Jadilah Versi Terbaik : 6 Buku Self Improvement yang Bakal Mengubah Hidupmu!

Category: LifeStyle
16 Juli 2023

Prolite – Halo buat kamu yang lagi cari buku-buku *self improvement* terbaik di tahun ini! Kita punya rekomendasi enam buku yang udah jadi *best seller* dan pastinya bakal bikin hidup kalian makin keren.

Buku-buku *self improvement* ini tuh kayak guru pribadi yang siap ngebantu kamu untuk jadi versi terbaik dari diri sendiri. Mereka punya trik-trik keren, cerita inspiratif, dan ilmu-ilmu yang bisa bikin kita makin sukses, bahagia, dan puas dengan diri kita sendiri.

Makanya, gak heran kalau buku-buku ini jadi *best seller*, banyak orang yang nyampein kalau mereka bener-bener bermanfaat. Jadi, jangan sampai ketinggalan ya, bisa jadi buku-buku ini ngubah hidup kalian jadi lebih baik! *So, let's get to the list!*

Buku *Self Improvement* Terbaik di Tahun Ini

1. What's So Wrong About Your Self Healing By Ardhi Mohamad

Buku *self improvement* yang pertama ada dari Ardhi Mohamad. Kamu pernah ngalamin rasa cemas, kesepian, pasrah, atau sedih? Pasti, kan? Nah, salah satu cara buat sembuhin perasaan terpuruk gara-gara itu adalah *self-healing*.

Tapi, apakah cuma *self-healing* aja udah cukup? Kok masih ada emosi negatif yang muncul meskipun udah berusaha *self-healing* berulang kali? Ada apa dengan *self-healing* yang selama ini kita lakuin?

Nah, Ardhi Mohamad bakal bahas semua pertanyaan itu di bukunya ini. Dia akan ngebahas 10 bab tentang masalah-masalah yang sering kita alamin sejak kecil.

Dia nggak cuma ngomongin tentang *self-healing*, tapi juga ngajak kita buat liat pentingnya pengasuhan dari orang tua terhadap pola pikir kita. Bahasanya juga gampang dimengerti buat anak muda. Dia ngebahas penelitian dan teori tanpa bertele-tele.

2. A Guide Book To Slow Down Your Life by Astrid Savitri

Buku *self improvement* ini ditulis sama Astrid Savitri yang isinya ngomongin tentang gaya hidup *slow living*. Kadang-kadang, kita udah ngelakuin banyak hal tapi tetep rasanya kosong dan pengen ubah arah hidup.

Slow living lagi jadi tren baru belakangan ini. Konsep hidup yang simpel dan sederhana itu keliatannya jadi impian buat banyak orang.

Slow living bisa dilakuin dengan berbagai cara, mulai dari *decluttering* kayak yang dilakuin sama Marie Kondo, sampe *planning* hidup tanpa rasa khawatir berlebihan.

Nah, di buku ini, konsep *slow living* bakal dibahas secara lebih luas dan dijelasin gimana kita bisa dapetin kebahagiaan dengan menerapin konsep *slow living* itu. Jadi, buku ini bisa bantu kita buat ngelambatin hidup dan menemukan kebahagiaan dalam hal-hal yang sederhana.

3. Wake Up Sloth by Aulia Hanifa

Goodreads

Buku ini ditulis oleh penulis lokal, yaitu Aulia Hanifa yang inspirasinya datang dari si kukang yang pemalas.

Di buku ini, kalian bakal nemuin motivasi untuk bangkit dan ngejar impian kalian. Selain itu, bukunya juga ngomongin tentang semua kegalauan yang kita hadapi dalam hidup, *passion*, dan karir. Seru banget, kan?

Yang lebih seru lagi, setiap halamannya dihiasi dengan ilustrasi lucu yang bikin mata kita senyum-senyum sendiri. Kalian juga akan diminta untuk aktif ikutan latihan dan nulis catatan di dalam buku ini. Jadi, gak akan ada alasan buat bosen deh saat baca buku ini.

4. Insecurity is My Middle Name by Alvi Syahrin

Buku ini ditulis oleh Alvi Syahrin dan sukses banget bikin pembaca merasa kayak dipeluk waktu baca bukunya. Alvi

ngomongin tentang rasa *insecure* yang sering muncul pas kita liat pencapaian orang lain atau karena kita kurang pede dengan diri sendiri.

Kalau kamu sering merasa *insecure*, cobain deh baca buku ini. Ada 45 bab yang bakal bantu kamu buat berdamai sama rasa *insecurity*. Buku ini bakal nemenin kamu dan buka wawasan serta cara pandang kamu terhadap hal-hal yang biasanya bikin kamu *insecure*.

Jadi, siap-siap deh buat jadi versi lebih pede dari diri sendiri setelah baca buku ini!

5. Tak Apa-Apa Tak Sempurna *by* Brene Brown, Ph.D., .

Goodreads

Pasti semua orang pernah merasakan tekanan hidup, cuma beda porsi aja. Sebagai manusia, banyak dari kita yang pernah ngerasa kegagalan itu masalah besar banget.

Pernah merasa kurang kemampuan, nggak berharga, dan merasa rendah dibanding orang lain. Tapi tau gak, sebenernya nggak sempurna itu bukan hal buruk lho? Gak perlu terlalu mikirin kata-kata orang lain.

Di buku *self improvement* ini, Dokter Brown bakal bantu kita buat belajar terima diri apa adanya dan gak perlu khawatir sama pendapat orang lain tentang kita. Jadi, kita bisa fokus buat lebih sayang diri sendiri dan bangun keberanian buat berkembang.

Buku ini masuk ke jajaran buku *best seller* di New York Times dan banyak orang yang rekomen buku ini di Goodreads.

6. Menyakitkan, Tapi Tak Seburuk yang Kupikirkan *by* Lee You-Jeong

Goodreads

Buku *self improvement* yang terakhir ada dari penulis Korea yang bernama Lee You-Jeong. Buku ini cocok banget buat kamu yang lagi dihadapkan dengan cobaan dan rintangan hidup.

Lewat bukunya, Lee You-Jeong pengen banget ngebahas bahwa kebahagiaan nggak selalu datang dari hal-hal yang luar biasa atau keren banget. Kadang-kadang, kebahagiaan bisa muncul cuma dengan ngeliat pemandangan indah atau makan malam bareng orang-orang tercinta.

Jadi, buku ini ngajakin kita buat liat sisi kecil kebahagiaan dalam hidup yang mungkin sering kita lewatin begitu aja. Yuk, kita buka buku ini dan temukan kebahagiaan dalam momen-momen yang mungkin kita anggap sepele.

Nah, itu dia, *guys*! Enam rekomendasi buku *self improvement best seller* yang wajib kalian cek! Buku-buku ini bener-bener bikin hidup kita jadi lebih keren dan penuh semangat.

Jangan sampai ketinggalan, ya! Ambil salah satu atau bahkan semua buku ini, dan jangan lupa baca dengan hati yang terbuka dan pikiran yang positif. Lakukan latihan dan tips yang ada di dalam buku-buku ini, dan rasakan perubahan positif dalam diri kalian.

Ingat, kita punya potensi besar dalam diri kita, dan buku-buku *self improvement* ini bakal bantu kita untuk menggali potensi itu. Jadilah versi terbaik dari diri kita sendiri dan gapai kesuksesan serta kebahagiaan dalam hidup kita.

Selamat menikmati perjalanan *self improvement* kalian, dan semoga buku-buku ini membawa banyak manfaat dan kebahagiaan

dalam hidup kalian. Teruslah belajar, tumbuh, dan menjadi yang terbaik dari diri kita sendiri!