



# KEBAHAGIAAN DAN KEPERCAYAAN



**Jennie Maria Xue**

Penulis buku-buku bisnis dan populer, pengajar di California dan Jakarta.

**K**ebahagiaan (*happiness*) seseorang sangat erat hubungannya dengan kepercayaan (*trust*) yang ia miliki kepada orang lain serta kepercayaan orang lain kepadanya. Tanpa ada kepercayaan, kebahagiaan mungkin hanya merupakan harapan belaka. Seseorang yang berbahagia lahir batin menyadari betul bahwa hidup memang mempunyai risiko dan kepercayaan adalah harga yang perlu dibayar.

Sebagaimana ketika membeli suatu produk atau jasa, kita membayar harga yang telah ditetapkan. Dalam hubungan kita dengan orang lain, harga yang dibayar adalah kepercayaan. Ketika kepercayaan sirna, maka harga yang kita bayar "terlalu mahal" seperti juga ketika membeli barang yang terlalu mahal atau membeli barang yang rusak dan defektif. Apalagi ketika kita

dikhianati, betapa pedih rasanya sehingga "harga" kepercayaan sebesar apa pun tiba-tiba sama sekali lenyap tidak berbekas.

Ketika kita saling percaya, maka "harga" yang kita berikan kepada orang lain dan orang lain kepada kita adalah seimbang. Saling memercayai merupakan landasan kebahagiaan. Dalam hubungan antarindividu, antara individu dengan institusi, bahkan antarinstitusi, kepercayaan merupakan bahan bakar segala bentuk kerja sama dalam skala kecil maupun besar.

Sebagai "bahan bakar" setiap hubungan, kepercayaan mempunyai peran sangat besar. Bayangkan jika Anda tidak percaya bahwa pak sopir akan menjemput Anda tepat waktu, suami yang bekerja setiap hari ke kantor untuk mencari nafkah, anak-anak yang

mengerjakan pekerjaan rumah dari sekolah setiap kali ditugaskan gurunya, dan teman yang akan datang ke suatu pertemuan makan siang di mal, maka Anda akan sangat resah dan sangat tidak berbahagia.

Tanpa kepercayaan, setiap manusia akan mengalami kesulitan dalam berhubungan dengan orang lain, apalagi ketika harus bekerja sangat dekat dalam satu tim maupun untuk visi dan misi yang sama. Setiap anggota tim perlu saling memercayai sebagai syarat utama kerja sama yang baik. Idealnya, setiap anggota baru dipercayai akan kemampuannya tanpa diprasangkai dengan "asumsi-asumsi buruk" yang belum terbukti.

Kepercayaan juga diperlukan agar diri kita juga yakin akan kemampuan diri sendiri. Jika kita tidak percaya kepada diri sendiri, siapa lagi yang akan percaya kepada kita?

Seorang manajer yang mendelegasikan pekerjaan dan tugas-tugas kantor kepada para anak buah mempunyai kepercayaan bahwa mereka akan menjalankannya dengan baik. Tentu saja, terkadang ada target dan hasil akhir yang kurang sesuai dengan harapan kita, namun landasan dari hubungan kerja tersebut berbobot sama dengan hubungan apa pun.

Semakin tinggi kepercayaan kita kepada anggota tim kita, maka semakin tinggi juga ekspektasi kita dari mereka. Kepercayaan perusahaan kepada seorang direktur, misalnya, tentu jauh lebih tinggi dari kepercayaan kepada seorang juru ketik. Seorang direktur dipercaya dari segi strategis dan filosofis di samping operasional dan manajerial. Seorang juru ketik hanya dipercaya sebagai pengetik naskah dan pengisi formulir belaka, tanpa ada kepercayaan strategis dan manajerial.

Kepercayaan kepada anggota keluarga kita seperti pasangan hidup istri atau suami, anak-anak, saudara dan saudari kandung maupun sepupu serta orang tua, merupakan sesuatu yang semestinya berjalan dengan alami tanpa paksaan. Jadi, sangat bisa

dimengerti mengapa keharmonisan rumah tangga wajib dipertahankan setiap saat.

Di dalam keluarga sendiri maupun dalam pergaulan dengan masyarakat, kita sepatutnya selalu menghargai orang lain, berprasangka baik, berterus terang, bertutur kata ramah, siap membantu, dan beretika tinggi. Saling tolong-menolong sudah menjadi kultur yang seyogyanya dijalankan setiap hari. Nilai-nilai baik tersebut niscaya mempertebal rasa saling percaya.

Lantas, hal-hal apa saja yang bisa melunturkan kepercayaan?

Apa saja yang bisa menimbulkan rasa tidak nyaman bagi orang lain, seperti menyakiti hati orang lain dengan kata-kata dan perbuatan, menipu, berbohong, dan berprasangka buruk. Ingat saja *golden rule*: lakukan apa yang ingin orang lain lakukan kepadamu dan jangan lakukan apa yang tidak ingin orang lain lakukan kepadamu. Mudah, bukan?

Ada satu kasus di mana seorang perempuan yang telah menikah dan mempunyai empat orang anak, ternyata ia mengalami kesulitan mencurahkan cinta kepada suami dan anak-anaknya sendiri. Ia juga mengalami kesulitan dalam hal memercayai orang lain, termasuk mereka yang bekerja untuknya seperti *baby sitter* dan para pegawai lainnya.

Ternyata ketika masa kecilnya ditelusuri, ia tidak pernah merasa dicintai oleh orangtuanya. Ia tumbuh menjadi pribadi yang dingin dan tidak mampu mengungkapkan cinta kepada orang lain, termasuk kepada suami dan anak-anaknya sendiri. Ia juga tidak bisa memercayai orang lain walaupun mereka adalah keluarga dan teman-teman dekatnya sekali pun.

Ayahnya pernah dipenjara cukup lama atas tuduhan "anggota PKI" sehingga ketika dibebaskan, ia mengalami gangguan jiwa yang cukup parah. Tampaknya ini mengganggu proses pendewasaan dirinya karena keadaan di rumah

saat itu tidak memungkinkan untuk merasa aman dan nyaman. Ia cepat menikah dalam usia muda sebagai "cara" melepaskan diri dari pengaruh ayahnya yang mengalami gangguan jiwa. Dalam hubungannya dengan suaminya, ia pun sering histeris sehingga suami tidak merasa nyaman.

Masa lalu yang menyakitkan memancarkan hati yang dingin. Krisis kepercayaan kepada orang lain dan diri sendiri semakin memperdalam sakitnya hati yang belum sembuh sejak dulu. Hubungan dengan orang lain pun terganggu. Bagaimana bisa berbahagia?

Akhir kata, kebahagiaan kita sangat erat hubungannya dengan kepercayaan yang kita berikan dan kita terima dari orang lain. Pupuklah integritas diri yang lambat laun akan menjadi reputasi tidak terbantahkan. Juga yakinlah akan kemampuan orang lain karena dengan memandang orang lain lebih baik dari sebenarnya, kita sedang memberikan "jubah" yang lebih besar dari apa yang dikenakannya.

Dengan memercayai seseorang akan kemampuannya, ia menjadi semakin percaya diri akan pencapaian-pencapaiannya. Dengan memercayai orang lain, maka kita memupuk kebaikan yang akan dituai sebagai keindahan yang luar biasa. Dan kita akan semakin tinggi pula integritas dan reputasinya. melahirkan inovator berkelas dunia. Bukan tidak mungkin, di masa depan akan makin banyak nama-nama Indonesia yang jadi tokoh hebat di dunia. Tentu, butuh bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, agar cita-cita besar itu dapat terwujud. "Secara pribadi, saya berharap ada lembaga atau perusahaan yang bisa mendanai proyek ini sehingga manfaatnya bisa lebih maksimal dan dirasakan teman-teman tunanetra. Dan ke depan, semoga saya mampu mewujudkan cita-cita dan membawa nama harum bangsa." **LB**