

# Penuntun Jalanku September 2025

Yoseph Leonardo Samodra

20 September 2025

## Daftar Isi

CATATAN MINGGU MALAM .....	1
CATATAN SENIN PAGI .....	3
CATATAN SENIN SORE .....	4
CATATAN SELASA SIANG .....	6
CATATAN SELASA MALAM .....	8
CATATAN RABU SORE .....	9
CATATAN KAMIS MALAM .....	11
CATATAN JUMAT PAGI .....	13
CATATAN JUMAT SIANG .....	14
CATATAN JUMAT MALAM .....	16
CATATAN SABTU PAGI .....	18
CATATAN SABTU SORE.....	20
CATATAN SABTU MALAM .....	22
CATATAN HABIS MANDI .....	24
BAHAYA AKAL IMITASI.....	26
ANOTASI ITU PERLU .....	29
ING NGASO SUNG TULADHA.....	31

## Catatan Minggu Malam

Membaca adalah kebutuhan dasar yang penting bagi semua orang. Dari membaca, kita mendapat akses pengetahuan, melatih kemampuan memilih, sekaligus memperluas perspektif. Bacaan yang beragam menjadi asupan sehat bagi otak. Tanpa itu, pikiran kita bisa sempit dan miskin wawasan.

Namun, tidak semua bacaan selalu tersedia bebas. Ada kalanya informasi sengaja ditahan atau bahkan dihilangkan dari ruang publik. Tindakan itu biasanya menyimpan tujuan tertentu yang lebih besar. Dan justru hal seperti ini menumbuhkan ketidakpercayaan dalam masyarakat.

Padahal kepercayaan tidak lahir dari paksaan, melainkan dari keterbukaan. Semakin luas ruang baca yang bisa diakses, semakin sehat pula iklim berpikir. Tak perlu kuatir jika semua dalam kondisi benar maka keterbukaan hanyalah akan membuatnya makin bertumbuh dan meluas. Karena itu, setiap orang penting untuk berkontribusi membagikan gagasannya. Dari sana, ruang bersama untuk belajar akan tumbuh subur.

Setiap orang memiliki sudut pandang yang unik dan bernilai. Meski sederhana, karya yang dibagikan bisa memberi manfaat besar. Ia dapat menjadi pijakan bagi orang lain, atau bahkan memicu inspirasi baru. Bahkan bisa memicu pergerakan melawan tiran, oligarki korup, atau penindas berbentuk apapun. Dengan membagi gagasan, kita memperluas ruang baca bersama. Hidup kita akan jadi bahan bacaan bagi kawan seperjuangan.

Inspirasi pun tidak selalu datang dari tokoh besar yang dikenal sejarah. Justru seringkali orang biasa memberi pengaruh besar lewat tulisan atau ucapannya. Karya mereka membuka cara pandang yang mungkin tak kita temukan di tempat lain. Karyanya pun bisa jadi berwujud cuitan di Twitter atau utas di Thread. Membaca dari beragam sumber membuat wawasan lebih luas.

Menulis dan membaca juga bisa menjadi bentuk warisan. Tidak harus monumental, yang penting memberi manfaat nyata. Kasih sejati selalu tampak dalam tindakan memberi, entah berupa ilmu, semangat, atau bentuk lainnya. Dan setiap orang memiliki kesempatan untuk meninggalkan jejaknya.

Kebahagiaan dalam hidup tidak selalu berwujud pencapaian besar dan formal. Sering kali ia hadir dalam kemenangan kecil yang sederhana. Menyelesaikan tugas, mendengar tawa orang tersayang, atau sekadar merasa cukup bisa memberi kedamaian. Justru hal-hal ini yang paling stabil dan bertahan lama.

Otak kita bekerja dengan sistem hadiah yang peka terhadap harapan. Saat realita melampaui ekspektasi, rasa bahagia muncul lebih kuat. Inilah sebabnya momen sederhana dapat terasa begitu penuh, karena itu terjadi atas hal yang tak disangka-sangka. Ia memberi semangat untuk terus melangkah.

Keberhasilan besar memang membawa kebanggaan, tetapi cenderung cepat memudar. Proses menuju pencapaian justru lebih banyak memberi warna dan rasa dalam hidup. Setiap langkah kecil selama perjuangan menyimpan kebahagiaan tersendiri. Dari situlah kita belajar bahwa perjalanan lebih penting untuk diperjuangkan dibandingkan hanya melihat hasil akhir. Hampir semua orang akan bisa mencapai apapun ‘pada waktunya’, tentu syaratnya ialah melewati semua prosesnya dengan baik. Kemenangan kecil yang kita sadari dalam setiap tahapan selalu valid untuk dirayakan.

Taipei, 14 September 2025.

## Catatan Senin Pagi

Kehidupan terbaik untuk dijalani adalah yang sedang berlangsung. Hiduplah di masa kini. Syukuri setiap kondisi yang sedang dijalani. Mekarlah, nikmati hari ini, bersukacitalah. Baik mengelola keuangan maupun menjalani hidup, semuanya butuh strategi, niat, dan keterampilan yang terus diasah agar tidak berjalan tanpa tujuan. Butuh alat bantu untuk bisa mengoptimalkan diri.

Baik matematika maupun perencanaan finansial atau peta jalan karier bukan kebenaran mutlak, tapi alat untuk memahami, memprediksi, dan mengarahkan langkah dengan lebih efektif. Supaya hari demi hari bisa diberi tujuan, lebih bermakna, lebih hidup.

Hidup dan investasi tidak pernah menunggu kondisi sempurna, karena tak mungkin ada. Gunakan waktu dengan bijak, bangun kebiasaan produktif, dan terus menyesuaikan diri dengan perubahan. Belajar dari masa lalu, jalani masa ini dengan baik, berharap masa depan lebih baik lagi.

Fokuslah pada apa yang bisa dikerjakan dan wajib dikerjakan. Beri makna dengan memiliki cita-cita atau harapan baik, yang mungkin bagi banyak orang tergolong sederhana saja. Mengejar hasil besar itu sah, asalkan bertanggung jawab dan rendah hati, sambil menyadari bahwa model, strategi, dan hitungan kita tidak akan pernah menangkap seluruh realitas. Selalu siap untuk menemui luaran yang berbeda, dan sigap melakukan perubahan seperlunya.

Kita perlu disiplin melawan rasa malas dan mengambil kendali hidup kita sendiri dari algoritma atau aneka faktor eksternal, tapi juga bijak menerima bahwa tidak semua hal bisa dihitung. Selalu sisihkan ruang dan waktu bagi hal-hal remeh, kreativitas, dan refleksi. Bentuknya macam-macam, bisa berupa olah raga, jalan sehat, atau hobi yang menyenangkan. Bisa juga sekadar tidur sepuasnya, sampai bangun karena sudah merasa cukup tidur. Mungkin tak akan langsung membantumu mencapai tujuan hidup tetapi dapat memberi kesempatan untuk menjadi manusia yang lengkap. Yang kadang bengong, ngga ngapa-ngapain, yang dapat diandalkan, yang berguna.

Taipei, 25 Agustus 2025.

## Catatan Senin Sore

Sering kali kita terjebak dalam asumsi bahwa sesuatu yang mudah bagi kita tentu mudah juga bagi orang lain. Padahal, kompetensi seseorang tidak selalu sejalan dengan gelar atau jabatan yang melekat. Justru di situlah pentingnya sikap rendah hati untuk mau mengajar, membimbing, atau sekadar menunjukkan jalan agar orang lain bisa belajar. Jika ada yang mengaku tidak bisa dan minta diajari, dan kamu bisa, ya tolong ajari saja dengan baik.

Kebaikan kecil yang kita lakukan pada orang yang kita temui terutama kepada rekan kerja atau bawahan bisa menjadi investasi yang berharga, karena kita tidak pernah tahu kapan dan dalam bentuk apa kebaikan itu akan kembali. Tapi upayakan untuk berbuat baik pada orang lain tanpa mengharap balas.

Jangan kaku menghadapi perubahan. Dalam situasi krisis, aturan yang biasanya teguh bisa saja perlu dilonggarkan atau malah diperketat demi kebaikan bersama. Posisi pun bisa berganti cepat: bawahan hari ini bisa jadi atasan esok hari. Itulah sebabnya menjaga hubungan baik, tetap fleksibel, dan selalu mau belajar menjadi bekal penting untuk bertahan di tengah dinamika hidup dan pekerjaan. Keahlian yang kita kuasai hari ini bisa tiba-tiba usang, alat bantu bisa membuat orang biasa menjadi luar biasa, sehingga keterbukaan pada hal baru adalah kunci agar tetap relevan.

Di sisi lain, dalam berkarya maupun membangun sistem, kehati-hatian tetap perlu diutamakan. Sistem yang sudah berjalan baik tidak selalu harus dirombak total, bahkan mungkin perlu tetap dilestarikan sambil membuat sistem lain yang menunjang. Biarkan sesuatu yang masih fungsional untuk terus bekerja sambil kita pelajari, lalu perbaiki secara bertahap jika memang diperlukan.

Proses berkarya pun tidak harus sempurna sejak awal. Bahkan karya yang kelak diperbaiki, disimpan, atau dihapus sekalipun tetap bernilai, karena setiap proses produksi adalah bagian dari perjalanan kita. Setidaknya kita terus belajar bagaimana memproduksi ulang sesuatu. Menjadi makin lancar dalam suatu prosedur yang berulang atau berani mencoba modifikasi yang kadang terasa menantang.

Di balik semua itu, ada satu tanggung jawab yang tak boleh dilupakan: menjaga diri sendiri. Bijak mengatur keuangan, memastikan ketepatan sebelum kecepatan, dan menjaga kesehatan lewat tidur cukup adalah bentuk investasi jangka panjang yang sering diremehkan. Diri sendiri sebagai pelaku produksi adalah modal besar yang kadang terlupakan.

Integritas juga menjadi pondasi dalam interaksi sosial dan dunia usaha. Kejujuran dalam bertransaksi lebih kuat daripada sekadar gimmick atau trik pemasaran jangka pendek. Pembeli bisa menerima harga yang tinggi selama ada kualitas dan transparansi, tetapi mereka akan menjauh dan menjadi pendukung kompetitor jika merasa ditipu. Demikian pula dalam produktivitas pribadi, konsistensi jauh lebih bernilai dibanding alat bantu atau aplikasi mahal. Membuat daftar tugas sederhana, fokus menyelesaikan satu per satu, dan menumbuhkan kebiasaan baik adalah cara paling nyata untuk menjaga efektivitas kerja.

Ingatlah bahwa kesuksesan bukanlah hasil dari kebetulan yang jarang terjadi, melainkan kombinasi antara tujuan yang jelas, strategi yang tepat, pengelolaan waktu yang bijak, serta keberanian untuk menyesuaikan rencana ketika situasi berubah. Setiap orang memiliki jalur unik dalam pendidikan, karier, maupun kehidupan. Tidak perlu meniru standar umum sukses yang ditetapkan masyarakat, yang terpenting adalah mengenali potensi diri, bekerja keras, berdoa, dan tetap fleksibel terhadap peluang baru. Pun jangan lupakan adanya faktor keberuntungan yang mempermanis proses ini. Dengan komitmen dan ketulusan, kita bisa menapaki jalan sukses versi kita sendiri, setahap demi setahap, sambil mendefinisikan diri kita sendiri.

Taipei, 8 September 2025.

## Catatan Selasa Siang

Berbuat baik, meskipun dengan mengharapkan balasan, tetap lebih mulia dibandingkan tidak berbuat apa-apa. Pada dasarnya, kebaikan adalah fondasi yang menumbuhkan kepercayaan dan memperkuat integritas diri. Walaupun kadang dorongan itu muncul karena ada ekspektasi transaksional, langkah nyata yang diambil untuk membantu orang lain tetaplah memberi arti. Dari sini kita belajar bahwa nilai kebaikan bukan hanya soal niat murni, tetapi juga soal keberanian untuk memilih berbuat sesuatu daripada berdiam diri. Mulai dari berbuat baiknya dulu.

Namun, kebaikan saja tidak cukup jika tidak disertai integritas. Dalam lingkungan yang penuh dengan kerusakan, ketidakadilan, atau bahkan korupsi, terkadang kita tidak punya kuasa untuk mengubah keadaan secara menyeluruh. Yang bisa dijaga adalah diri sendiri. Integritas menjadi tameng, agar tidak larut dalam arus yang kotor. Dengan tetap menjaga kebersihan hati dan keteguhan prinsip yang benar, seseorang tidak hanya bertahan, tetapi juga memberi contoh bagi lingkungannya.

Lebih jauh, perjalanan hidup bukan hanya tentang mencapai tujuan akhir. Kita sering terjebak dalam obsesi pada garis finish, padahal yang lebih penting adalah proses menyambungkan titik-titik kecil yang kita temui di sepanjang jalan. Dari proses itulah kita belajar bahwa keberhasilan sejati tidak terletak pada gelar atau pencapaian semata, melainkan pada kemampuan kita untuk sabar, tekun, dan memahami pola yang perlahan terbentuk dari pengalaman sehari-hari. Kadang proses ini lama banget.

Dalam perjalanan itu, kegagalan kerap hadir bukan sebagai akhir, melainkan penanda arah. Ia memberi sinyal bahwa ada hal yang perlu ditinjau ulang, ada celah yang bisa dijelajahi. Dari kegagalan, sering lahir ide-ide besar, karena kekacauan yang ditata ulang justru bisa jadi menjadi jalan pembuka bagi pertumbuhan yang lebih baik. Dengan demikian, kita diajak untuk melihat kegagalan bukan sebagai musuh, tetapi sebagai bagian penting dari pertumbuhan.

Semua ini mengajarkan bahwa hidup bukan hanya tentang hasil instan atau kesempurnaan semu, apalagi sekadar puja-puji dari penjiilat dan penipu. Hidup yang bermakna adalah hidup yang penuh proses, keberanian untuk gagal, serta tekad untuk terus belajar dan berkembang. Baik melalui pendidikan formal, pengalaman, maupun perjalanan ‘spiritual’, yang



menjadikan seseorang benar-benar digdaya adalah kesungguhannya untuk memberi dampak positif, menyambungkan titik-titik kecil itu hingga membentuk alur perbaikan kehidupan yang bernilai dan berdampak nyata.

Taipei, 9 September 2025.

## **Catatan Selasa Malam**

Bacalah, selesaikan buku yang membosankan itu. Mampu bosan adalah barang langka di masa ini. Semoga ada hal yang berguna. Banyak baca dan temukan benang merahnya.

Banyak dosen yang mengajar (bahkan dosen luar negeri, level guru besar, mengajar lintas negara) yang menggunakan sumber tua, terbit >12 tahun lalu, sebagai sumber slidennya. Jika yang ingin diajarkan adalah sisi perkembangan suatu metode atau teori, maka perlu dilengkapi dengan hal-hal terkini. Jika hanya ingin menyampaikan dalam konteks saat itu, cuma cocok untuk kelas sejarah, tak terlalu relevan dan bermanfaat untuk masa kini.

Sedapat mungkin jadilah pengajar yang komplit. Tahu akarnya, tahu proses perkembangannya, tahu juga apa yang paling bagus dan paling masuk akal dipakai saat ini.

Cukupkan hari ini. Jadilah orang yang mudah puas. Jadilah orang yang mudah bersyukur. Kebutuhan manusia sejatinya tidak muluk-muluk: tidur cukup, makan cukup, dan dukungan keluarga. Kebahagiaan berkaitan dengan rasa cukup, seberapa kita bisa merasa puas. Akarnya adalah seberapa cocok kenyataan yang kita dapatkan dengan harapan yang kita miliki. Tetaplah berharap hal yang baik.

Semoga bisa semangat menutup hari, beristirahat dengan baik, esok menjalani hari dengan baik dan menyelesaikan banyak pekerjaan dengan baik. Peliharalah harapan yang baik.

Taipei, 2 September 2025.

## Catatan Rabu Sore

Dalam setiap perlombaan, selalu ada pemenang. Di Indonesia, umumnya dikenal juara 1, 2, dan 3 yang setara dengan peraih medali emas, perak, dan perunggu. Namun, selain istilah itu, ada juga penggunaan istilah juara harapan yang unik, bahkan sampai tiga jenjang: Juara Harapan I, II, dan III. Meski sejatinya hanya berarti juara ke-4, ke-5, dan ke-6, istilah ini tetap populer digunakan dalam berbagai perlombaan.

Berbeda dengan lomba, dalam undian biasanya dikenal hadiah utama dan hadiah hiburan. Menariknya, tidak pernah ada istilah “hadiah harapan.” Padahal, baik peserta lomba maupun undian sama-sama membawa harapan. Semua peserta berharap menang, semua juga layak mendapat hiburan. Namun praktiknya, undian sering dimulai dari hadiah dengan nilai kecil lalu berlanjut ke hadiah utama, sehingga peluang mendapatkan hadiah utama adalah peluang terbesar.

Fenomena penghargaan pun kian bergeser. Ada lomba yang meniadakan juara harapan, bahkan di sebagian konteks hanya juara 1 yang dianggap penting. Di sisi lain, muncul tren semua peserta harus merasa menang. Maka diciptakanlah aneka predikat khusus, termasuk gelar yang bersifat hiburan, bahkan ada yang bisa “dibeli.” Ironisnya, fenomena ini sudah menjamur sejak tingkat pendidikan paling dini, seperti di TK.

Hal ini menyiratkan bahwa budaya kompetisi terkadang terlalu berlebihan. Tidak semua hal harus dimenangkan, tidak semua undian harus membawa hadiah. Jauh lebih berharga ketika seseorang bisa menerima kekalahan, bangkit dari kegagalan, atau justru menemukan kemenangan dalam bidang yang tidak diperkirakan orang lain. Semangat untuk terus melangkah, menghibur diri sendiri, dan tidak berhenti berharap akan menjadi hal yang lebih penting daripada sekadar gelar juara.

Dari sini, kita bisa melihat bagaimana masyarakat memberi nilai pada sesuatu: apakah itu penghargaan dalam lomba, atau harga dalam sebuah produk. Apa yang dianggap pantas, wajar, dan layak diterima seringkali sesuatu yang benar-benar objektif dan terstandar secara stabil, melainkan lebih cocok sebagai hasil kesepakatan budaya dan kebiasaan subjektif tapi kolektif. Ketika standar berubah, maka cara kita memaknai hasil, hadiah, maupun harga pun ikut bergeser.

Contoh lain bisa dilihat dari budaya minum teh. Di Taiwan, harga rata-rata segelas es teh mencapai sekitar 30 ribu rupiah, namun tetap laris tanpa dianggap mahal. Konsumen memiliki alternatif lain, seperti teh botol atau daun teh untuk diseduh sendiri. Di Indonesia, minuman sejenis dengan harga setara sudah ada, tetapi belum merata dikonsumsi semua kalangan, sering dianggap minuman mahal. Pertanyaan pun muncul: mungkinkah suatu saat Indonesia juga memiliki budaya menikmati minuman “mahal” yang diterima luas seperti di Taiwan? Menunggu ada perubahan apa?

Dalam perlombaan maupun dalam konsumsi sehari-hari, ada pelajaran serupa yang bisa dipetik: nilai bukan hanya ditentukan oleh label atau angka, melainkan juga oleh penerimaan dan kebiasaan masyarakat. Maka, jangan cuma sibuk mengejar pengakuan atau mengikuti tren, mungkin lebih penting untuk menemukan cara yang unik dalam memberi arti pada kemenangan, hiburan, maupun kepuasan sederhana. Dengan begitu, hidup tidak hanya soal juara atau harga, melainkan juga soal makna yang kita bisa sadari dan syukuri.

Taipei, 17 September 2025.

## Catatan Kamis Malam

Di era digital, platform seperti ResearchGate dan berbagai media sosial masih layak dimanfaatkan. Selain untuk membangun jejaring, mencari PDF artikel ilmiah, atau menemukan ide baru, kita juga bisa memanfaatkannya sebagai pintu masuk menuju etalase karya kita di tempat lain. Minimal, amankan dulu handle agar tidak dipakai orang lain, isi secukupnya, dan tampilkan kehadiran kita.

Kehadiran di berbagai platform bukan sekadar formalitas. Dengan tampil di berbagai kanal, dunia jadi tahu bahwa kita ada, dan itu bisa membuka peluang baru. Tidak perlu muluk-muluk, yang penting konsisten hadir walau hanya sesekali, karena visibilitas adalah modal awal untuk dikenal lebih luas.

Namun, untuk benar-benar memberi dampak, kita juga perlu membekali diri dengan keterampilan global. Kemampuan berbahasa Inggris, kemampuan beradaptasi dengan budaya berbeda, serta sikap terbuka dan toleran sangat penting di dunia yang semakin terhubung. Hal ini tidak hanya menunjang karier profesional, tetapi juga memperkaya kehidupan sehari-hari.

Selain itu, kemampuan berpikir kritis, memecahkan masalah, serta keterampilan sosial dan emosional seperti empati dan komunikasi efektif sangat menentukan keberhasilan. Bahasa memang mempermudah penyampaian ide, tetapi kemampuan menganalisis dan membangun hubungan dengan orang lain jauh lebih berharga untuk jangka panjang.

Dalam konteks akademik, skripsi dan tesis sering kali terasa sebagai kewajiban, namun justru di situlah kesempatan belajar. Walaupun kadang sekadar memenuhi syarat, penelitian tetap bisa memberi kontribusi berarti jika dikerjakan dengan sungguh-sungguh. Bagi yang ingin melanjutkan ke jenjang S3, pastikan keputusan itu sesuai kesiapan diri, karena gelar doktoral tidak selalu relevan untuk semua orang.

Di sisi lain, kualitas karya ilmiah tidak hanya ditentukan oleh data, tetapi juga oleh cara penyampaian. Storytelling yang runtut dan jelas membuat tulisan lebih mudah dipahami, bahkan ketika hasil penelitiannya ternyata tidak signifikan secara statistik. Untuk itu, latihan menulis, mulai dari hal sederhana hingga karya formal, akan mengasah kemampuan agar tulisan semakin efektif.

Karya ilmiah yang baik sebaiknya tidak berhenti di rak buku di perpustakaan atau jurnal close access. Membagikannya secara open access memberi manfaat lebih luas, meminimalkan plagiarisme, dan meningkatkan visibilitas karya kita. Dengan menulis yang jelas, singkat, dan efektif, serta berani membagikan hasilnya, karya tersebut bisa menjadi kontribusi nyata bagi banyak orang.

Taipei, 11 September 2025.

## Catatan Jumat Pagi

Kerja itu membutuhkan banyak hal, hasilnya belum tentu. Bahkan untuk kerja yang monoton, rutin, tetap membutuhkan kesabaran dan fokus, agar hasilnya bisa tetap oke, dan tidak ada yang terlewat. Saking rutinnya, bisa saja hasil sesuatu yang berulang malah memburuk, karena malah disepelekan.

Apalagi kerja kreatif. Yang definisinya luas banget, mencakup apapun yang dibuat dan sedikit berbau inovasi, yang butuh sentuhan novelty atau kejutan ringan. Butuh banyak banget dukungan dan sarana, yang kadang memang sudah ada dan siap pakai, taken for granted. Yang paling susah ditebak itu mood. Bisa dipaksakan, tapi ya namanya juga orang, bisa saja malah ngga keluar. Palingan cuma kelar apa adanya, atau masuk ke penundaan berkala.

Membuat sesuatu memang harus siap akan berbagai versi baru. Ada yang selalu bisa ditambah dan diubah, agar cocok dengan kemauan banyak orang, bukan sekadar memenuhi standar. Belum lagi kalau ada faktir eksternal, yang kadang tak diduga dan tak bisa dipandang sebelah mata. Bisa menimbulkan efek lembur dan sulit tidur.

Sudah sepantasnya pekerjaan apapun memiliki dasar yang kuat dan lebar. Agar mampu menopang jika perlu perluasan. Boleh dan sangat bisa memperlebar fondasi sambil jalan. Bisa juga dilakukan sambil rehat sejenak dari proyek utama. Bahkan, bisa jadi pendalaman fondasi akan mengarahkan pada temuan-temuan luar biasa. Yang mampu mengubah jalan hidup penemunya.

Bekerjalah sebaik-baiknya, sebisanya. Jangan banyak sambat, seperlunya saja. Siaplah menanggung apapun risiko dari pekerjaan yang dijalani. Banyak berdoa, mohonlah yang baik pada Sang Pencipta. Semangatlah selesaikan kerjaanmu meski kini sudah di penghujung minggu.

Taipei, 22 Agustus 2025.

## Catatan Jumat Siang

Menentukan tujuan adalah langkah pertama yang penting dalam hidup. Tanpa tujuan yang jelas, kita mudah tersesat dalam rutinitas atau merasa cukup dengan kondisi yang sedang dihadapi padahal bisa mencapai sesuatu yang lebih. Namun, punya tujuan saja tidak cukup. Kita harus punya tujuan yang benar dan relevan. Dari sanalah kita mulai bergerak maju, meski perlahan, demi mencapai sesuatu yang lebih besar dari sekadar kenyamanan sesaat.

Proses belajar juga sering hadir dari hal-hal kecil dan tak terduga. Seperti ketika menyadari bahwa laporan tahunan ternyata sudah tersedia dalam bentuk aplikasi, bukan lagi cuma cetakan tebal atau versi digital dalam file PDF. Dari situ kita belajar bahwa inovasi sering kali bukan soal menciptakan sesuatu yang benar-benar baru, tetapi tentang memberikan akses yang lebih baik, membuat sesuatu lebih sederhana, dan bermanfaat. Perubahan kecil bisa membuka cara pandang baru. Jika kita berani mencobanya, perubahan remeh pun bisa memperluas wawasan kita.

Namun, tidak semua orang merasa perlu berubah atau mencari arah baru yang bisa dituju. Ada yang puas di tempatnya, merasa sudah mencapai puncak, dan memilih mencukupkan dengan apa yang ada, bahkan memilih untuk mundur dalam beberapa hal. Mulailah dengan bertanya. Bertanya bukan tanda kebingungan, melainkan keberanian untuk menantang diri dan membuka kemungkinan. Dari pertanyaan yang tepat, akan lahir pemahaman dan bahkan inovasi.

Dalam proses itu, kejujuran menjadi kunci. Jujur mengakui “saya tidak tahu” jauh lebih berharga daripada berpura-pura paham. Ketidaktahuan adalah titik awal belajar, sementara berpura-pura tahu hanya menutup jalan untuk bertumbuh. Dunia bergerak cepat, dan mereka yang enggan memperbarui pengetahuan akan tertinggal. Maka belajar, bertanya, dan berbagi pengetahuan adalah tanggung jawab moral, bukan sekadar pilihan pribadi.

Hidup ini bukanlah tentang mencari jawaban final, melainkan tentang terus bertanya, belajar, dan bersyukur. Rasa syukur menjaga kita tetap rendah hati, membuat kita melihat keajaiban dalam hal-hal sederhana, sekaligus membuka jalan untuk terus maju. Integritas menjaga arah agar kita tidak tersesat dalam pencapaian semu melainkan benar-benar menjadi makhluk



yang berguna. Dengan itu semua, kita bisa menjadi pribadi yang tidak hanya bergerak menuju tujuan, tetapi juga memberi makna dalam setiap langkah.

Taipei, 5 September 2025.

## Catatan Jumat Malam

Data yang melimpah, bahkan sampai membanjir, tidak akan berguna, bahkan bisa berbahaya, jika tidak ada akses yang terkendali. Akses yang terlalu rendah, misalnya hanya sekadar “tahu” tanpa bisa mengolah dan menindaklanjuti, justru akan menjadi beban alih-alih memberi manfaat. Informasi yang hanya menumpuk tanpa arah jelas pada akhirnya tidak lebih dari sekadar arsip, bukan pijakan untuk bertindak.

Lebih jauh, bahkan setelah data diolah, limpahan hasil analisis tetap akan percuma bila tidak ditindaklanjuti. Malah bisa lebih berbahaya lagi jika hasil tersebut jatuh ke tangan pihak lawan yang lebih jeli membacanya dan mengambil langkah-langkah yang perlu untuk memperoleh keuntungan darinya.

Menyediakan suplai apa pun, termasuk data, akan menjadi sia-sia bila tidak dipakai untuk menghasilkan perubahan yang lebih baik. Intinya, data bukanlah tujuan akhir; ia baru bernilai ketika menggerakkan tindakan yang tepat.

Selain itu, bila seseorang sudah memiliki jabatan dengan tanggung jawab dan dukungan penuh, seharusnya ia mampu menjalankan bagian pekerjaan tersebut tanpa perlu mengupah orang lain untuk tugas yang sebenarnya sudah melekat pada posisinya. Memberikan jabatan khusus untuk peran yang redundan hanyalah memboroskan sumber daya. Pada titik ini, organisasi sering terjebak dalam formalitas, lupa bahwa yang dibutuhkan bukan tambahan orang dalam kumpulan yang sudah besar atau berebut tambahan gelar hanya untuk pemanis nama di undangan, melainkan komitmen menjalankan amanah dengan konsisten.

Wajib diingat bahwa ilmu selalu menuntut kejujuran. Tanpa fondasi ini, semua kerja keras sejak pengumpulan data hingga proses analisis berubah menjadi ilusi. Data yang dipelintir demi kepentingan tertentu tidak hanya merusak satu penelitian, tetapi bisa menyesatkan masyarakat luas, bahkan menggiring pengambil keputusan pada arah yang keliru. Ujung-ujungnya jika tiada protes dari pihak pengimbang bisa jadi akan timbul kerugian besar. Dari sinilah kita belajar bahwa kesetiaan pada kebenaran jauh lebih berharga daripada pencapaian instan yang bahkan hanya akan menguntungkan 1-2 orang.

Etika juga tak bisa dipisahkan dari proses keilmuan. Menyebarkan informasi tanpa verifikasi hanya menambah kebisingan yang menutupi kebenaran. Apalagi di era media sosial, suara yang paling keras sering kali menenggelamkan suara yang paling akurat. Maka, tugas pencari ilmu bukan sekadar menemukan data, melainkan juga memilah, menguji, dan memastikan mana yang benar-benar bisa dipertanggungjawabkan. Disiplin inilah yang membedakan kerja ilmiah dari sekadar opini yang berisik.

Itulah mengapa kredibilitas sumber menjadi penentu utama. Tidak semua yang viral layak dipercaya, dan tidak semua yang punya gelar pantas diikuti begitu saja. Proses cek dan ricek, membandingkan dengan sumber primer, serta mengikuti prosesnya dengan runut dan logis adalah bagian dari kerja ilmiah yang tak boleh ditinggalkan. Popularitas mungkin memberi panggung, tetapi hanya akurasi yang memberi legitimasi. Akan selalu menarik jika ilmuwan mampu juga bertindak sebagai selebriti. Keandalan pengetahuan terletak bukan pada seberapa sering ia dibicarakan, melainkan seberapa kuat ia diuji dan bertahan dari kritik.

Tanggung jawab terbesar seorang penggiat ilmu adalah menjaga integritas. Itu bisa berarti mengakui kesalahan, menunda publikasi, atau bahkan menarik kembali sesuatu yang keliru. Tidak mudah, kadang menyakitkan, tapi itulah harga menjaga sains tetap murni.

Ilmu tidak membutuhkan drama, ia hanya butuh orang-orang yang bersedia bekerja dalam senyap, mengawal kebenaran dengan rendah hati, dan siap memperbaikinya kapan pun bukti baru muncul. Dengan begitu, sains tetap menjadi cahaya yang menuntun, bukan sekadar panggung tempat orang mencari tepuk tangan. Hanya dengan menggabungkan kelimpahan data dengan kejujuran, etika, dan integritas, ilmu bisa benar-benar menjadi kompas yang menuntun manusia menuju keputusan yang lebih bijak.

Taipei, 12 September 2025.

## Catatan Sabtu Pagi

Kopi tubruk adalah cara membuat sajian minuman kopi yang khas Indonesia. Mungkin sudah banyak dilakukan di banyak negara lalu tidak disukai. Atau dengan kemajuan kopi instan maka sudah tidak ada lagi yang gemar minum kopi bersama ampas di dasar gelas di banyak negara. Beberapa negara masih memiliki istilah atau kegiatan yang mirip dengan kopi tubruk. Beberapa masih melibatkan proses rebus.

Kopi tubruk adalah bubuk kopi ditaruh di gelas atau cangkir, lalu disiram air panas. Beberapa menyarankan diaduk, saya sering tidak menggunakan tahap aduk, kalau niat pakai metode goyang saja. Bubuk kopi halus yang paling cocok. Meskipun saya juga suka pakai gilingan kasar. Rasanya bisa berbeda meskipun pakai biji kopi yang sama.

Ajak keluargamu untuk bisa menikmati kopi tubruk. Kopi hitam tanpa gula, tanpa susu, tanpa krimer. Pahit, tapi bisa juga ditemukan jejak rasa lainnya. Lengkapi dengan kegiatan membaca, atau menulis dan berkarya.

Kenangan selalu ada pada yang mengenang. Yang dikenang tidak bisa memaksa dirinya akan dikenang seperti apa oleh siapa. Selalu ada peluang untuk memperbaiki diri di masa kini, pun di masa depan. Perlu menengok masa lalu, untuk mengenang dan belajar. Sedikit atau banyak kenangan yang tersisa dari masa silam, bisa jadi sudah jauh berbeda maknanya. Upayakan yang terbaik kini, dengan proyeksi yang baik untuk esok, lusa, dan kapan-kapan.

Jadilah orang baik. Yang bisa disyukuri ketika masih hidup. Tak harus demi dikenang abadi setelah mati. Bagi para suami: kasihilah keluargamu. Istri yang kau pilih untuk kau nikahi dan temani seumur hidupmu. Anak-anak yang kau yakini dititipkan oleh Sang Pencipta di keluargamu. Sayangi mereka mumpung kamu masih ada.

Tidak semua orang mau dan mampu belajar banyak. Mikir doang itu bukan doang, tapi mikir. Bagaimana hidupmu dalam 5 tahun mendatang? Atau 10 tahun? Jika terlalu jauh, coba rancang untuk 3 atau 1 tahun ke depan. Lengkapi apa saja yang perlu diupayakan dan diperjuangkan. Bangun jalan untuk mencapainya. Tetaplah bersukacita dalam prosesnya.

Beribadahlah dengan gembira, bersukacita atas segala kelimpahan yang ada. Carilah alasan untuk bersyukur. Tidak apa-apa mensyukuri lagi hal-hal yang sama. Berdoalah juga agar dimampukan bersyukur setiap hari.

Taipei, 16 Agustus 2025.

## Catatan Sabtu Sore

Seringkali kita dihadapkan pada pertanyaan: kapan waktu yang tepat untuk memberikan yang terbaik? Faktanya, standar “terbaik” sangatlah relatif dan mudah berubah, tergantung situasi serta kemampuan masing-masing. Ada orang yang cepat menguasai hal baru, ada pula yang membutuhkan waktu lebih panjang. Bahkan dalam dunia seni, karya besar kerap lahir dari kondisi yang tidak biasa. Ini menunjukkan bahwa kesempurnaan bukanlah syarat mutlak untuk mulai mencipta.

Daripada menunggu segalanya sempurna, lebih baik segera mulai berkarya. Memang ada risiko salah atau gagal, tetapi pengalaman nyata justru menjadi guru terbaik. Dengan berani melangkah, kita mungkin akan lebih mudah menemukan apa yang sebenarnya kita cari atau inginkan, ketimbang menunggu sesuatu datang begitu saja. Karya kecil sekalipun bisa menjadi pijakan penting yang membuka jalan menuju pencapaian lebih besar. Atau malah diyakinkan untuk menempuh jalan yang berbeda. Yang terpenting adalah memulai, bukan menunda.

Dalam proses itu, membangun kebiasaan baru menjadi bagian penting. Meski terkadang hasilnya belum terlihat, bahkan berujung pada kegagalan, lagi dan lagi, semua itu tetap bernilai sebagai bahan evaluasi. Resolusi, janji, atau cita-cita lama perlu sesekali ditinjau ulang agar tidak menguap begitu saja. Catat, lihat, dan refleksikan. Pengalaman sederhana, seperti mengajak teman mencoba hal baru, bisa meninggalkan kesan mendalam. Dari hal kecil itulah kita belajar bahwa perjalanan hidup bukan sekadar soal hasil, tetapi juga pengalaman yang kita kumpulkan.

Karya yang lahir dari ketulusan tidak harus sempurna atau mendapat banyak pujian. Bisa jadi hanya kita yang merasakan manfaatnya. Yang terpenting adalah otentisitas yang menunjukkan siapa kita sebenarnya. Tidak perlu terjebak dalam tuntutan popularitas atau validasi digital, karena nilai sebuah karya tidak selalu terlihat dari jumlah apresiasi yang tampak. Yang populer kadang tak laku ketika dijadikan berbayar. Justru, hal yang kita anggap biasa bisa sangat berarti bagi orang lain. Oleh karena itu, mulailah berkarya, publikasikan, lalu biarkan waktu dan proses menyempurnakannya.

Hidup bukan hanya tentang meninggalkan jejak abadi, melainkan tentang bagaimana kita menjalani setiap hari dengan kebaikan. Kenangan lama bisa membimbing luka menjadi tenaga, untuk mewujudkan hari esok yang lebih

mudah diterima. Kebahagiaan sejati seringkali hadir dalam hal sederhana: senyum, kepedulian, atau kebaikan kecil yang tulus.

Apa yang paling dikenang dari seseorang bukanlah apa yang dimiliki, melainkan bagaimana ia memperlakukan orang lain. Maka, biasakan diri berbuat baik, menghargai waktu, serta berkarya dengan jujur. Internalisasikan dalam sistem kehidupan sehari-hari. Semoga kita sudah meninggalkan warisan berharga yang akan tetap hidup di hati banyak orang yang bahkan kita sendiri sudah melupakannya.

Taipei, 6 September 2025.

## Catatan Sabtu Malam

Hal-hal baik jarang bisa langsung di-*scale up* di tempat lain dengan mudah. Sebaliknya, kabar buruk lebih cepat tersebar dibandingkan kabar baik. Dalam gerakan demonstrasi atau sejenisnya, sering kali orang-orang baik justru sibuk mengoreksi dan berseteru dengan sesamanya, sementara pihak jahat dan korup lebih kompak melindungi satu sama lain lewat kompromi.

Sistem sosial yang sehat seharusnya mampu mematangkan program yang baik, lalu menyebarkannya dengan cepat ke seluruh lapisan masyarakat. Bukan hanya membuat beritanya viral, tapi juga memperluas kegiatan nyata di lapangan.

Tentu, saat suatu gerakan atau kegiatan di-*scale up*, bisa muncul kekurangan yang sebelumnya tak terlihat dalam skala kecil, atau ada batasan baru akibat kompleksitas yang meningkat. Namun, praktik nyata—meski jauh dari sempurna dan penuh kesalahan—tetap lebih baik dibandingkan hanya berharap perubahan tanpa melakukan apa-apa yang baru atau berbeda.

Bertindak nyata bisa diibaratkan menanam dan menumbuhkan benih pengetahuan. Dari sana akan lahir buah berupa perubahan pola pikir, di samping manfaat langsung dari kegiatan yang dijalankan. Apa yang dipelajari memang mungkin sulit diterapkan secara persis di berbagai kondisi, tapi cara belajar serta kesalahan yang terbukti keliru justru bisa menjadi pelajaran berharga untuk dibagikan.

Karena itu, penting untuk menumbuhkan rasa memiliki pada setiap pihak yang ikut belajar. Jangan hanya menjejalkan informasi atau memaksakan prosedur. Bangkitkan semangat agar orang tidak hanya ingin disuapi. Kerjakan apa yang bisa dilakukan sekarang, sambil terus mencari hal-hal baru dan mungkin melahirkan inovasi yang lebih baik.

Perubahan sosial maupun bisnis sama-sama menghadapi tantangan dalam skala besar. Dalam masyarakat, hal baik sulit menyebar luas karena butuh sistem yang sehat dan kompak. Dalam dunia usaha, tantangan serupa muncul dalam bentuk pilihan strategi bertahan dan berkembang. Apakah akan mengikuti arus mudah dengan memangkas kualitas demi harga murah, atau justru berinvestasi besar untuk naik kelas dan membangun nilai tambah?



Race to the bottom memang tampak menguntungkan dalam jangka pendek, tetapi sering kali berujung pada pengorbanan kualitas dan munculnya praktik curang. Dari penggelapan pajak, ketidakpatuhan regulasi, hingga eksploitasi sumber daya, strategi ini lebih banyak menimbulkan kerusakan jangka panjang. Bahkan, jika terlihat berhasil menarik konsumen dari kompetitor, biasanya itu hanya mekanisme bertahan hidup, bukan fondasi kokoh untuk pertumbuhan.

Di sisi lain, race to the top menawarkan jalur berbeda: membangun prestise, inovasi, dan kemampuan produksi yang memungkinkan harga premium dengan margin besar. Namun, strategi ini juga punya sisi gelap. Monopoli, baik yang legal maupun terselubung, dapat menjadikan suatu produk atau layanan “tak tergantikan” hanya karena tidak ada pilihan lain. Dari sini, kontrol harga menjadi mudah, bahkan bisa dipaksakan lewat kewajiban membeli.

Lebih jauh lagi, programmed scarcity sering menjadi senjata utama brand besar. Kelangkaan yang diciptakan bukan karena keterbatasan produksi, melainkan strategi menjaga kesan eksklusif. Produk dimusnahkan, distribusi dibatasi, dan syarat layanan dibuat rumit agar prestise tetap terjaga. Pertanyaan pentingnya: apakah sistem produksi dokter spesialis yang begitu ketat dan terbatas, di mana kebutuhan masyarakat tinggi namun suplai sengaja dibatasi, juga bisa dikategorikan sebagai programmed scarcity dalam konteks kesehatan?

Taipei, 13 September 2025.

## Catatan Habis Mandi

Lebih baik mengakui bahwa salah masuk, lalu keluar dan cari tempat yang benar, dari pada bertahan di ruangan yang salah dalam tempo yang lama hanya karena malu atau sungkan. Lebih baik putar balik, dari pada makin jauh nyasarnya. Jangan malu untuk mengedit atau memulai lagi dari awal.

Mulailah membuat apapun seperti seorang anak kecil berkarya, seselesainya. Lalu, editlah seperti seorang ilmuwan handal, kritislah. Jadilah keratif, jadilah produktif. Ketidaksempurnaan adalah ruang tumbuh. Tulisan yang sudah ada bisa terus diperbaiki, dan justru dari keterbatasanlah lahir kemajuan serta peluang belajar lebih dalam. Tak sekadar menjadi sesuatu yang kemudian terhilang oleh waktu. Selama masih bisa, tinjau lagi dan perbaiki.

Tulisan adalah jejak pemikiran yang bisa menjadi pengingat diri sekaligus warisan untuk generasi berikutnya, seperti yang dilakukan para tokoh besar sepanjang sejarah. Makna lebih penting dari keuntungan finansial yang belum tentu segera tiba. Menulislah hal yang benar-benar bermakna, bukan hanya demi monetisasi atau ketenaran. Meski jangan juga menolaknya ketika kesempatan untuk itu tiba.

Menulis kini lebih mudah. Publikasi tidak lagi harus lewat penerbit besar, pembaca bisa dijangkau langsung dengan berbagai media. Pun sumber ide bisa dari mana saja bahkan dari kejadian sederhana: refleksi pribadi, catatan kecil, atau bahkan hal sepele bisa melahirkan karya besar yang berguna bagi banyak orang. Apa pun yang dipublikasikan (tulisan, video, atau karya digital) mencerminkan kredensial diri. Menjaga mutu dan relevansi konten adalah bentuk tanggung jawab, bukan sekadar pencitraan.

Ilmu tidak hanya diperoleh dengan menyerap, tetapi juga dengan membagikan pengalaman. Bahkan kesalahan sekalipun bisa menjadi pelajaran berharga yang mencegah orang lain jatuh di lubang yang sama. Dalam kehidupan nyata, orang lebih menghargai sesuatu yang stabil dan bisa diandalkan daripada sekadar unik. Untuk itu, terkadang kompromi dengan keadaan diperlukan agar tetap relevan dan berkelanjutan. Bijaklah dalam melakukan kurasi mandiri.

Setiap orang punya gaya belajar berbeda, dan jalan buntu atau putar balik bukan akhir dari perjalanan. Justru keberanian untuk berganti arah atau mencoba pendekatan baru adalah bagian penting dari pertumbuhan. Inovasi

lahir dari usaha ekstra dan keluar dari zona nyaman, meski ada risiko yang harus ditanggung. Kadang perlu gagal berkali-kali sebelum menemukan arah yang tepat, dan ruang untuk memulai lagi selalu ada.

Tak perlu menunggu jadi sultan untuk bisa berguna. Jadilah terang dan garam dunia, siapapun Anda.

Taipei, 30 Agustus 2025.

## Bahaya Akal Imitasi

Penggunaan kecerdasan buatan (atau akal imitasi, AI) dalam proses belajar memang menjanjikan efisiensi. AI mampu membantu kita menemukan jawaban dengan cepat, menyusun informasi secara runtut, bahkan menjelaskan konsep yang kompleks dengan cara sederhana. Namun pertanyaannya: apakah AI benar-benar membuat kita belajar lebih baik, atau hanya mempercepat pencarian jawaban?

Dalam kehidupan nyata, banyak persoalan tidak memiliki jawaban yang tersedia secara eksplisit. Kita sering harus memakai pendekatan tidak langsung, menggunakan data proxy untuk memahami dan menilai situasi. Ambil contoh di bidang kesehatan: mengevaluasi dampak suatu intervensi terhadap morbiditas dan mortalitas neonatal bukanlah perkara mudah. Data baku tentang jumlah kematian atau kesakitan bayi baru lahir sering sulit diperoleh karena harus menunggu responden dan memantau proses kelahiran. Yang tersedia biasanya hanya catatan lapangan terbatas atau rekaman observasi yang belum tentu representatif. Dalam kondisi ini, kita perlu mengandalkan indikator lain yang lebih mudah diukur, seperti jumlah ibu hamil yang mendapatkan antenatal care sesuai standar, ketersediaan transportasi darurat untuk persalinan, atau persentase penggunaan alat steril.

Di sinilah AI dapat membantu. Mesin bisa mengarahkan kita memilih variabel proxy yang relevan, menunjukkan cara mengolah data sederhana, bahkan mengarahkan analisis yang lebih rumit. Tetapi tetap, kitalah yang harus menilai apakah langkah-langkah itu masuk akal. Proses belajar sejati bukanlah sekadar mendapat jawaban, melainkan melatih diri memahami konteks, menafsirkan data, dan menarik kesimpulan yang tepat.

Masalahnya, produk AI sering tampak logis meskipun belum tentu valid. Bagaimana kita bisa menilai kelayakan jawabannya jika tidak memahami dasar keilmuannya? Saat ini kita masih memiliki acuan berupa jurnal ilmiah, buku teks, dan literatur akademik. Namun lima atau sepuluh tahun ke depan, ketika mayoritas konten di dunia mungkin sudah dihasilkan AI, bagaimana kita membedakan yang benar-benar kredibel dari sekadar terlihat meyakinkan?

Untuk itu, membangun kemampuan berpikir kritis menjadi sangat penting. Kita perlu mempertahankan kebiasaan membaca sumber primer, memperkuat dasar keilmuan, dan tidak mudah menyerah pada jawaban

instan. Ada beberapa prinsip yang bisa menjadi pegangan. Pertama, selalu mulai dari sesuatu yang ada; lebih baik punya pijakan kecil daripada tidak sama sekali. Kedua, lakukan penelitian yang sungguh-sungguh, bukan sekadar ikut tren atau karena ingin tampil baru. Ketiga, pertahankan hasil penelitianmu kecuali terbukti keliru, sebab perbedaan temuan tidak selalu berarti kesalahan—sering kali keduanya benar dalam konteks berbeda. Keempat, kenali kepakaranmu; bukan dari gelar semata, tetapi dari validasi karya dan pengakuan yang teruji. Dan kelima, tebarkan kepakaranmu; bagikan pengetahuan, berlatih menjawab, serta terus mengasah komunikasi agar berkembang bersama orang lain.

AI seharusnya menjadi alat bantu yang mempercepat proses pemahaman, bukan pengganti proses belajar itu sendiri. Belajar tetap menuntut berpikir, mempertanyakan, dan memahami secara mendalam. Mengetahui bukan berarti paham. Dan semua proses ini umumnya butuh pengulangan banyak kali, bukan hanya dilakukan dengan sistem kebut semalam.

Sebuah penelitian di Amerika Serikat yang membandingkan kelompok pengguna AI, pengguna search engine, dan kelompok tanpa keduanya menunjukkan hasil menarik. Mereka yang tidak menggunakan alat bantu justru memperlihatkan aktivitas otak yang lebih luas. Kesimpulan ini menuai kritik karena jumlah sampel yang kecil dan responden yang terbatas pada lingkungan terpelajar. Namun bagi saya, justru hipotesis sebaliknya layak diuji: jika diperluas, bisa jadi perbedaan kognitif antara kelompok akan semakin nyata, di mana mereka yang hanya bergantung pada AI memiliki kemampuan kognitif yang jauh lebih rendah dibanding mereka yang terbiasa mengandalkan banyak alat dan cara berpikir mandiri.

Kita harus selalu ingat bahwa alat hanyalah sarana. Jika suatu hari AI super benar-benar tercipta, dunia bisa berubah total yang sulit diprediksi. Apa yang dianggap tujuan mulia oleh AI mungkin tampak sepele bagi manusia, dan bukan mustahil justru manusia yang diperbudak atau bahkan dimusnahkan demi tujuan kaum mesin yang tidak kita pahami. Sejarah memberi banyak contoh bagaimana manusia tanpa alat bantu canggih dapat membuat aturan atau kebijakan yang diikuti banyak orang meski tidak masuk akal. Maka bayangkan jika kecerdasan yang jauh melampaui manusia muncul, lengkap dengan kemampuan untuk berpikir, bertujuan, bereproduksi, bahkan abadi.

Kita mungkin terpesona oleh janji AI, tetapi jangan lupa: bertahan hidup dan menguasai bumi sejauh ini adalah hasil dari upaya manusia sebagai makhluk tercerdas. Jika suatu saat kecerdasan lain mengambil alih posisi itu, kita

harus siap menghadapi kenyataan yang benar-benar baru. Kita bukan lagi puncak rantai makanan di dunia ini.

Taipei, 28 Agustus 2025.

## Anotasi Itu Perlu

Pekerjaan yang kita lakukan bisa jadi jauh lebih mudah daripada tahap sebelumnya. Misalnya, menanam nasi akan jauh lebih mudah ketika dibandingkan dengan menanam padi. Sehingga, melakukan anotasi akan tampak jauh lebih mudah dibandingkan menulis buku yang dianotasi.

Anotasi adalah berbagai bentuk interaksi kita dengan bacaan. Secara tradisional, media utama untuk anotasi adalah buku itu sendiri—dicoret, dilingkari, dilipat, ditemplei, dan lain sebagainya.

Kegiatan ini memungkinkan pembaca untuk lebih aktif dan terlibat secara personal dengan teks. Anotasi membantu kita menandai bagian penting, mengekspresikan reaksi emosional, atau sekadar menandai hal-hal yang ingin kita pahami lebih lanjut. Ia adalah jejak dialog antara pikiran kita dan isi bacaan.

Dalam arti yang lebih luas, mencatat di buku terpisah (*note-taking*) juga dapat dianggap sebagai bentuk anotasi, meskipun medianya berbeda. Bahkan, mengetik ulasan di blog, merekam suara, atau membuat video reaksi saat membaca juga bisa disebut sebagai kegiatan menganotasi.

Dengan berkembangnya teknologi, bentuk-bentuk anotasi menjadi semakin beragam. Kini, aplikasi digital memungkinkan kita menyorot teks, menyisipkan komentar, bahkan berbagi anotasi secara daring. Hal ini memperluas makna interaksi kita dengan bacaan dan menjadikannya lebih kolaboratif.

Silakan saja jika ingin menganotasi semua buku yang dibaca, atau hanya buku-buku tertentu, bahkan hanya bab-bab tertentu. Jangkauan anotasi pun bisa diperluas—tidak hanya terbatas pada buku, tetapi juga artikel koran, komik, makalah ilmiah, dan lainnya. Intinya, mulailah membaca—apa saja.

Tidak ada aturan baku tentang bagaimana dan kapan harus menganotasi. Setiap orang memiliki gaya membaca dan kebutuhannya sendiri. Yang terpenting adalah bagaimana anotasi itu membantu kita memahami, mengingat, dan meresapi bacaan dengan lebih mendalam.

Tak masalah jika anotasi hanya dilakukan “dalam hati.” Kadang, manusia hanya ingin membaca, mencari sesuatu yang bisa dijadikan pegangan batin

agar merasa cukup—cukup dengan makan, rumah yang nyaman, dan sesekali bermimpi menggenggam dunia, meski hanya dalam angan. Anotasi semacam itu, meskipun tak terlihat, justru bisa menjadi yang paling berarti bagi pelakunya.



## Ing Ngaso Sung Tuladha

Kerja keras meski melelahkan akan bisa memberikan peluang meninggalkan hasil nyata, sedangkan malas hanya menyisakan penyesalan dan lamunan. Tidak melakukan apa-apa adalah jaminan untuk tidak mengubah apa-apa. Tak usah mengharap mujizat kalau tidak mau berupaya.

Hidup bukan lomba adu cepat, melainkan perjalanan panjang menjaga arah, konsistensi, dan makna dengan merawat diri secara utuh. Ada orang yang menganggap hidup ini sebagai balapan, ada juga yang menganggapnya pertarungan. Yang bisa saja benar, dalam kerangka waktu tertentu, bukan suatu kondisi yang konstan. Tetap manusia perlu beristirahat secara berkala. Manusia perlu mengaso.

Bagi yang memiliki jam kerja, tentu ada memiliki jam istirahat di sela-selanya. Bahkan yang kuliah atau sekolah pun memiliki waktu istirahat. Berapa lama perlu ngaso sebelum mulai kerja lagi? Sepertinya sejam saja sudah cukup. Jangan banyak menunda untuk melanjutkan dan menyelesaikan pekerjaanmu. Menunda sesuatu dengan alasan kecil bisa berubah jadi suatu kebiasaan buruk ketika mulai mencari-cari alasan untuk memperpanjang istirahat, maka jujur pada diri dan mulai berkerja lagi meski perlahan jauh lebih penting.

Jadilah teladan dalam beristirahat secara bertanggung jawab di sela pekerjaan. Ing ngaso sung tuladha. Saat jenuh dan perlu mengambil jeda yang agak panjang, entah liburan atau sekadar cuti sehari, pakailah dengan baik bukan hanya untuk memulihkan diri. Lakukan untuk memperbaiki diri, memantaskan diri untuk bisa lebih bernilai tinggi. Keterampilan dan aset hidup harus dirawat dan diperbarui agar tetap relevan, sebab yang hari ini jadi keunggulan bisa cepat usang.

Beberapa orang mungkin diberi keleluasaan untuk libur sangat panjang, tetapi dengan target harus kembali bekerja rutin dengan membawa sesuatu yang berharga. Ini mungkin salah satu jalan tengah yang ideal, yang bisa menguntungkan kedua belah pihak. Pekerja yang sudah berkontribusi sekian lama kadang menjadi jenuh. Apalagi jika ditambah dengan konflik atau politik kotor di kantor. Mengeluh dan marah berlebihan hanya menguras energi dan merusak. Padahal, kedewasaan ditandai dengan kemampuan mengelola emosi dan menakar ekspresinya secara sehat.

Budayakan ngaso yang serius. Yang dipakai beneran untuk beristirahat dari pekerjaan. Semoga bisa memberi banyak kebaikan.

Taipei, 23 Agustus 2025.