

**6 pelajaran bermakna ini berhasil membuat saya bekerja di 4 startup besar, salah satunya bernilai 20 triliun.**

Kegagalan dan keberhasilan adalah buah terbaik hidup ini. Sesekali merasakan kesedihan dan di sisi lain mampu mengerti kenapa kegagalan seperti demikian terjadi. Perjalanan hidup 'penuh rasa' pun sudah saya alami. Lahir di Jawa Timur, Nganjuk, tak disangka saya bisa bekerja di sebuah Startup Unicorn bernilai 20 triliun. Mimpi saya, satu-persatu, menjadi kenyataan. Bahkan, di tahun 2015 kemarin saya bisa melakukan perjalanan ke Eropa secara gratis. Hal-hal seperti ini hanyalah sepotong kisah dalam kehidupan saya.

Sepanjang hidup dipenuhi dengan pikiran positif, apapun kondisi pasti akan berbuah senyuman.

Saya lahir di daerah dengan keterbatasan informasi. Namun, hal itu tak menghalangi minat saya di bidang teknologi dan desain grafis. Sebagai anak mudah kelahiran 90-an, dunia online merupakan hal baru yang asyik untuk diselami. Sampai-sampai, di tahun 2008 saya dan teman saya, Ardha Yosef Retmana, mengusulkan ekstrakurikuler IT di SMA. Ide brilian kami ditolak mentah-mentah oleh para guru. Namun, lambat laun para guru sadar akan pentingnya dunia IT. Sampai saat ini, ekstrakurikuler yang saya gagas masih tetap ada dengan nama ORBITS (organisasi bina IT Smada).

Bergelut di dunia UX desain tidaklah mudah. Uang senilai \$30 merupakan hasil jirih payah pertama saya di dunia UI/UX desain. Kurun waktu 1 tahun, antara 2012-2013, saya aktif mengikuti kontes di Freelancer.com dan 99design. Satu tahun rasa-rasanya seperti satu abad. Kegagalan demi kegagalan terus saya alami. Namun, proses tidak mengkhianati hasil.

Sebelum bekerja di GOJEK, saya pernah bekerja di salah satu softwarehouse yang berbasis di Kanada dengan system kerja remote. Mulai dari itu, karir saya di dunia UI/UX menemui titik cerah. Hingga pada akhirnya, di awal tahun 2017 saya memutuskan untuk berdikari.

Perjalanan hidup saya penuh liku. Beberapa raihan saya di atas sebenarnya hanya 1% dibanding 99% kegagalan yang saya alami. Berkat beberapa hal, saya masih berdiri dan bersiap berlari kencang mengejar semua impian. Paling tidak, 6 hal ini berhasil menemani, mendidik, sekaligus membantu saya lepas dari semua tantangan dan tetap fokus pada apa yang saya kerjakan saat ini. Kesepuluh hal tersebut sebenarnya sangat familiar, tetapi hanya sedikit yang fokus memakainya untuk

menumbuhkan diri.

### **Hidup adalah anugerah terbaik**

Kehidupan semakin menggerus kesehatan. Individu lupa bahwa setiap detik, kondisi tubuh semakin menuju ke arah kerapuhan. Hukum alam tidak bisa diganggu gugat. Semakin lama, fisik saya semakin menua. Ditambah, bekerja sebagai ui/ux desainer membuat saya sering duduk lebih dari 8 jam/hari. Kondisi ini berpengaruh signifikan bagi kesehatan. Oleh sebab itu, mulai beberapa tahun ini saya mulai belajar mempraktikkan pola hidup sehat.

WHO menjelaskan bahwa pola hidup sehat merupakan upaya individu supaya tidak mudah terserang penyakit dan menjauhkan dari potensi kematian. Studi ilmiah menemukan bahwa perilaku buruk soal kesehatan berkontribusi pada lemahnya daya tahan tubuh manusia. Pola sehat merupakan jawaban supaya hidup Anda lebih panjang.

### **Catat semua impian**

Hidup lebih lama takkan berguna bila tanpa impian. Impian membuat kehidupan memiliki 'rasa'. Tanpa impian, hidup akan hambar dan membosankan. Soal impian hidup, saya merupakan salah satu orang yang percaya dengan Law of attraction. Meski beberapa teman sempat menertawakan.

Ketika Anda memiliki pemikiran positif mengenai kehidupan saat ini, maka kondisi akan mengikuti hal tersebut, itulah Law of Attraction. Law of attraction serupa dengan konsep here and now dalam bidang psikologi. Konsep here and now memiliki terapi bernama "Cognitive-Behavioral Therapy" yang menekankan pada thoughts, feelings, and behaviors individu.

Di sinilah poinnya.

Guna menjaga asa impian, saya melakukan beberapa aktivitas: Be grateful, Use a focus wheel, Create a dream board, Choose a few positive affirmations and repeat them every day, and etc. Dimulai dengan menulis list impian di kertas dan menempelkannya di dinding kamar. Beberapa tahun kemudian, hampir semua impian yang saya tulis dulu terwujud. Bahkan, saya memperoleh yang lebih baik.

### **Jadikan orang lain sebagai referensi, bukan komandan**

Melissa Ng dan Tiago Gerstheimer menulis:

*“We’re social creatures, and we seek out self-validation through social affirmation—it’s human instinct!”*

Mereka berdua bukanlah pakar psikologi, melainkan aktivis UI/UX. Ya, konsep mengenai hal ini ada di dunia UI/UX desain. Konsep ini dijadikan ‘dasar’ ketika mendesain sebuah produk supaya produk tersebut menjadi bagian dari habit user (diterima user).

Namun, jangan pakai konsep ini dalam kehidupan personal Anda. Terkadang, saya pun mendengarkan beberapa saran, menikmati cemoohan lingkungan, atau bahkan penolakan atas apa yang saya lakukan ini. Naluri self-validation harus diperlemah untuk menemukan siapa dirimu. Lakukan sesuatu yang kamu percayai (Apapun itu). Tabahlah, mentari tidak akan terus-menerus tenggelam. Ada saat dimana langit berwarna kuning emas dan menampilkan keindahannya.

Jon Jandai telah membuktikannya:

[https://www.youtube.com/watch?v=21j\\_OCnLuYg&](https://www.youtube.com/watch?v=21j_OCnLuYg&)

[https://youtu.be/21j\\_OCnLuYg](https://youtu.be/21j_OCnLuYg)

### **Rasakan ketakutan sebagai bonus di kehidupan**

Pernah mendengar istilah defense mechanisms? Istilah ini diperkenalkan oleh Sigmund Freud. Bapak psikologi dunia.

Rasa takut merupakan bagian dari defense mechanisms manusia. Semua individu pasti memilikinya. Hal tersebut sangat manusiawi. Namun, jangan sampai aktivitas manusiawi ini menghalangi potensi Anda.

Hampir setiap hari saya pun mengalami rasa takut, terutama terkait kegagalan. Sejak tahun 2012 hingga saat ini, saya aktif di situs freelancer.com dan 99design.com. Apakah saya selalu menang? Tidak, kata “kalah” masih sering saya dapatkan di inbox email.

Berteman dengan kegagalan akan meringankan pikiran. Fokuslah pada apa yang anda kerjakan saat ini. Suatu saat anda pasti akan bertemu keberhasilan. Saya pun demikian. Saya fokus di UI/UX desain. Meski belum begitu hype dibanding pekerjaan-pekerjaan yang dikenal masyarakat awam, saya percaya 3-5 tahun ke depan pilihan

saya ini akan berdampak pada lingkungan sekitar.

### **Kegagalan bukanlah penghalang, lanjutkan!**

Apakah saya pernah gagal? Sering sekali. Saya telah mengalami 99% kegagalan dan 1% keberhasilan. Namun, angka 1% tersebut ternyata berdampak resonansi dalam hidup saya. Saya bisa bertemu dan mendapatkan kesempatan untuk terus belajar. Kegagalan merupakan cara alternatif bagi manusia supaya mereka mau terus berpikir.

Rahul Agarwal, MD & CEO Lenovo mengatakan:

*“Hidup tidak akan pernah bisa lepas dari kegagalan. Tak perlu risau, saya pun mengalami banyak kegagalan hingga saat ini. Yang harus dilakukan saat ini, yaitu merangkul kegagalan. Tidak mudah untuk melakukannya. Saya tidak ahli soal itu, tetapi saya tetap berusaha melakukannya hingga hari ini”.*

### **Bersyukur atas semua pemberian**

Setelah berlari kencang dengan mengerahkan semua tenaga dan pikiran, saatnya anda merebahkan diri. Bersyukurlah.

Menyempatkan diri bersyukur akan mengantarkan diri anda ke “ruang” kebahagiaan. Penelitian selama bertahun-tahun telah membuktikan. Rasa bersyukur akan berdampak paralel bagi seluruh aspek hidup manusia. Mulai dari kesehatan, karir, emosi, kepribadian, bahkan lingkungan sosial.



<http://happierhuman.wpengine.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2012/07/Benefits-of-Gratitude5.png>

Hidup merupakan perjalanan. Saat di perjalanan ini, aktivitas apa saja kah yang akan anda lakukan? Berdiam dan aman atau berlari mengejar sesuatu yang membuat anda lebih “hidup”?