

Different Person: Berani Melawan Arus Mainstream

Dilla Haryuanah¹, Nurul Inayah², Diana Yusup³, Riswanto⁴, Sri Utami⁵, Masduki Asbari⁶

^{1,2,3,4}Universitas Insan Pembangunan Indonesia

⁵Universitas Terbuka Serang

⁶Universitas Gunadarma

*Corresponding Email: haryuanah.dilla@gmail.com

Abstrak – penelitian ini merupakan penyajian dari sebuah *review* buku yang berjudul “Berani Tidak Disukai” karya Ichiro Kishimi & Fumitake Koga. Hasil karya tersebut merupakan sebuah fenomena dari Jepang yang dimana merupakan suatu bentuk untuk membebaskan diri, mengubah hidup, dan meraih kebahagiaan sejati. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif dengan cara menganalisis sumber materi yang diperoleh dari isi buku. Berani merupakan sebuah hal penting yang sangat diperlukan oleh siapapun, terkadang dalam hidup memiliki sebuah rasio perputaran seperti roda yang terus berputar, melangkah untuk maju berjalan menyusuri waktu, dunia akan tetap terus berputar walaupun anda sudah tidak ada. Menjalani hidup untuk terus terlihat bahagia dan baik-baik saja memang mudah tetapi untuk hidup dalam sebuah kebahagiaan itu yang sulit. Hidup memang sekali, maka berani dalam melawan arus untuk mencapai sebuah kebahagiaan yang nyata itu menjadi satu pusat perhatian dalam membebaskan diri dan mengubah hidup. Sesungguhnya kebahagiaan itu tidak perlu dicari tetapi hanya perlu diciptakan.

Kata Kunci: *Different Person*, Bahagia, Melawan Arus

Abstract - This research is a presentation of a book review entitled "Dare to be Disliked" by Ichiro Kishimi & Fumitake Koga. The work is a phenomenon from Japan that is a form of liberating oneself, changing lives, and achieving true happiness. The method used in this research is a descriptive qualitative method by analyzing the source material obtained from the contents of the book. Daring is an important thing that is needed by anyone, sometimes in life it has a rotation ratio like a wheel that keeps spinning, stepping forward to walk through time, the world will continue to spin even though you are no longer there. Living life to continue to look happy and fine is easy but to live in happiness is difficult. Life is one time, so going against the grain to achieve real happiness is the center of attention in liberating yourself and changing your life. Indeed, happiness does not need to be sought but only created.

Keywords: *Different Person*, Happy, Go Against The Flow.

PENDAHULUAN

Perubahan dapat di artikan sebagai hal (keadaan) yang berubah. sehingga perubahan merupakan peralihan keadaan pada sebelumnya, perubahan tersebut tidak hanya berupa keadaan saja melainkan bisa berupa perubahan pola pikir dan perilaku suatu masyarakat. Menurut Abdulsyani (2007) dalam buku Sosiologi Skematika dan Terapan, perubahan-perubahan dalam kehidupan masyarakat merupakan fenomena sosial yang wajar, oleh karena itu setiap manusia mempunyai kepentingan yang tak terbatas. Perubahan akan nampak setelah tatanan sosial dan kehidupan masyarakat yang baru. Menurut Imam

Santoso (2011) perubahan merupakan sifat dasar dari masyarakat, ini mengubah metafor “kehidupan sosial” seperti kehidupan sosial itu sendiri. Kehidupan sosial meliputi perubahan yang tiada henti, gagasan paling umum dari perubahan mengindikasikan beberapa peralihan dalam hal entitas yang terjadi dalam waktu tertentu. Perkembangan zaman pun tentunya akan mengalami perubahan yang terus berjalan, perubahan juga memiliki dampak positif dan negatif. Bentuk perubahan yang positif adalah perubahan yang mengacu pada kemajuan suatu keadaan, namun perubahan yang negatif adalah perubahan yang mengacu pada kerugian atau sesuatu yang dapat merugikan.

Different person atau orang yang berbeda merupakan salah satu bentuk dari adanya perubahan dalam diri, menjadi orang yang berbeda itu bukan merupakan suatu hal yang salah ataupun aneh tetapi itu merupakan hal yang wajar. Setiap orang memiliki perubahan pada masanya dan memiliki pandangan tersendiri terhadap sesuatu yang dapat dijadikan objek ataupun motivasi sehingga memicu adanya perubahan yang mendorong seseorang dalam berubah. Rata-rata perubahan tersebut menuju ke arah yang lebih baik dan perubahan itu tidak terjadi secara langu tetapi bertahap. Sebuah studi *Journey of Personality and Social Psychology* mengatakan bahwa seseorang bisa dengan sadar mengubah kepribadian mereka sendiri dengan mengubah kebiasaan pribadi dan melakukannya secara berkelanjutan. Studi lainnya dalam *Journal of Personality* juga menunjukkan bahwa perubahan kepribadian yang positif bisa terjadi ketika ia menjalani kehidupan yang penuh makna.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Kebahagiaan atau kegembiraan adalah suatu keadaan pikiran atau perasaan yang ditandai dengan kecukupan hingga kesenangan, cinta, kepuasan, kenikmatan, atau kegembiraan yang intens. Kebahagiaan hakiki menurut Sokrates adalah kebahagiaan jiwa (eudaimonia), bahwa jiwa manusia bukan nafasnya saja, tetapi merupakan unsur terpenting dalam hidup. Jiwa merupakan inti sari manusia, maka manusia wajib mengutamakan kebahagiaan jiwanya. Eudaimonia yaitu kesempurnaan atau lebih tepatnya memiliki daimon atau jiwa yang baik, lebih daripada kebahagiaan tubuhnya atau kebahagiaan yang lahiriah (K. Bertens, Sejarah Filsafat Yunani). Menurut Plato yaitu mengatakan bahwa eudaimonia merupakan tujuan hidup manusia. Bagi plato manusia harus mengupayakan kebahagiaannya. Menurutnya kebahagiaan atau kesenangan itu tidak hanya kepuasan hawa nafsu selama hidup di dunia (indrawi) saja tetapi kebahagiaan juga harus dilihat dalam hubungan kedua dunia (dunia indrawi/jasmani dan dunia idea).

Melawan arus yaitu melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan apa yang dilakukan kebanyakan orang. Melawan arus untuk menjadi lebih baik merupakan satu hal yang besar dan tidak mudah untuk sebagian orang, memerlukan keberanian yang sangat kuat. Dalam menjalani kehidupan terkadang melakukan sesuatu hal yang bertolak belakang dengan apa yang biasa dikerjakan itu sangat diperlukan dalam mengubah hidup. Mengubah hidup dengan cara melawan arus itu memang terdapat sebuah keragu-raguan tetapi orang yang berani melawan arus itu adalah orang yang memiliki tujuan dalam hidup. Sehingga untuk mencapai tujuan atau kebahagiaan sejati diperlukan suatu pengorbanan, semakin seseorang memandang kebahagiaan sebagai tujuan akhir dalam hidupnya, maka semakin terarah dan mendalam aktivitas-aktivitas yang dilakukannya untuk hidup bahagia, karena harus menjalankan aktivitasnya menurut keutamaannya. Menurut Aristoteles hidup dalam keutamaan adalah hidup yang sungguh ditata dengan baik. Sementara keutamaan adalah keutamaan yang mengarahkan manusia pada perbuatan baik.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif deskriptif. Penulis bertujuan untuk memberikan informasi mengenai riview buku karya Ichiro Kishimi & Fumitake Koga yang menjelaskan tentang fenomena untuk membebaskan diri, mengubah hidup, dan meraih kebahagiaan sejati. Dengan judul “Berani Tidak Disukai”. Banyak dari suatu masyarakat yang ingin membebaskan diri, mengubah hidup serta ingin meraih kebahagiaan tetapi tidak berani untuk melakukannya dengan melawan arus kehidupan. Sementara rasa keinginan tumbuh lebih besar daripada hal yang dilakukannya, artinya banyak yang memilih zona nyaman atau aman karena ketidakberaniannya terhadap sesuatu hal baru.

Berdasarkan pada penjelasan di atas merupakan suatu bentuk dari pendekatan deskriptif kualitatif yaitu analisis data yang diperoleh berupa kata-kata, gambar atau perilaku. dan tidak dituangkan dalam bentuk bilangan atau angka statistik, melainkan dengan memberikan paparan atau penggambaran

mengenai situasi atau kondisi yang diteliti dalam bentuk uraian naratif. Hal ini didasarkan pada alasan peneliti yang menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, karena peneliti ingin mendeskriptifkan keadaan yang akan diamati dengan lebih spesifik, transparan, dan mendalam. Pemilihan *review* pada buku ini dilakukan berdasarkan pada keunikan untuk dapat menemukan kebahagiaan diri. dan termasuk dalam buku *self improvement* yang tepat untuk direkomendasikan kepada orang-orang yang tengah mengalami atau merasa kurang bahkan tidak bahagia saat ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Judul Buku	: Berani Tidak Disukai
Penulis	: Ichiro Kishimi & Fumitake Koga
Penerbit	: PT Gramedia Pustaka Utama Anggota IKAPI, Jakarta 2019.
<i>Published</i>	: Kirawareru Yuki by Diamond, Inc, Tokyo in 2013
ISBN	: 978-602-06-3321-3
Jumlah Halaman	: 350 Halaman
Penerjemah	: Agnes Cynthia
Perwajahan Isi	: Mulyono

Isi buku

“Dusta kehidupan yang terbesar dari semuanya adalah tidak hidup di sini pada saat ini. buanglah dusta kehidupanmu, dan tanpa merasa takut, arahkanlah lampu sorot yang terang benderang itu pada hidupmu di sini saat ini. itu adalah sesuatu yang bisa kau lakukan”- Berani Tidak Disukai, (306 : 2019).

Isi buku tersebut merupakan dialog yang dibawakan oleh seorang pemuda dan seorang filsuf. Sang pemuda merasa tidak puas dengan hidupnya, sedangkan sang filsuf menawarkan kebahagiaan yang bisa diperoleh hanya dalam sekejap mata. Pemuda dalam buku ini digambarkan sebagai seseorang yang tidak puas dengan pendapat dari seorang filsuf. Pendapat yang dikeluarkan oleh si pemuda lebih rasional daripada sang filsuf sehingga akan merasa bahwa pendapat si pemudalah yang benar. Namun arti dari sebuah kebenaran tersebut adalah sesuatu yang abstrak. Justru dari ketidak rasionalan tersebut akan menemukan banyak hal tentang pemikiran-pemikiran baru dari sang filsuf.

Buku ini memuat banyak teori dari Alfred Adler yang merupakan seorang ilmuwan terkenal pada abad ke-19. Teori psikologi dari Alfred Adler digunakan untuk mendefinisikan bahwa luka batin atau trauma dari masa lalu tidak menyebabkan ketidak bahagiaan seseorang saat ini, dan berbeda pandangan dari teori Freud yang mengungkapkan bahwa trauma masa lalu seseorang dapat menyebabkan ketidak bahagiaan seseorang berpengaruh bagi keberlangsungan hidup seseorang. Namun pada teori Adler menolak alasan tersebut. Bahkan Adler berpendapat bahwa pengalaman masa lalu seseorang dapat membentuk kepribadian seseorang dan mempengaruhi kekuatan seseorang. Kebahagiaan seseorang pada masa kini ditentukan oleh apa yang terjadi saat ini dan masa yang akan datang. Pengalaman seseorang tidak menentukan arah hidup seseorang. Menekankan cara dengan menyikapi sesuatu daripada melihat apa yang telah terjadi karena menurutnya peristiwa yang sudah terjadi hanyalah sebuah masa lalu. Namun sikap saat ini adalah penentu peristiwa yang akan datang. Terperangkap dalam ketidak bahagiaan yang ada pada masa lalu hanya akan membuat seseorang terjebak dalam ketidak bahagiaannya. Oleh karena itu Adler berpendapat bahwa akan lebih efektif jika manusia hidupnya saat ini dan melakukan yang terbaik untuk masa depan daripada terperangkap pada luka masa lalu dan terus-menerus menjadi tidak bahagia.

Kebahagiaan akan sulit di dapat jika seseorang hanya terpaku dengan kehidupan orang lain dan menjadikan kehidupan orang lain sebagai patokan kebahagiaan untuk hidupnya. Buku ini mengajarkan bahwa setiap orang memiliki kehidupan dengan jalan yang berbeda, tidak ada kehidupan yang sempurna semua miliki jalan hidup masing-masing. Apabila seseorang terus menerus menjadikan kehidupan orang lain sebagai standar untuk kebahagiaan hidupnya, maka orang tersebut tidak akan mendapatkan kebahagiaan. Untuk mencapai kebahagiaan tersebut seseorang harus mencintai dirinya sendiri dan menetapkan standar kebahagiaannya sendiri tanpa menjadikan kebahagiaan atau kehidupan orang lain sebagai patokan atau standar hidup kebahagiaannya.

Kehidupan dengan mencintai diri sendiri itu akan menjadi lebih baik, dengan mencintai diri sendiri dapat mengajarkan bahwa pentingnya menghargai diri sendiri. Dengan cara melakukan sesuatu hal yang disukai, memberi *reward* pada diri sendiri terhadap sesuatu hal yang telah dilakukan adalah suatu bentuk bahwa kita telah menghargai diri sendiri. Menjalani hidup seperti itu akan membuat diri menjadi lebih tenang tentram damai, sehingga ada sebuah kalimat yang menyatakan bahwa berdamai dengan diri sendiri akan jauh lebih indah. Seiring berjalannya waktu tanpa disadari hal tersebut akan menjadikan pribadi yang lebih positif, berpikir maju terbuka akan segala hal dan bertindak lebih tenang terhadap sesuatu.

Seseorang dapat mengabaikan luka masa lalunya dan memulai mengendalikan diri serta perasaannya saat ini untuk memperoleh kebahagiaan pada masa kini dan masa yang akan datang. Cara tersebut memungkinkan untuk membuat seseorang tidak disukai oleh orang lain, akan tetapi dengan keberanian seseorang yang memiliki prinsip hidupnya sendiri tanpa peduli dengan ekspektasi orang lain terhadapnya dan tidak menjadikan kehidupan orang lain sebagai standar dalam hidupnya akan membuat seseorang mendapatkan kebahagiaannya sendiri. Buku ini sangat memberikan pembelajaran, kesadaran, serta memberikan dampak positif yang sangat besar bagi sang pembaca. Agar menjadi pribadi yang berani menentukan sikap atau membentuk sebuah karakter baru tanpa harus dikendalikan oleh masa lalu, mengukur standar kebahagiaan pada orang lain, serta menaruh ekspektasi pada orang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada penjelasan di atas mengenai *review* isi buku, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa membangun jiwa yang berani sangat berpengaruh dan memiliki dampak besar yang positif terhadap kehidupan, perubahan dalam hidup dimulai dari diri sendiri, dengan menerima, menghargai dan mencintai diri sendiri menjadikan hidup lebih bahagia. Kebahagiaan tak perlu dicari, melainkan hanya perlu diciptakan untuk menjadikan hidup sempurna. Berani untuk disukai itu adalah kunci dalam menentukan kebahagiaan yang sejati, karena baik atau buruknya diri kita, susah atau senangnya diri kita, tetap saja akan selalu ada seseorang yang tidak menyukai. Jangan mengukur kebahagiaan dalam hidup dengan melihat seberapa banyak orang yang menyukai diri kita. Beranilah bergerak maju melawan arus kehidupan demi hal yang positif. Jangan biarkan diri sendiri dikendalikan dengan orang lain dan jangan hiraukan pendapat atau pandangan orang lain terhadap diri sendiri. Tetap lakukan sesuatu dengan baik, benar, dan positif selama tidak merugikan orang lain. Karena untuk mencapai tujuan dalam kebahagiaan sudah menantimu didepan mata.

REFERENSI

- Ademika, AV, Muzaki, RI, & Asbari, M. (2023). Mengenal Diri dalam Perspektif Filsafat Socrates. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 1 (02), 177–182. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.221>
- Amaliya, FP, Komalasari, S., Susilawati, S., Saidah, S., & Asbari, M. (2023). Self Healing with Qur'an: Mengapa Harus Qur'an?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 2 (01), 14–18. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.267>

- Apriani, Humas, & Asbari, M. (2023). The Power of Habits: Sukses Beradaptasi dengan Bertahap. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2 (01), 67–72. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.273>
- Aprilianti, D., & Novitasari, D. (2023). Bisnis Kolaborasi: Semangat Meraih Lebih Banyak dan Lebih Banyak Manfaat. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 66–70. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.60>
- Azhari, DW, Suara, G., Sinariana, I., Annisa, NN, & Sari, N. (2023). Melepas Kepedulian Berlebihan: Kunci Menuju Kehidupan yang Bahagia dan Damai. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2 (01), 45–51. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.262>
- Casika, A., Agniya, AN, & Hermawan, MB (2023). Perbaiki Diri: Menata Karier dan Masa Depan di Usia 20-an. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2 (01), 1–6. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.281>
- Erwianto, RF, & Asbari, M. (2023). Minimalis: Sedikit Barang, Sedikit Masalah?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 123–127. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.78>
- Gulo, FK (2023). Hygge: Rahasia Hidup Bahagia Orang Denmark. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 215–219. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.211>
- Hidayatullah, S., Asbari, M., & Emylisa, H. (2023). Metamorproses: Hidup Itu Proses, Bukan Protes?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2 (01), 52–59. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.296>
- Hidayatullah, S., Emylisa, H., & Asbari, M. (2023). Algoritma Cinta: Memahami Hubungan Pasangan Hidup?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 104–108. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.88>
- Irfan, M. (2023). Ikigai: Filosofi Hidup Bahagia Orang Jepang. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 209–214. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.219>
- Iwari, HM, & Asbari, M. (2023). Wu-wei: Kekuatan dari Tidak Melakukan Tindakan. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 119–122. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.82>
- Kardiansyah, NN, & Ramadhani, AS (2023). Efek Benjamin Franklin: Rahasia Menaklukkan Hati Orang lain?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 43–48. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.39>
- Koga, I. K. (2013). *Berani Tidak Disukai*. (A. Cynthia, Penerj.) Indonesia: 2019. Diambil kembali dari www.gpu.id
- Marpaung, RA, & Asbari, M. (2023). Break The Limit: Keluar dari Zona Nyaman?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 203–208. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.225>
- Nurhakim, MI, & Komalasari, S. (2023). Berhenti Tidak Aman! pengembangan dengan Bersyukur. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 299–303. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.278>
- Nurhayati, P., Asbari, M., & Naharsurur, AR (2023). Law of Attraction: Inilah Jalan Meraih Impian?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1 (02), 128–132. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.85>
- Perawati, S., Asbari, M., & Naelufar, S. (2023). Ikigai: Rahasia Hidup Bahagia?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2 (01), 19–23. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.275>

- Prasadana, JP, & Asbari, M. (2023). Jangan Terjebak pada Bimbang: Perspektif Seorang Cak Nun. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 1 (02), 109–113. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.72>
- Rahayu, S., Asbari, M., & Nurhayati, W. (2023). Delayed Gratification: Menahan Sedikit Kesenangan untuk Kebahagiaan Besar Jangka Panjang . *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 1 (02), 114–118. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.64>
- Rangga Maulana, E. (2023). Seni Hidup Minimalis: Petunjuk Minimalis menuju hidup Apik, Tertata, dan Sederhana Karya France Jay . *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 2 (01), 60–66. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.293>
- Setyani, I., Asbari, M., & Pratama, AG (2023). Heroic Living: Mengubah Diri untuk Mengubah Dunia. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 2 (01), 91–96. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.328>
- Silalahi, LH, Fitriani, Y., & Siagian, JL (2023). Mitigasi Kesadaran Diri terhadap Kelestarian Alam. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 1 (02), 190–194. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i02.141>
- Yaqin, MA, Al Fajri, MH, & Prayogo, S. (2023). Berdamai dengan Diri Sendiri. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* , 2 (01), 39–44. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i01.309>