

Berita

Di

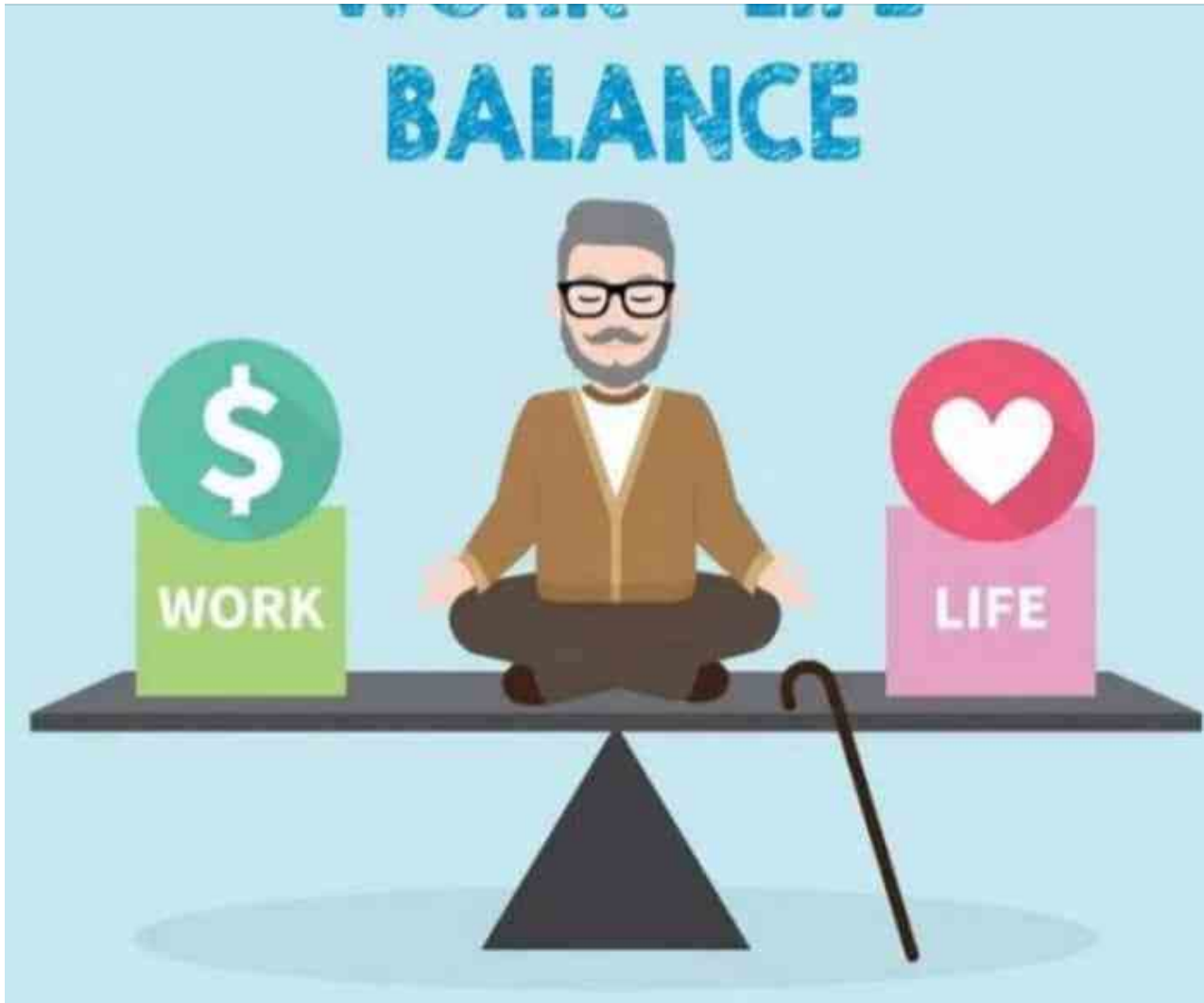
Beranda > Opini >

Mengkritisi Terminologi “Work-Life Balance”



Warta Kita
Februari 29, 2024





Dok. Kompasiana.com

DALAM hiruk-pikuk kehidupan modern, istilah "Work-Life Balance" telah menjadi simbol yang didambakan oleh banyak pekerja, terutama generasi muda yang sering dihadapkan pada

BERITA TERBARU



OPINI Februari 29, 2024
Mengkritisi Terminologi "Work-Life Balan...



BERITA Februari 28, 2024
Dibangun TMMD, Jalan Pertanian Di Bero, ...



BERITA Februari 28, 2024
Ringankan Beban Masyarakat, Pemkab Klate...



OPINI Februari 27, 2024
Bersikap Bijak Ketika Penghasilan Mening...



BERITA Februari 26, 2024
Menggandeng ISI Yogyakarta, Sekolah Kris...

OPINI



OPINI Februari 29, 2024
Mengkritisi Terminologi "Work-Life Balan...



OPINI Februari 27, 2024
Bersikap Bijak Ketika Penghasilan Mening...



OPINI Februari 8, 2024



tekanan untuk mencapainya.

Namun, semakin banyak orang yang mempertanyakan relevansi dan kecukupan terminologi ini dalam menggambarkan dinamika antara pekerjaan dan kehidupan pribadi.

Apakah “*Work-Life Balance*” benar-benar menangkap esensi dari hubungan kompleks antara karir dan waktu luang? Atau apakah diperlukan perspektif yang lebih luas dan inklusif?

Berikut dua kasus yang mewakili pendekatan yang berbeda terhadap “*Work-Life Balance*”.

Pertama, sebut saja Tina, seorang profesional muda yang berusaha keras untuk menjaga keseimbangan antara karir dan kehidupan pribadinya.

Dan kedua, sebut saja Nindya, yang mungkin tampak seperti pendukung “*Work-Life Balance*”, tetapi dalam prakteknya, menghadirkan sikap yang acuh tak acuh terhadap pekerjaannya.

Tina adalah contoh nyata dari individu yang merasa tertekan oleh harapan untuk mencapai “*Work-Life Balance*”. Sebagai seorang pekerja muda yang bersemangat, dia terus-menerus berusaha menjaga keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan pribadinya.

Dia bangun pagi-pagi sekali untuk mengejar kereta menuju kantor, dengan harapan bisa menyelesaikan semua tugasnya dengan baik sebelum waktu pulang tiba.

Namun, semakin dia berusaha menyeimbangkan kedua aspek tersebut, semakin dia merasa kehilangan dirinya dalam prosesnya.

Dia terjebak dalam siklus tanpa akhir mencoba memenuhi standar “*Work-Life Balance*”. Tina merasa semakin terisolasi dari dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya.

Di sisi lain, Nindya, yang mungkin terlihat seperti pelopor “*Work-Life Balance*”. Dia senantiasa menekankan pentingnya menaruh prioritas pada kehidupan pribadi di luar jam kerja dan menikmati setiap momen tanpa terlalu membebani diri dengan tugas-tugas profesional.



Inovasi Credit Union: Pelayanan Integrat...



OPINI Januari 31, 2024

Demokrasi Modern Dalam Bingkai Keberlanj...



OPINI Januari 30, 2024

Bisnis Sosial: Mengutamakan Kesejahteraa...

KATEGORI

Berita (4,814)

Kiprah (623)

Opini (136)

Unik (21)



Namun, pandangan Nindya terhadap “*Work-Life Balance*” sering kali melampaui batas menjadi ketidakpedulian terhadap tanggung jawab profesionalnya.

Dia sering pulang lebih awal dari kantor atau tepat jam pulang kantor, mengabaikan tugas-tugas yang menunggu, dan menempatkan kesenangan pribadinya di atas segalanya.

Namun, kesantaiannya dalam pekerjaan terkadang mengarah pada hasil yang kurang memuaskan dan kurangnya konsistensi dalam hubungan profesionalnya.

Kasus Tina dan Nindya menyoroti masalah dengan terminologi “*Work-Life Balance*” itu sendiri.

Istilah ini, meskipun sering kali dianggap sebagai kunci untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan, dapat meredupkan urgensi dan dedikasi yang diperlukan untuk meraih tujuan karier yang berarti.

Jika terus berpegang pada pemikiran bahwa pekerjaan dan kehidupan pribadi adalah dua entitas yang terpisah, kita mungkin melewatkan aspek penting dari kedua aspek tersebut.

Sebagai alternatif, terdapat konsep “*Work-Leisure Balance*”. Istilah ini menekankan bahwa pekerjaan dan waktu luang seharusnya tidak dipisahkan secara tegas, melainkan saling melengkapi. Dengan mengakui bahwa keberhasilan dalam karir tidak harus berarti pengorbanan dalam kehidupan pribadi. Dan sebaliknya, kita dapat menciptakan gaya hidup yang seimbang dan memuaskan.

Keseimbangan antara dedikasi terhadap karir dan pemenuhan dalam kehidupan pribadi adalah kunci untuk mencapai kebahagiaan dan keberhasilan yang berkelanjutan.

Dalam konteks “*Work-Leisure Balance*”, penting untuk memahami bahwa pekerjaan adalah bagian integral dari sebuah kehidupan. Namun, hal ini tidak berarti bahwa sebagai individu harus mengorbankan waktu luang dan kebutuhan pribadi demi mencapai kesuksesan profesional.



Sebaliknya, kita perlu mengambil pendekatan yang lebih holistik terhadap hidup dan karir, mengintegrasikan kedua aspek tersebut secara harmonis untuk menciptakan kehidupan yang seimbang dan memuaskan.

Untuk mencapai “*Work-Leisure Balance*” yang sehat, kita perlu memperhatikan beberapa hal.

Pertama, penting untuk menetapkan prioritas yang jelas dalam hidup kita, baik itu dalam hal karir maupun kehidupan pribadi. Kedua, kita perlu belajar untuk mengelola waktu kita dengan bijaksana, mengidentifikasi waktu yang tepat untuk bekerja keras dan waktu yang tepat untuk bersantai dan menikmati kehidupan.

Dan yang terakhir, kita perlu membangun dukungan sosial yang kuat, baik dari teman, keluarga, maupun rekan kerja, yang dapat membantu kita dalam menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan waktu luang.

Dengan memperkenalkan konsep “*Work-Leisure Balance*” ke dalam budaya kerja, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung untuk pertumbuhan dan perkembangan pribadi serta profesional.

Hal tersebut bukan hanya tentang mencapai kesuksesan dalam karir, tetapi juga tentang meraih kebahagiaan dan pemenuhan dalam kehidupan secara keseluruhan.

Jadi, mari kita tinggalkan pemikiran lama tentang “*Work-Life Balance*” dan beralih ke perspektif yang lebih luas dan inklusif yang mengakui pentingnya mengintegrasikan pekerjaan dan waktu luang untuk menciptakan kehidupan yang seimbang dan memuaskan.

