

"Transformasi Literasi Digital dalam Membangun Paradigma Berdiferensiasi"
28 Oktober 2023, Universitas Jenderal Soedirman
Hal 367-375

Nilai-Nilai Kehidupan dalam Buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* Karya Mark Manson

Muhammad Andrian^{a,1*}, Memet Sudaryanto^{b,2}

^a Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto

^b Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto

¹ muhammad.andrian@mhs.unsoed.ac.id; ² memet.sudaryanto@unsoed.ac.id

* korespondensi penulis

ABSTRAK

Nilai-nilai kehidupan adalah segala nilai yang dianggap ideal untuk menjadi sifat, watak, dan kepribadian seseorang. Nilai-nilai kehidupan dapat ditemukan dari sebuah buku, baik fiksi dan nonfiksi. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis nilai-nilai kehidupan dan kesemestaan dalam buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat*. Data penelitian ini berupa nilai-nilai kehidupan dan kesemestaan. Sumber data penelitian ini berupa buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Pengumpulan data menggunakan teknik baca dan catat. Teknik baca digunakan karena dalam memperoleh data digunakan tahap membaca, yaitu membaca disertai pengamatan. Teknik selanjutnya adalah teknik catat, yaitu menjaring data dengan mencatat hasil penyimakan data pada kartu data. Teknik analisis data menggunakan teknik pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan ada tiga macam nilai kehidupan yang terdapat pada buku nonfiksi tersebut, yaitu 1) Nilai moral berkaitan dengan kehidupan dalam berfikir efektif, pekerja keras, dan tanggung jawab), 2) Nilai sosial berkaitan dengan kepedulian, dan 3) Nilai budaya berkaitan dengan budayawan. Nilai pendidikan pada buku nonfiksi ini dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari dan juga bisa dibagikan kepada masyarakat sehingga menjadi ilmu yang bermanfaat.

Kata kunci: nilai kehidupan, nonfiksi

ABSTRACT

Life values are all values that are considered ideal to be a person's character, characterization, and personality. The values of life can be found from a book, both fiction and nonfiction. The purpose of this study is to analyze the values of life and universality in a book entitled *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat*. The research data is in the form of life and universal values. The data source of this research is in the form of the book entitled *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* by Mark Manson. The method used is a qualitative approach. Data collection is using reading and note-taking techniques. Reading techniques are used because in obtaining data the reading stage is used, namely reading accompanied by observation. The next technique is the note-taking technique, namely capturing data by recording the results of storing data on data cards. Data analysis techniques use data collection, data reduction, data presentation, and drawing conclusions/verification techniques. The results of the study show that there are three kinds of life values contained in the nonfiction book, namely 1) Moral Values related to life in effective thinking, hard work, and responsibility, 2) Social values related to caring, and 3) Cultural values related to culture. The educational value of this nonfiction book can be implemented in everyday life and can also be shared with the community so that it becomes useful knowledge.

Keywords: value of life, nonfiction

Copyright ©2024 All Right Reserved

PENDAHULUAN

Pada pelajaran Bahasa Indonesia tentu tidak asing lagi dengan buku fiksi dan buku

nonfiksi. Kedua buku tersebut merupakan jenis buku yang dibedakan dari isinya. Buku fiksi merupakan buku yang ditulis oleh pengarang melalui imajinasinya dan bersifat

fiktif, genrenya berupa kisah fantasi, misteri, komedi dan lain-lain. Sedangkan, buku nonfiksi merupakan buku yang bersifat informatif dengan bahasa yang jelas, berpedoman pada KBBI atau PUEBI, dan disajikan dengan fakta yang sudah terjadi. Oleh karena itu, buku nonfiksi ditulis oleh seorang motivator terkenal yang handal di bidangnya masing-masing.

Buku nonfiksi merupakan sebuah karangan atau tulisan yang bersifat informatif, penulisnya mempunyai tanggung jawab atas kebenaran dari peristiwa, orang, dan informasi yang disampainya. Oleh karena itu, ketika sedang merangkai kerangka isi cerita nonfiksi sangat dibutuhkan penelitian ketat berdasarkan informasi yang akurat dan kebenaran/fakta suatu peristiwa atau permasalahan mengenai hal yang akan ditulis.

Buku nonfiksi merupakan buku yang bertujuan untuk menyampaikan pesan kepada pembaca sebagai wujud cerita/kisah nyata yang diangkat dari cerita masa lampau yang berdasarkan fakta yang berupa sejarah, sains, kesehatan, serta tips. Biasanya buku tersebut dapat digunakan sebagai karya ilmiah berbentuk tulisan ilmiah dan ilmiah populer, laporan, artikel, skripsi, tesis, disertasi, makalah, dan sebagainya.

Buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson merupakan cerita motivasi yang bersejarah di masa lampau yang dipadukan dengan cerita keseharian Mark dalam menangani masalah keseharian yang tidak pernah usai. Mark juga mengambil cerita dari beberapa tokoh masa lampau yang juga bertujuan mempertahankan negaranya dalam perang dunia, yaitu Hiroo Onoda.

Hal ini perlu diperhatikan karena cerita ini biasanya digunakan sebagai sumber atau bahan rujukan informasi para pembacanya. Bahasa yang digunakan dalam ceritanya juga harus logis dan dapat diterima nalar pembaca sehingga bahasa yang dipakai formal, bukan kasual. Cerita nonfiksi sangatlah berbeda dengan karya cerita fiksi dimana penulisnya tidak membutuhkan keakuratan terkait isi di dalamnya.

Buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson merupakan buku nonfiksi. Buku nonfiksi tersebut merupakan hasil karya penulis yang disampaikan kepada masyarakat dalam upaya memberikan wawasan pengetahuan mengenai kejadian-kejadian yang terjadi pada sebuah

cerita perjalanan seorang tokoh lama maupun baru yang tergolong fakta dan dapat dipercaya kebenarannya.

Sebuah karya memiliki berbagai kandungan nilai sebagai pedoman hidup dan mendidik manusia. Nilai kehidupan dalam bentuk cerita motivasi kehidupan di sini adalah nilai-nilai yang bertujuan mendidik seseorang atau individu agar menjadi manusia yang baik dalam arti berpendidikan. Cerita motivasi merupakan salah satu bentuk karya sastra yang banyak memberikan makna mengenai berbagai macam motivasi yang disampaikan oleh penulis kepada pembaca. Nilai itu mengungkapkan perbuatan terpuji dan tercela, pandangan hidup mana yang dianut dan dipuji, dan hal apa saja yang dijunjung tinggi (dalam Astik dan Yasa, 2014).

Nilai kehidupan bermaksud menghibur dan mengajarkan. Tokoh didaktis pada buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* bertujuan menyampaikan pesan dengan cerita kebenaran yang lebih banyak kepada penonton. Cara tersebut sebagai salah satu upaya membantu memahami cerita nonfiksi yang bersifat motivasi. Penulis bermaksud menganalisis cerita nonfiksi dengan kajian didaktis. Melalui kajian kehidupan, semoga pesan-pesan yang tersirat maupun yang tersurat dalam cerita nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson dapat dipahami oleh pembaca cerita tersebut serta dapat menggali informasi dan nilai kehidupan yang terkandung di dalam buku tersebut.

Kaswardi (dalam Wicaksono, 2017) mengungkapkan bahwa nilai berisi hal-hal yang berkaitan menggunakan hal-hal yang dianggap layak, pantas, dan dikehendaki masyarakat pada kehidupan sehari-hari. Nilai memiliki kesesuaian pada diri yang berdasarkan kaidah, anggaran-anggaran buat bersikap dan bertingkah laku. Sebuah nilai berada dalam ruang lingkup sistem agama yang terdapat sebuah anggaran hingga aturan sehingga dapat menuntun insan untuk berbuat dan bertindak dalam melaksanakan sesuatu yang baik serta menghindari yang dirasakan tidak baik. Oleh karena itu, nilai bisa dijadikan sebuah acuan pada kehidupan.

Laelasari & Nurlailah (2006) mengungkapkan bahwa kehidupan berarti mendidik atau mengajar atau cerita yang bisa memberikan pelajaran bagi pembacanya. Menurut Wicaksono (2017), nilai yang dimaksud bisa mencakup nilai-nilai pendidikan diantaranya nilai moral, nilai agama, nilai

"Transformasi Literasi Digital dalam Membangun Paradigma Berdiferensiasi"

28 Oktober 2023, Universitas Jenderal Soedirman

Hal 367-375

budaya, dan nilai sosial. Berdasarkan beberapa teori tentang nilai-nilai pendidikan di atas, dalam cerita motivasi berjudul *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat*, peneliti mengacu pada pendapat yang dikemukakan oleh Wicaksono (2017). Hal itu karena pendapat Wicaksono lebih gampang untuk dipahami dan meliputi segala sisi pada kehidupan insan.

Dalam buku Mark Manson yang berjudul *Sebuah Seni Untuk Bersikap Bodo Amat*, terdapat makna yang terselubung di dalamnya berkaitan dengan nilai kehidupan yang berhubungan langsung dengan perubahan perilaku seseorang ke arah yang lebih baik. Buku ini merupakan terjemahan dari *The Subtle Art of Not Giving A Fuck*. Buku tersebut merupakan karya pertama dari Mark Manson.

Buku karya Mark Manson ini menceritakan beberapa kejadian yang dialami oleh tokoh sastrawan yang dapat dipelajari hikmahnya melalui kejadian yang menimpanya saat menjadi seorang sastrawan yang sukses dan dikenal oleh orang banyak. Buku ini dibuat oleh Mark Manson bertujuan untuk memberikan bekal kepada pembaca agar menjadi seseorang yang berguna dan memiliki rasa kepedulian dalam jumlah yang tak terbatas tanpa memiliki rasa iri kepada orang lain dan mementingkan dirinya sendiri untuk menjadi seseorang yang sukses serta berguna. Buku ini menjelaskan tentang motivasi dalam menjalani kehidupan di dunia nyata yang penuh suka duka. Buku ini merupakan buku nonfiksi karena di dalam buku tersebut terdapat cerita-cerita yang nyata dan dibuat penulis berdasarkan tokoh-tokoh yang asli. Tokoh tersebut banyak yang menjadi seorang sastrawan, contohnya Charles Bukowski, Dave Mustaine, William James, dan masih banyak lagi tokoh-tokoh ternama yang berada di dalam buku ini. Buku tersebut merupakan tamparan keras untuk pembaca agar dapat menjalani kehidupan yang lebih memuaskan.

Buku karya Mark Manson menjelaskan arti kehidupan yang berhubungan langsung dengan bahan ajar Bahasa Indonesia. Hal ini berarti buku ini menggambarkan arti kehidupan yang sejalan dengan para tokoh yang merupakan pecinta sastra. Oleh karena itu, karya ini ditujukan langsung kepada pembaca agar dapat diambil hikmahnya dalam memecahkan sebuah masalah tanpa berpikir burukke depannya dan tidak mudah menyerah hanya dalam satu masalah saja. Seperti halnya

seorang sastrawan yang melewati beberapa masa yang sangat buruk hingga saatnya mereka merasakan hasil yang baik dan terkenal sebagai seorang sastrawan.

Mark mengajarkan pada bukunya bahwa perkara itu akan terus ada, bagaimana cara menyikapinya, dan bagaimana cara mengatasinya. Kehidupan pada dunia yang dikatakan dalam buku ini, misalnya penderitaan dari Mark. Masalah yang selalu ada dan manusia harus memilih jalannya masing-masing. Mark mengajarkan pada pembaca untuk menentukan kehidupannya di global, mulai dengan bersikap bodo amat, jangan kabur dari perkara, pilih kasus yang layak untuk diselesaikan, kemudian selesaikan perkara tersebut dan peduli kepada hal yang krusial saja.

Beberapa penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian ini adalah Desti Fatin Fauziyyah (2020) dalam penelitian yang berjudul "Nilai-nilai Didaktis dalam Novel Burung-Burung Kecil Karya Kembangmanggis". Igajadwar Batalemba (2017) dalam penelitiannya yang berjudul "Nilai-nilai Didaktis dalam Novel Maling Republik karya Soenaryono Basuki Ks dan Implementasinya sebagai Bahan Ajar Bahasa Indonesia di SMA".

Adapun penelitian terdahulu dari beberapa sumber penulis diambil dengan memperhatikan unsur yang sama. Dalam penelitian Desti Fatin Fauziyyah (2020) yang membahas tentang novel *Burung-Burung Kecil* karya Kembangmanggis, peneliti memilih novel tersebut sebagai sumber data yang diambil dan dianalisis dengan berupa kalimat-kalimat serta kata-kata yang dibuat oleh penulis digunakan sebagai subjek dan objek dalam penelitian. Metode yang digunakan adalah deskripsi kualitatif. Peneliti memaparkan temuan nilai didaktis dalam novel ini, menandai, mengklasifikasikan, dan menyimpulkan nilai-nilai didaktis dengan berpedoman pada kedadaktisan karya. Nilai-nilai pendidikan karakter muncul pada novel ini seperti nilai integritas moral, nilai mandiri, nilai gotong royong, dan nilai religius. Novel ini mudah dipahami dalam sekali baca sehingga mampu dijadikan bahan ajar di sekolah menengah karena fenomena yang diangkat pun begitu dekat pada keseharian fenomena sosial, yaitu kehidupan anak-anak di jalanan. Pembaca dibawa untuk menemukan dimensi pesan nilai-nilai kedadaktisan dalam tokoh Ibu dan Eges beserta kawan-kawannya.

Penelitian di atas juga ada sangkut pautnya dengan penelitian relevan yang lain. Tidak hanya pada bentuk kajiannya, akan tetapi subjek dan objek penelitiannya juga hampir sama hanya saja beda konteks. Hal ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Igajadwar Batalemba (2017) yang meneliti tentang novel *Maling Republik* dan implementasinya sebagai bahan ajar Bahasa Indonesia di SMA. Sumber data dari penelitian ini berbeda dari sebelumnya dikarenakan peneliti mengambil sumber data dari novel yang lain. Akan tetapi, konteks dari apa yang diambil sama dengan penelitian sebelumnya, yaitu menggunakan kalimat-kalimat serta kata-kata yang ditulis oleh penulis pada novel tersebut sebagai subjek dan objek dalam penelitian. Dalam nilai didaktis yang diajarkan, terdapat nilai sosial, nilai moral, nilai religius, dan nilai budaya. Implementasi dari hasil penelitian novel *Maling Republik* sebagai bahan ajar Bahasa Indonesia di SMA dapat dijadikan materi pembelajaran.

Dari kedua penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa peneliti mengambil nilai kehidupan sebagai objek yang diteliti. Penelitian ini juga menggunakan nilai kehidupan sebagai objek yang diteliti dengan sumber yang berbeda dengan menggunakan cerita nyata (nonfiksi) yang dibuat Mark Manson dengan karangan-karangan cerita lama yang direfleksi satu persatu hingga menjadi sebuah karya yang nyata.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan tentang sifat-sifat suatu individu, keadaan, atau gejala dari kelompok tertentu yang dapat diamati. Data deskriptif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah menggunakan data yang berupa kata-kata, frasa, klausa, kalimat atau paragraf, dan bukan angka-angka (Moleong, 2002: 6).

Data yang diperlukan dalam penelitian ini berkaitan dengan pertanyaan dan tujuan penelitian, yaitu berupa kata, kalimat, dan paragraf yang mengandung nilai kehidupan dalam buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson. Sumber data dalam penelitian ini adalah buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat*.

Teknik dalam pengumpulan data ini dengan teknik baca dan catat. Dari kegiatan pembacaan secara berulang-ulang, maka dapat menjalin hubungan batin antara seorang peneliti dengan sebuah karya sastra yang dianalisis. Data yang telah didapat dari hasil pembacaan secara cermat kemudian akan dicatat lalu dibuat dalam kumpulan data dengan bantuan komputer sebagai bahan penulisan data (Aminuddin, 2004: 161).

Penelitian ini menggunakan teknik deskriptif kualitatif (Cresswell, 1998: 15). Bogdan dan Taylor (dalam Moleong, 2002: 3) berpendapat bahwa metodologi kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Analisis data menurut Bogdan (dalam Sugiyono, 2008: 334) adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data kualitatif bersifat induktif, yaitu analisis berdasarkan data yang diperoleh. Selanjutnya, dikembangkan pola hubungan tertentu atau menjadi hipotesis. Teknik analisis data terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersama-sama, yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi (Miles & Huberman, 2007: 16).

HASIL DAN PEMBAHASAN



Buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat*

A. Nilai Kehidupan dalam Buku Nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson.

Kehidupan tokoh pada buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* bertujuan mengungkapkan pesan menggunakan cerita kebenaran yang lebih mudah kepada penonton. Cara tersebut digunakan sebagai salah satu upaya memberitahu cerita nonfiksi yang bersifat motivasi. Penulis bermaksud menganalisis

"Transformasi Literasi Digital dalam Membangun Paradigma Berdiferensiasi"

28 Oktober 2023, Universitas Jenderal Soedirman

Hal 367-375

cerita nonfiksi menggunakan kajian nilai kehidupan. Melalui kajian kehidupan, semoga pesan-pesan yang tersirat juga yang tersurat pada cerita nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson ini dapat dipahami oleh pembaca cerita tersebut serta bisa menggali fakta dan nilai kehidupan yang terkandung di dalam buku tersebut.

Dalam buku tersebut, Mark Manson mengungkapkan bagaimana cara berpikir dengan caranya sendiri. Hal ini berarti mendahulukan hal-hal yang terpenting sedangkan hal-hal yang tidak begitu penting ditinggalkan.

Nilai kehidupan yang diangkat oleh Mark Manson sebagai cara untuk berpikir dan bersikap lebih bijak dalam menghadapi suatu masalah pada bukunya dapat ditemukan data sebagai berikut:

1. Nilai Moral

Wicaksono (2017) menjelaskan bahwa nilai moral adalah gagasan yang menjadi acuan manusia untuk berkehidupan. Moral adalah segala sesuatu bentuk yang baik dan menjadi acuan manusia agar menjadi manusia yang beradab berkaitan dengan sopan santun dan kelakuan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa nilai moral adalah sebuah gagasan yang dimiliki seseorang untuk menjalin sebuah kehidupan bersama manusia lain untuk menjadi manusia yang beradab atau memiliki kesantunan dan kelakuan yang dapat membantu dirinya sendiri. Berdasarkan analisis, temuan nilai moral dalam buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* yang pertama adalah berpikir secara efektif. Buktinya dapat dilihat pada halaman 15 dalam sub judul "Lingkaran Setan". Dalam halaman tersebut, dijelaskan bahwa memfokuskan dan memprioritaskan pikiran secara efektif merupakan cara bagaimana tidak melihat sebuah kesulitan sebagai ketidakadilan, setiap tantangan sebagai kegagalan, dan setiap ketidaknyamanan sebagai masalah pribadi. Berikut pernyataan dalam buku tersebut:

"Ada sebuah seni yang mulia beranggapan masa bodo. Meskipun pada konsep ini terdengar sangat konyol dan mungkin Anda akan menganggap saya kacau sekali, dengan apa yang akan saya katakan disini menggarisbawahi betapa pentingnya belajar memfokuskan dan memprioritaskan pikiran saya secara efektif dan baik, bagaimana saya memilih meneliti hal-hal yang krusial dan apa yang tidak krusial untuk saya dari nilai pribadi yang Anda pakai sampai tajam. Ini sangat sulit, membutuhkan latihan dan kedisiplinan

seumur hayati buat mencapainya. Dan Anda akan sering melakukan kegagalan. Namun ini mungkin perjuangan terlayak yang dapat dilakukan seseorang dalam hidupnya. Ini mungkin satu-satunya perjuangan dalam hayati manusia."

Kutipan di atas menggambarkan bahwa nilai moral pada kalimat tersebut mengandung arti nilai kehidupan dalam berfikir efektif dalam menghadapi suatu masalah yang selalu terlibat pada suatu kegagalan, akan tetapi hal tersebut menjadi penyebab seseorang menjadi lebih kuat dalam menghadapi cobaan berikutnya. Arti dari kehidupan dalam berfikir efektif merupakan salah satu nilai yang menjadi salah satu pegangan manusia untuk berkehidupan. Hal tersebut berkaitan dengan teori Wicaksono (2017) yang menjelaskan bahwa nilai moral adalah norma yang menjadi pegangan manusia untuk berkehidupan. Moral adalah segala sesuatu yang baik dan menjadi landasan manusia agar menjadi manusia yang beradab. Moral berkaitan dengan sopan santun dan kelakuan.

Pernyataan yang menunjukkan nilai moral selanjutnya terdapat pada halaman 42 subab "Kebahagiaan itu masalah". Berikut merupakan kutipannya:

"Bila aku bertanya pada kamu," apa yang mau kamu raih dalam kehidupan ini?" serta apabila jawaban kamu kira-kira bakalan begini, "Aku mau senang serta memiliki suatu keluarga serta pekerjaan yang aku suka.", asumsi kamu sangat umum serta kayaknya, tiada maksudnya sama sekali.

Tiap orang menikmati apa yang mengenakan. Tiap orang mau hidup dengan riang gembira, bahagia serta gampang, jatuh cinta serta merasakan seks serta ikatan yang luar biasa, nampak sempurna serta berduit, terkenal, dihormati serta dikagumi, serta jadi jagoan di lantai dansa, yang membuat kerumunan orang hendak terbelah semacam laut merah kala kamu berjalan santai merambah ruangan.

Tiap orang menginginkannya. Gampang buat menginginkannya.

Suatu persoalan yang lebih menarik, suatu pertanyaan yang tidak sempat disadari sebagian besar orang, merupakan rasa sakit "apa yang kamu mau dalam hidup kamu? Apa yang membuat kamu rela berjuang?" sebab itu kelihatan."

Dari kutipan tersebut, digambarkan bahwa nilai moral pada kalimat tersebut adalah menjadi seorang yang pekerja keras. Maksudnya adalah Mark Manson mengungkapkan mengenai maksud dari kerja keras hampir di

setiap bab awal dalam bukunya. Salah satu pandangannya mengenai kerja keras adalah ketika ia memberikan contoh bagaimana setiap orang menginginkan jabatan atau posisi yang tinggi dalam pekerjaannya, namun tidak banyak orang yang bersedia menderita selama 60 jam kerja, perjalanan pulang pergi kantor yang jauh, berkas kerja yang memuakkan, dan lain sebagainya. Kerja keras merupakan salah satu hal yang menjadi landasan manusia untuk bertindak dalam menjalani kehidupan, hal tersebut menjadikan kerja keras yang didukung oleh teori yang dicanangkan Wicaksono (2017) termasuk ke dalam nilai moral.

Kemudian, pernyataan lain dalam buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* yang menunjukkan tentang nilai moral terdapat pada halaman 113 subab "Anda Selalu Memilih". Berikut ini kutipannya:

"Kekuatan yang besar menuntut tanggung jawab yang besar".

Ini benar. Tetapi terdapat tipe lain yang lebih baik dari kutipan ini yang sesungguhnya dalam, serta yang wajib kamu besar menuntut kekuatan yang besar."

Terus menjadi kita memilah buat menerima tanggung jawab dalam kehidupan, terus menjadi besar kekuatan yang diperlukan buat menempuh kehidupan. Menerima tanggung jawab atas permasalahan yang kita hadapi jadi langkah awal buat menyelesaikannya."

Dari kutipan tersebut, digambarkan bahwa nilai moral yang terdapat pada kalimat tersebut merupakan sebuah tanggung jawab terhadap suatu permasalahan yang dapat diselesaikan dengan kekuatannya sendiri untuk menjalani sebuah kehidupan. Tanggung jawab juga merupakan komponen penting manusia untuk bertindak dalam menjalani sebuah kehidupan. Hal tersebut juga didukung oleh teori Wicaksono (2017) bahwa segala sesuatu yang baik menjadi landasan manusia agar menjadi manusia yang beradab. Moral berkaitan dengan sopan santun dan kelakuan. Hal tersebut menjadikan tanggung jawab juga termasuk bagian dari nilai moral.

2. Nilai Sosial

Wicaksono (2017) menjelaskan bahwa nilai sosial adalah nilai yang dianut oleh suatu masyarakat mengenai apa yang dianggap baik dan apa yang dianggap buruk dalam suatu masyarakat. Berdasarkan analisis, temuan nilai kehidupan selanjutnya yang ditemukan di dalam buku *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* adalah tentang nilai sosial. Pada buku ini, nilai sosial yang dijelaskan memberikan

contoh dari sebuah peristiwa yang dialami oleh Mark Manson sendiri pada halaman 16-22. Berikut ini kutipan dari subab 1 "Jangan Berusaha" pada halaman 17:

"Orang acuh tidak acuh, khawatir terhadap dunia serta gaung opsi mereka sendiri. Seperti itu alibi mereka tidak sekalipun membuat opsi yang berarti. Mereka bersembunyi di dalam liang kelabu tanpa emosi yang mereka gali sendiri, terserap oleh diri mereka sendiri, serta mengasihani diri sendiri, terus menerus alihkan atensi mereka dari perih yang menuntut waktu serta tenaga mereka, yang diucap kehidupan. Sebab inilah kenyataan tentang kehidupan. Tidak sempat terdapat yang namanya masa bodoh. Kamu tentu memerdulikan suatu. Sisi biologis kita senantiasa hirau hendak suatu, serta sebab itu kita hendak senantiasa memerdulikan suatu"

Hal ini juga dijelaskan pada halaman 21

"Orang-orang tidak dilahirkan dalam kondisi tanpa kepedulian. Kenyataannya, kita dilahirkan buat gelisah terhadap sangat banyak perih. Pernahkah kamu memandang seorang anak kecil yang menangis sebab warna biru di topinya tidak cocok? Persis. sangat anak kecil yang buat repot."

Kutipan tersebut menggambarkan bahwa nilai sosial yang terkandung di dalamnya berupa sebuah kepedulian. Mark Manson menjelaskan bahwa bersikap masa bodoh bukan berarti acuh tak acuh, namun masa bodoh yang dimaksudkan adalah bagaimana cara untuk bersikap jujur dengan tidak memerdulikan pandangan negatif dari lingkungan sekitar. Bagaimana memilih dan bersikap peduli pada sesuatu yang memang penting untuk diri kita pedulikan dan bersikap masa bodo pada apa yang memang tidak berarti. Hal tersebut bahkan sudah diajarkan kita untuk peduli sejak lahir, seperti faktor yang sangat menentukan menjadi apa hidup kita nantinya. Kepedulian merupakan suatu hal yang juga dimiliki manusia untuk berempati kepada seseorang yang sedang kesusahan maupun sedang mengalami masa sulit. Tugas manusia lain adalah cukup membantu maupun peduli. Itulah arti dari jiwa sosial yang ada pada diri manusia dan tidak akan pernah hilang. Kepedulian merupakan bagian dari nilai sosial sesuai yang dicanangkan Wicaksono (2017) bahwa nilai sosial adalah nilai yang dianut oleh suatu masyarakat mengenai apa yang dianggap baik dan apa yang dianggap buruk dalam suatu masyarakat. Dari hasil analisis tersebut, dapat dinyatakan bahwa kepedulian atau sifat peduli merupakan bagian dari nilai sosial.

3. Nilai Budaya

Menurut Wicaksono (2017), nilai budaya merupakan suatu hal yang dipandang dan diakui berharga oleh sekelompok masyarakat. Nilai budaya sering digambarkan dengan kehidupan alam yang sakral dan memiliki aturan atas kebiasaan yang dipandang sebagai pandangan hidup. Budaya berkaitan dengan pandangan hidup masyarakat yang terus dijaga kelestariannya. Berdasarkan analisis, temuan nilai didaktis selanjutnya pada buku nonfiksi tersebut adalah nilai budaya. Nilai budaya ini dapat diambil dari salah satu cerita dari Hiroo Onoda di bab 4 yang berjudul "Nilai Penderitaan" pada halaman 81.

"Hiroo Onoda kembali ke Jepang pada 1974 serta jadi semacam selebriti di kampung halamannya. Ia mondar-mandir. Di bermacam kegiatan talk show serta stasiun radio, para politisi berebut berprofesi tangannya, ia meluncurkan suatu novel serta apalagi ditawarkan duit dalam jumlah yang lumayan besar oleh pemerintahan.

Tetapi apa yang ditemuinya dikala kembali ke Jepang buatnya bergidik, suatu budaya konsumtif, kapitalis serta dangkal yang sudah kehilangan seluruh tradisi kehormatan serta pengorbanan, yang sudah membesarkan generasinya.

Onoda berupaya menggunakan letaknya yang mendadak populer buat menegakkan nilai-nilai tradisional Jepang, tetapi ia ibarat suara sumbang untuk warga modern ini. Ia lebih ditatap selaku objek pameran dibanding seseorang budayawan yang mumpuni, seorang laki-laki Jepang yang baru saja keluar dari suatu kapsul waktu yang membuat seluruh orang tercengang semacam suatu pusaka di dalam museum."

Dari kutipan tersebut, dapat digambarkan bahwa kalimat-kalimat tersebut merupakan nilai budaya yang terdapat pada cerita Hiroo Onoda, seorang prajurit yang rela mati untuk negaranya dalam 30 tahun. Akan tetapi, perjuangannya dalam membela negaranya

sangat tidak diapresiasi oleh masyarakat di Jepang. Hiroo Onoda bahkan di sana hanya sebagai tempat objek pameran saja, bukan menjadi sosok orang yang sangat dihargai. Membela tanah air dengan mengorbankan dirinya dan menegakkan nilai-nilai tradisional Jepang agar masyarakat Jepang menghargai jasa-jasa prajurit yang rela mati untuk negaranya. Hal yang merupakan nilai budaya pada cerita tersebut adalah mengenai Hiroo Onoda yang menjalankan perintah atasannya untuk tidak kembali ke tanah airnya. Nilai yang ditanamkan kepada sosok Hiroo Onoda ini menggambarkan nilai budaya yang sudah dilakukan berulang-ulang kali oleh prajurit-prajurit lain dalam menjalankan tradisi misinya sebagai sosok pembela negara dan menjalankan nilai-nilai tradisional Jepang sebagai seorang budayawan. Oleh karena itu, budayawan merupakan bagian dari nilai budaya. Hal tersebut berlandaskan teori Wicaksono (2017) yang menyatakan bahwa nilai budaya sering digambarkan dengan kehidupan alam yang sakral dan memiliki aturan atas kebiasaan yang dipandang sebagai pandangan hidup.

Berdasarkan beberapa penjelasan mengenai nilai-nilai kehidupan dalam buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson, buku ini mencerminkan arti kehidupan dan menciptakan motivasi kepada pembaca. Mark Manson menjelaskan kepada pembacanya untuk mengerti arti kehidupan yang sesungguhnya tanpa beban dan menjalaninya apa adanya. Buku tersebut layak untuk digunakan sebagai materi pembelajaran maupun sebagai buku pengayaan. Nilai-nilai kehidupan yang terdapat pada buku ini terdapat tiga macam nilai yakni, nilai moral, nilai sosial, dan nilai budaya. Oleh karena itu, nilai kehidupan pada buku nonfiksi ini dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari dan bisa dibagikan kepada masyarakat sehingga menjadi ilmu yang bermanfaat.

Hasil penelitian ini meliputi paparan nilai-nilai kehidupan pada buku nonfiksi tersebut

No.	Nilai	Kutipan
1.	Nilai Moral	a. "Ada sebuah seni yang mulia beranggapan masa bodo. Meskipun pada konsep ini terdengar sangat konyol dan mungkin anda akan menganggap saya kacau sekali, dengan apa yang akan saya katakan disini menggarisbawahi betapa pentingnya belajar memfokuskan dan memprioritaskan pikiran saya secara efektif dan baik,

		<p>bagaimana saya memilih meneliti hal-hal yang krusial dan apa yang tidak krusial untuk saya dari nilai pribadi yang Anda pakai sampai tajam. Ini sangat sulit, membutuhkan latihan dan kedisiplinan seumur hayati buat mencapainya. Dan Anda akan sering melakukan kegagalan. Namun ini mungkin perjuangan terlayak yang dapat dilakukan seseorang dalam hidupnya. Ini mungkin satu-satunya perjuangan dalam hayati manusia.”</p> <p>b. “Bila aku bertanya pada kamu,“ apa yang mau kamu raih dalam kehidupan ini?” serta apabila jawaban kamu kira-kira bakalan begini,“ Aku mau senang serta memiliki suatu keluarga serta pekerjaan yang aku suka.”, asumsi kamu sangat umum serta kayaknya, tiada maksudnya sama sekali.</p> <p>Tiap orang menikmati apa yang mengenakan. Tiap orang mau hidup dengan riang gembira, bahagia serta gampang, jatuh cinta serta merasakan seks serta ikatan yang luar biasa, nampak sempurna serta berduit, terkenal, dihormati serta dikagumi, serta jadi jagoan di lantai dansa, yang membuat kerumunan orang hendak terbelah semacam laut merah kala kamu berjalan santai merambah ruangan.</p> <p>Tiap orang menginginkannya. Gampang buat menginginkannya. Suatu persoalan yang lebih menarik, suatu pertanyaan yang tidak sempat disadari sebagian besar orang, merupakan,“ rasa sakit apa yang kamu mau dalam hidup kamu? Apa yang membuat kamu rela berjuang?” sebab itu kelihatan.”</p> <p>c. Kekuatan yang besar menuntut tanggung jawab yang besar”.</p> <p>Ini benar. Tetapi terdapat tipe lain yang lebih baik dari kutipan ini yang sesungguhnya dalam, serta yang wajib kamu besar menuntut kekuatan yang besar.”</p> <p>Terus menjadi kita memilah buat menerima tanggung jawab dalam kehidupan, terus menjadi besar kekuatan yang diperlukan buat menempuh kehidupan. Menerima tanggung jawab atas permasalahan yang kita hadapi jadi langkah awal buat menyelesaikannya.”</p>
2.	Nilai Sosial	<p>a. “Orang acuh tidak acuh, khawatir terhadap dunia serta gaung opsi mereka sendiri. Seperti itu alibi mereka tidak sekali pun membuat opsi yang berarti. Mereka bersembunyi di dalam liang kelabu tanpa emosi yang mereka gali sendiri, terserap oleh diri mereka sendiri, serta mengasihani diri sendiri, terus menerus alihkan atensi mereka dari perihal yang menuntut waktu serta tenaga mereka, yang diucap kehidupan. Sebab inilah kenyataan tentang kehidupan. Tidak sempat terdapat yang namanya masa bodoh. Kamu tentu memerdulikan suatu. Sisi biologis kita senantiasa hirau hendak suatu, serta sebab itu kita hendak senantiasa memerdulikan suatu”</p>
3.	Nilai Budaya	<p>a. “Hiroo Onoda kembali ke Jepang pada 1974 serta jadi semacam selebriti di kampung halamannya. Ia mondar-mandir. Di bermacam kegiatan talk show serta stasiun radio,</p>

		<p>para politisi berebut berprofesi tangannya, ia meluncurkan suatu novel serta apalagi ditawarkan duit dalam jumlah yang lumayan besar oleh pemerintahan.</p> <p>Tetapi apa yang ditemuinya dikala kembali ke Jepang buatnya bergidik, suatu budaya konsumtif, kapitalis serta dangkal yang sudah kehilangab seluruh tradisi kehormatan serta pengorbanan, yang sudah membesarkan generasinya.</p> <p>Onoda berupaya menggunakan letaknya yang mendakak populer buat menegakkan nilai-nilai tradisional Jepang, tetapi ia ibarat suara sumbang untuk warga modern ini. Ia lebih ditatap selaku objek pameran dibanding seseorang budayawan yang mumpuni, seseorang laki-laki Jepang yang baru saja keluar dari suatu kapsul waktu yang membuat seluruh orang tercengan semacam suatu pusaka di dalam museum."</p>
--	--	--

SIMPULAN

Berdasarkan rumusan, tujuan, dan hasil analisis mengenai nilai kehidupan dalam buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Dalam penelitian ini, peneliti menemukan nilai kehidupan yang terdapat dalam buku nonfiksi *Sebuah Seni untuk Bersikap Bodo Amat* karya Mark Manson yang bisa dijadikan sebagai pedoman hidup dan dibagikan kepada masyarakat sehingga menjadi ilmu yang bermanfaat

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan artikel ini, diantaranya yaitu kepada:

1. Kedua orang tua dan adik-adik yang tak henti-hentinya memberikan doa dan dukungan serta kasih sayang yang tulus sehingga penulis dapat menyelesaikan artikel ini.
2. Dr. Memet Sudaryanto, M.Pd yang telah membimbing sehingga artikel ini selesai.
3. Teman-teman Prodi Pendidikan Bahasa Indonesia yang telah mendukung penulisan artikel ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya yang telah membantu dalam penulisan artikel ini. Penulis berharap artikel ini dapat memberikan manfaat, khususnya bagi penulis dan umumnya bagi para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Astik Made & Yasa Nyoman. (2014). Sastra Lisan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bogdan, R.C dan Taylor.(2002)."Pengantar Metode Penelitian Kualitatif Suatu Pendekatan Fenomenologis Terhadap Ilmu-Ilmu Sosial.Surabaya: Usaha Nasional.
- Creswell, J.W. (1998). Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Tradition. London: Sage Publications
- Laelasari dan Nurlailah.(2006). Kamus Istilah Sastra. Bandung: Nuansa Aulia.
- Miles, Matthew B. and A. Michael Huberman, 2007, Qualitative Data Analysis (terjemahan), Jakarta : UI Press.
- Moleong, Lexy. (2002). Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT. remaja Rosdakarya.
- Ngalim Purwanto. 2009. Evaluasi Hasil Belajar. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Sugiyono. 2008. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: ALFABETA
- Wicaksono, A. (2017). Pengkajian Prosa Fiksi. Yogyakarta: Garudhawaca