



Bukan Sekadar Punya Sedikit Barang: Ini Alasan Kenapa Harus Hidup Minimalis! Petuah Dari Raditya Dika

Di tengah hiruk pikuk budaya konsumtif dan tekanan untuk selalu tampil di media sosial, gaya hidup minimalis kini menjadi pilihan yang semakin populer. Salah satu figur publik di Indonesia yang menjadi panutan dalam menerapkan prinsip ini adalah Raditya Dika. Penulis, komika, sekaligus sutradara ini kerap membagikan pandangannya tentang minimalisme, yang ternyata bukan sekadar soal memiliki sedikit barang, melainkan sebuah filosofi untuk mencapai ketenangan hidup.

Bagi banyak orang, minimalisme sering disalahartikan sebagai hidup serba kekurangan atau pelit. Namun, Raditya Dika meluruskan persepsi ini. Baginya, esensi minimalisme adalah tentang mengelilingi diri hanya dengan barang-barang yang benar-benar memberikan nilai (*value*) dan kebahagiaan personal.

Apa Itu Minimalisme Menurut Raditya Dika? Bukan Soal Murah, Tapi Soal 'Value'

Raditya Dika mendefinisikan minimalisme sebagai cara untuk mengurangi hal-hal yang berlebihan dan hanya menyimpan apa yang paling esensial. Ini bukan tentang harga murah

atau mahal, melainkan tentang fungsi dan nilai sebuah barang bagi dirinya. "Minimalisme baginya bukan tentang memiliki sedikit barang, melainkan hanya memiliki barang yang bernilai bagi dirinya," ungkapanya dalam sebuah wawancara.

Prinsip ini tercermin dari kisahnya tentang koleksi jam tangan. Dulu, Radit kerap membeli jam tangan mahal sebagai bentuk apresiasi diri (*self-reward*) atas setiap pencapaiannya. Namun, ia sadar bahwa kepemilikan barang-barang tersebut justru menimbulkan kegelisahan baru, seperti pertanyaan orang lain tentang harga atau tren. Ia menyadari bahwa ia membeli barang tersebut demi validasi orang lain, bukan untuk kebahagiaan dirinya sendiri.

Akhirnya, Radit memutuskan untuk menjual seluruh koleksi jam tangannya dan hanya memiliki satu jam tangan manual yang ia pakai setiap hari. Jam tangan ini memiliki nilai personal yang lebih tinggi karena ia harus memutarnya setiap hari, menciptakan sebuah koneksi pribadi yang tidak ia dapatkan dari jam-jam mewah yang lain.

Alasan Utama: Mencari Ketenangan di Tengah Distraksi

Alasan utama Raditya Dika mengadopsi gaya hidup minimalis adalah untuk **mencari ketenangan hidup**. Sejak kecil, ia mengaku tidak menyukai banyak distraksi, baik dalam bentuk buku yang berserakan maupun lemari yang penuh dengan pakaian.

"Semakin sedikit yang dipikirkan dan semakin banyak waktu yang bisa difokuskan pada hal-hal esensial," ujarnya. Baginya, kebahagiaan sejati datang dari dalam diri, bukan dari respons atau pendapat orang lain. Ketika seseorang membeli barang hanya untuk memuaskan orang lain, kebahagiaannya menjadi sangat rapuh karena bergantung pada validasi eksternal. Filosofi ini tidak hanya berlaku pada barang, tetapi juga meluas ke aspek lain dalam hidupnya, termasuk dalam memilih pertemanan.

Prinsip Praktis Minimalisme ala Raditya Dika

Untuk menerapkan gaya hidup ini, Raditya Dika membagikan beberapa prinsip praktis yang bisa diikuti.

- **Aturan 90/90:** Sebuah metode sederhana untuk menyeleksi barang. Tanyakan pada diri sendiri: "Apakah barang ini saya gunakan dalam 90 hari terakhir?" dan "Apakah saya akan menggunakannya dalam 90 hari ke depan?". Jika jawabannya tidak untuk kedua pertanyaan tersebut, maka barang itu kemungkinan besar tidak lagi esensial dan bisa disingkirkan.
- **Kualitas di Atas Kuantitas:** Daripada mengumpulkan banyak barang murah yang cepat rusak, lebih baik berinvestasi pada sedikit barang yang berkualitas tinggi dan tahan lama.
- **Prioritaskan Kebutuhan (Needs) vs. Keinginan (Wants):** Sebelum membeli sesuatu, Radit selalu bertanya pada dirinya sendiri, "Gue mungkin mau, tapi butuh nggak?". Membedakan dua hal ini secara tegas adalah kunci untuk menghindari pembelian

impulsif dan perilaku konsumtif.

- **Mengganti, Bukan Menambah:** Jika membeli barang baru, maka singkirkan barang lama yang memiliki fungsi serupa. Prinsip ini efektif untuk mencegah penumpukan barang di rumah.

Dampak Positif: Dari Keuangan Sehat Hingga Bebas Stres

Pilihan Raditya Dika untuk hidup minimalis memberikan banyak dampak positif yang relevan dengan tantangan kehidupan modern. Secara finansial, gaya hidup ini mendorong pengelolaan keuangan yang lebih sehat dengan mengurangi pengeluaran yang tidak perlu dan fokus pada tabungan serta investasi.

Selain itu, manfaat terbesarnya adalah pada kesehatan mental. Dengan mengurangi jumlah barang dan distraksi, beban pikiran pun menjadi lebih ringan. Rumah yang lebih rapi dan teratur menciptakan rasa tenang dan mengurangi stres. Pada akhirnya, waktu dan energi yang sebelumnya terkuras untuk mengurus barang atau memikirkan hal-hal yang tidak esensial, kini bisa dialihkan untuk hal yang lebih bermakna, seperti menghabiskan waktu bersama keluarga atau mengembangkan diri.

Pada intinya, Raditya Dika mengajarkan bahwa minimalisme adalah perjalanan personal untuk menemukan apa yang benar-benar penting. Ini adalah sebuah pilihan sadar untuk hidup lebih sederhana, lebih tenang, dan lebih bahagia dengan menjadi diri sendiri, bukan menjadi seperti yang orang lain inginkan.

Simak obrolan lengkapnya dalam video di bawah ini:

[Dengarkan Petuah dari Raditya Dika](#)