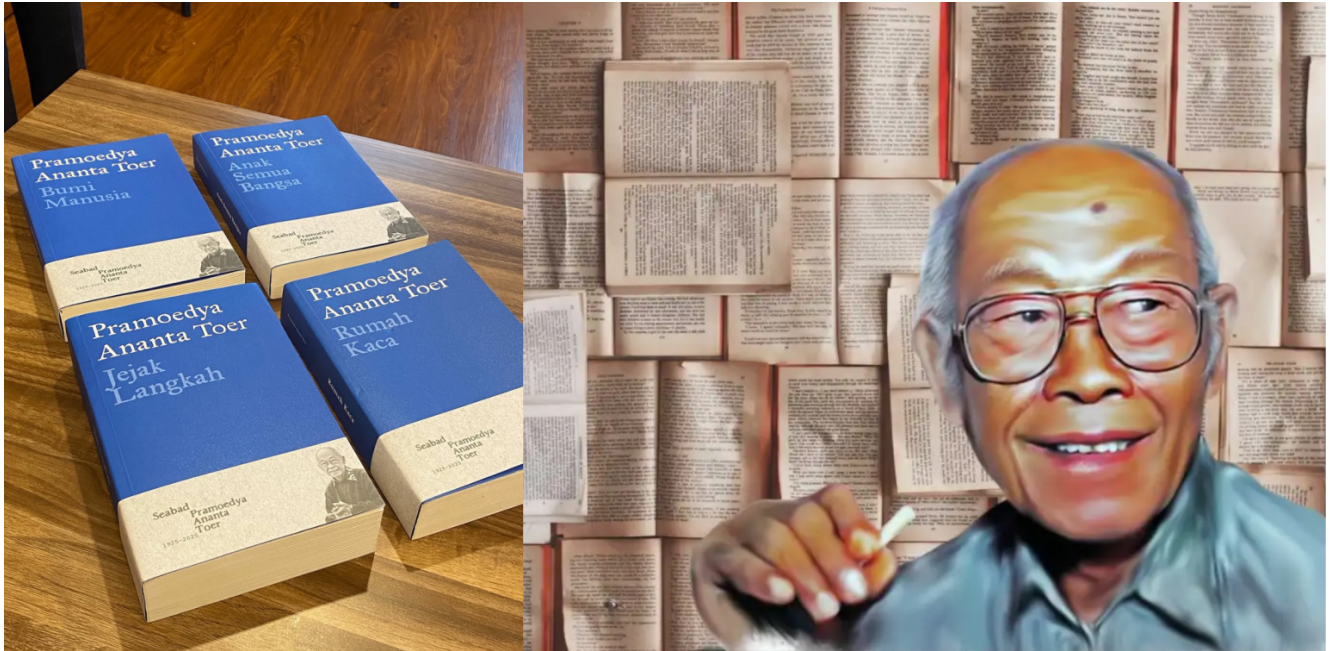


Buku Suarakan Luka: 12 Novel & Nonfiksi Sejarah Kelam Indonesia

Category: LifeStyle

30 Agustus 2025



Prolite – Membaca Indonesia dari Luka: Rekomendasi Buku Sejarah Kelam dan Relevansinya Saat Ini

Sejarah Indonesia nggak cuma soal kemerdekaan, pembangunan, atau tokoh-tokoh besar yang namanya kita hafal sejak SD. Ada sejarah kelam, sisi gelap yang sering kali ditutup rapat: penjara politik, penghilangan paksa, represi negara, hingga suara-suara yang dipaksa bungkam.

Tapi justru dari “luka” inilah, banyak penulis besar menghadirkan karya-karya penting. Membaca mereka bukan hanya nostalgia atau pelajaran sejarah, tapi juga cara untuk memahami kondisi sosial-politik kita hari ini.

Karena, percayalah, apa yang terjadi puluhan tahun lalu sering masih punya gema di kehidupan kita sekarang.

Nah, kalau kamu pengen menelusuri wajah kelam Indonesia lewat buku, berikut beberapa rekomendasi yang bisa jadi pintu masuk.

Tan Malaka: Dari Penjara hingga Aksi Massa



Siapa yang bisa bicara soal perlawanan tanpa menyebut nama Tan Malaka? Tokoh revolusioner ini nggak cuma bikin repot penjajah, tapi juga pemerintah yang berdiri setelahnya.

Dalam bukunya **“Dari Penjara ke Penjara”**, Tan menceritakan pengalamannya sebagai tahanan politik sekaligus refleksi panjang tentang perjuangan dan pengkhianatan. Buku ini keras, jujur, dan bikin kita mikir ulang soal arti perjuangan.

Selain itu, ada **“Madilog” (Materialisme, Dialektika, Logika)**, karya filosofisnya yang jadi semacam senjata intelektual untuk melawan kolonialisme dan kebodohan. Lalu, **“Aksi Massa”** yang lebih ke arah strategi perjuangan rakyat. Bacaan ini bukan cuma sejarah, tapi juga inspirasi buat memahami gerakan sosial masa kini.

Luka 1965: Dari Leila S. Chudori hingga Para Penyintas



Kalau bicara soal tragedi 1965, karya-karya **Leila S. Chudori** nggak bisa dilewatkan. **“Pulang”** mengisahkan kehidupan eksil politik yang nggak bisa balik ke tanah air setelah tragedi G30S. Novel ini menggambarkan bagaimana trauma bisa diwariskan lintas generasi.

Kemudian ada **“Laut Bercerita”**, yang lebih fokus pada kisah penghilangan aktivis era 1998, tapi tetap punya akar kuat pada luka sejarah 1965. Lewat tokoh Biru Laut dan kawan-kawannya, Leila menulis dengan puitis namun pedih: tentang penculikan, penyiksaan, dan suara-suara yang dipaksa hilang.

Jangan lupa juga novel **“Namaku Alam”**, yang lagi-lagi menyinggung soal identitas, sejarah, dan bagaimana politik negara bisa menelan hidup seseorang. Karya-karya Leila seakan jadi jembatan: menghubungkan masa lalu yang traumatis dengan kenyataan hari ini.

Pramoedya Ananta Toer: Tetralogi Buru



Kalau bicara sastra dan sejarah kelam, jelas **Pramoedya Ananta Toer** adalah nama besar. Empat novelnya—**“Bumi Manusia”**, **“Anak Semua Bangsa”**, **“Jejak Langkah”**, dan **“Rumah Kaca”**—bukan cuma karya sastra, tapi juga catatan sejarah kolonialisme dan kebangkitan nasional.

Ditulis saat Pram dipenjara di Pulau Buru, tetralogi ini mengisahkan Minke, tokoh fiksi yang banyak terinspirasi dari kehidupan Raden Mas Tirta Adhi Soerjo. Dari perlawanan intelektual, politik, hingga represi kolonial, karya-karya ini tetap relevan untuk memahami Indonesia hari ini. Nggak heran, buku-buku ini sering dianggap sebagai bacaan wajib buat siapa saja yang ingin memahami identitas bangsa.

Luka yang Diarsipkan: Antologi dan Kronik



Bicara soal sejarah kelam juga nggak bisa lepas dari suara-suara kolektif. **“Berita Kehilangan” (2018)**, antologi cerpen yang digarap oleh Sabda Armandio dan kawan-kawan, mengangkat kisah penghilangan paksa dan kekerasan negara. Dengan format fiksi pendek, cerita-cerita di buku ini jadi cara lain untuk mendekati luka bangsa.

Lebih faktual, ada **“Kronik Penculikan Aktivis dan Kekerasan Negara 1998”** karya Gus Muhidin Dahlan (2020). Buku ini menghimpun data, testimoni, dan laporan yang menyingkap kejahatan negara pada masa reformasi. Membacanya bikin kita sadar: demokrasi yang kita nikmati sekarang nggak datang gratis, ada darah dan air mata yang jadi taruhannya.

Kenapa Buku-Buku Ini Masih Penting Dibaca?

Setidaknya kita harus membaca salah satu dari buku-buku ini sekali seumur hidup, kenapa? Pertama, karena sejarah sering berulang. Luka masa lalu bisa jadi peringatan biar kita nggak jatuh di lubang yang sama.

Kedua, karena membaca karya-karya ini bikin kita lebih peka terhadap isu HAM, kebebasan berekspresi, dan keberanian untuk bersuara. Di tengah situasi politik sekarang, dari kriminalisasi aktivis sampai pembatasan kebebasan, pesan yang mereka sampaikan tetap relevan.

Selain itu, buku-buku ini membantu kita memahami bahwa sejarah Indonesia nggak pernah hitam putih. Ada banyak lapisan, ada suara-suara yang berusaha dibungkam, tapi tetap menemukan jalannya untuk sampai ke pembaca.

Mari Membaca Luka, Agar Tak Hilang Ingatan

Membaca buku-buku tentang sejarah kelam Indonesia bukan berarti kita merayakan tragedi, tapi justru menghormati mereka yang pernah menjadi korban. Dari Tan Malaka, Pramoedya, Leila

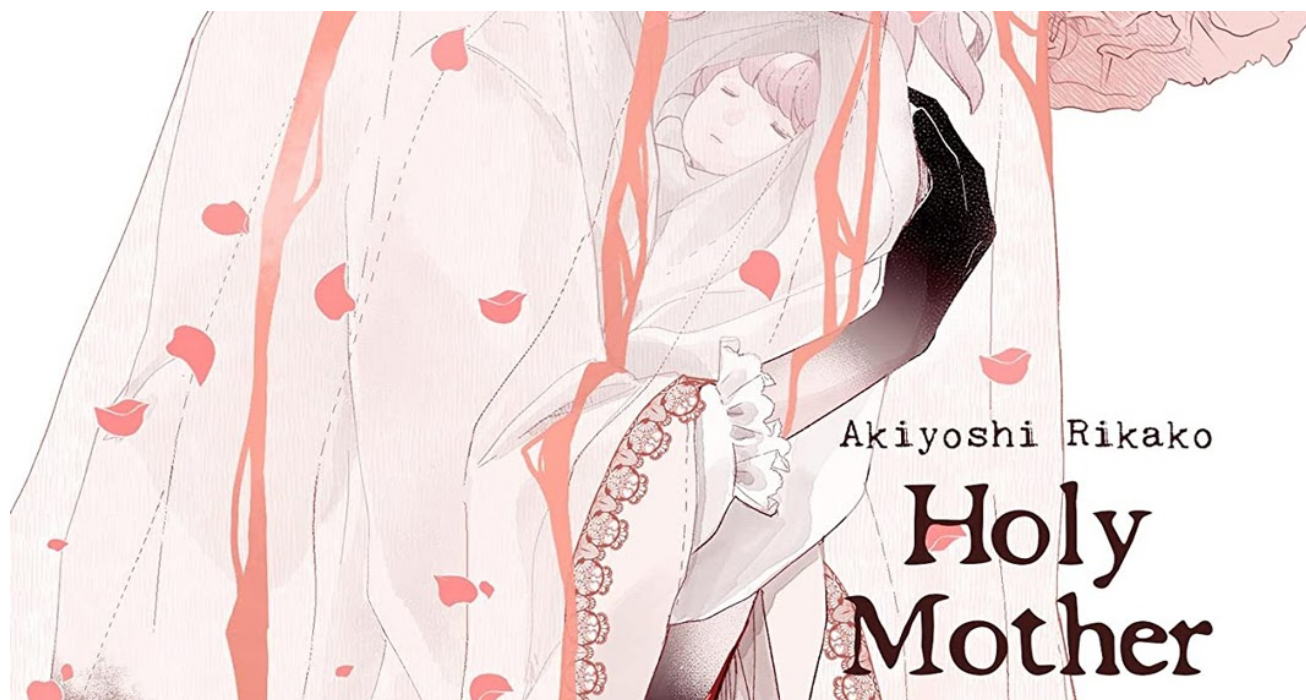
Chudori, hingga para penulis antologi dan sejarawan, semuanya mengingatkan kita: ada harga besar yang dibayar untuk sampai ke titik ini.

Jadi, mungkin sekarang saatnya kita membuka halaman-halaman itu. Biar gak lupa, biar lebih peka, dan biar bisa terus mengawal masa depan dengan lebih sadar.

Kalau kamu sendiri, sudah baca yang mana dari daftar di atas? Atau ada buku lain soal sejarah kelam Indonesia yang menurutmu wajib dibaca? Yuk, bagikan pendapatmu!

Holy Mother Karya Akiyoshi Rikako Jadi Novel Horor Terbaik 2024, Yuk Simak Sinopsisnya!

Category: LifeStyle
30 Agustus 2025



Prolite – Hai, pecinta novel horor! Selamat datang di edisi malam Jumat yang penuh misteri! Malam ini kita bakal menyelam ke dalam kegelapan dunia novel *Holy Mother* karya Akiyoshi Rikako.

Siapa sih yang nggak kenal dengan Akiyoshi sensei? Beliau memang jago banget bikin pembaca tercengang dengan plot twist-nya yang cerdas.

Kalau kamu termasuk penggemar novel misteri dengan bumbu investigasi detektif yang kuat, "*Holy Mother*" ini wajib banget masuk ke dalam daftar bacaan kamu.



Akiyoshi Rikako –

Terbit pada 19 Februari 2019 oleh penerbit Haru, novel ini menawarkan plot, karakter, dan alur cerita yang dieksekusi dengan sangat matang. Dengan 280 halaman yang penuh dengan kejutan, kamu ditawarkan permainan plot dan twist yang bikin kamu terus terjaga.

Selain itu, blurb novel ini juga menambah rasa penasaran dengan kesan misterius yang ditinggalkannya. Seperti karya-karya sebelumnya, seperti "*Girl in The Dark*", "*Holy Mother*"

kembali mengukuhkan posisinya sebagai salah satu karya terbaik dari Akiyoshi sensei.

Sudah siap untuk menggali lebih dalam ke dalam dunia misteri dan teka-teki yang disajikan dalam novel ini? Yuk, langsung kita simak sinopsisnya dan temukan sendiri mengapa novel ini begitu mengerikan! □

Sinopsis Novel Holy Mother Karya Akiyoshi Rikako



Holy Mother – cr. gramedia

Kisah ini dimulai dengan Honami, seorang wanita yang terjebak dalam mimpi buruk sindrom ovarium polikistik. Sindrom ini bukan cuma masalah kesehatan biasa—ini seperti menghalangi pintu gerbang menuju impian Honami untuk memiliki anak.

Bayangkan betapa frustrasinya ketika setiap usaha, dari program bayi tabung hingga terapi medis, selalu berakhir dengan kegagalan. Honami seakan terjebak dalam labirin tanpa jalan keluar.

Namun, cahaya mulai bersinar di ujung terowongan gelap saat Honami akhirnya berhasil hamil dan melahirkan seorang putri bernama Kaoru.

Mereka berdua mulai menikmati kehidupan damai di Aiide, sebuah tempat yang dikenal karena ketenangannya. Tapi, siapa sangka bahwa kedamaian itu akan segera berubah menjadi mimpi buruk yang mengerikan?

Kehidupan damai mereka terguncang saat sebuah kasus pembunuhan mengerikan mengguncang Aiide. Seorang anak laki-laki ditemukan tewas dengan cara yang sangat brutal—diperkosa dan dibunuh.

Horor semakin dalam ketika detektif gagal mengungkap pelaku

dan mayat korban berikutnya ditemukan dalam kondisi lebih mengerikan, dengan jari-jari yang hilang.

Dengan keadaan semakin mencekam dan penyelidikan polisi yang buntu, Honami merasa terdesak untuk melindungi putrinya dengan cara apapun. Ketika detektif gagal mengungkap pelaku, Honami memutuskan untuk mengambil tindakan sendiri.

Di sisi lain, kita diperkenalkan dengan Makoto, seorang pelajar SMA dengan kehidupan yang tampaknya biasa saja. Makoto bekerja paruh waktu di supermarket dan mengajar kendo untuk anak-anak. Dengan keterampilan kendo dan jiwa pahlawan, Makoto menjadi bagian penting dari cerita ini.

Ketika Honami dan Makoto dipertemukan dalam situasi yang semakin mencekam, kita dibawa dalam perjalanan penuh ketegangan dan misteri yang terus menegangkan.

Bagaimana nasib Honami dan Kaoru? Akankah mereka menemukan keamanan di tengah kekacauan, atau terjebak dalam pusaran kejahatan yang semakin dalam?



Karya lain dari Akiyoshi Rikako – suarausu

Jadi, kalau kamu penasaran gimana kisah selanjutnya jangan ragu untuk memasukkan *Holy Mother* ke dalam daftar bacaanmu berikutnya!

Siapkan dirimu untuk merasakan ketegangan dan keasyikan dari setiap halaman. Selamat membaca, dan sampai jumpa di edisi malam jumat berikutnya dengan kisah-kisah seram dan menegangkan lainnya! ☐☐☐

7 Manfaat Membaca Buku yang Wajib Kamu Tahu!

Category: LifeStyle

30 Agustus 2025



Prolite – Halo semua! Udah pada tahu nggak, sih, kalau membaca buku itu nggak cuma buat mengisi waktu luang aja? Tapi juga bisa buka jendela dunia dan menambah pengetahuan di kepala kita!

Apalagi sekarang, di era digital yang segala informasi bisa didapetin dengan sekejap mata, membaca buku masih punya peran penting dalam hidup kita.

Jadi, di artikel kali ini, kita bakal bahas tentang segudang manfaat yang bisa kita dapetin dari kebiasaan membaca buku. Siapa tahu, ada manfaat yang belum kita sadari sebelumnya, kan?

Jadi, yuk, kita cek bareng-bareng! Semoga bisa jadi motivasi buat kita semua untuk rajin membuka buku dan nikmatin dunia literasi yang keren ini. Ayo, langsung kita mulai!

7 Manfaat Membaca Buku



Ilustrasi wanita yang membaca buku – Freepik

1. Meningkatkan Fungsi Otak

Membaca sama seperti olahraga bagi otak. Aktivitas ini menstimulasi berbagai area otak, meningkatkan konektivitas saraf, dan memperkuat memori.

2. Memperkaya Kosakata dan Kemampuan Berkomunikasi

Semakin banyak membaca, semakin banyak kosakata yang diserap. Hal ini meningkatkan kemampuan untuk mengekspresikan diri secara lisan dan tulisan dengan lebih jelas dan terstruktur.

3. Meningkatkan Empati dan Pemahaman

Membaca buku fiksi memungkinkan kita untuk menjelajahi berbagai karakter dan sudut pandang. Hal ini meningkatkan kemampuan untuk memahami dan berempati dengan orang lain.

4. Mengurangi Stres dan Meningkatkan Kualitas Tidur

Membaca dapat menjadi pelarian dari kesibukan dan stres sehari-hari. Aktivitas ini membantu menenangkan pikiran dan tubuh, serta meningkatkan kualitas tidur.

5. Mencegah Penurunan Kognitif dan

Memperpanjang Usia

Membaca membantu menjaga kesehatan otak dan mencegah penurunan kognitif akibat usia. Penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan membaca dapat memperpanjang usia dan meningkatkan kualitas hidup.

6. Meningkatkan Kreativitas dan Imajinasi

Membaca dapat memperkaya imajinasi. Dengan membaca berbagai cerita dan ide, kita dapat terinspirasi untuk menghasilkan ide-ide kreatif dan inovatif.

7. Memperkuat Kemampuan Berpikir Kritis dan Analitis

Membaca mendorong kita untuk memproses informasi, menganalisis argumen, dan membangun pemikiran kritis. Hal ini membantu kita untuk mengambil keputusan yang lebih baik dalam kehidupan.



Ilustrasi wanita yang membaca buku sambil tiduran – Freepik

Membaca buku itu nggak cuma menyenangkan, tapi juga punya manfaat luar biasa untuk kita. Dari meningkatkan fungsi otak sampe mengurangi stres, semua bisa kita dapetin dengan rajin membaca buku.

Jadi, mari kita jadikan membaca sebagai rutinitas harian kita dan rasakan langsung manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari.

Yuk, mulai membaca sekarang juga! Siapa tahu, di balik halaman buku yang kita baca, ada dunia yang menunggu untuk kita jelajahi. Ayo, kita buka buku dan temukan pengetahuan serta kebahagiaan di dalamnya! ☐☐

Jelajahi Dunia Bisnis melalui 'Startup Safari' dengan Co-Founder & CEO HOLEO, Andre Husada

Category: Bisnis
30 Agustus 2025



JAKARTA, Prolite – Bersiaplah untuk sebuah perjalanan yang menggetarkan jiwa ke dalam pusaran kewirausahaan saat Co-Founder & CEO HOLEO, Andre Husada, mengungkapkan panduan utama bagi para pionir muda: “Startup Safari.”

Lupakan segala yang Anda pikir Anda ketahui tentang buku bisnis. “Startup Safari” bukan hanya sebuah panduan; itu adalah sebuah narasi yang memikat, sebuah kompas untuk menavigasi lautan tak terjamah dari budaya startup, dan sebuah pencerahan bagi setiap pemimpi berwawasan di luar sana.

Andre Husada, seorang pengusaha berpengalaman, membawa Anda dalam ekspedisi yang mendebarkan melalui lanskap-lanskap ramai inovasi dan gangguan.



Andre Husada

Bergabunglah dengannya saat dia mengungkapkan rahasia dari 100 startup kehidupan nyata yang berkembang pesat di pasar-pasar dinamis Amerika Utara dan Asia Tenggara.

Namun “Startup Safari” lebih dari sekadar kumpulan cerita sukses. Ini adalah manifesto untuk pertumbuhan pribadi yang terjalin dengan dunia penuh gairah dari startup.

Temukan cara untuk memanfaatkan kekuatan kewirausahaan tidak hanya untuk membangun bisnis tetapi juga untuk membentuk kehidupan yang selalu Anda impikan.



Siapkan diri Anda untuk tenggelam dalam dunia di mana pembelajaran bukanlah hal pasif; itu interaktif. Setiap bab dari “Startup Safari” dirancang untuk menyalakan rasa ingin tahu Anda dan memprovokasi introspeksi.

Bersiaplah untuk merangkak dan terlibat dengan pertanyaan pertanyaan yang menggugah pikiran yang akan mendorong Anda menuju jalan kesuksesan Anda sendiri.

Telusuri prinsip-prinsip inti dari pemikiran desain, saus rahasia di balik beberapa startup paling sukses di dunia.

Pelajari cara menggunakan metodologi transformatif ini tidak hanya untuk merevolusi industri tetapi juga untuk membentuk takdir pribadi Anda.

Dan inilah pukulan paling hebatnya: “Startup Safari” tidak

terikat oleh hambatan bahasa. Dengan rilis dwibahasa dalam bahasa Inggris dan Indonesia, karya masterpiece yang mengubah permainan ini melampaui batas-batas, mencapai para pengusaha yang berbakat di seluruh dunia.



Andre Husada

Jadi, apakah Anda siap untuk memulai petualangan seumur hidup? Bersiaplah, karena buku ini akan membawa Anda dalam perjalanan liar di mana batasannya hanyalah yang Anda tetapkan untuk diri Anda sendiri.

Di Indonesia, “Startup Safari” dapat dibeli di Tokopedia, dan di Amerika Serikat, tersedia di Amazon dan Barnes & Noble.

Bergabunglah dengan Andre Husada dan komunitas global para perubahan hari ini. Dapatkan salinan “Startup Safari” Anda dan bebaskan jiwa kewirausahaan Anda!

Rekomendasi 4 Buku Self-help Terbaik : Petualangan Menuju Keseimbangan dan Penerimaan Diri

Category: LifeStyle
30 Agustus 2025



Prolite – Dalam lautan buku self-help yang sangat banyak, ada beberapa permata berharga yang menonjol, menawarkan pandangan dan kiat-kiat yang bisa merubah kehidupan.

Dalam artikel ini, kita akan menjelajahi beberapa buku self-help yang akan membimbing pembaca melalui perjalanan pengembangan diri.

Dari perjalanan mengatasi hambatan psikologis hingga merangkul ketidaksempurnaan, setiap buku memegang kunci untuk membuka pintu pertumbuhan pribadi yang berarti.

Rekomendasi 4 Buku Self-help Terbaik

1. Yang Belum Usai



Sumber :

Yang Belum Usai merupakan karya inspiratif dari Pijar Psikologi yang membahas perjalanan menuju kematangan emosional. Dengan pendekatan yang mendalam, buku ini

memberikan wawasan tentang bagaimana mengatasi rintangan psikologis dan mengembangkan kesejahteraan pribadi.

2. Daring to Take Space



Sumber :

Daniell Koepke mengajak pembaca untuk mengeksplorasi ruang hidup mereka dengan berani. Melalui *Daring to Take Spaces*, Koepke memberikan panduan praktis untuk mengatasi ketakutan dan menciptakan perubahan positif dalam hidup, memotivasi pembaca untuk mengambil langkah-langkah tegas menuju pertumbuhan diri.

3. How to Respect Myself



Sumber :

How to Respect Myself memberikan perspektif yang kuat tentang pentingnya memiliki rasa hormat terhadap diri sendiri. Dengan menyelami konsep-konsep psikologi positif, buku ini membimbing pembaca dalam perjalanan pengembangan diri yang sehat dan mengajarkan cara membangun pondasi mental yang kokoh.

4. Love for Imperfect Things: Cara Cintai Ketidaksempurnaan



Sumber :

Haemin Sumin menawarkan pandangan yang penuh kasih tentang penerimaan diri dalam bukunya. Dengan kebijaksanaan dan kelembutan, *Love for Imperfect Things* mengajarkan pembaca untuk merangkul kekurangan mereka, membangun rasa percaya diri, dan menemukan kebahagiaan dalam keadaan yang tidak

sempurna.



Foto : iStockphoto

Setiap buku self-help menawarkan wawasan unik dan praktis untuk membantu pembaca memahami diri mereka lebih baik, mengatasi hambatan, dan mendorong pertumbuhan pribadi.

Dengan kombinasi keempat buku self-help ini, kita dapat membangun landasan positif untuk perubahan yang berarti dalam hidup.

Semoga dapat terinspirasi untuk terus mengembangkan diri, meraih keseimbangan, dan menghargai perjalanan unik masing-masing individu.

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

Category: LifeStyle

30 Agustus 2025



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, sebenarnya 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!