

Ngapain Repot?

Kisah Nara tentang
Hidup yang Lebih Ringan,
Lebih Waras, dan
Lebih Bahagia

BANDING-
BANDINGIN

FOMO

OMONGAN
ORANG

HARUS
SUKSES

HARUS
NIKAH

HARUS
KAYA

HARUS



Ariani Selviana & Aurelia Libertina

Ngapain Repot

Ariani Selviana
Aurelia Libertina



PENERBIT KBM INDONESIA

adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku-buku penulis di tanah air Indonesia, serta menjadi media *sharing* proses penerbitan buku.

NGAPAIN REPOT

Copyright @ 2026 By Ariani Selviana & Aurelia Libertina

All right reserved

Penulis

Ariani Selviana
Aurelia Libertina

Desain Sampul

Aswan Kreatif

Tata Letak

Husnud Diniyah

Editor

Dr. Muhamad Husein Maruapey, Drs., M.Sc.
Background isi buku di ambil dari <https://www.freepik.com/>

Official

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor)

Penerbit Karya Bakti Makmur (KBM) Indonesia

Anggota IKAPI/No. IKAPI 279/JTI/2021

081357517526 (Tlpn/WA)

Website

<https://penerbitkbm.com>
www.penerbitbukumurah.com

Email

naskah@penerbitkbm.com

Distributor

<https://penerbitkbm.com/toko-buku/>

Youtube

Penerbit KBM Sastrabook

Instagram

@penerbit.kbmindonesia
@penerbitbukujogja

ISBN: 978-634-278-240-8

Cetakan ke-1, Maret 2026
14,8 x 21 cm, x + 74 halaman

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit
Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di DJKI-Kemenkumham dan
isi buku dilindungi undang-undang.

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

- i. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100. 000. 000 (seratus juta rupiah).
- ii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500. 000. 000,00 (lima ratus juta rupiah).
- iii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1. 000. 000. 000,00 (satu miliar rupiah).
- iv. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4. 000. 000. 000,00 (empat miliar rupiah).



Sekapur Sirih Dari Penulis

Hidup sering terasa berat bukan karena masalahnya terlalu besar, tetapi karena kita terlalu banyak memikirkannya. Terlalu sibuk membandingkan, terlalu takut dinilai, terlalu repot mengejar yang belum tentu perlu. Buku ini lahir dari satu pertanyaan sederhana: *ngapain repot?*

Lewat kisah Nara, kita diajak berhenti sejenak. Belajar memilih mana yang perlu diperjuangkan, dan mana yang cukup dilepaskan. Belajar menerima ritme sendiri tanpa harus mengikuti langkah orang lain.

Ini bukan buku tentang menyerah. Ini tentang tenang. Tentang pulang pada diri sendiri. Tentang merasa cukup.

Semoga setiap halaman di buku ini menjadi jeda yang menenangkan, dan mengingatkan bahwa hidup tidak harus selalu rebut untuk bisa berarti. Karena kadang, yang paling kita butuhkan hanyalah izin untuk berkata, **“Ngapain repot...”**

Ariani Selviana & Aurelia Libertina





Prakata



Tidak semua hal harus dikejar.
Tidak semua suara harus didengar.
Tidak semua perbandingan harus dimenangkan.
Hidup bukan tentang siapa paling cepat,
paling terlihat,
atau paling dipuji.
Hidup tentang siapa yang bisa tenang
di tengah dunia yang ribut.
Kalau hati sudah damai,
yang sederhana terasa cukup.
Kalau diri sudah utuh,
tidak perlu sibuk membuktikan.
Karena sering kali,
yang membuat kita lelah bukan masalah hidupnya,
melainkan pikiran yang terlalu repot.
Maka sebelum berlari lebih jauh,
berhentilah sejenak dan bertanya,
“Ngapain repot...?”



Narasi Tokoh Utama...

Buku ini berisi catatan perjalanan hidup seorang tokoh bernama Nara. Nama itu hanyalah samaran. Namun, pergulatan dan kelemahan yang dialaminya mungkin pernah hadir dalam kehidupan banyak orang.

Di antara manis dan pahitnya kehidupan, Nara memilih menjalani semuanya dengan lebih santai. Bukan karena menyerah, melainkan karena ingin meringankan beban yang terlalu lama dipikul oleh pikirannya.

Dalam perjalanan hidupnya -disadari atau tidak- Nara pernah menjalani hari-hari yang dikendalikan oleh standar orang di sekitarnya. Lama-kelamaan, dia merasa lelah mengejar ukuran yang seolah tidak pernah memiliki garis akhir. Dari situlah Nara mulai memahami bahwa hidup tidak selalu tentang menang, tetapi tentang bagaimana tetap waras di tengah berbagai tuntutan.

Buku ini tidak dimaksudkan untuk membuat seseorang kebal terhadap kehidupan, tetapi hanya mengajak pembaca belajar memilih: mana hal yang memang layak dipikirkan, dan mana yang sebaiknya dilepaskan. Sebab kadang, yang paling dibutuhkan bukanlah jawaban, melainkan izin untuk merasa tenang.

Dan Nara, seperti banyak orang lainnya, sedang belajar berjalan ke arah itu.





Daftar Isi



Sekapur Sirih Dari Penulis.....	i
Prakata.....	iv
Narasi Tokoh Utama.....	v
Daftar Isi.....	viii

01.

Ojo Dibandingke.....	1
----------------------	---

02.

Tidak Semua Suara Layak Didengar.....	4
---------------------------------------	---

03.

Saran Atau Sirik.....	8
-----------------------	---

04.

Tercekik Fomo.....	11
--------------------	----

05.

Jodoh Pasti Bertemu.....	13
--------------------------	----

06.

Tak Perlu Kaya, Cukup Bahagia.....	15
------------------------------------	----

07.

Terkenal Atau Tenang? 18

08.

Beriman Kepada Manusia? 21

09.

Introvert Juga Ok 24

10.

Mati Karena Jaga Gengsi 27

11.

Saat Sahabat Minggat 31

12.

Keren Dengan Barang Non-Branded 34

13.

Inner Beauty Lebih Berharga 37

14.

Ngapain Ribet Dengan Omongan Orang 40

15.

Berhenti Membandingkan, Mulailah Mensyukuri 42

16.

Percaya Diri Tidak Harus Heboh 45

17.

Cukup Itu Tidak Salah.....48

18.

Hidup Minimalis, Hati Maksimal.....51

19.

Digital Detox Itu Keren.....54

20.

Jangan Jadi People Pleasure.....57

21.

Jangan Jadi People Pleasure.....60

22.

Rezeki Ta'kan Tertukar.....63

23.

Tetap Percaya Pada Tuhan.....66

24.

Selalu Beryukur.....69

Profil Penulis.....74

01.

Ojo Dibandingke

“Ngapain repot, kalau yang dibutuhkan hanya menerima ritme sendiri.”



Nara terbangun dengan kelelahan yang amat sangat. Gejala itu menyergapnya setiap pagi sepanjang dua tahun belakangan ini. Bisa dikatakan dia selalu memulai harinya dengan semangat patah dan fisik yang lelah. Dia duduk di tepi ranjang, menatap lantai, sambil bertanya pada dirinya sendiri atau mungkin pada semua orang yang pernah menaruh harapan di pundaknya, “Kenapa sih aku selalu mikir sejauh ini?”

Selama ini, Nara merasa hidupnya bukan miliknya sendiri. Setiap keputusan seolah sudah ditempeli catatan kecil bertuliskan “lakukan seperti yang mereka harapkan”

Di kepala Nara, ekspektasi itu menari-nari. Bukan menari dengan indah, tapi berputar cepat, memusingkan.

“Kalau aku memilih ini, mereka kecewa nggak ya?”

“Kalau aku berhenti sekarang, aku gagal, nggak?”

“Kalau aku bahagia dengan cara ini, aku egois, ya?”

Tak ada yang benar-benar menuntutnya secara langsung. Tidak ada yang menunjuk wajahnya sambil berkata, *kamu harus begini*. Namun, justru itu yang paling melelahkan. Tuntutan yang tak diucapkan lebih berat daripada perintah.

Setelah itu, Nara bangkit. Bukan dengan tenaga dan kesadaran yang penuh, melainkan dengan tubuh yang merespons karena sudah terbiasa. Tiing...notifikasi kecil dari ponsel yang diletakkan di meja kecil itu samping tempat tidurnya. Nara meraih benda kecil itu. Dengan malas jarinya menggeser layar. Di sanalah perang dimulai setiap paginya.

Satu demi satu pesan singkat itu dibacanya. Aneka kabar menyeruak dan menyapanya: teman lama yang baru dipromosikan, teman kuliah yang berjodoh dengan pasangannya yang tajir, ada pula yang memamerkan ruang kerja baru, rumah baru, mobil baru yang menggiurkan.

Nara menelan ludah, "*Kok mereka kayaknya lancar, ya?*" Dia tak iri dalam pengertian sederhana. Nara ikut senang, sungguh. Namun setiap kabar baik orang lain selalu datang dengan pertanyaan tambahan yang diam-diam menyudutkannya, "*aku di mana, sudah bagaimana?*"

Perbandingan itu tidak muncul sekali. Ia berulang, halus, nyaris tak terasa, sampai akhirnya menetap. Nara mulai mengukur hidupnya dengan penggaris orang lain. Teman A sudah sampai sini di usia sekian. Teman B sudah punya itu di fase hidup yang sama. Teman C tampak mantap dengan pilihannya. Sedangkan diriku?

Nara sering kali ingin berhenti di satu sudut karena merasa terlambat, meski tak tahu lomba apa yang sebenarnya sedang dia ikuti. Ia sadar, hidup bukan

perlombaan serempak. Tidak ada garis finish yang sama. Tidak ada peluit bersama. Namun dunia seolah lupa mengingatkan itu.

Di luar sana, masyarakat terus memproduksi ukuran. Usia sekian seharusnya begini. Pekerjaan tertentu dianggap lebih berhasil. Pencapaian yang terlihat lebih dihargai daripada perjuangan yang senyap.

Media sosial mempercepat semuanya. Prestasi orang lain hadir tanpa konteks, tanpa cerita di balik layar, tanpa jeda untuk bertanya apakah kita benar-benar menginginkannya. Perbandingan menjadi konsumsi harian yang ringan, cepat, dan diam-diam merusak. Dalam situasi itu, banyak orang seperti Nara tumbuh dengan perasaan tertinggal, padahal mereka hanya hidup dengan ritme yang berbeda.

Nara belum sepenuhnya keluar dari jebakan itu. Dia masih akan tergoda untuk membandingkan. Masih akan merasa kecil dihadapan pencapaian orang lain. Namun kini, setidaknya, dia tahu sumber kelelahan itu. Bukan karena hidupnya salah arah, melainkan karena terlalu sering menoleh ke jalur orang lain.

Malam itu, sebelum tidur, Nara menuliskan satu kalimat di catatan kecil. *"Hidupku bukan untuk disesali. Hidupku untuk dijalani."*

Barangkali itulah awal perjalanannya yang sesungguhnya. Bukan menuju pencapaian besar, melainkan menuju kelegaan kecil yang selama ini dia tunda. Nara ingin berhenti sejenak dan bertanya dengan jujur, *"ngapain repot, kalau yang dibutuhkan hanya menerima ritme sendiri?"*

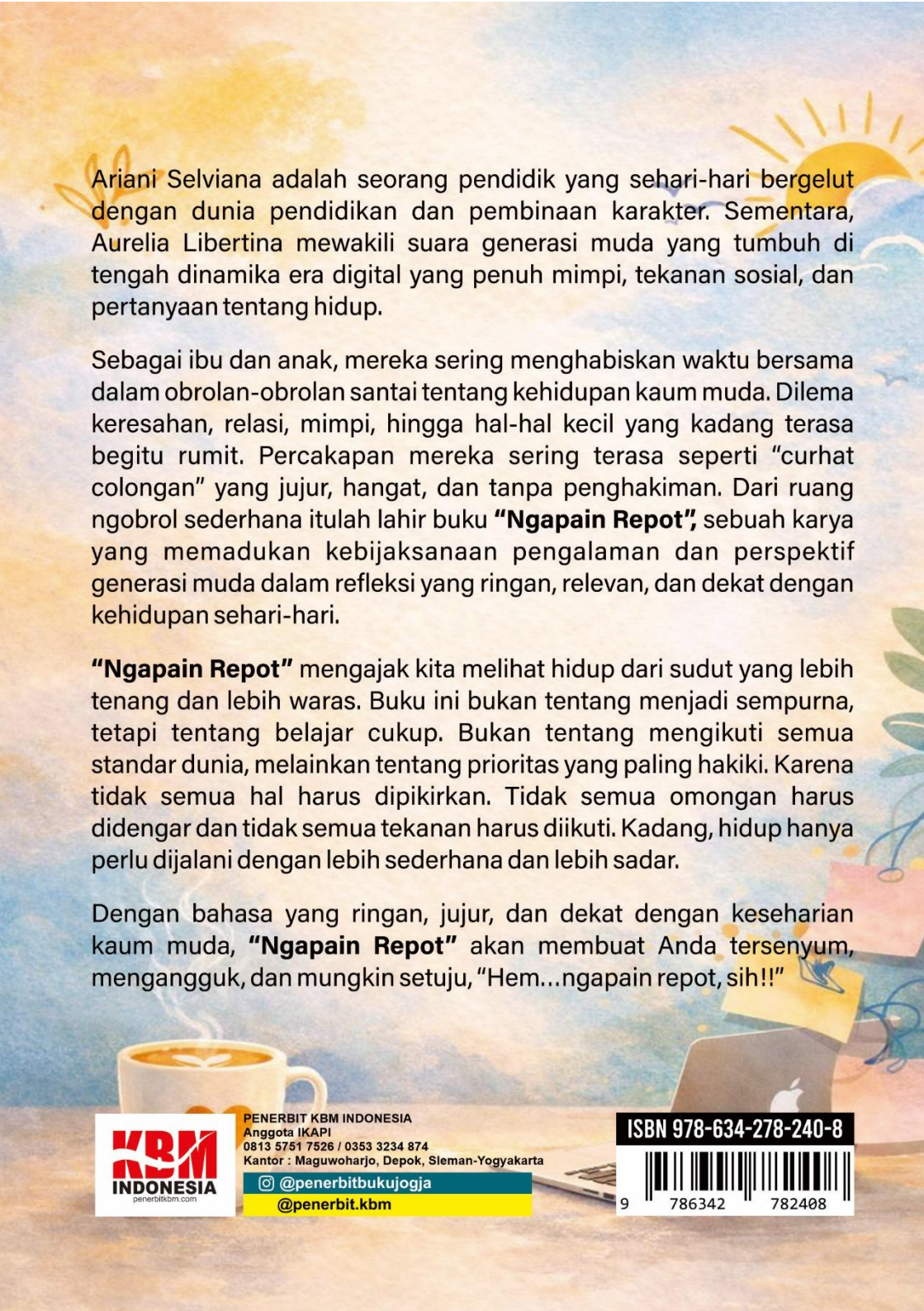






Profil Penulis

Ariani Selvianna dan Aurelia Libertina adalah ibu dan anak yang gemar meluangkan waktu bersama dalam obrolan-obrolan ringan tentang kehidupan kaum muda tentang keresahan, tekanan sosial, relasi, mimpi, hingga hal-hal kecil yang sering terasa rumit. Percakapan mereka sering terasa seperti “curhat colongan” antara ibu dan anak, jujur, spontan, dan tanpa penghakiman. Dari ruang ngobrol yang sederhana itulah lahir gagasan untuk merangkum percakapan mereka menjadi sebuah buku berjudul *Ngapain Repot*. Buku ini diterbitkan sebagai bentuk niat baik untuk menemani generasi muda agar tidak terjebak dalam tekanan yang tidak perlu, belajar memilah mana yang penting dan mana yang hanya kebisingan. Ariani Selviana adalah seorang pendidik yang sehari-hari bergumul dengan dunia pendidikan dan pembinaan karakter, sementara Aurelia Libertina mewakili suara generasi milenial akhir dan generasi awal Gen Z yang hidup di tengah dinamika era digital. Bersama, mereka menyatukan perspektif pengalaman dan semangat muda dalam sebuah karya yang hangat, reflektif, dan relevan.



Ariani Selviana adalah seorang pendidik yang sehari-hari bergelut dengan dunia pendidikan dan pembinaan karakter. Sementara, Aurelia Libertina mewakili suara generasi muda yang tumbuh di tengah dinamika era digital yang penuh mimpi, tekanan sosial, dan pertanyaan tentang hidup.

Sebagai ibu dan anak, mereka sering menghabiskan waktu bersama dalam obrolan-obrolan santai tentang kehidupan kaum muda. Dilema keresahan, relasi, mimpi, hingga hal-hal kecil yang kadang terasa begitu rumit. Percakapan mereka sering terasa seperti “curhat colongan” yang jujur, hangat, dan tanpa penghakiman. Dari ruang ngobrol sederhana itulah lahir buku **“Ngapain Repot”**, sebuah karya yang memadukan kebijaksanaan pengalaman dan perspektif generasi muda dalam refleksi yang ringan, relevan, dan dekat dengan kehidupan sehari-hari.

“Ngapain Repot” mengajak kita melihat hidup dari sudut yang lebih tenang dan lebih waras. Buku ini bukan tentang menjadi sempurna, tetapi tentang belajar cukup. Bukan tentang mengikuti semua standar dunia, melainkan tentang prioritas yang paling hakiki. Karena tidak semua hal harus dipikirkan. Tidak semua omongan harus didengar dan tidak semua tekanan harus diikuti. Kadang, hidup hanya perlu dijalani dengan lebih sederhana dan lebih sadar.

Dengan bahasa yang ringan, jujur, dan dekat dengan keseharian kaum muda, **“Ngapain Repot”** akan membuat Anda tersenyum, mengangguk, dan mungkin setuju, “Hem...ngapain repot, sih!!”



PENERBIT KBM INDONESIA
Anggota IKAPI
0813 5751 7526 / 0353 3234 874
Kantor : Maguwoharjo, Depok, Sleman-Yogyakarta

@penerbitbukujogja
@penerbit.kbm

ISBN 978-634-278-240-8



9

786342

782408