

Nama	: Tanda Dwi Kuntara
NIM	: 2309020090
Kelas	: 2B

## UJIAN TENGAH SEMESTER

### PENUGASAN JURNAL MEMBACA

#### A. Identitas Buku

1. Judul Buku : Filosofi Teras
2. Pengarang : Henry Manampiring
3. Penerbit : PT Kompas Media Nusantara
4. Tahun Terbit : 2019
5. ISBN Buku : 978-602-412-518-9

#### B. Sinopsis Buku

Buku "Filosofi Teras" oleh Henry Manampiring mengajak pembaca untuk menelusuri dan menerapkan prinsip-prinsip stoicism dalam kehidupan modern. Buku ini dimulai dengan menggambarkan survei kekhawatiran nasional yang semakin meningkat dan bagaimana kehidupan penulis sendiri dipenuhi dengan emosi negatif. Dengan memperkenalkan stoicism, yang lebih dari 2000 tahun lalu telah menawarkan solusi atas masalah emosi negatif, penulis berusaha menunjukkan bagaimana filosofi ini masih relevan dan dapat membantu kita hari ini. Stoicism, atau "Filosofi Teras" seperti yang diadaptasi oleh Manampiring, diajarkan oleh Zeno di teras berpilar di Athena kuno dan sekarang disajikan sebagai cara untuk mengatasi emosi negatif dan membangun ketahanan mental dalam menghadapi tantangan hidup<sup>1</sup>.

Buku ini tidak hanya membahas teori, tetapi juga memberikan contoh praktis dan analogi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi generasi Milenial dan Gen-Z. "Filosofi Teras" berfokus pada pemahaman dikotomi kendali—membedakan antara hal-hal yang bisa kita kontrol dan yang tidak—dan bagaimana pemahaman ini dapat membawa kita pada kebahagiaan yang lebih besar. Manampiring juga menekankan pentingnya hidup selaras dengan alam dan tidak terlalu memikirkan hal yang belum terjadi, mengajarkan kita untuk hidup dalam ketenangan dan terbebas dari emosi negative.

### C. Substansi untuk Penulisan Artikel Ilmiah

Dalam buku “Filosofi Teras” karya Henry Manampiring, nilai karakter yang menjadi fokus utama adalah kebijaksanaan. Kebijaksanaan dalam stoicism adalah kemampuan untuk melihat segala sesuatu dengan jernih, memahami apa yang benar-benar penting dalam hidup, dan mengetahui bagaimana bertindak berdasarkan pengetahuan tersebut. Ini adalah fondasi dari semua nilai karakter lainnya karena memungkinkan seseorang untuk membuat keputusan yang baik dan benar.

Turunan dari nilai kebijaksanaan ini meliputi:

1. Penerimaan Diri (Self-acceptance): Penerimaan diri adalah fondasi dari kebahagiaan dan ketenangan batin. Ini berarti memeluk setiap aspek dari diri kita, termasuk kelebihan dan kekurangan. Buku ini mengajarkan kita untuk melihat diri sendiri secara objektif, tanpa penghakiman yang keras, dan untuk menghargai perjalanan pribadi kita dengan segala tantangan dan pencapaian.
2. Berpikir Positif (Positive Thinking): Berpikir positif bukan sekadar memiliki harapan tanpa dasar, tetapi adalah sikap mental yang mencari peluang dalam kesulitan, yang melihat kegagalan sebagai langkah menuju sukses. “Filosofi Teras” menginspirasi kita untuk memelihara pandangan yang optimis dan konstruktif terhadap kehidupan.
3. Ikhlas: Ikhlas adalah tindakan melakukan sesuatu dengan hati yang tulus, tanpa mengharapkan sesuatu sebagai balasan. Ini adalah tentang memberi yang terbaik dalam setiap situasi, sambil membebaskan diri dari keinginan akan pengakuan atau pujian.
4. Sabar: Sabar adalah kualitas yang memungkinkan kita untuk menahan diri dalam menghadapi frustrasi atau rintangan. Ini adalah tentang mempertahankan ketenangan dan keteguhan hati saat menghadapi tekanan atau ketidakpastian, dan menunggu dengan tenang untuk hasil yang diinginkan.

5. Menghargai Perbedaan (Valuing Diversity): Menghargai perbedaan adalah tentang merayakan keunikan setiap individu dan memahami bahwa setiap orang membawa perspektif dan bakat yang berbeda ke meja. Buku ini mengajarkan kita untuk menghormati dan belajar dari keragaman yang ada di sekitar kita.
6. Kerja Keras (Hard Work): Kerja keras adalah dedikasi dan usaha yang kita lakukan untuk mencapai tujuan kita. "Filosofi Teras" menekankan bahwa tidak ada pengganti untuk kerja keras dan bahwa kesuksesan sering kali adalah hasil dari upaya yang gigih dan berkelanjutan.
7. Keadilan (Justice): Keadilan adalah prinsip etis yang mengharuskan kita untuk bertindak dengan integritas dan kejujuran. Ini adalah tentang memberikan kepada orang lain apa yang mereka layak dapatkan dan memperlakukan semua orang dengan rasa hormat dan kesetaraan.
8. Pengendalian Diri (Self-control): Pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengatur emosi dan hasrat kita. Ini adalah tentang memiliki disiplin untuk membuat pilihan yang bijaksana, bahkan ketika dihadapkan dengan godaan atau tekanan.
9. Keteguhan Hati (Courage): Keteguhan hati adalah keberanian untuk menghadapi tantangan dan ketidakpastian. Ini bukan hanya tentang keberanian fisik, tetapi juga tentang keberanian moral untuk tetap teguh pada prinsip kita dan melakukan apa yang benar, bahkan ketika itu sulit.

#### **D. Daftar Pustaka**

Rojafia, S. A. N. (2023). *Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Dalam Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring* (Doctoral dissertation, IAIN Kediri).

Jayanti, R. (2021). *Konsep Kebahagiaan Dalam Buku Filosofi Teras Ditinjau Dari Imperatif Kategoris Immanuel Kant* (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).