

Bisakah Uang Membeli Kebahagiaan? Ilmuwan Bilang Bisa Tapi...

Ini adalah pertanyaan sederhana yang mungkin sesekali muncul dalam hidup seseorang: Apakah bisa membeli kebahagiaan? Buat orang-orang khususnya di AS, jawabannya bisa. Dua orang periset Daniel Kahneman dan Matthew Killingsworth berhasil membuktikannya dalam sebuah riset. Studi bersamayang terbitbulan ini di Jurnal , mematahkan pemikiran orang-orang, bahwa mereka yang bahagia adalah yang punya penghasilan super banyak. Saat orang mencapai penghasilan 75 ribu dolar AS per tahun, mereka memang bahagia. Namun, nyatanya di atas itu, kebahagiaan mereka enggak naik alias datar-datar aja. Pada tahun 2021, Killingsworth, seorang peneliti kebahagiaan dan rekan senior di Wharton School Universitas Pennsylvania menemukan fakta. Kebahagiaan tidak banyak bertambah untuk orang-orang dengan penghasilan di atas 75.000 dolar AS. Dalam studi Kahneman peraih nobel bidang ekonomi dan psikologi dan Killingsworth mensurvei 33.391 orang dewasa. Mereka berusia antara 18 dan 65 tahun yang tinggal di Amerika Serikat dan bekerja, melaporkan pendapatan rumah tangga minimal \$10.000 per tahun. Untuk mengukur kebahagiaan peserta, para peserta diminta untuk melaporkan perasaan mereka secara acak dalam sehari, selama beberapa hari, melalui aplikasi smartphone yang dikembangkan oleh Killingsworth bernama Track Your Happiness. Secara khusus, mereka ditanya "Bagaimana perasaan Anda saat ini?" pada skala mulai dari "sangat buruk" hingga "sangat baik," katanya. Studi tersebut mencapai dua kesimpulan besar: Pertama, bahwa kebahagiaan bakal meningkat seiring dengan penghasilan yang semakin tinggi. Bagi sebagian besar orang merasa, memiliki lebih banyak uang dapat membuat kita semakin bahagia. Tetapi penelitian tersebut juga menemukan ada "minoritas yang tidak bahagia. Jumlah ini sekitar 20 persen peserta yang disurvei. Ketidakhagiaannya berkurang dengan naiknya pendapatan hingga ambang batas (75 ribu dolar AS per tahun), kemudian tidak menunjukkan kemajuan berarti. Orang-orang ini cenderung mengalami kesengsaraan negatif yang biasanya tidak dapat disembuhkan dengan cuma menghasilkan lebih banyak duit. Kesengsaraan yang dimaksud ini seperti patah hati, berkabung atau depresi klinis. Bagi mereka, "penderitaan" mereka mungkin berkurang, tapi itu saat pendapatan mereka naik menjadi sekitar \$100.000. Namun

faktanya, sangat sedikit orang yang sampai pada penghasilan sebesar ini. "Dalam istilah yang paling sederhana, ini menunjukkan bahwa bagi kebanyakan orang, pendapatan yang lebih besar dikaitkan dengan kebahagiaan yang lebih besar," kata Killingsworth dalam sebuah pernyataan tentang penelitian tersebut, dilansir Jika Anda kaya dan sengsara, lebih banyak uang enggak akan membantu. Bagi orang lain, lebih banyak uang, berkaitan dengan kebahagiaan yang meningkat, tapi itu (berlaku) pada tingkat (penghasilan) yang berbeda-beda. Dalam pernyataannya, Killingsworth menjelaskan, uang bukanlah segalanya. Uang hanyalah salah satu dari banyak faktor penentu kebahagiaan. "Uang bukanlah rahasia kebahagiaan, tetapi mungkin bisa sedikit membantu (mendapat kebahagiaan).