penganggaran adalah salah satunya. Namun, penganggaran bukan jalan keluar karena biaya tak terduga selalu membuat Anda keluar dari anggaran. Untungnya, ada rute 80/20 yang mudah untuk menabung.

AARON MENGUNGKAPKAN RAHASIA MENABUNG YANG MUDAH

“Aku suka gagasan tentang menghasilkan uang,” kata Aaron pada Alison, “bukan untuk menjadi jutawan, melainkan untuk punya tabungan supaya bisa membeli rumah sendiri. Itu ‘tujuan 80/20’-

ku, sebagaimana Richard menyebutnya, yaitu tujuan yang ingin dicapai.

“Tetapi kemudian aku berpikir: Bagaimana aku bisa menabung? Ibuku saja tidak pernah bisa, apalagi aku. Tahun lalu, Richard menyuruhku menabung. Aku benar-benar mencoba, tapi pada akhir bulan tidak ada yang tersisa. Jadi, bagaimana aku bisa menabung? Lalu Richard mengatakan bahwa untuk hal itu juga ada pemecahannya.

“Menabunglah dulu, katanya. Bayarlah dirimu terlebih dulu. Itu berarti kau menabung 10 persen dari gajimu sebelum kau membelanjakannya untuk hal lain. Kau menabung secara otomatis. Uang yang ditabung langsung masuk ke rekening tabungan khusus pada hari penggajian. Kau tidak bisa membelanjakannya, anggap sudah tidak ada.

“Tetapi itu sama saja, kataku. Kalau aku tidak punya uang di awal bulan, aku akan kehabisan uang lebih cepat. Sebelum akhir bulan aku akan kelaparan. Tapi Richard bilang tidak, itu tidak sama, lihat saja nanti.

“Dia benar. Aku benar-benar tidak memikirkan uang yang sudah kutabung. Aku hanya harus mempertahankan sisa uangku lebih lama, karena sekarang uang di kantongku lebih sedikit. Mengherankan. Sebelumnya, aku yakin aku tidak bisa menabung. Sekarang aku sudah berhasil melakukannya selama 12 bulan dan aku bisa terus menabung. Jujur saja, Alison, kau bisa melakukannya, siapa pun bisa. Kau tidak melihat uang itu dan itu sama seperti mereka mengenakan pajak lebih banyak atau kau menerima upah lebih sedikit.”

Helen dan James memutuskan untuk tetap di Bullie Brake & Desmay, menabung dan menginvestasikan 10 persen dari gaji mereka—dengan pemotongan otomatis—dan mengumpulkan cukup banyak uang untuk akhirnya mewujudkan impian mereka. Jadi, berapa lama waktu yang dibutuhkan?

Bersama-sama, Helen dan James mendapatkan U\$6.500 per bulan. Setelah pajak, U\$4.000. Saat ini, mereka menghabiskan semuanya. Mereka tidak memiliki tabungan.

Mereka menghitung bahwa jika mereka pindah ke tempat yang lebih murah, di dekat James melakukan kegiatan amal bantuan hukum, mereka bisa hidup dengan \$2.500 per bulan, bahkan jika nanti mereka sudah memiliki bayi. Kegiatan amal hanya bisa membayar James \$2.600 sebulan. Setelah pajak, sekitar \$2.000. Jadi mereka membutuhkan pendapatan investasi \$500 sebulan—\$6.000 setahun—untuk menutup kekurangannya.

Mereka berencana membeli apartemen seharga \$60.000 dan menyewakannya. Setelah perbaikan, pemeliharaan, dan pajak, mereka akan menghasilkan \$6.000 setahun. Jadi, mereka butuh tabungan sebesar \$60.000 untuk mengubah hidup mereka.

Sepuluh persen dari gaji tahunan mereka adalah \$7.800. Jika mereka menginvestasikan uang mereka 10 persen, itu berarti \$66.000 dalam waktu enam tahun. Bahkan pada tingkat 5 persen, dengan pembebasan pajak, mereka akan mengumpulkan hampir \$67.000 pada tahun ketujuh.

Rute 80/20 dasar untuk menghasilkan uang yang Anda butuhkan

Simpan dan investasikan 10 persen dari penghasilan Anda sebelum Anda menerimanya dengan cara mentransfernya secara otomatis ke dalam rekening tabungan.

Lakukan hal ini sedini mungkin dalam hidup Anda—artinya, SEKARANG!

Terus terang, ini adalah 95 persen dari saran yang dibutuhkan semua orang. Ini adalah cara mudah untuk mengakhiri kekhawatiran tentang uang Anda. Tidak ada cara lain yang jauh lebih ampuh.

Beberapa penyempurnaan untuk rute 80/20 dasar

Dapatkah Anda mencapai tujuan Anda lebih cepat?

IKLAN

Investasi bergaransi

100% aman

Keuntungan antara 12% dan 20%

Bebas pajak

Tanpa biaya-biaya

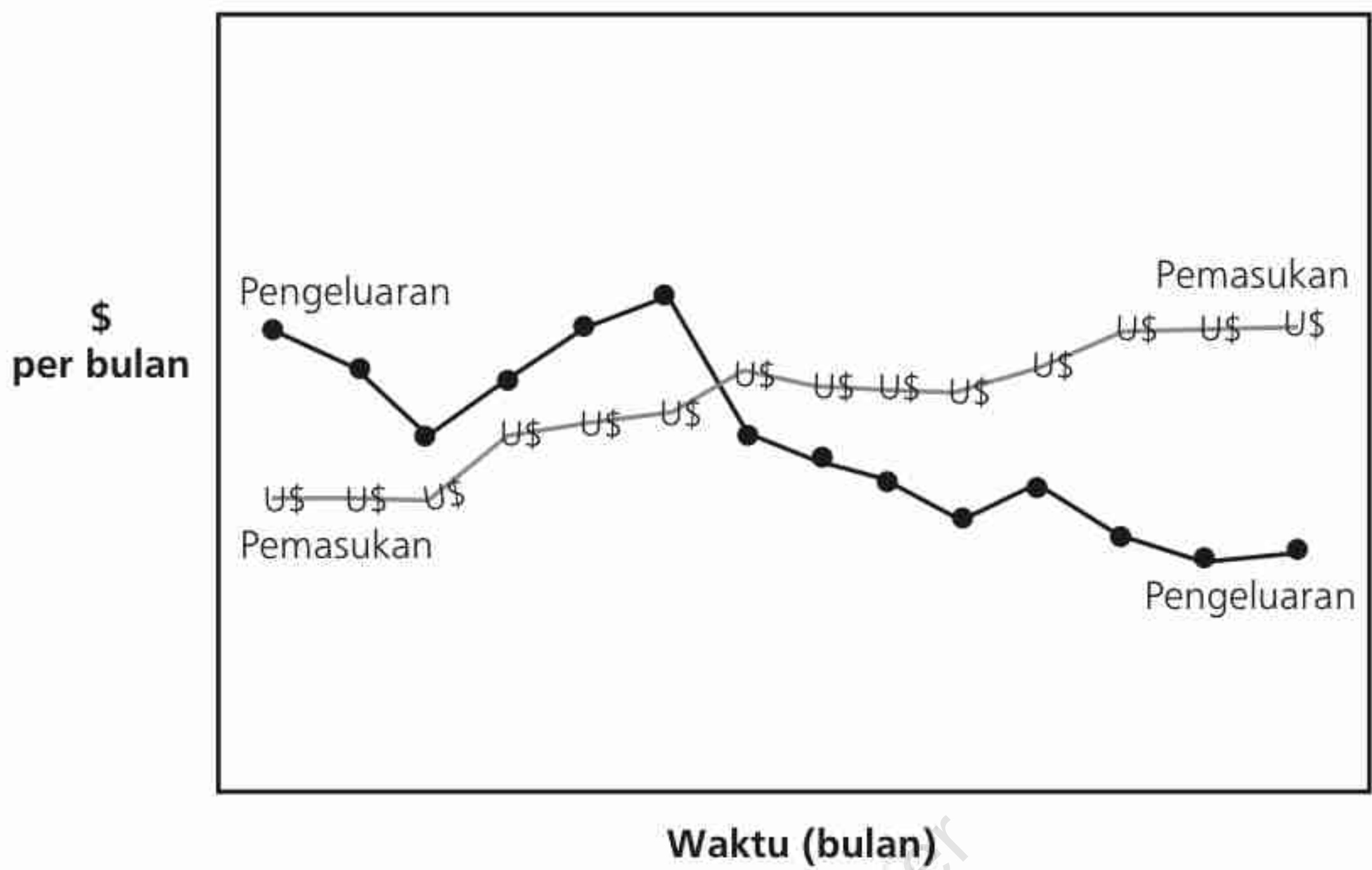
Tanpa jumlah minimum—Anda bisa mulai dengan \$1

Yang harus Anda lakukan?

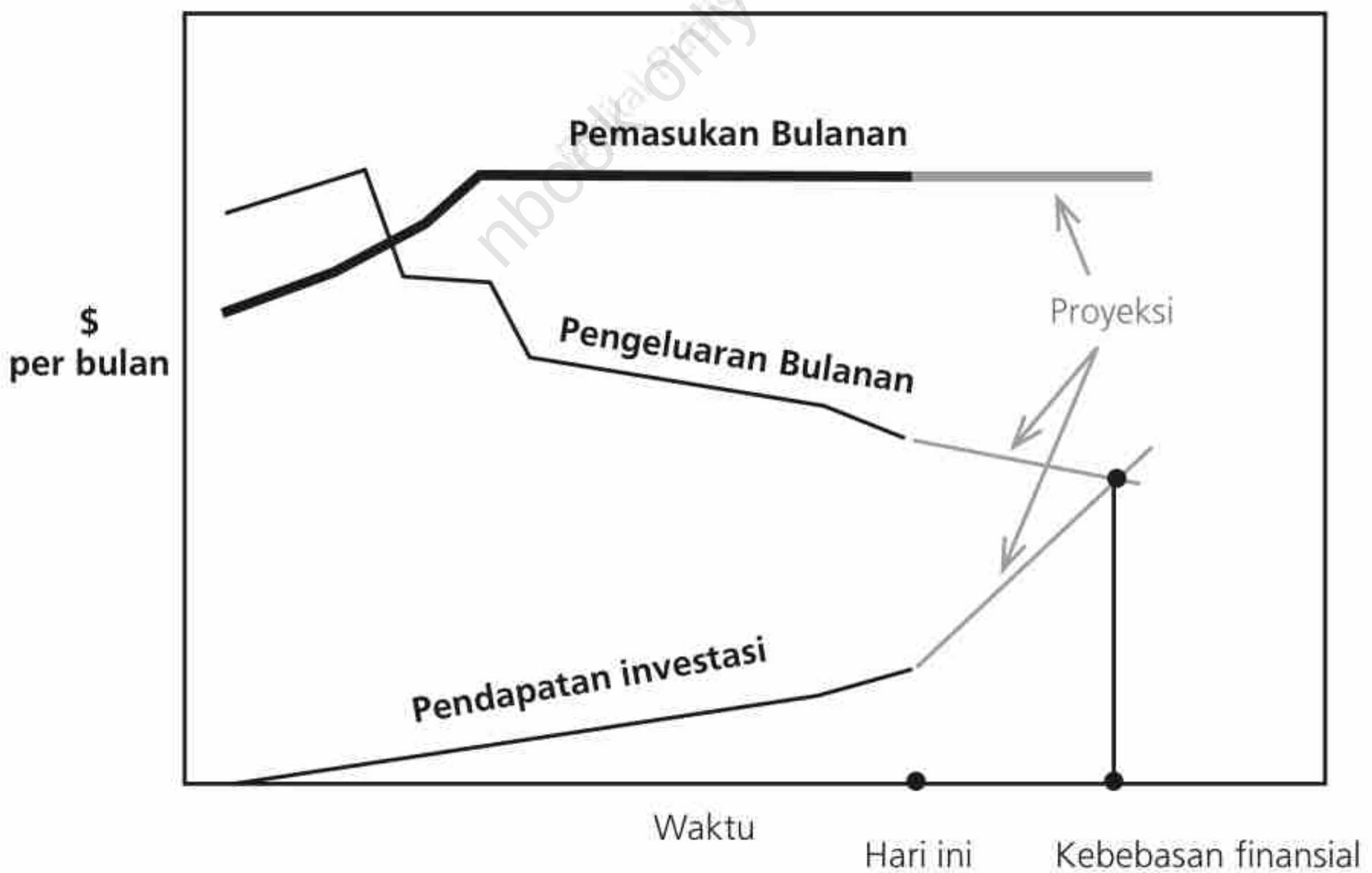
Lunasi seluruh utang kartu kredit Anda

- ❑ Tidak ada investasi yang lebih baik daripada melunasi utang kartu kredit Anda.
- ❑ Investasi terbaik berikutnya adalah “memensiunkan” semua utang Anda yang lain. Mulailah dengan yang paling besar. Meskipun suku bunga hipotek—obligasi properti—sekarang sangat rendah, hampir tidak mungkin untuk menemukan investasi yang menarik selain melunasi utang hipotek Anda, saat Anda memiliki tabungan untuk melakukannya.
- ❑ Tutuplah kartu kredit Anda, karena Anda harus mengurangi pengeluaran. Jika Anda memerlukan kartu, gunakan kartu debit sehingga Anda hanya bisa membelanjakan sejumlah yang Anda miliki di bank.
- ❑ Lebih selektiflah dalam membeli sesuatu. Belanjakan uang hanya untuk sesuatu yang benar-benar membuat Anda bahagia. Belanjakan lebih besar pada 20 persen yang akan memberi Anda 80 persen kebahagiaan.
- ❑ Tanyakan pada diri sendiri, “Apakah saya sungguh-sungguh menikmati barang yang akan saya beli ini? Apakah barang ini termasuk dalam 20 persen barang yang memberi saya 80 persen kepuasan?” Jika tidak, lupakan. Anda akan memiliki lebih banyak uang untuk membeli 20 persen yang terbaik dan memperoleh energi kehidupan—Anda tidak perlu menghabiskan banyak waktu untuk mencari pemasukan.
- ❑ Carilah barang yang lebih murah dengan manfaat yang besar. Manfaat sebuah mobil bekas berusia dua tahun mungkin 95 persen sama dengan mobil baru, dengan harga 60 persen dari harga mobil baru. Furnitur bekas hanya menghabiskan 20 persen dari harga baru.

- ☐ Dengan menggunakan dana lebih, belilah aset yang menjanjikan pendapatan atau kenaikan nilai, misalnya tanah atau properti, benda-benda seni, atau barang koleksi. Pilihlah sesuatu yang menyenangkan Anda dan naik nilainya.
- ☐ Tabunglah setengah dari kenaikan penghasilan Anda. Tingkatkan jumlah transfer otomatis sebelum dana masuk ke rekening Anda.
- ☐ Buat jadwal “cuci gudang” setiap tahun—sortir barang-barang Anda. Berikan barang-barang yang sudah tidak terpakai kepada yang membutuhkan, jual yang berharga, dan investasikan hasilnya.
- ☐ Buatlah bagan dinding untuk penghasilan dan pengeluaran bulanan Anda. Hal ini akan mendorong Anda untuk memotong pengeluaran dan menambah pendapatan. Lihat Gambar 10 sebagai contoh.
- ☐ Siapkan bagan dinding untuk pendapatan bulanan, pengeluaran, dan pendapatan investasi Anda, dengan perkiraan kapan pendapatan investasi akan memenuhi biaya bulanan Anda. Saat hari itu datang, itu akan menjadi hari kebebasan finansial Anda: Anda tidak lagi bergantung pada pekerjaan Anda untuk hidup Anda. Lihat Gambar 11 sebagai ilustrasinya.
- ☐ Hapuskan satu jenis pengeluaran dan gunakan uangnya untuk didonasikan. Hal ini tidak hanya akan memberi Anda kepuasan yang lebih besar, namun juga, secara misterius, sering kali menambah penghasilan Anda.



Gambar 10. Bagan Elizabeth, menggambarkan pendapatan dan pengeluaran bulannya



Gambar 11. Bagan Donna, menggambarkan rencana kebebasan finansialnya

Apakah bunga berbunga berbeda dari investasi?

Bunga berbunga sangat ampuh, tetapi Anda hanya merasakan kehebatannya ketika menabung dan berinvestasi, dalam rekening tabungan dengan bunga tinggi, atau investasi seperti obligasi, properti, atau aset lain yang kemungkinan besar nilainya mengalami apresiasi.

Hati-hati dengan rekening bank. Bank sering menggerus dana nasabah yang tidak teliti.

Berapa tingkat pengembalian investasi yang realistis?

Contoh yang saya berikan mengasumsikan hasil investasi tahunan 5–10 persen. Namun, ada dua hal yang perlu dicermati. Pertama, Anda harus berusaha menghindari pajak. Sebagian besar negara mengatur akun bebas pajak khusus untuk penabung dan investor kecil, namun Anda harus berhati-hati dalam menempatkan investasi Anda di akun ini.

Kedua, kita berada pada saat tingkat inflasi dan tingkat suku bunga di banyak tempat berada di posisi terendah dalam 50 tahun. Oleh karena itu, kita perlu untuk melihat-lihat peluang yang terbaik, bahkan untuk mendapatkan imbal hasil 5 persen. Rekening tabungan bank hanya memberikan imbal hasil paling tinggi 3–4 persen. Jenis investasi berisiko rendah lainnya mungkin perlu dipertimbangan.

Di mana Anda harus berinvestasi?

Tujuan dasarnya adalah mendapatkan setidaknya 5 persen imbal hasil tahunan jangka panjang dengan risiko minimum.

- ☐ Pertama, lunasi semua utang Anda.
- ☐ Berinvestasilah dalam rekening tabungan bebas risiko jika mereka memberikan bunga sebesar 5 persen atau lebih.
- ☐ Anda juga dapat berinvestasi pada “obligasi”—utang pemerintah atau perusahaan —yang “menghasilkan” (memberikan bunga) lebih dari 5 persen.
- ☐ Investasi jangka panjang dan langsung di properti yang tepat—mungkin rumah Anda—adalah menarik. Harga properti jangka panjang—hanya harga tanah—telah meningkat sekitar 8 persen per tahun. Pasokan luas lahan tetap, namun permintaan cenderung meningkat, didorong oleh permintaan untuk rumah berukuran besar, rumah kedua, dan menurunnya jumlah orang per rumah tangga. Di tempat-tempat populasi dan kekayaan meningkat—misalnya daerah yang paling menarik di negara Anda, atau kota-kota di mana pun yang sedang berkembang—tanah adalah investasi jangka panjang yang baik.
- ☐ Jangan melirik pasar saham. Harga saham mungkin jatuh dan jatuh lagi. Jika Anda memiliki cukup uang untuk diinvestasikan, pertimbangkan “penyertaan investasi (*hedge fund*)” yang tidak terpengaruh oleh fluktuasi pasar saham secara umum. Penyertaan investasi mungkin memiliki risiko lebih rendah dan lebih menarik dibandingkan “reksa dana” tradisional, yang bergantung pada fluktuasi pasar saham.

- ☐ Hindari semua—saham, properti, atau tren investasi terbaru—yang baru-baru ini meroket. Gelembung mungkin akan pecah. Tunggu sampai harga turun dan stabil. Jangan pernah membeli di pasar yang sedang naik atau turun dengan cepat. Dalam jangka pendek, berpeganglah pada investasi yang aman walaupun Anda hanya bisa mendapatkan 5 persen.
- ☐ Apakah Anda sebaiknya memulai bisnis sendiri? Kebanyakan jutawan menjadi kaya dengan memulai usaha sendiri. Tetapi hati-hati. Hanya satu dari dua puluh bisnis baru yang berhasil. Kemungkinan 99 persen dari keuntungan berasal dari 1 persen usaha baru. Mungkinkah Anda berada dalam yang 1 persen itu?
- ☐ Hanya berinvestasi pada usaha baru jika Anda memiliki tabungan yang bisa menjadi jaring pengaman. Jangan mengambil risiko kehilangan segalanya. Jika Anda tidak bisa tidur di malam hari, jangan berinvestasi. Menjadi superkaya toh belum tentu akan membuat Anda bahagia. Itu adalah pertaruhan yang sangat buruk.
- ☐ Jika Anda bersemangat untuk memulai bisnis, tunggulah sampai Anda memiliki dana yang bisa menopang Anda jika mengalami kerugian. Atau carilah usaha berisiko rendah yang membutuhkan sedikit modal—misalnya, sebuah kios di pasar tempat Anda tinggal, bisnis layanan seperti taksi daring atau layanan pengiriman menggunakan mobil Anda sendiri.

Langkah 3: Ambil tindakan 80/20 SEKARANG!

Anda berada di persimpangan jalan.

Anda bisa melanjutkan dan menginstruksikan bank Anda untuk memotong 10 persen dari pendapatan bulanan Anda dan mentransfernya ke rekening tabungan. Anda kemudian dapat menantikan kehidupan tanpa kekhawatiran akan masalah keuangan, ke tujuan 80/20 Anda.

Atau Anda tidak berbuat apa-apa.

Lanjutkan. Lakukanlah sekarang. Butuh waktu lima menit untuk mengaturnya. Manfaatnya, untuk sepanjang sisa hidup Anda, akan sangat besar. Bertemanlah dengan uang—paculah energi hidup Anda!

Bayangkan Anda telah membebaskan diri dari kekhawatiran terhadap keuangan, bahkan mungkin mengumpulkan sedikit keuntungan. Bagaimana hal itu akan membuat Anda lebih bahagia? Seberapa jauh peranan kekayaan baru Anda dalam mempererat dan meningkatkan persahabatan dan hubungan Anda, yang, seperti yang akan kita lihat, menambah sebagian besar keceriaan dalam hidup? Kenikmatan uang dan materi tidak berarti apa-apa saat kita menciptakan dan merasakan ikatan cinta dan kasih sayang sejati.

7

Membangun Hubungan Menurut Cara 80/20

Setiap orang membunuh sesuatu yang mereka cintai
Di seluruh dunia modern,
Uang dan pekerjaan berada di urutan pertama
Orang yang dicintai, di urutan ketiga.

---Parodi modern Oscar Wilde

Proyek itu berjalan dengan cemerlang. Dari nol, sang pengembang menciptakan surga di bumi: kebun luas yang rimbun, aliran sungai, pohon palem, pepohonan dari segala jenis buah, burung-burung eksotis, anjing, kucing, kuda, keledai, bahkan sekelompok kera jinak. Pegunungan berwarna-warni membingkai taman. Di kejauhan, Adam bisa melihat birunya laut. Setelah menjadi miliknya, dia berkeliling melewati halaman, menyapa hewan-hewan itu, memberi mereka nama, mencicipi buah, berjalan di antara sinar matahari yang hangat dan bayangan pepohonan. Untuk pertama kali

dalam hidupnya, dia merasa benar-benar aman, relaks, dan bahagia. Dia berhasil.

Sang pengembang datang untuk minum secangkir kopi keesokan paginya.

“Kau menyukainya?” tanyanya.

“Ya,” kata Adam, “ini luar biasa. Anda benar-benar telah melakukan pekerjaan yang fantastis. Vila dan halamannya sempurna. Kebunnya cantik sekali. Namun, saya merasa masih ada sesuatu yang hilang. Tapi saya tidak bisa memastikan itu apa.”

“Ah,” kata si pengembang. “Saya sudah memikirkannya tadi malam. Kau sungguh benar dan saya mengerti masalahnya.”

“Apa yang ada dalam pikiran Anda?” tanya Adam.

“Bagaimana jika,” kata pengembang itu, “seseorang untuk dicintai?”

Atau dalam versi abad kedua puluh satu...

Tuhan telah menciptakan sebuah taman di Eden, dan di sana Dia meletakkan manusia yang telah Dia bentuk. Sebuah sungai yang mengairi kebun mengalir dari Eden. Tuhan menempatkan manusia itu di taman untuk mengurusnya. Dan Tuhan berfirman, “Kau akan berkuasa atas ikan dan burung dan setiap makhluk hidup, dan bertanggung jawab untuk menjaga mereka semua, untuk kepentinganmu, dan kau boleh memakannya, asalkan mereka terus bertambah dan berkembang biak.”

Tuhan melihat semua yang telah Dia buat dan itu sangat baik. Pria itu sepakat.

Keesokan harinya, Tuhan berfirman kepada orang itu, “Tidak baik bagimu untuk hidup sendiri. Aku akan membuat seorang wanita sehingga kau bisa mencintainya, memiliki keluarga, dan menikmati hidup bersama dan membesarkan anak-anak.”

Tetapi orang itu berkata kepada Tuhan: “Tentukan pilihan-Mu, wahai Tuhanku! Pertama-tama Engkau mengatakan padaku bahwa aku harus bertanggung jawab untuk berkebun dan beternak, dan untuk memelihara ikan-ikan di laut dan burung-burung di udara, dan menjaga lingkungan, juga berburu, memancing, dan memasak sendiri. Semua itu pekerjaan purna-waktu. Jangan salah sangka. Aku mencintai pekerjaanku, ini sangat bermanfaat, dan kebunnya sangat indah. Tapi bagaimana aku memiliki waktu untuk semua hal tentang cinta, keluarga, dan hubungan ini? Aku melihat semuanya menjadi terlalu rumit. Biarlah hanya Engkau dan aku saja yang ada—dan semua burung di udara dan sebagainya—bagaimana?”

Dan Tuhan pun menggaruk kepalanya, bertanya-tanya apa yang akan dihadapi dunia.

“Hanya ada satu kebahagiaan dalam hidup,” tulis George Sand, “untuk mencintai dan dicintai.”

Carl Gustav Jung, psikolog ternama, berkata, “Kita membutuhkan orang lain untuk menjadi diri yang sejati.” Kita memberikan arti pada kehidupan melalui jalinan hubungan.

Tapi, inilah rumitnya. Kehidupan modern membuat manusia semakin sulit untuk menemukan, memelihara, dan mem-

pertahankan cinta serta hubungan. Mungkin tanpa menyadarinya, yang jelas tanpa penolakan, sebagian besar dari kita memilih kuantitas hubungan berkualitas lebih rendah yang lebih banyak. Kita memiliki lebih banyak hubungan, tapi semua itu tidak berarti apa-apa. Dan hubungan romantis semakin terancam atau sulit dipahami.

Kita semua tahu bahwa kewajiban-kewajiban pekerjaan yang mendesak dan teknologi modern seperti komputer, e-mail, dan telepon seluler sedang menggerogoti kehidupan keluarga. Tren ini paling terasa di Amerika Serikat. Dua puluh tahun yang lalu, separuh dari semua orang Amerika yang sudah menikah mengklaim bahwa “seluruh anggota keluarga kami biasanya makan bersama”; sekarang proporsinya turun sampai sepertiga. Semakin banyak wanita yang bekerja, semakin sedikit orang yang menikah, pasangan yang menikah memiliki sedikit anak, jumlah ibu yang belum menikah meningkat, hasrat kita untuk memiliki keluarga besar telah merosot, tingkat perceraian meningkat, dan waktu yang dihabiskan orangtua untuk berkumpul bersama anak-anak mereka telah menurun drastis.

Kecenderungan tersebut mencerminkan tekanan ekonomi yang meningkat dan ketakutan umum terhadap masalah keuangan. Seperti semua biaya tetap lainnya, keluarga—dan jumlah anak di dalamnya—pun dirampingkan.

Mengikuti tren bisnis, semakin banyak keluarga yang “melakukan *outsourcing*” berbagai kegiatan—mengasuh bayi, mengasuh anak, menyiapkan makanan, memasak, membersihkan, berkebun, menyelenggarakan pesta ulang tahun anak, merawat orang sakit dan orangtua yang sudah uzur—yang sebelumnya merupakan kegiatan yang mewujudkan hubungan keluarga.

Semakin banyak keluarga membutuhkan dua pekerja untuk mempertahankan standar hidup mereka. Bagi mereka yang berada di jalur cepat, pasangan yang sudah menikah cenderung dua-duanya bekerja dan sulit menyesuaikan diri dengan gaya hidup keluarga tradisional.

BOB DAN JANE

Temui teman baik saya, Bob dan Jane. Keduanya adalah orang yang menyenangkan, mereka menjalani hidup yang sibuk, gila kerja. Ketika saya bertemu mereka, mereka memiliki dua putri yang menyenangkan dan sangat santun—Emma, 9 tahun, dan Anne, 11 tahun—dan dua rumah besar. Baik Bob dan Jane berkontribusi pada keuangan rumah tangga mereka. Teman-teman Jane umumnya adalah teman-teman Bob juga, begitu pula sebaliknya.

Ketika Jane mengerjakan sebuah proyek di Brazil selama tiga bulan, dia membawa serta anak-anak, dan Bob mengunjungi mereka selama seminggu dan sesekali pada akhir minggu. Tampaknya semua berjalan lancar, tapi saya khawatir dengan stres yang ditimbulkan oleh tuntutan-tuntutan yang berbeda atas waktu mereka. Apakah hal itu akan membuat mereka berpisah?

Delapan tahun kemudian mereka bercerai—masih berteman, tapi dengan duka dan penyesalan. Apakah mereka lebih bahagia dengan hidup berpisah? Saya tidak yakin. Mereka memiliki hubungan yang baik, saling mendukung juga terhadap anak-anak mereka. Mungkinkah hal ini dapat dihindari sebelumnya?

Saya tidak bisa memastikan. Tapi saya menduga bahwa de-

ngan tekanan kerja yang lebih sedikit—seperti pada 1960-an, atau jika mereka mengikuti Cara 80/20 hari ini—mereka akan tetap bersama, dan setidaknya empat orang merasa lebih bahagia.

Apakah lebih banyak jalinan hubungan menambah kebahagiaan?

Para peneliti di Carnegie Mellon University mempelajari 169 penduduk setempat yang dipilih secara acak selama dua tahun. Mereka melacak penggunaan Internet para penduduk tersebut dan pengaruhnya terhadap kebahagiaan dan pertemanan. Disponsori oleh perusahaan komputer dan perangkat lunak, para peneliti meyakini bahwa banyaknya keragaman dan jumlah pertemanan yang terbentuk di jejaring Internet akan mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan kebahagiaan.

Baik sponsor maupun peneliti terkejut dan tidak menduga hasil yang diperoleh. Semakin banyak pertemanan yang terjalin di Internet dan semakin banyak waktu yang dihabiskan di jejaring, semakin besar kecenderungan orang-orang untuk kesepian dan depresi. Memang benar bahwa e-mail dan ruang obrolan meningkatkan jumlah pertemanan, tapi hubungan ini tidak memiliki kualitas; dan justru waktu yang dihabiskan di jejaring malah mengurangi waktu interaksi dengan keluarga dan teman-teman. Kontak yang intensif dan tatap muka dengan beberapa orang ternyata sangat penting untuk rasa aman dan kebahagiaan. Lebih sedikit adalah lebih banyak.

Kecenderungan untuk hubungan yang *lebih banyak tapi ku-*

rang berbobot paling banyak dialami oleh (tampaknya) orang-orang sukses hari ini. Kaya uang namun miskin waktu, dan orang-orang yang sangat meyakini pasar, mereka membeli pertemanan di sana. Bukan berarti mereka menggunakan prosti-tusi; meski sangat luar biasa bahwa banyak kenalan saya yang mendadak kaya langsung menghadapi masalah dalam perkawinan mereka, yang tidak sepenuhnya tidak terkait dengan hubungan gelap mereka. (Dengan lebih banyak uang, mereka menginginkan lebih banyak hubungan, tidak menyadari bahwa lebih banyak adalah lebih sedikit.)

Yang saya maksud adalah bahwa orang-orang sukses ini menjalin hubungan dengan sederet penyedia layanan profesional: pelatih pribadi, asisten pribadi, pedikuris, psikiater, terapis pijat, konsultan gizi, pakar hipnosis, aromaterapis, pelatih tenis, penasihat komunikasi, pembimbing spiritual, dan banyak lagi.

“Berbuat baiklah untuk dirimu sendiri,” kata mereka. Slogan pemasaran itu berhasil. Antara 1990 dan 2000, misalnya, jumlah pelatih pribadi di Amerika Serikat meningkat dua kali lipat menjadi lebih dari 100.000 orang. Ketika saya menjadi konsultan manajemen, perusahaan saya menitikberatkan hubungan personal dengan pemimpin puncak perusahaan, dan oleh karenanya berhasil.

Orang-orang sukses mungkin memiliki sedikit waktu di rumah, oleh karena itu mereka membeli perhatian dalam potongan-potongan kecil, dikemas dengan mudah agar sesuai dengan agenda sang eksekutif. Pasukan asisten rumah tangga disiapkan untuk mengurus keluarga, sementara penyedia layanan pribadi siap untuk memanjakan sang pencari nafkah.

Ini semua adalah kekeliruan yang sangat mengerikan. Tentu saja setiap layanan profesional memberikan sesuatu yang berharga, namun lebih banyak adalah lebih sedikit—hubungan komersial ini menggantikan hubungan utama yang penting untuk kebahagiaan.

Para penyedia layanan profesional menang; yang lain kalah.

Mengapa *peningkatan* kekayaan bukan berarti *peningkatan* kebahagiaan? Mengapa kekayaan dapat merusak hubungan pribadi dan sosial? Ini bukan hanya tentang kekayaan itu sendiri—namun hal-hal lain yang menyertainya: kenyamanan, penanganan kesehatan, dan pengetahuan yang meningkat seharusnya meningkatkan kebebasan dan keamanan, dan mungkin juga kedermawanan. Semua itu bergantung pada cara kita berpikir dan bertindak.

Kita menjadi benar-benar terpaku oleh satu obsesi—lebih banyak dengan lebih banyak. Kita menginginkan lebih banyak uang, lebih banyak barang, lebih banyak teman, lebih banyak hubungan, lebih banyak seks, lebih banyak perhatian, lebih banyak kenyamanan, lebih banyak rumah, lebih banyak perjalanan, lebih banyak gawai, dan lebih banyak pengakuan publik. Kita siap membayar mahal untuk keinginan ini. Kita menjadi lebih khawatir dan menghabiskan lebih banyak waktu, lebih banyak perhatian, lebih banyak energi—dan, terus terang, lebih banyak pengorbanan jiwa dan raga—untuk bekerja demi berinvestasi atau membayar lebih banyak hal.

Meski begitu, perekonomian tetap berjalan dengan baik

karena mengikuti prinsip yang berbeda, yaitu lebih banyak dengan lebih sedikit. Kehidupan ekonomi adalah kegiatan berkesinambungan menuju prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit: barang dan layanan yang lebih baik, lebih cepat, dan lebih murah. Lebih sedikit menghasilkan lebih banyak.

Kebahagiaan manusia—layaknya kesuksesan sejati seseorang—selalu didorong oleh hukum yang sama: lebih sedikit adalah lebih banyak, dan lebih banyak dengan lebih sedikit. Ada pertukaran yang tak terhindarkan antara kualitas dan kuantitas. *Lebih banyak* berarti *lebih buruk*. Hanya dengan memusatkan perhatian pada apa yang benar-benar penting bagi kita—sejumlah kecil orang, hubungan, aktivitas, dan kausa yang benar-benar kita pedulikan—kita menjadi stabil, autentik, kuat, mencintai, dan dicintai. Tidak ada jalan lain.

Cara untuk menikmati prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit dalam hal jalinan hubungan dan kehidupan adalah cukup sederhana:

- ☐ Wujudkan prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit dalam kehidupan kerja Anda, dapatkan lebih banyak uang dan kesenangan dengan lebih sedikit waktu, tanpa mengurangi perhatian terhadap keluarga dan kehidupan pribadi Anda.
- ☐ Dapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit dengan cara menabung, sehingga cepat atau lambat Anda akan memiliki pendapatan investasi untuk membiayai gaya hidup yang Anda inginkan dan tidak bergantung pada pekerjaan yang sangat banyakuntutannya.
- ☐ Fokuskan pada prinsip lebih sedikit adalah lebih banyak: apa

yang penting bagi kebahagiaan Anda—pekerjaan yang memuaskan, tujuan pribadi, dan, terutama, beberapa hubungan berkualitas tinggi—yang membutuhkan waktu tidak terbatas dan komitmen emosional Anda, yang akan terbayar nantinya.

Kualitas versus kuantitas

Hampir pasti, 80 persen kepuasan dari jalinan hubungan kita mengalir dari paling banyak 20 persen hubungan yang terjalin.

Kabar baik: Kita bisa memusatkan perhatian pada sejumlah kecil jalinan hubungan kunci; kita tidak perlu khawatir tentang jalinan hubungan yang tidak penting.

Langkah untuk meningkatkan kebahagiaan: Luangkan sebagian besar waktu, energi, perhatian, kreativitas, dan imajinasi ke dalam sejumlah kecil jalinan hubungan terpenting kita.

Tanyakan berapa persenkah dari upaya Anda yang berkontribusi pada jalinan hubungan terpenting Anda, hubungan yang membawa sebagian besar kepuasan bagi Anda. Mungkin, 20 persen jalinan hubungan kunci ini membutuhkan lebih dari 20 persen energi yang Anda curahkan untuk jalinan hubungan. Berapa banyak lagi? 40 persen? 60 persen? Kecuali Anda mencurahkan setidaknya 80 persen “energi hubungan” Anda ke 20 persen jalinan hubungan kunci, Anda dapat meningkatkan kebahagiaan Anda dengan melakukannya

Kabar baik: Kepuasan bisa bertambah bahkan tanpa meningkatkan jumlah total “energi hubungan”, yaitu cukup dengan memusatkan energi pada jalinan hubungan kunci Anda.

Aksi untuk meningkatkan kebahagiaan: Atur kembali energi Anda sehingga setidaknya 80 persen “energi hubungan” tertuju pada sejumlah kecil jalinan hubungan kunci Anda.

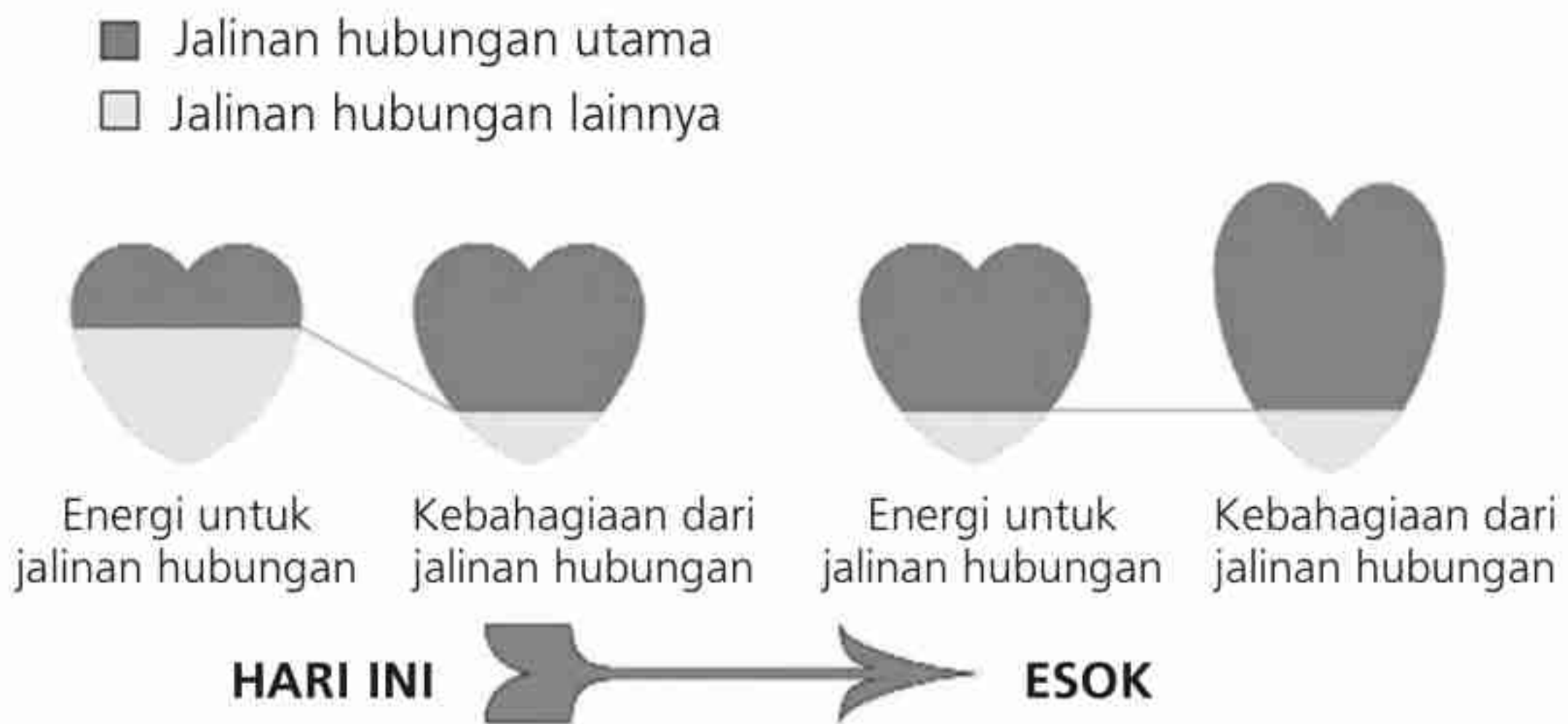
Mengapa perusahaan telepon di mana pun di seluruh dunia memberi kita tujuh digit nomor telepon? Karena kita bisa mengingat tujuh angka yang diurutkan, tapi tidak delapan atau sembilan.

Kita hanya bisa memberikan perhatian penuh kepada beberapa orang saja. Tidak ada seorang pun yang mampu memberikan perhatian mendalam kepada seluruh orang yang ada dalam kehidupannya.

Puncak pertukaran antara kuantitas dan kualitas berasal dari sebuah jalinan hubungan yang menjadi pusat kebahagiaan kita.

Seseorang untuk dicintai

Sebuah studi yang dilakukan baru-baru ini oleh psikolog Diener dan Seligman menemukan bahwa, dengan hanya satu pengecualian, semua orang di daftar 10 persen teratas orang-



Gambar 11. Memindahkan energi menuju jalinan hubungan utama

orang yang sangat bahagia terlibat dalam hubungan romantis. Fakta lain adalah bahwa 40 persen orang Amerika yang sudah menikah mengatakan bahwa mereka “sangat bahagia,” sementara hanya 23 persen orang Amerika yang belum menikah menyatakan hal yang sama. Menemukan pasangan yang tepat adalah tiket menuju kebahagiaan bagi banyak orang.

Sayangnya waktu, tenaga, dan kecerdasan yang kita curahkan untuk mencari pasangan sering kali sangat terbatas.

Profesor Harvard George Zipf menunjukkan bahwa 70 persen dari perkawinan yang dia teliti di Philadelphia pada 1931 terjadi antara orang-orang yang tinggal berdekatan, hanya beberapa blok satu sama lain, dalam 30 persen daerah yang dia teliti. Philadelphia adalah tempat yang terlalu besar bagi sebagian besar penduduk untuk menjaring cinta. Sedangkan untuk mencarinya ke luar kota, lupakan saja!

Kebanyakan pasangan masih berasal dari lingkungan seki-

tar, lingkaran kecil pertemanan, atau rekan kerja. Dan banyak orang mengikuti metode “perhentian bus” untuk mendapatkan cinta. Mereka mengambil kekasih pertama yang datang.

Mereka jatuh cinta dengan cinta.

Cinta pada pandangan pertama biasanya tidak berlanjut. Memilih pasangan hidup berdasarkan pada ketertarikan seksual dan performa di tempat tidur adalah pertarungan yang buruk. Seks itu luar biasa, tapi cepat atau lambat daya tariknya akan berkurang. Hubungan jangka panjang membutuhkan lebih dari itu.

Cinta sejati—penghargaan satu sama lain dan kegairahan—ibarat dapat memindahkan gunung dan bahkan mewujudkan hubungan yang paling mustahil sekalipun. Tapi, cinta romantis mungkin tidak akan bertahan lama. Untuk menjadi bahagia dalam jangka panjang, pertimbangkan empat kualitas yang lebih luas.

Mampu mendekatkan diri dengan orang lain, bergantung pada mereka, dan membuat mereka bergantung pada Anda

Ada tiga macam orang:

- ❑ Orang yang yakin, bagi mereka keintiman dan ketergantungan adalah hal yang mudah.
- ❑ Mereka yang menghindari komitmen dan keintiman—saat perhatian dibutuhkan, mereka menghindar untuk sementara.
- ❑ Orang-orang yang cemas, yang masih ragu terhadap cinta dan memberikan perhatian secara berlebihan, sepanjang waktu—tanpa memandang kekasih mereka menginginkannya atau tidak.

Renungan beberapa menit dapat mengungkap tipe Anda dan pasangan potensial Anda.¹ Bagi dua individu yang hubungannya aman prospek hubungan yang sukses sangat cerah. Namun, jika hanya satu individu yang merasa aman, kemungkinannya kurang menguntungkan, namun tetap ada peluang. Jika tidak ada yang merasa aman, peluangnya sangat rendah.

Jika Anda sendiri belum merasa aman, pilihlah pasangan yang yakin supaya Anda bisa meraih kebahagiaan jangka panjang.

Bersikap optimistis

Apakah Anda dan calon pasangan Anda cenderung melihat sisi gelap atau sisi terang sebuah masalah? Ketika sesuatu berjalan tidak sesuai harapan, seorang optimis mencari penjelasan sementara atau spesifik—“suasana hati bos sedang buruk” atau “saya tidak bisa tidur tadi malam”. Seorang pesimis menganggap masalah yang timbul sebagai sesuatu yang mendalam dan permanen—“saya tidak terampil dalam pekerjaan saya”, “masa-

lah itu tidak akan pernah selesai.”

Pilihlah pasangan yang optimis, atau orang yang mau belajar untuk menjadi optimis; optimisme bisa dipelajari.²

Kemampuan untuk menghindari argumen dan kritik keras terhadap pasangan

Profesor John Gottman menggunakan “laboratorium cinta” untuk mengamati perilaku pasangan. Ia mampu memprediksi sembilan dari sepuluh perceraian.

Sinyal bahaya menurut Gottman adalah sering bertengkar sengit, mengkritik pasangan dalam hal pribadi, menunjukkan penghinaan, bersikap dingin atau menarik diri, dan tidak dapat menerima kritik.

Pastikan Anda memiliki masa percobaan ketika Anda berdua semakin dekat tanpa komitmen akhir. Jika Anda mengalami sinyal Gottman, tinggalkanlah.

Kesamaan pandangan terhadap nilai-nilai yang mendasar

Pilihlah seseorang yang memiliki pandangan yang sama dengan Anda terhadap hal-hal mendasar, seperti kejujuran, uang, kebaikan, atau apa pun yang penting bagi Anda.

Pilihlah pasangan hidup Anda dengan pertimbangan yang matang. Jangan langsung terlena dalam sebuah hubungan. Carilah orang yang tepat dengan pertimbangan yang jauh ke depan dan luas. Ketahuilah beberapa sifat yang paling Anda inginkan pada pasangan. Lakukan pengujian untuk mengetahui apakah hubungan Anda akan *benar-benar* berjalan sebelum Anda sepenuhnya berkomitmen. Jangan terburu-buru. Banyak tahapan dan gradasi yang harus dilalui untuk menentukan sebuah komitmen—oleh karena itu jangan terburu-buru. Biarkan keyakinan atas suatu hal meningkat dan berkembang secara alami.

Setiap jalinan hubungan hanya memiliki beberapa persyaratan penting. Sering kali kita tidak menanyakan secara cermat apa saja yang mencakup hal tersebut, sehingga kita bertindak secara acak, menghabiskan sebagian besar energi kita pada tindakan yang tidak membawa ke tujuan mana pun.

Kabar baik: Berfokus pada beberapa hal yang penting membuat perbedaan besar antara kesuksesan dan kegagalan dalam sebuah hubungan.

Tindakan untuk meningkatkan kebahagiaan: Dalam setiap hubungan penting Anda, identifikasikan beberapa tindakan yang mengarah pada kebahagiaan terbesar. Konsentrasikan usaha Anda pada hal-hal tersebut.

Seorang teman yang bijak pernah berkata pada saya:

Kita semua berbeda, dan hal-hal yang tidak penting bagi saya sering kali sangat penting bagi istri saya, begitu pula sebaliknya.

Dalam pernikahan kami, inilah yang sangat penting baginya. Dia ingin saya pulang tepat waktu. Dia ingin selalu bisa mengandalkan saya. Dia mencintai bunga. Dia menyukai jika saya mendukungnya dalam proyek-proyeknya. Dia menyukai kejutan.

Padahal itu bukanlah hal-hal yang paling ingin saya lakukan untuknya. Saya bisa mengajaknya makan malam diterangi cahaya lilin, saya bisa membelikannya mobil yang saya sukai, mengajaknya menikmati liburan yang luar biasa. Saya bisa melakukan berbagai hal lain seperti itu, tapi tidak ada yang akan mengesankannya jika saya belum memenuhi beberapa kebutuhan dasar yang paling berarti baginya.

Jangan lakukan untuk orang lain apa yang Anda inginkan untuk diri sendiri. Lakukan apa yang diinginkan *pasangan Anda*.

Pasangan lain memiliki banyak masalah perkawinan. Dalam satu momen yang tidak sengaja, sang istri menceritakan, “Yang tidak disadari Peter adalah kalau saja dia membawakan saya bunga setiap satu atau dua minggu, saya akan melakukan apa pun untuknya.”

Betapa sederhana: upaya kecil yang tepat, tetapi begitu besar imbal baliknya. Berapa banyak pernikahan menjadi gersang tanpa cinta, hanya karena tidak terpenuhinya kebutuhan se-

derhana sang pasangan? Dengan cara yang sederhana, mata air cinta yang gersang bisa memancar dan meluap lagi.

Keluarga bahagia

Tepat sebelum Amerika Selatan ditaklukkan, orang-orang Indian di Peru telah memantau kedatangan kapal-kapal layar Spanyol di cakrawala. Karena tidak pernah tahu seperti apa bentuk kapal, mereka tidak menyadari bahwa kapai-kapal itu berisi tentara. Dengan menganggap bahwa kapal-kapal itu adalah gangguan cuaca, orang-orang Indian mengabaikan “peringatan” tersebut.

Kita juga akan mengabaikan pengetahuan penting jika kita tidak tahu apa yang kita inginkan. Jalinan hubungan kita bukanlah hanya hubungan romantis, namun juga hubungan dengan orang-orang yang penting bagi kita, termasuk anak-anak kita. Orang-orang dengan masa kecil yang tidak bahagia cenderung mengulangi masa-masa suramnya ketika menjadi orang tua, karena mereka tidak tahu seperti apa keluarga bahagia itu.

**Keluarga bahagia semuanya sama;
setiap keluarga yang tidak bahagia
adalah tidak bahagia dengan caranya sendiri.**

—Tolstoy, Anna Karenina

Ada rumus untuk keluarga bahagia yang bisa kita tiru.

Keluarga yang bahagia mempraktikkan “spiral cinta”

Semua orangtua mencintai anak mereka, namun dalam keluarga bahagia, orangtua *mendemonstrasikan* cinta mereka setiap saat.

Membesarkan anak memang sulit. Intensitas kehidupan keluarga hanya dapat berjalan dalam dua arah.

Pertama adalah arah spiral ke bawah. Tangisan bayi, anak-anak memecahkan sesuatu, beberapa kecelakaan terjadi. Orangtua yang stres menanggapi dengan cara menyalahkan atau memberi hukuman. Anak-anak pun berteriak lebih keras. Keadaan menjadi semakin buruk.

Yang lainnya adalah arah spiral ke atas. Anak-anak adalah makhluk yang lucu, petualang, dan makhluk yang menyenangkan. Mereka senang belajar dan menarik perhatian orang-orang di sekitar mereka. Bahkan sekadar kehadiran sang ibu sudah membuat anak-anak merasa aman dan bahagia. Orangtua merasa bangga terhadap anak-anak mereka. Dengan sentuhan cinta yang ringan saja akan membuat anak-anak merasa lebih bersemangat dan ceria. Hal ini pada gilirannya memunculkan cinta yang lebih besar dari orangtua, dan seterusnya.

Kedua spiral tersebut terlihat jelas di semua keluarga, namun di keluarga yang bahagia, spiral positif lebih mendominasi spiral negatif. Seiring berjalannya waktu, anak-anak di keluarga bahagia merasa lebih aman dan utuh dan biasanya akan memperkuat spiral positif.

Orangtua membangun suasana kekeluargaan lewat tindakan-tindakan awal mereka, yaitu pada saat keluarga baru saja dimulai dan bayi pertama lahir. Dengan menciptakan dan memperkuat spiral positif serta menjauhi yang negatif, orangtua secara perlahan tapi pasti membangun keluarga yang bahagia.

Pengaruh tindakan awal dari cinta orangtua sangatlah besar. Untuk usaha yang relatif kecil, terdapat manfaat yang luar biasa besar bagi anak dan seluruh keluarga.

Keluarga yang bahagia menggunakan lebih banyak umpan balik positif daripada negatif

Para peneliti di satu sekolah menyoroti bahwa para guru memuji pekerjaan yang baik dan menyalahkan perilaku buruk. Sebagai percobaan, para guru dilatih untuk memuji pekerjaan baik dan perilaku baik—dan mengabaikan perilaku buruk. Segera perilaku buruk itu lenyap begitu saja.

Begitu pula di rumah, memuji lebih efektif daripada menyalahkan, hal ini menciptakan arah spiral ke atas. Cara 80/20 mendukung pujian—memuji itu mudah dan memberikan pengaruh sangat besar sepanjang hidup anak. Pujian berguna untuk perkembangan anak-anak sebagaimana air berguna untuk tanaman: curahan kecil saja mampu menumbuhkan banyak bunga. Seorang anak yang cakap dan berperilaku baik akan memberikan dampak positif yang luar biasa pada orang lain sepanjang hidupnya. Sedikit pujian untuk anak pada hari ini memiliki manfaat yang sangat besar di kemudian hari.

Coba hitung berapa kali Anda dan pasangan Anda mengatakan “ya” atau “tidak” kepada anak-anak Anda. Niatkan secara sadar untuk lebih banyak mengatakan “ya” dan mengurangi kata “tidak”. Hitunglah lagi seminggu kemudian. Lihatlah perbedaan yang ditimbulkan.

Keluarga yang bahagia memiliki orangtua yang selalu hadir dan menyediakan waktunya

Hubungan erat antara orangtua dan anak menciptakan rasa aman dan kebahagiaan sepanjang hidup.

Anak-anak tidak mengerti konsep “waktu yang berkualitas,” mereka selalu menginginkan perhatian *sepanjang waktu*. Mereka benar. Cara 80/20 adalah *memberikan lebih banyak perhatian dan cinta kepada lebih sedikit orang*, yaitu orang-orang yang paling kita sayangi. Semua waktu yang dihabiskan bersama anak-anak Anda adalah waktu yang dihabiskan dengan baik, dengan manfaat yang sangat besar untuk sang anak, untuk anggota keluarga lainnya, dan untuk masyarakat.

Jika Anda benar-benar tidak dapat hadir untuk anak-anak Anda, pastikan bahwa Anda memang berada di tempat lain atau tidak terlihat oleh mereka—ketidakhadiran dapat diterima, sebaliknya sibuk dengan hal lain saat Anda ada bersama anak-anak adalah tidak dapat diterima.

Keluarga bahagia memiliki orangtua yang bersatu dan penuh kasih sayang

Anak-anak adalah makhluk yang cerdas dan juru runding yang andal. Mereka gemar membenturkan ayah dan ibu mereka. Mereka mendapati bahwa konflik adalah sesuatu yang menarik dan terkadang memberi kekuatan.

Apa pun alasannya, “permainan” semacam itu harus dihentikan. Orangtua perlu menunjukkan bahwa mereka saling mencintai, bahkan saat mereka merasa terganggu. Memenangkan rasa kasih sayang atas amarah juga akan membuat Anda lebih bahagia.

Keluarga bahagia mampu mengatasi anak yang sulit

Keluarga yang bahagia, pada umumnya, menghadapi tantangan yang tidak lebih mudah daripada keluarga yang tidak bahagia. Hanya saja, mereka mengatasinya dengan lebih baik.

Jika Anda memiliki anak, bersiaplah untuk kemungkinan munculnya masa ketika anak-anak sulit dihadapi. Anak-anak adalah makhluk yang tidak dapat diprediksi dan mereka bisa mengejutkan Anda.

Beberapa teman saya memiliki anak laki-laki yang sangat sulit, namun mereka bisa mengatasinya dengan sangat baik. Saya bertanya bagaimana caranya.

“Kami mengikuti pelatihan untuk para orangtua,” kata sang ayah. “Mereka membagi masalah menjadi tiga kategori. Ada

masalah kita sendiri, yang disebabkan oleh orangtua atau anggota keluarga lainnya. Lalu ada masalah bersama, diciptakan oleh anak dan keluarga secara bersama-sama. Lalu ada masalah anak itu sendiri, yang pada dasarnya tidak berhubungan dengan keluarga. Setiap jenis membutuhkan solusi yang berbeda.”

“Ketika kami diberi saran,” tambah istrinya, “kami mendapati bahwa sebagian besar konflik mengalir dari masalah anak kami. Kami dilatih untuk mengubah respons kami, ketika Charles [anak laki-laki mereka] menghadapi masalah. Kami memberikan saran kepadanya dan menyerahkan kepadanya untuk memutuskan apa yang akan dia lakukan. Ini mengurangi konflik keluarga hingga tiga perempatnya; kehidupan keluarga kami menjadi jauh lebih bahagia. Charles lebih bahagia, karena kami berhenti memberitahunya apa yang harus dilakukan sepanjang waktu.”

Keluarga bahagia mengutamakan disiplin, tetapi tidak pernah menghilangkan kasih sayang

Hukuman memang berhasil, tetapi hanya jika batasan perilaku yang ditoleransi benar-benar jelas, sehingga anak tersebut tahu apa yang menyebabkan dia dihukum. Menarik hak istimewa untuk sementara waktu adalah aman dan efektif. Anak-anak dan orangtua juga harus mengerti bahwa hukuman didasarkan pada tindakan anak dan bukan refleksi atas karakter anak. Apa pun yang telah dilakukan anak, jangan pernah menghentikan kehangatan, kasih sayang, dan cinta.

Seorang teman dan pasangannya harus bersusah payah memahami hal tersebut. Mereka memiliki dua anak laki-laki, yang sekarang berada di akhir usia remaja mereka, keduanya cerdas dan menarik. Walaupun demikian, selama bertahun-tahun mereka memiliki masalah besar dengan Daniel, sang anak bungsu.

Ketika berusia 11 tahun, Daniel mencuri sejumlah uang dan berhasil—untuk sementara waktu—mengalihkan tuduhan pada teman sekolah yang tidak bersalah. Ibu Daniel, karena merasa tindakan keras diperlukan, menghentikan perhatiannya terhadap Daniel—selama sebulan, sang ibu menolak berbicara atau berinteraksi dengan Daniel.

Tindakannya terbukti membawa malapetaka. Ketika menyadari kesalahannya, dia mencoba menebusnya dengan kembali memberikan kasih sayang, perhatian, dan tindakan konstruktif selama lima tahun berikutnya. Tapi Daniel, juga seluruh anggota keluarga, terus mengalami masalah yang signifikan, sebagian disebabkan oleh hilangnya cinta pada saat yang sangat sulit tersebut.

Hukuman bukan satu-satunya cara, dan bukan cara yang terbaik, dalam menerapkan disiplin. Ketika dihadapkan pada tangisan, raut muka masam, atau anak yang menuntut, orangtua terpancing untuk menghukum atau mengabdikan keinginan sang anak agar tidak terjadi keributan. Bagaimanapun juga, anak hendaknya diberi pengertian bahwa merengek tidak akan berguna, dan menyampaikannya dengan “wajah tersenyum” bisa menyukkseskan taktik ini. Jika dari usia anak empat tahun Anda lebih banyak menghadiahkan senyuman daripada bentakan dan muka masam, tebaklah apa yang akan dilakukan oleh anak Anda?

Keluarga bahagia berbagi cerita pengantar tidur dan “momen terbaik”

Sekitar 10–20 menit sebelum anak tertidur adalah momen yang paling tak ternilai dan sangat berpengaruh. Membacakan dongeng pengantar tidur dapat menunjukkan cinta dan mengantarkan anak tidur dengan bekal manis untuk bermimpi.

Seorang teman memiliki anak-anak yang sangat menyukai cerita pengantar tidur mereka, karena sang ayah membuat cerita dengan mereka sebagai tokoh utamanya. Anda pun dapat menyusun cerita terlebih dulu atau meminta teman yang imajinatif untuk mendapatkan gagasan.

Ide bagus lainnya adalah dengan bertanya kepada anak-anak Anda, “Apa yang kalian suka dari aktivitas seharian tadi?” Jika mereka mengingat semua hal yang baik, mereka akan tidur dalam kerangka berpikir yang damai dan puas. Beberapa psikolog meyakini bahwa latihan ini dapat membantu anak-anak melawan depresi.

Pada saat bersamaan ajarkan nilai-nilai yang berlaku saat ini, secara langsung kepada anak-anak karena hal ini pun dapat memperkuat ikatan Anda dengan mereka. Jadikanlah ini kebiasaan sehari-hari. Usaha yang Anda keluarkan sangat kecil, namun imbal baliknya sangat besar.

Teman-teman

Selain keluarga, siapa yang kematiannya bakal membuat Anda sangat sedih? Hitunglah jumlahnya. Mereka adalah teman-teman dekat Anda, 20 persen yang menyumbang 80 persen makna dan nilai untuk Anda.

Kebanyakan orang mendapatkan 10 nama atau kurang dari itu, meski biasanya mereka mengenal 100 atau 200 orang. Buku alamat saya mencantumkan 207 teman, tapi hanya 18 yang benar-benar penting bagi saya. Teman-teman ini kurang dari 9 persen dari jumlah total, namun memberi saya setidaknya 90 persen “kebahagiaan dalam persahabatan”.

Cari tahu berapa banyak waktu yang Anda habiskan bersama teman-teman dekat Anda dan dengan teman-teman lainnya. Anda mungkin akan terkejut. Anda cenderung menghabiskan waktu dengan tetangga yang merupakan teman biasa daripada teman terbaik Anda jika mereka berada di kota yang jauh. Anda mungkin akan lebih bahagia jika keadaannya adalah sebaliknya.

Cobalah untuk tinggal di dekat teman-teman terbaik Anda. Bagaimanapun, sering-seringlah mengunjungi mereka.

Cara 80/20 menuju cinta yang lebih besar

Langkah 1: Fokuskan pada tujuan 80/20 Anda

Sewaktu Anda menjawab pertanyaan di halaman berikut, ingatlah bahwa lebih sedikit adalah lebih banyak—jadikanlah

diri Anda lebih selektif dan berfokus pada apa yang sebenarnya penting dalam hidup Anda.

TUJUAN 80/20 SAYA UNTUK MENDAPATKAN CINTA YANG LEBIH BESAR

1. Apakah saya ingin dan perlu mencari orang untuk dicintai?
2. Apakah saya ingin membuat orang tertentu menjadi kekasih saya?
3. Apakah saya perlu melakukan hal-hal secara berbeda untuk memastikan kekasih saya selalu bersama saya?
4. Apakah saya menginginkan keluarga yang bahagia? Apakah saya siap dengan komitmen dan tindakan yang dibutuhkan untuk membesarkan anak dengan bahagia?
5. Apakah saya ingin lebih sering bertemu teman-teman terbaik saya ?

Langkah 2: Temukan rute 80/20

Bagaimana Anda bisa mendapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit—komitmen dan cinta yang lebih mendalam, dengan sedikit kecemasan dan upaya?

RUTE 80/20 SAYA UNTUK CINTA YANG LEBIH BESAR

1. Jika saya tidak memiliki kekasih dengan komitmen penuh, bagaimanakah tipe orang yang ingin saya cintai untuk jangka panjang:

Apakah saya menginginkan orang yang yakin?

Apakah saya menginginkan orang yang optimis?

Apakah saya menginginkan seseorang yang bisa menghindari kritik yang keras dan pertengkaran?

Apakah saya menginginkan seseorang yang setuju dengan nilai dasar yang saya anut?

Apa sajakah nilai-nilai itu?

2. Apakah saya mengenal seseorang yang saya inginkan sebagai kekasih saya?

Apakah mereka orang yang yakin?

Apakah mereka optimistis?

Apakah mereka mampu menghindari kritik dan argumentasi yang keras?

Apakah mereka menganut nilai dasar yang sama dengan nilai dasar saya?

3. Di manakah tempat yang paling mungkin bagi saya untuk menemukan kekasih yang tepat?

Tindakan apa yang bisa saya lakukan untuk mendapatkannya?

Langkah-langkah apa yang akan memberi saya hasil terbaik sesuai dengan kemampuan saya, dan langkah manakah yang paling saya sukai?

4. Apakah saya mengetahui beberapa hal yang membuat kekasih saya bahagia?
(Coba tanyakan pada kekasih Anda!)

Apa sejumlah kecil langkah yang perlu saya ambil setiap hari atau setiap minggu untuk memenuhi kebutuhan utama kekasih saya?

5. Dapatkah saya membangun keluarga yang bahagia?

Dapatkah saya mempraktikkan spiral cinta?

Dapatkah saya memberikan lebih banyak umpan balik positif daripada negatif?

Dapatkah saya selalu hadir untuk anak-anak saya dan selalu menyediakan waktu saya?

Apakah pasangan saya dan saya bisa bersatu dan saling mencintai?

Bisakah saya mengatasi keadaan terburuk atau anak yang sulit, namun tetap mencintainya?

Dapatkah saya menerapkan standar tertentu tanpa menghilangkan cinta?

Apakah saya menghabiskan waktu bersama anak saya selama 15 menit menjelang ia tidur?

6. Jika saya ingin lebih sering bertemu teman-teman terbaik saya, bagaimana saya mengatur hal ini?

Rute mana yang memberi saya solusi terbaik dengan usaha dan biaya paling sedikit?

Norma-norma modern sering kali tidak sesuai dengan kebutuhan terdalam kita akan cinta dan kasih sayang. Dalam mengejar lebih banyak dengan lebih banyak, banyak orang “paling sukses” menempatkan pekerjaan dan karier mereka di urutan pertama, dan mencoba mengisi lubang emosional yang tercipta dengan memperluas jumlah dan variasi hubungan yang dapat mereka nikmati. Tak pelak lagi, sebagian besar hubungan ini hanyalah hubungan palsu dan tidak memuaskan. Ketika mencurahkan energi ke sejumlah besar jalinan hubung-

Langkah 3: Ambil tindakan 80/20

TINDAKAN 80/20 UNTUK CINTA YANG LEBIH BESAR

Apa sajakah tiga tindakan terpenting yang harus saya ambil sekarang?

Tindakan 1:

Tindakan 2:

Tindakan 3:

Dari mana saya dapat mengambil energi dari hubungan yang tidak penting untuk digunakan pada tiga tindakan utama saya?

an dan pekerjaan, mereka sesungguhnya telah menghilangkan makna dan kebahagiaan yang didapat dari beberapa jalinan hubungan keluarga dan satu hubungan asmara.

Untuk jalinan hubungan, bagaimanapun juga, lebih sedikit adalah lebih banyak.

nbbook only member

8

Hidup yang Sederhana dan Indah

Kemampuan untuk menyederhanakan berarti kemampuan untuk menyingkirkan hal-hal yang tidak perlu, sehingga hal-hal yang perlu dapat terlihat.

—seniman Hans Hofmann

Sambil memikirkan makan siang apa yang akan disantapnya, pebisnis yang tengah berlibur itu memandang lautan yang tenang dan biru. Sebuah kapal kecil, bermuatan seekor ikan tuna sirip kuning besar, berlabuh di dekat desa Meksiko yang indah itu. Seorang nelayan melompat ke darat.

“Itu hasil tangkapan yang luar biasa,” kata turis itu. “Berapa lama waktu yang Anda butuhkan untuk menangkapnya?”

“Tidak terlalu lama,” jawab orang Meksiko itu.

“Mengapa Anda tidak berada di lautan lebih lama agar mendapat lebih banyak ikan?”

“Itu sudah cukup untuk kebutuhan keluarga saya.”

“Apa yang Anda lakukan dengan sisa waktu Anda?”

“Tidur larut malam, sedikit memancing, bermain dengan anak-anakku, makan siang, tidur siang dengan Maria, istriku, berjalan-jalan di desa setiap malam, minum anggur, bermain gitar dan kartu bersama teman-teman—sebuah kehidupan yang memuaskan dan penuh warna, Tuan.”

“Saya rasa saya dapat menolong Anda,” kata si turis, mengerutkan hidungnya. “Saya lulusan Harvard bergelar MBA, dan inilah saran yang akan Anda dapatkan di sekolah bisnis. Memancinglah lebih sering lagi, beli kapal yang lebih besar, dapatkan uang lebih banyak, lalu beli beberapa kapal lagi sampai Anda memiliki armada. Jangan jual hasil tangkapan Anda ke perantara, tapi jual langsung ke perusahaan pengolah ikan, sampai akhirnya Anda membuka pabrik pengalengan ikan sendiri. Anda yang akan mengontrol produk, produksi, dan distribusinya. Anda juga bisa meninggalkan kota kecil ini, pindah ke Mexico City, lalu Los Angeles, bahkan mungkin akhirnya ke New York untuk menjalankan perusahaan Anda yang berkembang.”

“Tapi Tuan, berapa lama waktu yang dibutuhkan?”

“Lima belas, dua puluh tahun.”

“Setelah itu apa, Tuan?”

“Bagian yang terindah,” sang pebisnis tertawa. “Saat waktunya tiba, Anda dapat berlayar ke pasar modal dan menghasilkan jutaan dolar.”

“Hmm, jutaan kata Anda. Lalu apa lagi, Tuan?”

“Lalu Anda bisa pensiun dan pulang. Pindah ke sebuah desa yang indah di tepi laut, tidur larut malam, sedikit meman-

cing, bermain dengan anak-anak Anda, tidur siang dengan istri Anda, berjalan-jalan di desa setiap malam, minum anggur, dan bermain gitar dan kartu bersama teman-teman Anda.”

Apa hidup yang indah itu?

Tiga abad sebelum Masehi, para filsuf Yunani memperdebatkan apa saja yang membuat hidup menjadi indah. Mungkin pandangan yang paling meyakinkan berasal dari Epicurus, yang mempraktikkan nasihatnya sendiri dan hidup dengan sangat bahagia.

“Aku tidak tahu bagaimana aku bisa membayangkan kehidupan yang indah,” katanya, “jika aku mengenyahkan kenikmatan rasa, jika aku mengenyahkan kenikmatan seksual, kenikmatan mendengar, atau emosi-emosi manis yang timbul karena melihat segala bentuk yang indah.”

Epicurus mengatakan bahwa segala yang kita butuhkan untuk kebahagiaan adalah:

- Makanan, tempat berlindung, pakaian
- Teman-teman
- Kebebasan
- Pemikiran

“Untuk menjalani kehidupan dengan bahagia,” ujarnya, “cara yang terbaik sejauh ini adalah dengan memiliki persahabatan...dengan sejumlah sahabat sejati.” Dia membeli rumah di

luar Athena dan menempatnya bersama tujuh teman. “Tidak pernah makan sendiri,” sarannya, “makan bersama teman jauh lebih menyenangkan.”

Lingkaran pertemanan Epicurus menghargai kebebasan. Untuk menghindari pekerjaan yang tidak menyenangkan, mereka membentuk komunitas. Mereka menanam kol, bawang, dan *artichoke*, dan menikmati kebebasan mereka. Mereka bertukar gagasan dan menulis buku. Hidup itu sederhana, jauh dari kemewahan, tapi sepenuhnya memuaskan. “Dengan makanan dan minuman mewah,” kata Epicurus, “tidak berarti tubuh menjadi sehat atau bebas dari penyakit. Kita harus memperlakukan kekayaan secukupnya saja karena tidak ada gunanya mengisi air ke dalam wadah yang sudah penuh hingga meluap.”

Epicurus dan kawan-kawannya percaya bahwa *lebih sedikit adalah lebih banyak*. Perbandingkan hal ini dengan penekanan *lebih banyak dengan lebih banyak* di zaman modern. Sebuah survei baru-baru ini terhadap pelanggan AOL menanyakan berapa banyak lagi uang yang mereka butuhkan agar terbebas dari kekhawatiran terhadap masalah keuangan. Ternyata mereka yang berpenghasilan lebih dari \$100.000 berpikir bahwa mereka membutuhkan jauh lebih banyak uang daripada mereka yang berpenghasilan di bawah \$40.000. Para penerima penghasilan tinggi itu memiliki kecenderungan lima kali lebih besar untuk mengatakan bahwa mereka memerlukan penghasilan tahunan sedikitnya \$90.000 lagi. Hal ini cukup

menunjukkan kepada kita bahwa begitu kita mengejar lebih banyak dengan lebih banyak, kita tidak akan pernah bisa menang, tidak akan pernah puas.

Bukanlah keserakahan bawaan yang mendorong kita untuk menginginkan lebih banyak dengan lebih banyak, melainkan struktur kehidupan modern dan segala asumsinya yang memaksa dan membahayakan. Kehidupan modern menekankan bahwa kesuksesan berarti lebih banyak uang, bahwa lebih banyak uang berarti lebih banyak bekerja, bahwa hanya ada jalur cepat dan jalur lambat, dan jalur cepat mengharuskan kita untuk merencanakan usaha besar untuk mendapatkan hasil yang besar. Kita khawatir terhadap keadaan kita, sehingga bekerja lebih dari keinginan kita, membeli lebih dari yang bisa kita hargai, dan kita menjauhkan diri dari kegembiraan sederhana akan cinta yang romantis, keluarga, teman, dan waktu yang berlimpah.

Tapi bagaimana jika kita *benar-benar bisa* mendapatkan lebih banyak dengan lebih sedikit? Kita akan bisa mengalami bagian-bagian yang menakjubkan dari kehidupan modern—tantangan pekerjaan yang menarik, penemuan bakat-bakat kita, materi yang berlimpah—sekaligus menikmati kendali atas waktu kita dan hubungan personal yang berharga. Kita memusatkan perhatian pada aktivitas bernilai tinggi—baik untuk orang lain maupun diri sendiri—dan membuang aktivitas yang sepele. Kita menyederhanakan, kita memurnikan, kita mengintensifkan, dan kita relaks, semua dalam satu waktu.

Lebih banyak dengan lebih banyak adalah seperti cerita anak-anak *The Emperor's New Clothes*, Jubah Baru Sang Kaisar.

Semua orang menganggap lebih banyak dengan lebih banyak adalah cara yang tepat untuk hidup, meski tidak satu pun orang yang mencari diri sejatinya melihat manfaatnya. Sebagian besar dari kita sepakat bahwa jubah kaisar itu sangat indah. Namun, dalam diri kita masing-masing, kita bisa sewaktu-waktu melontarkan apa yang sesungguhnya kita ketahui dan rasakan: bahwa sang kaisar tidak mengenakan pakaian. Lebih banyak dengan lebih banyak mengarah pada kurangnya persaudaraan dan kebahagiaan; lebih banyak dengan lebih sedikit mengarah pada kehidupan dengan kualitas yang lebih tinggi, lebih layak, dan kepuasan yang mendalam.

Karena mengejar lebih banyak dengan lebih sedikit berlawanan dengan kehidupan modern, kita harus mengambil keputusan cermat untuk melangkah keluar dari perangkap lebih banyak dengan lebih banyak. Mengapa ini tampak begitu sulit? Kemungkinannya ada tiga alasan:

- ❑ Keinginan kita tidak terbatas dan kontradiktif. Kita gelisah, ambisius, dan dikondisikan untuk berpikir bahwa lebih banyak adalah lebih baik.
- ❑ Kita membandingkan diri kita dengan orang lain. Melihat beberapa teman kini lebih kaya, kita tidak mau ketinggalan. Jika tetangga punya mobil baru, saya juga ingin punya, meski saya sangat bahagia dengan mobil yang lama. Bahkan jika saya cukup beruntung untuk memiliki sebuah *yacht* (kapal pesiar kecil), saya akan mengingat bahwa pemilik dermaga sebelah baru saja membeli *yacht* lebih besar dengan radar yang lebih kuat.

- ❑ Banyak di antara kita percaya bahwa ambisi, usaha, dan perjuangan adalah hal yang bagus, bahwa kita harus mengembangkan kemampuan dan meraih impian. Kita merasa bersalah jika tidak bersaing, berjuang untuk menjadi lebih maju.

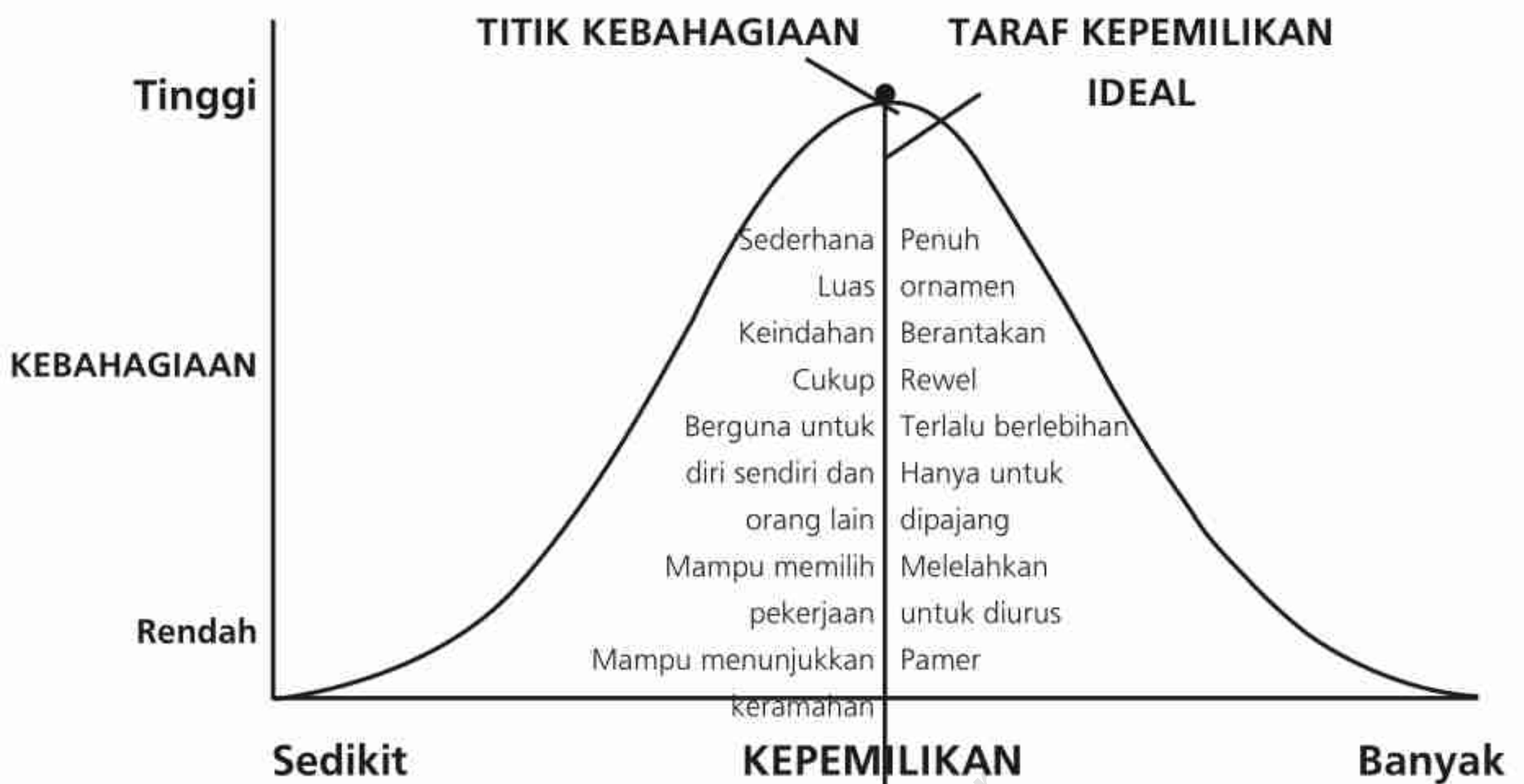
Meskipun demikian, Anda dapat meninggalkan perangkat dengan hati ringan, karena:

- ❑ Sebagian besar keinginan kita hanya melahirkan kebahagiaan sesaat. Untuk mewujudkan kebahagiaan, kita perlu mengerucutkan keinginan-keinginan kita, mengurangnya sampai menjadi sejumlah kecil yang paling penting bagi kita dan membahagiakan kita. Saat keinginan-keinginan lain turut serta, kita singkirkan mereka, bukan karena mereka tidak baik, melainkan kita tahu mereka tidak akan membuat kita bahagia. Kita berhenti merasa khawatir. Kita melakukan penyederhanaan.
- ❑ Membandingkan barang-barang yang kita punya dengan milik tetangga sama tuanya dengan umur umat manusia—Adam dan Hawa tanpa ragu membandingkan daun ara mereka, dan perintah kesepuluh Musa melarang untuk menginginkan rumah, istri, pelayan rumah, pasangan, lembu, atau keledai milik tetangga—tetapi masyarakat konsumtif mengangkat godaan tersebut dalam bentuk seni. Industri periklanan dan pemasaran telah membuat kita kecanduan untuk membandingkan dan memperoleh barang—perekonomian kita berputar di atas perlombaan tanpa tujuan dan tanpa akhir untuk mendapatkan lebih banyak.

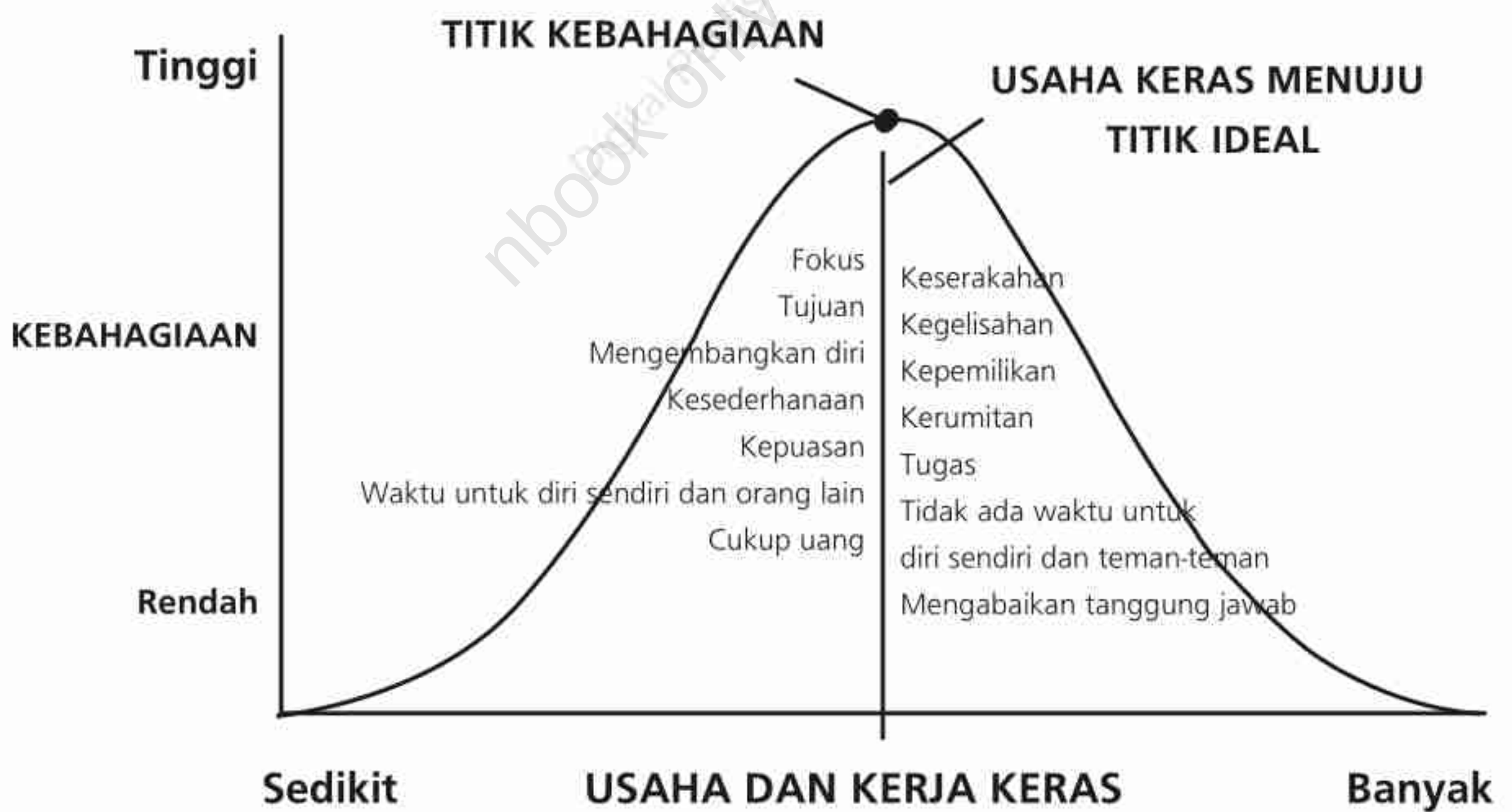
Jika kita harus membandingkan diri kita dengan tetangga, apakah lebih baik untuk membandingkan kekayaan atau kebahagiaan? Musa bisa saja berkata, “Ayolah kawan-kawan, inginkan apa pun yang kalian suka, tapi sadarilah bahwa sudah terbukti secara ilmiah bahwa kepemilikan barang-barang tidak membawa kalian kepada kebahagiaan. Sekarang, apakah kalian lebih suka memiliki banyak rumah, budak, dan ternak, atau menjadi bahagia?”

Apakah barang-barang milik Anda terlalu sedikit atau terlalu banyak? Akankah kebahagiaan jangka panjang Anda meningkat jika Anda menambahkan kerumitan atau menyederhanakan? Apakah Anda menggunakan semua barang milik Anda? Untuk menjawabnya, lihat di lemari Anda—sudahkah Anda menyederhanakan lemari pakaian Anda sampai pada titik lemari itu hanya berisi pakaian yang sering Anda kenakan, atau dipenuhi dengan 80 persen pakaian yang Anda kenakan dalam kurang dari 20 persen waktu Anda?

- ❑ Mengembangkan dan meningkatkan kemampuan diri adalah hal yang positif: kita menjadi lebih bahagia, lebih mempunyai ciri khas, dan lebih terbiasa dengan orang lain. Tapi bekerja hingga kita menjadi begitu stres, kurang memiliki waktu luang, cepat marah, dan tidak bahagia adalah hal yang konyol. Kita melakukan berbagai hal dengan baik ketika kita relaks dan berfokus. Kita memberikan kebahagiaan besar kepada mereka yang kita cintai saat kita sendiri merasa bahagia. Kita menjadi sangat bahagia saat kita mampu menyederhanakan hidup kita dengan hanya memusatkan perhatian pada hal-hal penting yang paling berdampak bagi diri kita.



Gambar 13. Titik kebahagiaan untuk kepemilikan



Gambar 14. Titik kebahagiaan untuk usaha dan kerja keras

Titik kebahagiaan adalah derajat usaha dan perjuangan yang membuat kita merasa paling bahagia dalam jangka waktu lama. Di manakah Anda pada kurva tersebut? Anda merasa lebih bahagia dan berkembang dengan lebih banyak atau lebih sedikit perjuangan?

Untuk keluar dari perangkap, Anda harus sungguh-sungguh berhenti—secara tegas menolak seluruh kekhawatiran dan kerumitan kehidupan modern, dan sebagai gantinya mengukir hidup kita sendiri yang sederhana dan indah, dengan keyakinan bahwa kita bisa menciptakan lebih banyak dengan lebih sedikit.

ANN MENEMUKAN KEHIDUPAN YANG SEDERHANA DAN INDAH

Ann adalah seorang teman dekat. Di usia dua puluhan dia menjadi seorang *account executive* yang sukses dalam dunia periklanan. Pada usia 29, tiba-tiba dia berubah haluan. Dia berhenti dari pekerjaannya dan tidak pernah bekerja lagi. Selama 10 tahun dia menyederhanakan hidupnya untuk berfokus pada hal-hal yang ingin dia lakukan, berbagai kegiatan kreatif atau yang lainnya.

“Saya sedang bersenang-senang dalam dunia periklanan,” katanya pada saya, “dan menghasilkan banyak uang. Suatu hari saya duduk dan bertanya pada diri sendiri apa sesungguhnya yang ingin saya lakukan dalam hidup. Jawabannya jelas. Saya ingin melukis, memahat, menulis musik, dan bermain piano. Belajar bermain instrumen musik lainnya. Melakukan proyek-proyekku sendiri.

“Saya tidak ingin meniti karier di perusahaan, terjebak dalam kemacetan menuju kantor dan pulang, bekerja untuk seorang atasan, memperebutkan kesuksesan. Lebih enak bekerja di rumah, mengendalikan waktu saya, bebas melangkah di bawah sinar matahari, mengunjungi teman. Yang terpenting adalah mengembangkan sisi kreatif saya dan memperhatikan saya akan dibawa ke mana oleh kreativitas itu.

“Saya pindah dari rumah besar dan membeli sebuah apartemen studio yang cantik dengan satu kamar, dengan lantai mezanin yang indah di bawah langit-langit kaca. Orangtua saya marah besar, terutama Ayah. Mereka telah banyak berkorban supaya saya bisa masuk ke universitas, dan sangat bangga dengan kemajuan dan gaya hidup saya. Namun, mereka tidak mengerti bahwa saya harus mengikuti jalan saya sendiri. Saya tidak ingin mati kaya dengan menyimpan keinginan menjalani hidup seperti yang saya dambakan. Mereka terus bertanya dari mana saya akan mendapatkan uang.

“Pertanyaan yang bagus. Ketika saya menghasilkan banyak uang, saya juga menghabiskan banyak uang. Saya punya tabungan, tapi uangnya untuk membayar deposit studio saya. Namun, saya segera menyadari bahwa saya tidak perlu menghabiskan banyak uang. Tidak ada ongkos untuk pergi ke kantor, tidak butuh mobil sport yang berkilau, atau pakaian mahal untuk membuat klien terkesan. Tidak perlu makan di restoran mewah. Setahun pertama setelah berhenti dari pekerjaan, penghasilan saya hanya sepertiga dari penghasilan sebelumnya. Tapi pajak saya turun drastis, dan saya bisa hidup dengan menjual potret dan patung orang-orang dan keluarga. Intinya adalah—dengan melakukan hal-hal yang saya inginkan, saya merasa jauh lebih bahagia.

“Saya mencoba berbagai cara untuk menghasilkan uang, tapi dengan satu syarat—bahwa saya harus menikmatinya sekaligus bisa mengekspresikan diri saya. Anehnya, dalam lima tahun terakhir saya sudah mulai menghasilkan banyak uang lagi, dengan berwiraswasta dan melakukan persis apa yang saya pilih.”

Bagaimana meninggalkan perangkat lebih banyak dengan lebih banyak

Keputusan untuk mencari lebih banyak dengan lebih sedikit memang sulit, karena kita harus melepaskan semua asumsi yang keliru tentang kehidupan modern. Namun, setelah membuat komitmen terhadap prinsip lebih sedikit adalah lebih banyak, proses pencariannya tidak terlalu sulit.

Mengapa? Ini adalah proses pengurangan. Kita tidak perlu berbuat lebih banyak—kita perlu berbuat lebih sedikit. Kita tidak harus mencapai hal yang tidak diketahui. Kita bisa menyederhanakan kembali ke bagian terbaik dan paling memuaskan dalam kehidupan yang sudah kita miliki.

Kita tidak berusaha untuk mendapatkan lebih banyak. Kita tidak perlu lagi menggapai. Kita melepaskan semuanya, menjadi relaks. Kebahagiaan alami dalam diri kita terpancar.

Kita tidak berusaha untuk melakukan lebih banyak “kebiasaan efektif”. Kita membuang kebiasaan yang tidak cocok untuk kita. Kita berhenti meluangkan waktu untuk apa pun yang tidak memberi kita kebahagiaan dan kepuasan, yang tidak perlu bagi kehidupan kita atau bagi kebahagiaan orang-orang yang kita sayangi.

Kita tidak perlu mengatakan “ya” ketika orang meminta kita melakukan sesuatu. Kita cukup bertanya kepada diri sendiri, “Apakah ini sesuatu yang ingin aku lakukan, apakah ini bagian dari kehidupan yang aku inginkan?” Jika tugas tersebut tidak berkaitan dengan tujuan kita, kita katakan “tidak.” Kita melakukan lebih sedikit. Kita menikmati lebih banyak.

Kita membuang barang-barang dari daftar keinginan. Lebih sedikit bekerja. Lebih sedikit belanja. Membereskan lemari yang berantakan. Memberikan barang-barang yang tidak kita butuhkan kepada orang lain. Mendaur ulang barang-barang tersebut. Membuang perasaan marah atau tertekan. Menyudahi perasaan kesal. Memaafkan musuh kita atau, lebih berat lagi, teman kita!

Berhenti membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Puaslah dengan menjadi bahagia. Bahagia dengan apa yang kita miliki. Berhentilah berjuang mengejar hal-hal yang membuat kita gelisah dan tidak bahagia.

Perbaiki hidup kita. Hentikan semua pertemuan, perjalanan, dan jalinan hubungan yang tidak memuaskan. Jika sesuatu tidak membawa hasil, berhentilah.

Kehidupan modern bisa saja menganjurkan pelatihan yang mahal dan sulit untuk mengatasi masalah. Seorang psikiater, guru, atau ahli motivasi seharusnya melatih kita agar lebih baik dalam mengatasi stres dan perilaku buruk kita. Ini seperti mempelajari semua hal tentang ular untuk dapat berhadapan dengannya dengan lebih baik.

Mengapa harus bersusah payah? Sebaliknya, buang atau hindari “sarang ular” kita, yaitu bagian kehidupan yang kita

tangani dengan buruk. Lebih sedikit adalah lebih banyak—buang bagian yang penuh dengan stres dan tidak memberi kepuasan dalam hidup kita. Selalu ada jalan, jika kita bertekad untuk melakukannya.

Saya mempunyai rumah di Spanyol. Saya pergi ke sana setiap beberapa bulan sekali, untuk melarikan diri dari segala urusan bisnis, untuk fokus berpikir dan menulis. Saya membatasi serbuan informasi yang masuk:

- Tidak ada radio atau TV.
- Hanya sedikit panggilan telepon—sebuah nomor rahasia, sebuah telepon, tidak ada telepon cadangan, tidak ada telepon seluler. Yang membuat saya senang, jaringan teleponnya sering rusak.
- Mengunjungi segelintir teman yang benar-benar ingin saya temui.
- Membaca surat kabar hanya pada hari Sabtu.

Hasilnya? Saya menulis tiga atau empat kali lebih cepat, dan saya bisa berpikir dengan jauh lebih baik dibandingkan dengan di tempat lain. Saya sangat menyukai kehidupan sederhana saya di Spanyol. Saya menikmati setiap jamnya—menulis, bersepeda melintasi pegunungan, bermain tenis, makan malam bersama teman-teman. Kehidupan sederhana. Ritual yang manis setiap harinya. Sangat murah.

Pikirkan hal-hal sederhana, ekonomis, yang membuat Anda bahagia. Kemukakanlah ide-ide untuk menyederhanakan hidup Anda dan lihat bagan kesenangan Jane di halaman berikut.

Bagaimana dengan lebih sedikit kesenangan yang mahal dan lebih banyak lagi yang sederhana? Gambarlah bagan kesenangan Anda sendiri di tempat kosong yang tersedia di halaman selanjutnya.

HIDUP SEDERHANA BERARTI
LEBIH SEDIKIT...

pekerjaan yang tidak Anda sukai dan tidak kuasai

tugas yang harus diselesaikan
rutinitas

aktivitas dengan imbal balik yang rendah
waktu untuk menunggu atau merasa
khawatir

bertemu orang-orang yang tidak Anda sukai

tempat-tempat yang tidak Anda suka
panggilan telepon
melakukan perjalanan dan pergi-pulang
bekerja

berkendara

olahraga yang tidak Anda sukai

krisis

melakukan hal yang sulit daripada yang mudah

informasi yang melimpah

menghabiskan uang

kebiasaan yang tidak terlalu Anda sukai
melakukan hal besar yang membuat
sedikit perubahan

DAN LEBIH BANYAK ...

pekerjaan yang Anda sukai dan kuasai

bersenang-senang dan berekreasi
kejutan

aktivitas dengan imbal balik yang tinggi
kegiatan yang Anda sukai

bertemu teman-teman baik

tempat-tempat yang Anda sukai
waktu untuk berpikir
kedamaian dan ketenteraman

berjalan dan bersepeda

olahraga yang Anda sukai

berpikir untuk menghindari krisis

melakukan hal-hal yang mudah

informasi yang sesuai dengan minat
memberi orang lain, mendaur ulang
ritual harian yang sangat Anda sukai
melakukan hal-hal kecil yang membuat
perubahan besar

Berbagai gagasan untuk menyederhanakan hidup Anda



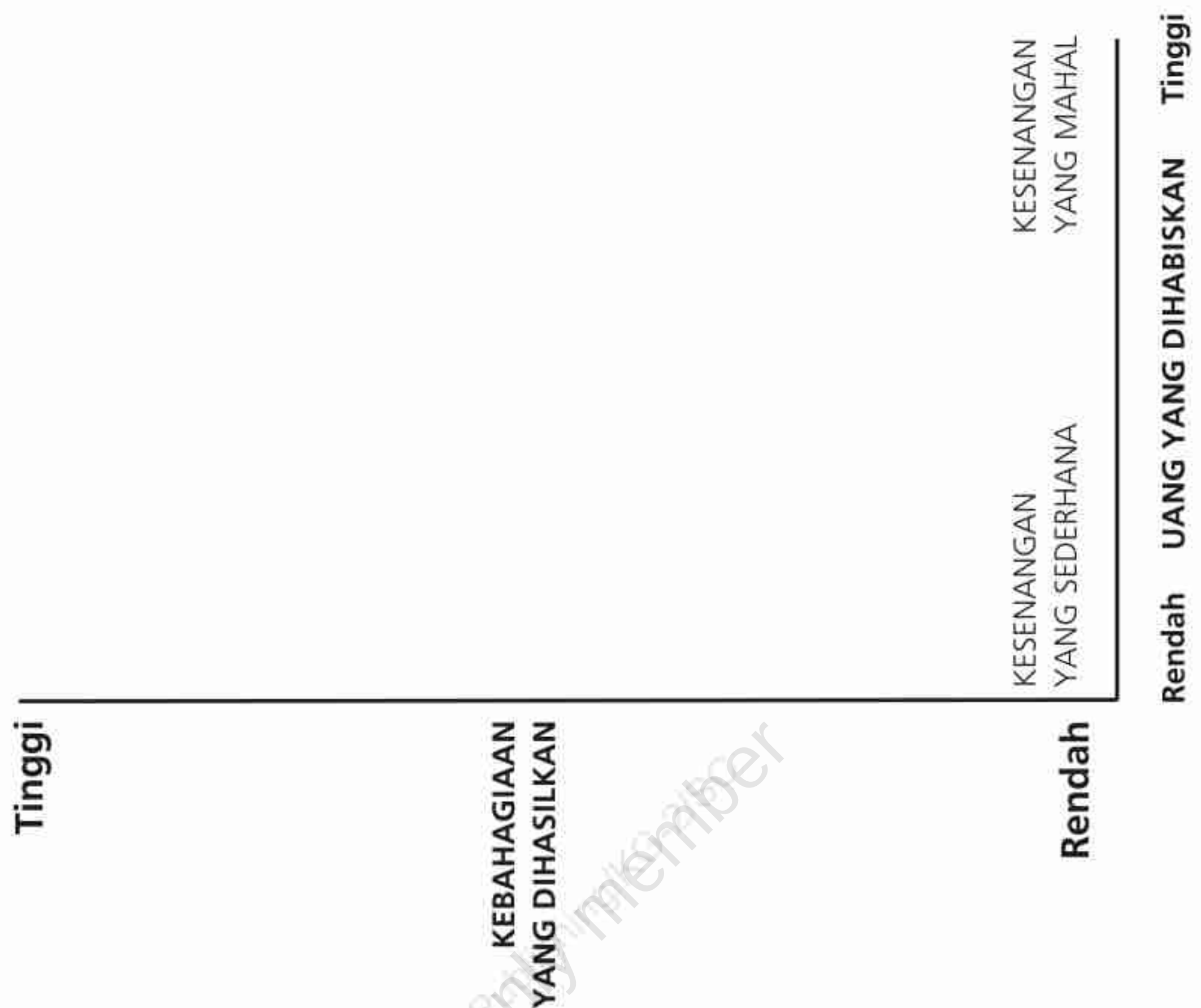
Gambar 15. Bagan kesenangan Jane

Cara 80/20 menuju hidup sederhana dan indah

Langkah 1: Fokuskan pada tujuan 80/20 Anda

Apa hidup sederhana dan indah yang ideal bagi Anda?

Bagaimana agar hidup Anda menjadi lebih sederhana? Bagaimana hidup sederhana Anda yang ideal berbeda dari hidup Anda sebelumnya?



Gambar 16 Bagan kesenangan Anda

Langkah 2: Temukan rute 80/20

Tantangannya adalah menemukan sesuatu yang lebih baik juga sederhana, menawarkan lebih banyak dengan lebih sedikit. Untuk mempermudahnya, hilangkan hal-hal dalam hidup Anda yang menyebabkan kekhawatiran atau kejengkelan yang tidak perlu, yang memberi sedikit manfaat dibandingkan dengan energi atau waktu yang Anda keluarkan untuk itu. Hilangkan kekhawatiran terhadap pilihan atau ambisi yang terlalu banyak—untuk menghindari terjadinya fokus yang berlebihan ataupun fokus yang kurang memadai pada sasaran dan tujuan.

Hindari kelemahan-kelemahan Anda

Apa saja kelemahan-kelemahan pribadi Anda?

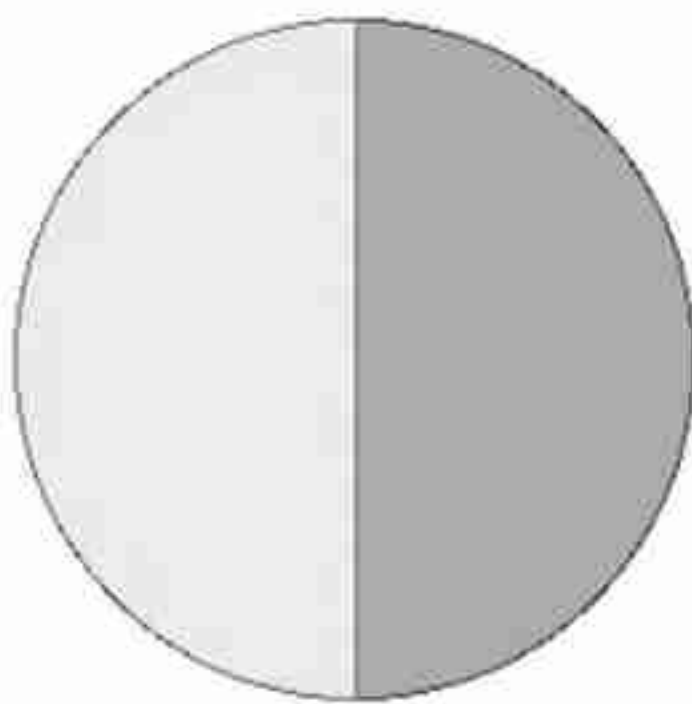
Apa yang bisa Anda lakukan untuk menghindari kelemahan-kelemahan itu, atau menghindari terlalu banyak waktu berada di dalamnya?

Cara 50/5: Menyingkirkan hal-hal yang tidak penting

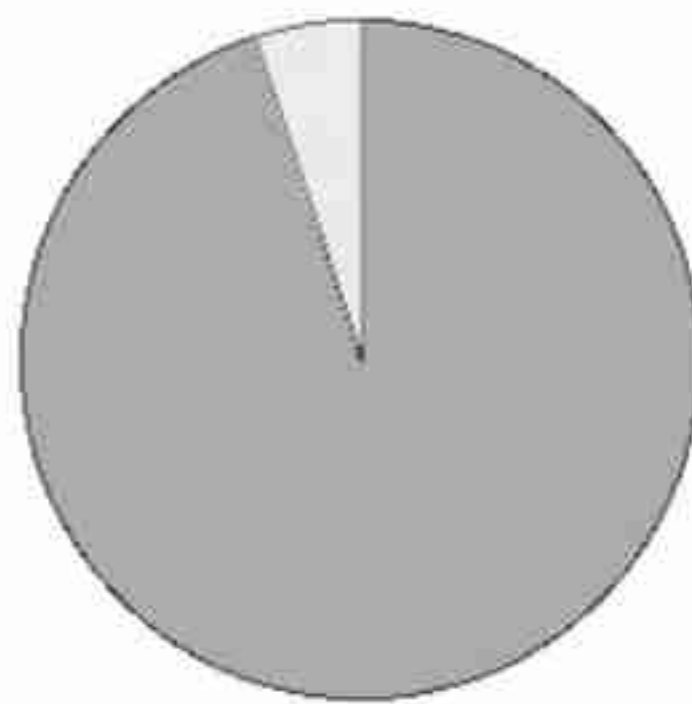
Setelah melepaskan diri dari hal-hal negatif, mari kita membuang banyak hal dalam hidup yang menyita energi kita, tetapi hampir tidak memberi imbal balik apa pun.

Cara 80/20 memiliki sahabat dekat—Cara 50/5. Lima puluh persen dari apa yang kita lakukan biasanya menghasilkan sedikit (5 persen) kebahagiaan dan hasil.

MEMBUAT PENGHIDUPAN DAN KEHIDUPAN



Aktivitas-aktivitas
dalam hidup kita



Kebahagiaan dan hasil



50% teratas dari
semua aktivitas



membawa kita ke



95% dari hal-hal
yang baik untuk kita



50% terbawah dari
semua aktivitas



membawa kita ke



hanya 5% dari
hal-hal yang baik
untuk kita

Gambar 17. Cara 50/5

Kegiatan apakah yang mengacaukan hidup Anda dan menghasilkan sedikit kebahagiaan atau imbal balik?

Bagaimana Anda bisa memilah-milah kegiatan tersebut?

Di antara daftar kemewahan yang mahal, manakah yang bisa Anda ganti dengan yang sederhana dan tidak mahal?

Lebih banyak kemewahan
yang sederhana berikut ini

Lebih sedikit kemewahan
yang mahal berikut ini

Bagaimana cara Anda akan melakukannya?

Dapatkah Anda membayangkan sebuah kehidupan ketika hampir setiap hari penuh dengan kemewahan sederhana yang Anda sukai?

Bagaimana Anda bisa melangkah menuju kehidupan ideal ini?

Langkah 3: Lakukan tindakan 80/20

Apa saja tiga langkah tindakan segera dan sederhana untuk menuju tujuan Anda—langkah-langkah yang akan membawa Anda lebih jauh ke arah hidup sederhana dan indah hanya dengan sedikit energi?

Tindakan 1:

Tindakan 2:

Tindakan 3:

Apakah Anda akan memulainya hari ini atau minggu ini?

Ketika Anda selesai melakukan langkah-langkah ini, ambil tiga langkah lagi...sampai Anda mencapai *la dolce vita*, sebuah kehidupan yang menantang dan mengembangkan diri Anda di jalan yang Anda inginkan, bebas dari kekhawatiran dan tirani konsep lebih banyak dengan lebih banyak. Saat kita menyadari bahwa lebih sedikit adalah lebih banyak dan berfokus pada sejumlah hal penting, *selalu* ada kemungkinan untuk menemukan lebih banyak dengan lebih sedikit—sebuah kehidupan profesional dan personal yang sederhana, menyegarkan, dan dibangun di atas kegiatan yang masing-masing kita sukai.

nbok only member

Bagian III

Mewujudkan Semuanya

nbook only member

nbok only member

9

Kekuatan dari Melakukan Lebih Sedikit Tindakan

Jika melakukan sesuatu adalah semudah mengetahui hal-hal yang baik untuk dilakukan, kapel akan menjadi gereja dan gubuk orang miskin akan berubah menjadi istana pangeran.

---William Shakespeare, *The Merchant of Venice*

Julie dan Sandra adalah sepasang kembar identik yang sangat pemalu. Suatu hari seorang teman mereka akan mengadakan pesta, dan mereka sangat ingin untuk hadir dalam pesta tersebut. Jadi, mereka memutuskan untuk membuang rasa malu mereka. Keduanya segera mendatangi bagian buku-buku peningkatan kepribadian di sebuah toko buku lokal.

Julie membeli buku laris tentang pikiran positif yang ditulis oleh seorang motivator terkenal. Dia belajar untuk menekan rasa malunya. Kapan pun dia merasa malu, *cling*, dia harus mengusir pikiran itu. Dia harus berkata kepada dirinya sendiri

bahwa dia bukan lagi seorang pemalu, bahwa di dalam kepribadian introvernya ada seorang ekstrover yang bisa dibebaskan.

Di sore hari saat pesta tersebut diadakan, Julie berubah pikiran. Dia berpikir, “Saya selalu merasa canggung di dalam pesta, lebih baik tidak usah pergi.” Tetapi dia mencoba untuk memunculkan beberapa pikiran positif, dengan berkata pada dirinya sendiri, “Omong kosong! Kau bisa menjadi pusat perhatian dalam pesta itu! Mari beranggapan bahwa kau bukan pemalu sama sekali dan kau memang tidak akan menjadi pemalu.”

Sebelum berangkat, untuk meredakan rasa gugup dan membantu membangkitkan sang ekstrover di dalam dirinya, ia meminum banyak vodka dan tonik.

Saat berada dalam taksi dengan Sandra, Julie merasa sangat bersemangat. Pikiran positifnya berhasil! Tapi saat tiba di pesta, ia merasakan pengaruh vodka mulai memudar, bar dipenuhi orang, dan ia menjadi cemas seperti biasa. Ia mencoba untuk tetap berpikiran positif, tetapi 15 menit berlalu dan dia belum berbicara dengan siapa pun, bahkan dengan Sandra, yang sedang asyik berbincang dengan seorang pemuda tampan. Tidak ingin menyela dan merasa buruk seperti biasanya, Julie pergi setengah jam kemudian. Jawabannya hanya: aku tidak mau lagi mengikuti pesta! Mungkin dia bisa bertemu seorang pria di tempat kerja.

Saat sarapan, Julie bertanya pada Sandra bagaimana dia menjalani pesta itu.

“Luar biasa!” kata Sandra, yang baru memperhatikan wajah lesu Julie.

“Bagaimana,” Julie bertanya, “kau berhasil menekan rasa malumu?”

“Sebenarnya, aku tidak menekannya. Saat kau begitu bersemangat di dalam taksi, aku merasa cemas seperti biasa dan takut pada pesta itu. Tapi buku yang kubeli memberitahuku untuk tidak mengkhawatirkan perasaan malu, dan menyuruhku untuk hanya mengambil beberapa tindakan positif. Jadi kukatakan pada diriku sendiri, ‘Betapa pun buruknya perasaanmu, Sandra, kau akan menghampiri pria pertama yang kau suka dan memperkenalkan dirimu dan mengatakan sesuatu, apa saja. Kau akan lakukan ini dalam waktu 10 menit setelah tiba di sana. Jika pria pertama tidak ramah, tidak apa, coba dua pria lain dan jika tidak berhasil, kau tidak perlu khawatir untuk berbincang dengan yang lainnya—paling tidak kau telah mencoba.’ Lalu aku melihat pria tampan berbaju biru itu dan mengajaknya berdansa. Aku memperhatikannya dengan saksama dan kurasa dia setengah tersenyum padaku. Pokoknya, dia bilang ya, dan memperkenalkanku kepada teman-temannya. Setelah dua kali berdansa, aku tidak gugup lagi.”

“Buku apa itu?”

“Oh, bukunya ada di lantai atas, judulnya unik dan ada angka-angkanya juga.”

Pemikiran positif dapat berhasil bagi sebagian kecil orang yang optimistis secara alami—mereka tidak membutuhkan bantuan. Masalah yang timbul dari pemikiran positif—dan banyaknya nasihat dari pelatih kepribadian—adalah bah-

wa hal itu bisa menjadi tidak realistis dan mengarahkan kita untuk menyangkal emosi kita. Mengelabui diri dengan mengatakan bahwa hitam adalah putih biasanya tidak akan bertahan lama.

Kita tidak bisa mengubah perasaan kita terhadap hidup dengan sangat mudah atau cepat, dan sebenarnya juga tidak perlu. Kita semua pasti akan terus mengalami emosi “negatif”: merasa sedih, gelisah, marah, atau lemah. Emosi-emosi ini memiliki makna, karena mereka memberi tahu kita sesuatu yang berguna tentang diri kita sendiri.

Segala macam emosi harus diterima, bukan dihancurkan. Kita harus menggunakan kemampuan berpikir kita secara cermat untuk “berbicara dengan” emosi-emosi kita dan berargumentasi dengan mereka. Perlakukan emosi seperti kita memperlakukan orang yang pendapatnya tidak kita setujui. Alih-alih menghentikan mereka, “minumlah secangkir teh” bersama mereka, biarkan mereka bicara, mengakui apa yang Anda rasakan—namun, tetap bertekad untuk bertindak positif.

Julie berusaha menyingkirkan rasa malunya, tapi rasa malu itu muncul kembali di pesta tersebut sehingga semangatnya turun drastis. Sandra tidak mengalahkan rasa malunya, jadi dia tidak tertekan saat dia merasa malu. Dia mengakui bahwa dirinya pemalu dan mungkin akan pulang dari pesta dengan perasaan kacau, tapi dia memutuskan untuk mengambil beberapa tindakan yang berujung pada hasil yang dia inginkan. Saat bertindak, ia memang merasa malu dan mengakuinya. Namun, ia tetap mendorong dirinya untuk bertindak—dan tak lama kemudian tindakannya mengubah segalanya, termasuk perasaannya.

Di kamp kematian Nazi, penulis dan terapis Viktor Frankl tahu bahwa peluangnya untuk bertahan hidup sangat tipis. Ia bahkan menghitung peluangnya—dua puluh delapan lawan satu. Tidak ada manfaatnya berpikir positif di Auschwitz—bersikap tidak realistis berarti menyediakan diri untuk langsung menuju oven gas.

Namun, Frankl memutuskan untuk bertindak positif. “Saat saya dibawa ke Auschwitz,” tulisnya, “sebuah manuskrip milik saya yang siap untuk diterbitkan disita...ketika berada di sebuah kamp di Bavaria saya jatuh sakit karena demam tifus, saya menulis banyak catatan di atas beberapa cabik kertas dengan maksud agar saya dapat menulis ulang manuskripnya jika saya masih hidup sampai hari pembebasan. Saya yakin bahwa rekonstruksi atas manuskrip saya yang hilang di dalam barak gelap sebuah kamp konsentrasi Bavaria dapat menolong saya dalam mengatasi bahaya serangan jantung.”

Frankl juga menyusun pidato di benaknya dan membayangkan dirinya berpidato di hadapan khalayak setelah perang usai, sehingga kamp kematian tidak akan pernah terulang kembali. Meskipun dia berpikir sangat tidak mungkin untuk bertahan hidup, dia menyingkirkan rasa khawatir dan melakukan semua tindakan positif yang dia bisa.

Buku yang direkonstruksinya, *Man's Search for Meaning*, terjual lebih dari sembilan juta eksemplar. Perpustakaan Kongres memilihnya sebagai satu dari sepuluh buku paling berpengaruh di abad ke-20.¹

Viktor Frankl tidak menyangkal emosinya. Bukunya berkisah dengan suram, namun realistis tentang kengerian kehidupan kamp. Walaupun demikian, dia bertanya pada dirinya sendiri, “Apakah yang dapat saya lakukan, yang mungkin berhasil dan akan menjadi alasan bagi saya untuk terus hidup?” Dan kemudian dia bertindak—meskipun dalam sebagian besar waktu dia merasa tertekan, lapar, dan secara fisik disiksa. Dia tidak berusaha untuk *berpikir* positif, dia hanya berusaha untuk *bertindak* positif.

Frankl memperhatikan bahwa tawanan lain juga mampu bertindak positif: “Pengalaman kehidupan di dalam kamp menunjukkan bahwa manusia memang punya pilihan atas tindakan mereka... Kami yang tinggal di kamp konsentrasi bisa mengingat para pria yang berjalan melewati gubuk-gubuk untuk menghibur orang lain, sambil memberikan potongan roti terakhir mereka.”

**Jika para penghuni kamp
konsentrasi bisa mengambil tindakan positif,
tidakkah kita *semua* bisa melakukannya?**

Saat lain kali Anda merasa sedih, tanyakan pada diri Anda tindakan positif apa yang bisa Anda lakukan untuk mengubah suasana hati Anda. Jika Anda bingung, cobalah satu—atau semua—dari cara-cara ini:

- ☐ Berdiri tegak, regangkan badan, dan tersenyumlah pada diri Anda sendiri di cermin; kemudian carilah orang lain untuk Anda berikan senyuman—tidak peduli jika itu orang asing sekalipun!
- ☐ Berjalan jauh atau berolahraga.
- ☐ Melakukan satu tindakan kebaikan.

Betapa pun buruknya keadaan atau emosi kita, kita bisa mengubah hidup kita dengan sedikit tindakan 80/20—tindakan yang relatif mudah yang akan mengubah kebahagiaan kita dan kebahagiaan orang-orang di sekitar kita.

Kutipan Shakespeare di awal bagian ini benar adanya: sungguh jauh lebih sulit untuk bertindak daripada mengetahui apa yang harus dilakukan. Sudah berapa kali kita semua bertekad untuk melakukan suatu hal yang positif, hanya untuk melanjutkan kehidupan normal kita tanpa mengambil langkah yang menentukan? Demi mengubah hidup kita, kita harus membuat segala sesuatu *lebih mudah* untuk diri kita—kita harus mencapai perubahan yang pasti, tapi melakukannya tanpa upaya berlebihan. Di sinilah Cara 80/20 begitu berbeda dan jauh lebih efektif, karena dua alasan.

Pertama, Cara 80/20 tidak mengharuskan kita mengubah *perasaan* kita. Perasaan itu akan muncul kemudian, tentu saja, tanpa diundang, saat tindakan kita mencapai hasil yang diinginkan.

Kedua, kita tidak perlu meningkatkan usaha dan energi

yang sudah kita gunakan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memusatkan perhatian pada konsep lebih sedikit adalah lebih banyak—sejumlah kecil hal yang benar-benar penting bagi kita—kita bisa mengubah hidup kita dengan mengurangi upaya dan kekhawatiran. Jika kita sangat selektif terhadap apa yang kita inginkan dan membatasi diri pada hal-hal penting yang mengekspresikan kepribadian kita, kita bisa bermalas-malasan namun bertindak lebih efektif. Lewat prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit, kita bisa menemukan solusi yang jauh lebih baik yang menggunakan sedikit energi.

Rahasia tindakan 80/20 adalah bersikap irit² dalam *tindakan-tindakan positif* kita. Bersikaplah irit dan ekonomis dengan energi Anda. Energi Anda tidak banyak. Gunakan hanya dalam beberapa tindakan yang benar-benar membuat Anda bahagia dan kuat.

Lebih mudah untuk mengubah beberapa hal yang kita *lakukan* daripada hal-hal yang biasa kita *pikirkan* dan *rasakan*. Ambil sedikit *tindakan* yang tepat dan perasaan Anda akan menyesuaikan.

Yang harus Anda lakukan adalah merenung, kemudian bertindak:

- ☐ Cari tahu apa yang Anda inginkan: sedikit hal yang paling penting bagi Anda. Ini adalah tujuan 80/20.
- ☐ Cari tahu rute termudah untuk Anda: sedikit tindakan yang akan membuahkan hasil yang Anda inginkan dengan tingkat ketegangan dan stres minimal. Ini adalah rute 80/20.
- ☐ Ambil sejumlah kecil langkah penting berikutnya di sepanjang rute. Ini adalah tindakan 80/20.

Sejauh ini dalam buku ini, kita telah menaruh konsentrasi pada pemikiran. Sekarang waktunya untuk mengalami konsep lebih sedikit adalah lebih banyak dan lebih banyak dengan lebih sedikit—waktunya untuk *bertindak*.

Kabar baiknya adalah kita bisa menerapkan Cara 80/20 pada proses tindakan 80/20. Ada sebuah program tindakan sederhana yang benar-benar berhasil. Dan inilah dia, di dalam bab terakhir kita...

nbok only member

nbok only member

10

Rencana Kebahagiaan 80/20 Anda

Just Do It

—Slogan Nike

A da sebuah kisah nyata tentang sepasukan tentara muda Hungaria yang tersesat di Pegunungan Alpen saat latihan. Dalam cuaca yang sangat buruk, tanpa makanan atau logistik, mereka terpisah dari rekan-rekan mereka. Setelah salju dan hujan es turun selama dua hari, mereka kedinginan dan menjadi lemah karena kelaparan. Mereka tidak tahu jalan untuk kembali ke markas. Mereka pun kehilangan semangat bertahan hidup.

Lalu sebuah keajaiban terjadi. Ketika mencari rokok di dalam lapisan jaketnya, salah seorang prajurit tiba-tiba menemukan peta lama. Dengan yakin prajurit itu menggunakan peta tersebut untuk berjalan beriringan melintasi pegunungan kembali ke tempat yang aman.

Sesampainya di markas, barulah mereka mengetahui bahwa peta yang mereka gunakan adalah peta Pegunungan Pirenia, yang berjarak sekitar 2.000 kilometer dari situ.

Cerita ini mengandung dua pelajaran berharga:

- ❑ Lebih baik bertindak secara konstruktif daripada memiliki jawaban yang benar dan tidak bertindak.
- ❑ Kita masing-masing harus menemukan jawaban sendiri, atau mengadaptasi jawaban orang lain sesuai dengan keadaan kita. Para prajurit bisa pulang dengan selamat karena mereka memahami peta itu dan menghubungkannya dengan lingkungan sekitar mereka.

Sekarang saatnya Anda bertindak, mengadaptasi wawasan dari Cara 80/20 agar sesuai dengan hasrat, keinginan, dan kebutuhan Anda sendiri. Anda bisa membuat hidup Anda jauh lebih baik, tanpa kegaduhan, kerepotan, atau upaya berlebihan.

Tapi jelas bahwa hal itu membutuhkan *tindakan*:

- ❑ Luangkan waktu rutin satu jam dalam seminggu dalam rencana 80/20 menuju kebahagiaan Anda—misalnya, pukul 4 sore hari Minggu. Kapan pun waktunya tidak masalah, tetapi lakukanlah dengan konsisten.
- ❑ Idealnya, ajaklah teman untuk menjadi *mutual mentor* Anda—seorang pembaca *Living the 80/20 Way* yang juga ingin mengubah hidupnya. Bandingkan catatan kemajuan Anda, atau lakukan pertemuan untuk rencana kegiatan 80/20 mingguan Anda.

- ❑ Selesaikan rencana 80/20 menuju kebahagiaan Anda. Ini mudah, sebuah ringkasan dari yang telah Anda putuskan dan tuliskan pada Bagian II. Gambar 18 adalah contoh dan Gambar 19 dibiarkan kosong untuk Anda lengkapi.¹

Petunjuk untuk menjalankan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

- 1 Lihat kembali catatan yang Anda buat pada Bab 4–8.
- 2 Uraikan tujuan 80/20 Anda dengan sangat spesifik. Saat Anda telah tiba di sana, pilih satu tujuan lain yang spesifik.
- 3 Pilih satu atau lebih rute 80/20 yang akan Anda nikmati dan yang akan membawa Anda ke tujuan. Pilih rute yang menawarkan lebih banyak dengan lebih sedikit: yaitu yang lebih bermanfaat dan lebih mudah dari apa yang Anda biasanya lakukan. Anda harus yakin bahwa Anda mampu melakukan perjalanan di rute itu; jika tidak, pilihlah rute yang lebih mudah.
- 4 Selalu tuliskan satu, dua, atau tiga tindakan kebahagiaan 80/20. Tulis sesuai urutan yang akan Anda ambil.
- 5 Untuk memulai, pilih salah satu dari lima bidang (diri Anda; pekerjaan dan kesuksesan; keuangan; jalinan hubungan; hidup yang sederhana dan indah). Bidang yang Anda pilih adalah yang paling sering Anda pikirkan saat ini—yang paling ingin Anda perbaiki—atau yang paling mudah bagi Anda untuk berhasil. “Urutan” berarti urutan kelima bidang yang akan Anda tangani—Anda dapat meninjau urutannya nanti, setelah berhasil di bidang pertama.

- 6 "Tanggal untuk mulai bertindak" haruslah minggu, bulan, atau tahun tertentu. Tulislah tanggal yang sebenarnya (misalnya, Januari 2017).
- 7 Selesaikan satu tindakan 80/20 sebelum Anda berlanjut ke yang lain.
- 8 Jika ada rute atau tindakan 80/20 yang tidak berhasil, pilihlah yang lain. Tapi, cobalah lagi sebelum Anda beralih.

Gunakan agenda rencana kebahagiaan 80/20 mingguan Anda untuk melacak kemajuan, dengan menggunakan bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda. Bagan Caroline (Gambar 20) adalah contohnya, dan Gambar 21–32 adalah bagan kemajuan yang dapat Anda pakai selama 12 bulan.

Caroline memutuskan untuk menjalankan rencana 80/20 dalam bidang *keuangan* terlebih dulu. Sisi kiri Gambar 20 diambil langsung dari bagian keuangan pada Gambar 18. Sisi kanan adalah urutan minggu.

Caroline memasuki tindakan 80/20 pertamanya. Dia menyelesaikannya di pekan pertama, kemudian menyisipkan tindakan 80/20 kedua, dan mencatat kemajuannya untuk setiap pekan. Pada pekan keempat, dia telah mendapatkan pekerjaan saat libur Natal. Setelah mengurus bidang keuangan, di pekan berikutnya dia beralih ke bidang pekerjaan dan kesuksesan.

*Petunjuk untuk mengisi bagan kemajuan rencana
kebahagiaan 80/20 Anda*

- Di bagian “bidang”, tuliskan bidang yang telah Anda pilih untuk ditangani terlebih dulu. Di sisi kiri, ulangi apa yang telah Anda tulis di bagian bidang itu pada Gambar 19.
- Di sebelah kanan, masukkan tanggal untuk pekan yang berakhir bulan ini, Lalu tulis tindakan 80/20 yang pertama. Catat kemajuan Anda di sebelah kanan di akhir setiap pekannya.
- Saat tindakan 80/20 pertama selesai, masukkan tindakan 80/20 yang kedua, begitu seterusnya.
- Jika semua tindakan 80/20 tercapai, rayakanlah—hentikan dulu kegiatan di sisa waktu di bulan tersebut. Bulan berikutnya, lanjutkan ke bidang kedua.

Setiap hari dalam perjalanan ke dan dari tempat kerja, ingatkan diri Anda tentang tindakan 80/20 Anda. Tuliskan di buku harian Anda atau kartu indeks seukuran kartu pos, lalu masukkan dalam tas atau dompet Anda. Akan lebih baik lagi jika tindakan 80/20 itu dibuat dengan sangat sederhana dan jelas sehingga Anda dapat mengingatnya sepanjang waktu. Visualisasikan diri Anda sedang melakukan tindakan 80/20 Anda untuk membantu mewujudkannya.

Jangan tentukan tenggat bagi tindakan 80/20 Anda. Tenggat yang kita buat ternyata terlalu mudah atau, sering kali, terlalu sulit. Selama Anda membuat kemajuan, lanjutkan tindakan 80/20 Anda hingga selesai.

Beberapa tindakan 80/20 akan selesai dalam sehari; yang lain bisa memakan waktu beberapa bulan atau tahun. Jika Anda tidak merasa mengalami kemajuan yang berarti, pilih tindakan atau rute lain dan mulailah lagi. Jadilah penentu bagi kemajuan Anda sendiri—karena Anda lah yang akan mendapatkan manfaatnya!

nbok only member

BAB	4	5	6	7	8
BIDANG	DIRI SENDIRI	PEKERJAAN DAN KESUKSESAN	KEUANGAN	JALINAN HUBUNGAN	HIDUP SEDERHANA DAN INDAH
TUJUAN 80/20	Menjadi ahli dalam merawat anjing liar	Menemukan pekerjaan yang sangat saya nikmati	Mampu membayar deposit untuk rumah sendiri sebelum 2007	Menemukan kekasih yang yakin, optimis, penyayang, dan menyukai anjing	Hidup yang ideal adalah menghabiskan waktu dengan binatang dan penyayang binatang
RUTE 80/20	Menemukan tiga mentor yang sudah ahli	Berlatih sebagai dokter hewan	Menabung dan berinvestasi 10% dari pendapatan secara otomatis. Mengambil pekerjaan malam dan akhir pekan.	Bertemu para pria di tempat penampungan binatang dan sekolah kedokteran hewan	Membujuk orangtua untuk mengizinkan saya menyelesaikan sekolah dan masuk kampus kedokteran hewan
TINDAKAN 80/20	1 Mengenal mentor-mentor terbaik 2 Mencari tahu bagaimana caranya membantu mereka 3 Mendekati mereka	1 Lulus ujian biologi 2 Mengunjungi kampus-kampus kedokteran hewan 3 Diterima di kampus pilihan	1 Membuka tabungan dan mentransfer 10% dari pendapatan secara otomatis ke rekening tersebut 2 Mencari pekerjaan untuk liburan	1 Menjadi sukrelawan di penampungan hewan 2 Mengenal Sean dan Peter lebih jauh	1 Mendapat nilai tertinggi dalam biologi 2 Meminta Paman Tom untuk membujuk orangtua
URUTAN	5	2	1	4	3
TANGGAL MULAI TINDAKAN	Nanti	Tahun ini	Minggu/bulan ini	Tahun depan	Tahun ini

Gambar 18. Rencana kebahagiaan 80/20 Caroline

BAB	4	5	6	7	8
BIDANG	DIRI ANDA	PEKERJAAN DAN KESUKSESAN	UANG	JALINAN HUBUNGAN	HIDUP SEDERHANA DAN INDAH
TUJUAN 80/20					
RUTE 80/20					
TINDAKAN 80/20					
URUTAN					
TANGGAL MULAI TINDAKAN					

Gambar 19. Rencana kebahagiaan 80/20 Anda

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG	Keluaran	TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20	Mampu membayar deposit untuk rumah sendiri sebelum 2007	8 Nov	1 Membuka tabungan dll.	Selesai
RUTE 80/20	Menabung dan berinvestasi 10% dari pendapatan secara otomatis. Mengambil pekerjaan malam dan akhir pekan.	15 Nov	2 Mencari pekerjaan untuk liburan	Membuat daftar 7 perusahaan yang dituju
TINDAKAN 80/20 1	Membuka tabungan dan mentransfer 10% dari pendapatan secara otomatis ke rekening tersebut	22 Nov	Sama dengan di atas	Melamar ke 5 perusahaan yang ada di daftar
2	Mencari pekerjaan untuk liburan	29 Nov	Sama dengan di atas	Mendapat pekerjaan saat libur Natal selesai
3				

Gambar 20. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Caroline

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

Gambar 21. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

Mewujudkan semuanya

CARA 80/20	
BIDANG	
TUJUAN 80/20	
RUTE 80/20	
TINDAKAN 80/20	1
	2
	3

BULAN:		TAHUN:
TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN

Gambar 22. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

BULAN:		TAHUN:		
TANGGAL AKHIR PEKAN		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN

Gambar 23. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

Mewujudkan semuanya

CARA 80/20	
BIDANG	
TUJUAN 80/20	
RUTE 80/20	
TINDAKAN 80/20	1
	2
	3

BULAN: TAHUN:		
TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN

Gambar 24. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

CARA 80/20	
BIDANG	
TUJUAN 80/20	
RUTE 80/20	
TINDAKAN 80/20	
1	
2	
3	

BULAN: TAHUN:		
TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN

Gambar 25. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

Mewujudkan Semuanya

BULAN: TAHUN:		
TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN

CARA 80/20	
BIDANG	
TUJUAN 80/20	
RUTE 80/20	
TINDAKAN 80/20 1	
2	
3	

Gambar 26. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

Gambar 27. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

Gambar 29. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

Mewujudkan Semuanya

CARA 80/20	
BIDANG	
TUJUAN 80/20	
RUTE 80/20	
TINDAKAN 80/20 1	
2	
3	

BULAN:		TAHUN:
TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN

Gambar 30. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

CARA 80/20		TAHUN:		
BIDANG		TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN
TUJUAN 80/20				
RUTE 80/20				
TINDAKAN 80/20 1				
2				
3				

Gambar 31. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

Mewujudkan Semuanya

CARA 80/20	
BIDANG	
TUJUAN 80/20	
RUTE 80/20	
TINDAKAN 80/20	1
	2
	3

BULAN: TAHUN:		
TANGGAL AKHIR PEKAN	TINDAKAN 80/20	KEMAJUAN

Gambar 32. Bagan kemajuan rencana kebahagiaan 80/20 Anda

Lembar kerja hanya boleh disalin untuk keperluan pribadi, tidak untuk tujuan komersial.

nbbook only member

Penutup

Dalam buku karya Lewis Carroll, *Through the Looking Glass*, sang Ratu Merah dan Alice lari sekuat tenaga:

mereka berlari sambil bergandengan tangan, dan sang Ratu berlari begitu cepat sehingga Alice mengerahkan seluruh tenaga untuk bisa mengimbangnya: dan sang Ratu terus berteriak, “Lebih cepat! Lebih cepat lagi!” dan Alice merasa tidak bisa berlari lebih cepat lagi, namun dia sudah kehabisan napas untuk mengatakannya.

Bagian yang paling aneh adalah, bahwa pepohonan dan benda-benda lain di sekitar mereka tidak berubah sama sekali: betapa pun cepat mereka berlari, mereka seperti tidak pernah melewati apa pun...

“Sekarang! Sekarang!” teriak sang Ratu. “Lebih cepat! Lebih cepat!” Dan mereka berlari begitu cepat sehingga akhirnya tampak seperti meluncur di udara, kaki mereka hampir tidak menyentuh tanah, hingga tiba-tiba, tepat ketika Alice mulai kehabisan tenaga, mereka berhenti, dan dia pun terduduk di tanah, terengah-engah dan merasa pusing...

Alice melihat sekeliling dengan sangat terkejut. “Astaga, aku yakin bahwa selama ini kita terus berada di bawah pohon ini! Semuanya tampak tidak berubah!”

“Tentu saja,” kata sang Ratu. “Kau pikir bagaimana seharusnya?”

“Di negara kami,” kata Alice, masih agak terengah-engah, “kau akan sampai ke tempat lain—jika kau berlari sangat cepat dalam waktu yang lama seperti yang kita lakukan tadi.”

“Negara yang lamban!” kata sang Ratu. “Nah sekarang, di sini, kau lihat bahwa kau harus berlari secepat mungkin, untuk tetap berada di tempat yang sama. Kalau kau ingin pergi ke tempat lain, kau harus berlari setidaknya dua kali lebih cepat dari itu!”²

Lewis Carroll bisa saja menyindir dunia masa kini dengan jalur cepatnya, yang memaksa kita untuk bergerak lebih cepat dan mencari lebih banyak dengan lebih banyak. Tetapi seperti yang Alice alami, saat melaju kencang, kita hanya membuat diri lelah sementara kita tidak sampai ke tujuan mana pun. Perangkat *treadmill* kehidupan modern berputar tanpa henti, kita berlari lebih cepat dan lebih cepat, tapi tidak pernah sampai pada kebahagiaan. Seperti berlari di pusat kebugaran, kita berkeringat, kelelahan, namun tidak ke mana-mana.

Jalur cepat hanya memberikan ilusi kecepatan. Seperti *roller coaster* di taman hiburan yang menakutkan dan mendebarakan, namun tidak membawa kita ke mana-mana.

Jika melaju kencang tidak membawa kita ke mana-mana, sebaliknya memperlambat kecepatan bisa membawa kita ke mana pun. Bertentangan dengan pendapat umum, lebih sedi-

kit adalah lebih banyak. Hanya dengan berkonsentrasi pada sejumlah kecil hal penting dan vital, dan membuang rasa khawatir terhadap hal-hal remeh yang begitu banyak, kita dapat menemukan kebahagiaan. Hanya dengan berbuat lebih sedikit, hidup kita menjadi lebih berkualitas. Hanya dengan menerapkan prinsip lebih banyak dengan lebih sedikit, kita bisa mencapai tujuan kita masing-masing.

Kita telah mengetahui bahwa lebih banyak dengan lebih sedikit adalah prinsip di balik capaian gemilang dalam bisnis, ekonomi, sains, dan teknologi. Semboyan kesuksesan adalah fokus, selektivitas, dan inovasi.

Cara 80/20 menerjemahkan prinsip tersebut dalam hidup kita masing-masing. Kita tidak harus menerima apa yang menjadi tren saat ini—sesuatu yang pasti tampak aneh dan konyol beberapa dekade ke depan—demi mengikuti konsep lebih banyak dengan lebih banyak. Lebih banyak dengan lebih banyak adalah hal yang konyol, menyia-nyiakan potensi manusia, menghina kecerdasan manusia, dan bertentangan dengan kemajuan sosial. Konsep lebih banyak dengan lebih banyak hanyalah impian kosong bagi para *yuppies* yang salah arah.

Untuk mencari makna hidup, kita harus meraihnya dalam diri kita sendiri: mendefinisikan beberapa hal yang penting bagi kita, hal-hal yang kita cintai dan yang menjadi tujuan dari dedikasi kita, hal-hal yang kita kuasai dan sukai. Setelah menemukan semua itu, segala sesuatu yang lain bersifat remeh. Dengan perasaan penuh dan bahagia setelah menciptakan lebih banyak dengan lebih sedikit, kita bisa dengan tenang mengabaikan lebih banyak dengan lebih banyak dan teriakan “Lebih cepat! Lebih cepat!”

**Tetapi, Cara 80/20 tetap
membutuhkan *usaha*...**

Lewat buku ini saya menyarankan jalan yang lebih cerdas dan bebas kekhawatiran untuk menjalani hidup, cara yang lebih mudah untuk meraih capaian dan realisasi diri. Meraih lebih banyak dengan lebih sedikit adalah jauh lebih mudah daripada meraih lebih banyak dengan lebih banyak.

Namun di satu sisi, Cara 80/20 lebih sulit. *Lebih sulit untuk dimulai*. Karena segala asumsi dunia modern mendorong kita menuju konsep lebih banyak adalah lebih banyak dan lebih banyak dengan lebih banyak, kita membutuhkan kepercayaan diri dan tekad yang kuat untuk meninggalkan semua itu.

Meninggalkan prinsip lebih banyak dengan lebih banyak dan beralih ke lebih banyak dengan lebih sedikit membutuhkan sedikit upaya, yang menghasilkan kebahagiaan dan kepuasan yang lebih besar, juga tingkat keberanian intelektual. Kita harus menolak perangkat *treadmill* modern dan tidak lagi melakukan apa yang dilakukan oleh mereka yang ambisius. Kita harus menyingkirkan prinsip lebih banyak adalah lebih banyak maupun lebih banyak dengan lebih banyak. Kita harus bisa mewujudkan kondisi lebih sedikit bisa menjadi lebih banyak, dan tetap berpegang pada prinsip itu saat teman dan kolega kita mengira kita tidak waras.

Saya berani menebak bahwa sekarang Anda percaya dengan prinsip lebih sedikit adalah lebih banyak dan lebih banyak de-

ngan lebih sedikit. Namun, membaca buku ini akan sia-sia jika Anda tidak mulai *mengambil sikap* yang berbeda.

Albert Einstein mengatakan bahwa setiap masalah harus dibuat sesederhana mungkin, tapi bukan lebih sederhana. Cara 80/20 membuat segalanya menjadi semudah mungkin, tapi bukan lebih mudah. Pada akhirnya, membangun kehidupan—untuk mengambil tindakan yang akan membuahkan kehidupan terbaik yang bisa Anda dapatkan—membutuhkan sejumlah upaya baru dan berbeda. Jika tidak, kita hanya akan menjadi robot dan hidup akan terasa hampa.

Meski begitu, upaya keras akan terasa ringan bila didorong oleh hasrat dan cinta. Sering perbuatan kita tidak didorong oleh hasrat, bukan oleh sesuatu yang kita cintai, melainkan oleh rasa bersalah, kekhawatiran, atau kewajiban. Kewajiban, menurut John Fowles, “sebagian besar terdiri atas kepura-puraan bahwa hal sepele adalah penting”. Kewajiban membuang energi kehidupan. Semua prestasi cemerlang manusia tidak didorong oleh kewajiban, melainkan oleh gairah.

Hidup kita menjadi sangat menyenangkan dan berharga ketika kita didorong oleh sejumlah kecil hal yang menggairahkan kita. Jika kita tidak bergairah, kita tidak memperoleh manfaat apa-apa. Jika kita bukan diri kita sendiri, sedikit yang akan kita hasilkan dalam hidup ini. Namun jika kita bergairah dan menjadi diri sendiri, kita bisa meraih kebahagiaan dan capaian setinggi mungkin.

Visi di balik Cara 80/20 adalah dunia tempat kita semua adalah individu, bertanggung jawab atas diri kita sendiri, menemukan dan menikmati tempat unik kita di alam semesta,

meninggalkan kenangan indah, anak-anak yang bahagia, atau sejumlah kemajuan dalam seni, sains, sastra, atau pelayanan kepada orang lain.

Sungguh mencengangkan ketika kita mengetahui bahwa sebagian besar dari kehidupan adalah hal-hal remeh dan sebagian besar yang kita lakukan tidak berguna bagi kita. Tentu saja, kita tidak seharusnya memandang rendah tugas-tugas rutin sehari-hari: membersihkan, mencuci, mencari nafkah. Yang menjadi persoalan adalah bagaimana dan mengapa kita melakukan apa yang kita lakukan. Apa pun yang memberikan makna bagi hidup atau kebahagiaan kita adalah berharga. Tapi hanyut tanpa tujuan hidup, tanpa kebahagiaan atau upaya membuat orang lain bahagia, tanpa kesadaran akan diri terbaik kita, adalah hal yang patut disayangkan!

Ya, dibutuhkan sedikit usaha untuk mencapai Cara 80/20—Anda tidak butuh visi 20/20, melainkan visi 80/20. Ya, hal itu memerlukan sikap yang berbeda. Ya, Anda harus menonjol dari orang lain. Ya, Anda harus terlepas dari rantai kebiasaan modern yang mengikat Anda. Ya, hal itu membutuhkan tindakan. Tapi Anda *bisa* melakukannya. Putuskan sekarang bahwa Anda *akan* melakukannya. Mulailah sekarang! Sekali terbiasa, Anda akan sadar bahwa itu adalah cara termudah dibandingkan semua cara lainnya.

Tanpa tindakan, Anda mungkin menikmati buku ini, tapi kesenangan itu akan segera memudar. Saya ingin sekali Anda melakukan beberapa tindakan kecil namun terarah yang akan mengubah hidup Anda, yang memungkinkan kebahagiaan melimpah dan membanjiri orang-orang di sekitar Anda, orang-

PENUTUP

orang yang Anda cintai. Untuk melipatgandakan kebahagiaan, mulailah lakukan sejumlah kecil tindakan itu sesegera mungkin.

nbok only member

nbok only member

Catatan

Bab 1

- 1 Data dari sensus 21 April 1991, berlaku untuk Inggris saja (tidak termasuk negara-negara bagian Britania Raya yang lain) dari situs *web* www.citypopulation.de.
- 2 *The Economist*, 27 November 1993, h. 33.
- 3 *The Economist*, 17 Juli 1993, h. 61.
- 4 Stanley Milgram (1967) “*The small-world problem*”, *Psychology Today*, Vol. 2, h. 60–67.
- 5 Malcolm Gladwell (2000) *The Tipping Point: How Little Things Can Make a Big Difference*, Boston: Little, Brown.

Bab 2

- 1 Saya berterima kasih kepada mendiang Douglas Adams yang sangat saya rindukan untuk contoh-contoh ini. Lihat Douglas Adams (2002) *The Salmon of Doubt: Hitchhiking the Galaxy One Last Time*, New York: Harmony.
- 2 Jika Anda menghargai mereka.
- 3 Ini berarti tidak ada telepon seluler, penyeranta, e-mail, atau gangguan lainnya, terutama yang tidak berhubungan dengan pekerjaan.

Bab 3

- 1 Theodore Zeldin (1995) *An Intimate History of Humanity*, New York: HarperCollins.

Bab 4

- 1 Menggunakan kontrasepsi, misalnya; terlepas dari benar atau salah, adalah bertentangan dengan karakteristik gen kita.

Bab 6

- 1 Lihat Martin E.P. Seligman (2003) *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Deep Fulfillment*, London: Nicholas Brealey. 2 Joe Dominguez dan Vicki Robin (1992) *Your Money or Your Life: Transforming Your Relationship with Money and Achieving Financial Independence*, New York: Viking Penguin. Sebuah ringkasan 25 halaman yang brilian dari Clare Moss dan Laurence Toltz tersedia secara gratis di www.simpleliving.net/ymoyl/fom-about-summary.asp atau lihat laman www.simpleliving.net.

Bab 7

- 1 Jika ragu, lihat Seligman, *op cit*, h. 189–95.
- 2 Lihat Martin E.P. Seligman (1991) *Learned Optimism*, New York: Knopf.

Bab 9

- 1 Viktor E. Frankl (1946, 1984) *Man's Search for Meaning*, New York: Washington Square Press.
- 2 “Irit” yang saya maksud adalah bersikap ekonomis dan oleh karena itu sangat selektiflah dengan tindakan-tindakan Anda.

Bab 10

- 1 Lembar kerja hanya bisa disalin untuk penggunaan pribadi, bukan untuk tujuan komersial.
- 2 Lewis Carroll (1872) *Through the Looking Glass, and What Alice Found There*, London: Macmillan. Lihat edisi Penguin Classics dari Lewis Carroll (1998) *Alice's Adventures in Wonderland* dan *Through the Looking Glass*, London: Penguin, h. 141–143.

nbbook only member

Ucapan Terima Kasih

Gagasan untuk sebuah buku pengembangan diri yang sederhana berdasarkan prinsip 80/20 berasal secara terpisah dari Laurence Toltz dan Nicholas Brealey. Steve Gersowsky juga berperan dalam mendorong saya untuk menulis buku yang bisa dipahami oleh semua orang.

Saya sangat berterima kasih kepada Laurence Toltz atas kritik dan dorongannya dalam setiap tahap penulisan buku ini. Dia sangat dermawan dengan waktunya, dan banyak gagasannya diterapkan di sini. Satu-satunya motivasinya adalah membantu pembaca menjalani kehidupan yang lebih penuh dan lebih baik tanpa terpicat oleh hal-hal materialistis “lebih” yang begitu mewabah dan menjadi destruktif pada masa sekarang. Laurence sendiri adalah seorang penulis, jadi silakan membaca buku-bukunya yang luar biasa.

Saya juga mendapat banyak pandangan, umpan balik, dan kritik yang tak ternilai sepanjang penulisan buku ini dari Tom Butler-Bowden, yang memasukkan *The 80/20 Principle* dalam buku hebatnya, *50 Self-Help Classics*, sehingga membuat saya menulis sekuel dari buku saya yang pertama.

Orang yang juga sangat memengaruhi saya adalah Jonathan Yudelowitz, seorang psikolog dan pelatih bisnis. Jon dan saya

awalnya akan menulis buku ini bersama-sama dan hampir semua gagasan psikologis di sini berasal dari pandangannya. Jon adalah pelatih kelas dunia, yang mengkhususkan diri dalam membantu CEO dan tim mereka bekerja sama untuk memenangkan kompetisi.

Konsep buku—oh, ada begitu banyak konsep, Anda tidak tahu betapa sulit menulis buku pendek dan sederhana—telah diperiksa oleh teman-teman saya, dan saya berterima kasih kepada mereka semua. Secara khusus saya menyampaikan terima kasih kepada Andy Costain, Mary Saxe-Falstein, Juliet Johnson, Penelope Toltz, Robin Field, Chris Eyles, Matthew Grimdale, Anthony Rice, dan Jamie Reeve. Terima kasih juga saya tujukan kepada teman dan asisten pribadi saya Aaron Calder, yang telah membantu penulisan buku ini dengan berbagai cara yang tak terhitung banyaknya.

Kritikus terberat saya adalah Nicholas Brealey sehingga buku ini menjadi lebih baik akibat umpan balik yang diberikan olehnya. Terima kasih banyak untuk Angie Tainsh dan Victoria Bullock atas bantuan mereka yang luar biasa dalam konsepsi dan pemasaran buku ini, dan terima kasih khusus kepada Sally Lansdell atas penyuntingan, desain gambar, dan pengetahuan luasnya tentang transportasi di Bedrock.

Dan akhirnya, terima kasih kepada begitu banyak pembaca buku-buku saya sebelumnya, terutama para pembaca *The 80/20 Principle*, yang telah berbagi pengalaman tentang bagaimana buku-buku tersebut telah menolong kehidupan mereka. Intisari dari pengalaman-pengalaman mereka telah disertakan dalam buku ini sehingga banyak pembaca baru bisa mengambil

UCAPAN TERIMA KASIH

pelajaran. Jika Anda memiliki komentar tentang buku ini, kirimkan surel ke *richardjohnkoch@aol.com*.

nbok only member

nbbook only member

Tentang Penulis

Richard Koch pernah menjadi konsultan di The Boston Consulting Group dan mitra Bain & Company. Ia mendirikan LEK Consulting, menyelamatkan Filofax dan Plymouth Gin dari kehancuran, membangun Zola Hotels, memulai jaringan restoran Belgo, dan memainkan peran penting dalam menjadikan Betfair sebagai tempat pertaruhan terkemuka di dunia.

Richard Koch adalah penulis 18 buku, termasuk buku *The 80/20 Principle* dan *The 80/20 Principle and 92 Other Powerful Laws of Nature* yang menjadi *bestseller*.

Mengaku sebagai “pengusaha malas”, ia menjalani Cara 80/20 di London, Cape Town, dan bagian paling cerah di selatan Spanyol.

www.the8020principle.com

nbbook only member

nbbook only member

Living The 80/20 Way

Prinsip Pareto, atau disebut juga aturan 80/20, yang telah terbukti dalam dunia sains, bisnis, dan ekonomi, menyatakan bahwa 80 persen hasil atau efek disebabkan oleh 20 persen upaya atau kausa. Sekadar contoh, 20 persen pelanggan umumnya berkontribusi pada 80 persen keuntungan perusahaan; 20 persen bintang media mendominasi 80 persen pemberitaan; 20 persen penulis menghasilkan 80 persen buku yang terjual; dan kurang dari 20 persen ilmuwan menghasilkan lebih dari 80 persen terobosan ilmiah.

Prinsip 80/20 yang berlaku dalam semua aspek kehidupan ini sangat mengejutkan sekaligus menakjubkan. Tidak seperti yang kita bayangkan, ada ketimpangan besar antara kausa dan hasil. Sekarang, Richard Koch, dengan gagasan bahwa aturan 80/20 memungkinkan siapa pun mendapatkan hasil luar biasa tanpa usaha yang luar biasa, menunjukkan cara menerapkan prinsip itu dalam hidup kita.

Kita selalu bisa meraih lebih banyak yang kita inginkan dengan lebih sedikit waktu, tenaga, dan kekhawatiran. Gagasan ini, bahwa kita tidak hanya bisa memperbaiki keadaan secara dramatis tetapi juga melakukannya dengan lebih sedikit usaha, sangat **revolutioner** dan bertentangan dengan pandangan yang selama ini didengungkan, seperti “*no pain, no gain*” atau “apa pun yang layak dicapai membutuhkan kerja keras”. Mencurahkan waktu pada hal-hal yang paling penting berarti menghilangkan dan mengurangi semua aktivitas yang tidak perlu, kemudian berfokus pada beberapa aktivitas krusial yang memberi Anda keberhasilan dan kebahagiaan terbesar.

Penerbit
PT Gramedia Pustaka Utama
Kompas Gramedia Building
Blok I Lantai 5
Jl. Palmerah Barat 29–37
Jakarta 10270
www.gpu.id

