

## Mengapa Finlandia dan Denmark Lebih Bahagia Daripada Amerika Serikat

Updates. - [ADVOCATE.OR.ID](https://advocate.or.id)

Nov 22, 2024 - 10:43



**SOSIAL** - Tingkat kebahagiaan di negara-negara seperti Finlandia dan Denmark, yang sering menempati peringkat teratas dalam indeks kebahagiaan dunia, dibandingkan dengan Amerika Serikat dapat dijelaskan melalui kombinasi faktor budaya, ekonomi, sosial, dan politik. Berikut adalah analisis mengapa negara-negara Nordik ini lebih unggul dalam hal kebahagiaan.

**Faktor Utama yang Membuat Finlandia dan Denmark Lebih Bahagia**

### **1. Jaminan Sosial yang Kuat:**

- Finlandia dan Denmark memiliki sistem kesejahteraan sosial yang kuat, menyediakan akses gratis atau terjangkau ke layanan kesehatan, pendidikan berkualitas, tunjangan pengangguran, dan pensiun. Sistem ini mengurangi stres dan kekhawatiran tentang ketidakpastian finansial.

- Sebaliknya, AS memiliki program kesejahteraan publik yang lebih terbatas, yang menyebabkan tingkat ketidakamanan ekonomi yang lebih tinggi bagi banyak orang.

### **2. Keseimbangan Kerja dan Kehidupan:**

- Negara-negara Nordik menekankan keseimbangan kerja dan kehidupan, dengan jam kerja yang lebih pendek, cuti orang tua yang murah hati, dan waktu libur yang cukup.

- Di AS, banyak pekerja memiliki jam kerja lebih panjang dengan jumlah liburan yang lebih sedikit, yang meningkatkan tingkat stres.

### **3. Kesetaraan dan Kepercayaan:**

- Negara-negara ini mengutamakan kesetaraan sosial, dengan sistem pajak progresif yang memastikan distribusi kekayaan yang lebih adil. Tingkat kepercayaan yang tinggi di antara warga dan terhadap institusi pemerintah juga meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

- AS memiliki ketimpangan pendapatan yang lebih besar, yang dapat memperburuk perasaan ketidakpuasan sosial.

### **4. Pendidikan dan Perawatan Anak:**

- Pendidikan dan perawatan anak gratis atau sangat terjangkau di Finlandia dan Denmark mengurangi beban keuangan dan mendorong kesetaraan peluang.

- Di AS, biaya pendidikan dan perawatan anak menjadi beban finansial yang signifikan, menciptakan stres bagi banyak keluarga.

### **5. Sikap Budaya:**

- Kebahagiaan di Finlandia dan Denmark terkait dengan kepuasan, kesederhanaan, dan penghargaan terhadap hal-hal kecil, seperti konsep "hygge" (kehangatan) di Denmark dan "sisu" (ketangguhan) di Finlandia.

- Budaya AS sering menekankan kesuksesan materi dan pencapaian individu, yang dapat menyebabkan stres dan ketidakpuasan ketika tujuan tersebut tidak tercapai.

### **6. Sistem Kesehatan:**

- Sistem kesehatan universal di Finlandia dan Denmark memastikan semua warga memiliki akses ke layanan medis tanpa beban finansial.

- Di AS, biaya kesehatan sangat mahal, dan banyak orang tidak memiliki asuransi, menambah stres pribadi dan ekonomi.

### **7. Komunitas dan Koneksi Sosial:**

- Rasa komunitas yang kuat dan kohesi sosial terlihat jelas di Finlandia dan Denmark. Orang-orang saling percaya dan mendukung satu sama lain, sehingga kesepian jarang terjadi.

- Di AS, fokus pada individualisme dapat menyebabkan isolasi sosial dan hubungan komunitas yang lebih lemah.

### **8. Faktor Lingkungan:**

- Finlandia dan Denmark memiliki kualitas lingkungan yang tinggi, dengan udara yang lebih bersih, polusi yang lebih sedikit, dan penekanan pada keberlanjutan.
- Tantangan lingkungan di beberapa wilayah AS, seperti polusi dan bencana terkait iklim, dapat berdampak negatif pada kesehatan mental.

### **9. Indeks Kebahagiaan:**

- Indeks kebahagiaan sering mempertimbangkan faktor seperti harapan hidup, dukungan sosial, dan kebebasan membuat pilihan hidup, di mana Finlandia dan Denmark secara konsisten unggul.
- AS, meskipun kuat secara ekonomi, mendapat peringkat lebih rendah karena faktor seperti biaya kesehatan, ketimpangan pendapatan, dan dukungan sosial yang kurang memadai.

Pendekatan Finlandia dan Denmark terhadap kebahagiaan terletak pada struktur masyarakat mereka, yang memprioritaskan kesejahteraan kolektif, kesetaraan, dan keamanan dibandingkan individualisme dan kesuksesan materi. Sementara AS unggul dalam hal peluang ekonomi dan inovasi, kurangnya dukungan fundamental meninggalkan banyak warga Amerika merasa stres dan kurang puas dengan hidup mereka.