

Dr. Sri Sundari
Dr. Rahmat Hollyson Maiza

NAIK KELAS SEKARANG

Strategi Keluar dari Stuck
dan Melesat



Proses naik level
itu bertumbuh



Bangun
mindset pemenang



Action nyata,
hasil terasa



Buku pengembangan diri
praktis untuk bertumbuh



Pengantar

Ketua DPD RI
Sultan Najamuddin

Wakil Ketua DPD RI
Tamsil Linrung

Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta:

- (1) 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 Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) 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 Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) 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 Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) 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 Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

NAIK KELAS SEKARANG

Strategi Keluar dari
Stuck dan Melesat

Dr. Sri Sundari dan Dr. Rahmat Hollyson Maiza

Publica Indonesia Utama
2026

Perpustakaan Nasional RI. Katalog dalam Terbitan (KDT)

xii + 144 Hlm; 15,5 X 23 cm

ISBN: 978-634-7673-44-2

Cetakan Pertama, Mei 2026

Naik Kelas Sekarang : Strategi Keluar Dari Stuck dan Melesat

Penulis : Dr. Sri Sundari dan Dr. Rahmat Hollyson Maiza
Penyunting : Alfina Sintya Nuril Hidayati
Penata halaman : M. Nur Alfian Halim
Desain cover : Adji Azizurrachman

copyrights © 2026

Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang

All rights reserved

Diterbitkan oleh:

Publica Indonesia Utama, Anggota IKAPI DKI Jakarta 611/DKI/2022
18 Office Park 10th A Floor Jl. TB Simatupang No. 18, Kel. Kebagusan,
Kec. Pasar Minggu Kota Adm. Jakarta Selatan, Prov. DKI Jakarta
publicaindonesiautama@gmail.com

KATA PENGANTAR

Ketua DPD RI

DR.(HC). Sultan B. Najamudin

Banyak yang bertanya kepada saya, “Apa kunci agar bangsa ini bisa melompat maju?” Jawaban saya selalu sama, bangsa yang besar tidak dibangun oleh mereka yang sekadar menunggu, tapi oleh individu-individu yang berani memutuskan untuk **Naik Kelas**.

Kita hidup pada zaman yang bergerak sangat cepat. Informasi berlimpah, teknologi berkembang tanpa jeda, dan kompetisi hadir di hampir setiap ruang kehidupan. Di tengah perubahan itu, tantangan terbesar bukanlah keterbatasan sumber daya, melainkan rasa nyaman yang berlebihan, keraguan untuk memulai, dan kebiasaan menunda langkah menuju kemajuan.

Buku “**Naik Kelas: Strategi Keluar dari Stuck dan Melesat Sekarang**” hadir sebagai panduan yang relevan untuk menjawab tantangan tersebut. Buku ini tidak sekadar mengajak pembacanya bermimpi besar, tetapi juga menawarkan cara berpikir dan langkah-langkah praktis untuk **membangun daya ungkit, disiplin, dan keberanian bertindak**. Sebab **masa depan bukan hadiah yang menunggu untuk diberikan, melainkan ruang yang harus direbut dengan kesiapan dan kualitas diri**.

Dalam konteks paradigma *Green Democracy* sebagai hasil kontemplasi pribadi, saya menyakini bahwa kemajuan bangsa tidak hanya ditentukan oleh pertumbuhan ekonomi atau kemajuan teknologi semata. Kemajuan sejati lahir dari keseimbangan antara pembangunan manusia, penguatan nilai-nilai kebangsaan, dan kemampuan setiap individu untuk terus ber-“**tumbuh**” secara berkelanjutan. Dalam perspektif tersebut, **investasi terbesar sebuah bangsa** bukanlah pada sumber daya alamnya, melainkan **pada kualitas sumber daya manusianya**.

Nilai tersebut sejalan dengan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an yang mengingatkan bahwa *"Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri."* Pesan universal ini bukan sekadar ajakan untuk berubah, melainkan pengingat bahwa transformasi besar selalu berawal dari keberanian memperbaiki diri.

Saya mengapresiasi hadirnya buku ini sebagai kontribusi nyata dalam membangun manusia Indonesia yang lebih tangguh, adaptif, dan berdaya saing. Manusia yang terus tumbuh akan membuat daerah semakin maju. Dan daerah yang maju adalah pondasi kuat sebuah negara.

Selamat membaca dan selamat bertumbuh. Ketika satu orang naik kelas, satu keluarga ikut bergerak. Ketika jutaan orang naik kelas, Indonesia akan cepat melompat lebih jauh.

Jakarta, Juni 2026



DR.(HC). Sultan B. Najamudin
Ketua DPD RI

KATA PENGANTAR

Wakil Ketua DPD RI

Tamsil Linrung

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Kita senantiasa diingatkan bahwa hari ini harus lebih baik dari hari kemarin, dan hari esok harus lebih baik dari hari ini. Itulah hakikat dari “Naik Kelas” yang sesungguhnya. Sebuah ikhtiar terus-menerus untuk memperbaiki kualitas diri di hadapan Sang Pencipta maupun di hadapan sesama manusia.

Kondisi stuck atau merasa jalan di tempat seringkali berakar dari hati yang kehilangan orientasi dan jiwa yang lupa akan besarnya potensi yang telah Tuhan titipkan. Kita terjebak dalam rutinitas yang kosong, seolah-olah hidup hanyalah perulangan tanpa makna. Padahal, setiap detik yang kita miliki adalah amanah untuk menciptakan kemaslahatan yang lebih luas.

Buku “**Naik Kelas: Strategi Keluar dari Stuck dan Melesat Sekarang**” hadir sebagai jawaban atas kegelisahan batin tersebut. Penulis berhasil memadukan strategi praktis dengan kedalaman makna tentang pentingnya transformasi diri.

Saya melihat ada tiga esensi utama dalam buku ini: **Muhasabah (Audit Diri)**: Strategi keluar dari kondisi stuck dimulai dengan kejujuran mengakui kekurangan dan hambatan batiniah kita. **Ikhtiar yang Ahsan**: Melesat bukan sekadar bergerak cepat, tapi bergerak dengan cara terbaik (profesional). Agama mengajarkan kita untuk itqan, totalitas dan profesional dalam setiap urusan. **Kebermanfaatan (Khairunnas)**: Tujuan akhir dari “Naik Kelas” bukanlah kesombongan atas pencapaian pribadi, melainkan agar kita memiliki kapasitas yang lebih besar untuk membantu orang lain.

Buku ini mengingatkan kita bahwa berhenti bertumbuh adalah bentuk pengabaian terhadap nikmat akal dan waktu. Keluar dari zona nyaman adalah sebuah keberanian iman untuk menjemput takdir terbaik yang telah dipersiapkanNya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Jakarta, Juni 2026



Tamsil Linrung

DAFTAR ISI

Kata Pengantar Ketua DPD RI	v
Kata Pengantar Wakil Ketua DPD RI.....	vii
Daftar Isi	ix

Bab 1

Pendahuluan	1
--------------------------	---

Selamat Datang di Proses Naik Level!

Bukan Sekadar Hidup, tapi Bertumbuh

A. Realitas Hidup	2
B. Konsep <i>Upgrade Level</i>	3
C. Hal yang Akan Kita Dapatkan dari Buku Ini.....	5
D. Peran Kita sebagai Pembaca dalam Buku Ini.....	5
E. Akhir Pengantar untuk Pembaca	7

Bab 2

<i>Mindset Naik Level</i>	8
--	---

Cara Pikir yang Bikin Kita Menang

A. Kenapa Cara Pikir Menentukan Arah Hidup?.....	10
B. <i>Upgrade Mindset</i> : dari Biasa Menjadi Luar Biasa	11
C. Mengubah Pola Pikir Negatif Menjadi Lebih Positif	12
D. Stop <i>Overthinking</i> , Mulai Bertindak	14
E. Keluar dari Zona Nyaman, Masuk ke Zona Bertumbuh	15
F. Mulai Berpikir Fokus pada Proses, Bukan Sekadar Hasil	17
G. Cara Berpikir Orang yang Selalu Naik Level	19

Bab 3

Potensi Besar Butuh Strategi, Bukan Cuma Niat	22
--	----

A. Memahami Potensi Diri.....	22
B. Memaknai Potensi Diri	23
C. Potensi Intelektual, Emosional, Spiritual, Sosial, dan Fisik.....	23
D. Faktor yang Memengaruhi Perkembangan Potensi Diri.....	40
E. Cara Mengenali Kekuatan dan Kelemahan Diri	43
F. Strategi Meningkatkan Disiplin dan Konsistensi.....	43

G. Strategi Mengelola Emosi	47
H. Strategi agar Mampu Fokus dengan Baik	51
I. Cara Mengelola Pikiran Negatif	54
J. Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri.....	58
K. Kebiasaan Kecil yang Mengubah Hidup	60

Bab 4

Strategi Pengembangan Kompetensi Diri	62
--	-----------

Upgrade Diri biar Kerja Nggak Asal Jalan

A. Strategi Mengasah Kompetensi agar Menjadi Lebih Tajam	62
B. Strategi Penguatan dan Pengembangan <i>Soft Skills</i>	67
C. Strategi Mengelola Waktu yang Efektif	70
D. Strategi Belajar Efektif	72
E. Strategi Penguatan Energi Positif.....	78

Bab 5

Relasi itu Aset	83
------------------------------	-----------

Kolaborasi Kunci Buka Peluang Baru

A. Pentingnya Komunikasi Efektif	84
B. Kolaborasi untuk Naik Kelas	89
C. Membangun <i>Personal Branding</i>	93
D. Jaga dan Perbaiki <i>Attitude</i>	98

Bab 6

Strategi Menghadapi Tantangan.....	103
---	------------

Nggak Harus Kuat Terus, tapi Kita Jangan Berhenti

A. Mengubah Pola Pikir terhadap Tantangan	104
B. Analisis Tantangan secara Objektif.....	110
C. Mengelola Tekanan dan Tantangan.....	114
D. Fokus pada Hal yang Bisa Dikendalikan	115
E. Strategi Menang dalam Persaingan	117
F. Kemampuan Kita untuk Beradaptasi terhadap Perubahan	121
G. Mengembangkan Inovasi yang Sesuai dengan Perkembangan Zaman	121

Bab 7

Action Plan	124
--------------------------	-----

Langkah Nyata untuk Naik Level

Bab 8

Penutup	137
----------------------	-----

Naik Level itu Pelan-Pelan, tapi Jangan Berhenti

A. Benang Merah yang Sederhana tapi Penting.....	139
--	-----

B. Saatnya Jujur ke Diri Sendiri.....	140
---------------------------------------	-----

C. Prinsip yang Tidak Boleh Hilang.....	141
---	-----

Biografi Penulis.....	143
-----------------------	-----

BAB 1

PENDAHULUAN

*Selamat Datang di Proses Naik Level!
Bukan Sekadar Hidup, tapi Bertumbuh*

Pernah nggak sih kita ngerasa hidup itu kayaknya lagi berjalan, tetapi kenyataannya ternyata tetap di tempat dan nggak ke mana-mana? Hari-hari tetap dengan jadwal yang penuh. Kita bangun pagi, beraktivitas, menyelesaikan pekerjaan, bahkan kadang nambah *skill* baru. Dari luar, semuanya terlihat “normal”. Bahkan mungkin orang lain mengira kita baik-baik saja. Tetapi di dalam, ada perasaan yang susah dijelaskan, kok rasanya stagnan ya?

Di sisi lain kita merasa sudah berusaha. Pernah mencoba lebih disiplin, pernah ikut kelas pengembangan diri, pernah pasang target yang tinggi. Tetapi hasilnya? Belum terasa seperti yang kita harapkan. Kadang ada progres kecil, tetapi cepat hilang lagi ditelan rutinitas.

Lalu kita mulai membandingkan diri dengan orang lain. Teman lama tiba-tiba sudah punya pencapaian besar. Ada yang kariernya memelesat, ada yang bisnisnya berkembang, ada yang hidupnya terlihat lebih “rapi” dan terarah. Sementara kita masih sibuk bertanya-tanya arah kita mau ke mana.

Kemudian mulai *scroll* media sosial yang awalnya cuma iseng, berubah jadi ajang membandingkan hidup. Tanpa sadar, kita mulai mengukur diri kita dari *highlight* orang lain. Dan di titik itu, pertanyaan yang sama muncul lagi, pelan tetapi mengganggu “kok aku gini-gini aja ya?”

Lalu kita mencoba untuk menenangkan diri dengan mengatakan “proses orang beda-beda.” Namun tetap saja ada rasa tertinggal dibandingkan dengan mereka. Bukan iri, tetapi lebih ke bingung. Kita tahu kita punya potensi. Kita tahu kita bisa berkembang. Namun, kenapa rasanya belum sampai ke mana-mana?

Nah, lebih bikin capek lagi, kalau kita mulai *overthinking*. Mulai mempertanyakan pilihan hidup “apa kita sudah salah jalan?” atau “apa kita kurang fokus dalam menjalaninya?” atau “memang segini aja kemampuan kita?” dan lain sebagainya. Di sisi lain kita juga menyadari bahwa jawabannya bukan itu. Bisa jadi, masalahnya bukan pada seberapa keras kita berusaha, tetapi di bagaimana kita menjalankan usaha tersebut. Bukan kurang niatnya, tetapi strategi yang digunakan belum tepat. Bukan karena kita tidak mampu, tetapi karena kita belum benar-benar “naik level”.

Perlu kita sadari bahwa naik level itu bukan cuma soal kerja lebih keras. Kadang justru soal berani berhenti sebentar, melihat ulang cara main, lalu *upgrade mindset*, kebiasaan, dan arah langkah yang diambil. Kalau kita sedang ada di fase ini, merasa jalan di tempat, merasa tertinggal, tetapi di sisi lain masih punya keinginan kuat untuk berkembang, berarti kita lagi ada di titik penting. Titik di mana kita bisa memilih, tetap berjalan dengan cara lama, atau mulai naik level dengan cara yang lebih sadar. Yang susahnya kita tidak menyadari kalau sesungguhnya saat ini kita masih jalan di tempat.

Buku *Naik Kelas Sekarang: Strategi Keluar dari Stuck dan Melesat* ini nggak akan ngajarin kita jadi orang lain. Nggak juga akan kasih janji instan yang terdengar manis tetapi kosong. Buku ini lebih seperti teman ngobrol yang jujur. Yang bantu kita melihat diri sendiri dengan lebih jelas, memahami kenapa kita merasa “di tempat”, dan yang paling penting memberi kita cara untuk mulai bergerak maju, dengan langkah yang lebih tepat. Karena kadang, yang kita butuhkan bukan hanya dorongan untuk lari lebih cepat, tetapi arah yang benar, supaya setiap langkah benar-benar membawa kita naik level. Lihatlah pelari cepat 100 m, mereka selalu fokus untuk mencapai garis finis dengan kekuatan yang dimiliki. Mereka jarang sekali melirik kiri kanan melihat kontestan lainnya.

A. Realitas Hidup

Di zaman yang serba cepat ini, Semua orang seperti lagi berlomba, tetapi anehnya nggak ada garis *start* yang jelas, apalagi garis *finish*. Tahu-tahu teman sudah “jauh”, sementara kita masih sibuk nanya, “ini aku lagi di jalur yang benar nggak, sih?” Hari ini, sukses bisa kita lihat dari layar HP, *scroll* sebentar, langsung ketemu

orang yang kariernya naik, bisnisnya jalan, hidupnya kelihatan rapi dan terarah. Sementara kita? Kadang masih berjuang bangun pagi tepat waktu aja sudah prestasi.

Lucunya lagi, kita hidup di era yang katanya penuh peluang. Tetapi di saat yang sama, juga penuh kebingungan. Pilihan banyak, tetapi arah nggak selalu jelas. Informasi melimpah, tetapi justru bikin *overthinking*. Mau mulai, takut salah, mau berhenti juga nggak enak.

Akhirnya banyak dari kita terjebak di fase yang sama, sibuk, tetapi nggak yakin maju. Capek, tetapi nggak tahu capeknya ke mana. Bahkan kadang sampai di titik mikir, “ini aku lagi berkembang, atau cuma muter di tempat dengan gaya yang beda?”

Pastinya kita nggak sendirian. Banyak juga orang di usia 20 sampai 40 tahun lagi ada di fase ini. Fase transisi, nyari arah, pengen “naik kelas”, tapi belum tahu caranya. Dan ya, kadang sambil ngerasa sedikit tertinggal. Ada satu kutipan sederhana yang pas banget dengan situasi ini, “jangan bandingkan prosesmu dengan hasil orang lain,” tapi realitasnya, kita tetap membandingkan, tetap aja jadi kepikiran.

Kadang yang perlu di-*upgrade* bukan cuma usaha, tetapi cara mainnya. Bayangin kita lagi main *game*. Kalau karaktermu nggak naik level, mau seberapa sering pun kita ulang *stage* yang sama, hasilnya ya gitu-gitu aja. Bukan karena kita nggak jago, tetapi karena levelnya memang belum naik. Nah hidup ini juga mirip seperti main *game* itu.

Banyak juga di antara kita gagal bukan karena kurang usaha, tetapi belum “*upgrade*”. *Mindset* masih versi lama, kebiasaan belum mendukung, strategi masih asal jalan. Jadinya ya jalan di tempat, di situ-situ aja.

B. Konsep Upgrade Level

Kalau kita pikir-pikir seperti yang disampaikan di atas bahwa hidup ini terkadang mirip *game*. Ada levelnya, ada tantangannya, ada fase di mana kita ngerasa sudah jago, lalu tiba-tiba mentok lagi di level berikutnya. Masalahnya, di dunia nyata kita sering lupa satu hal penting, kita mau naik level, tetapi masih pakai “versi lama” dari diri kita. Masih pakai cara mikir yang sama, kebiasaan yang itu-itu aja, dan strategi yang terkadang kadang asal jalan. Harapannya sih hasilnya

beda. Tapi realitasnya? Ya nggak jauh-jauh. Dan Akhirnya kita capek sendiri. Ngerasa sudah berusaha, tapi kok hasilnya belum berubah. Ngerasa sudah bergerak, tapi kok masih di titik yang sama. Di sinilah konsep “*upgrade level*” jadi penting.

Upgrade level itu bukan soal berubah jadi orang lain. Bukan juga soal tiba-tiba jadi “sempurna” dalam semalam. *Upgrade level* itu lebih sederhana, tetapi juga lebih jujur. Ini tentang berani melihat diri sendiri apa adanya, lalu pelan-pelan memperbaiki cara kita berpikir, bertindak, dan mengambil keputusan.

Karena kadang, yang perlu di-*upgrade* bukan mimpinya, tetapi “versi diri” yang sedang mengejar mimpi itu. Ada kutipan yang menyebutkan, “kita sering pengen hidup berubah, tapi masih mempertahankan pola lama.” Masih saja menunda, masih ragu, masih nunggu “*mood*”, masih takut mulai. Padahal level berikutnya butuh “*skill set*” yang berbeda. Bayangkan kita lagi main *game*. Nggak mungkin kan kita masuk level yang lebih tinggi dengan *skill* yang sama? Kalau dipaksa, ya bisa, tetapi kemungkinan besar kalah lagi, ulang lagi, kesal lagi.

Hidup ini juga begitu, naik level itu butuh *upgrade mindset* yakni cara kita melihat diri dan dunia, *upgrade skill* apa yang benar-benar kita butuhkan, dan *upgrade kebiasaan*, apa yang kita lakukan setiap hari, bukan cuma sesekali. Hal ini bukan sesuatu yang harus langsung besar. Nggak perlu menunggu “sempurna” dulu baru mulai. Justru *upgrade* itu dimulai dari hal-hal kecil yang dilakukan konsisten. Sedikit demi sedikit, tetapi arahnya jelas dan terukur.

Buku ini nggak akan mengajak kita jadi orang yang selalu “*on fire*”. Karena jujur aja, kita semua juga manusia, kadang semangat, kadang rebahan lebih menarik. Tetapi buku ini akan mengajak kita jadi versi diri yang lebih sadar. Yang tahu kapan harus maju, kapan harus evaluasi, dan kapan harus *upgrade*. Karena pada akhirnya, hidup bukan soal seberapa cepat kita sampai tetapi seberapa siap kita ketika kesempatan itu datang. Percaya deh, tidak hanya kita yang perlu naik level, kesempatan itu selalu naik level juga. Pertanyaannya tinggal satu, kita ikut *upgrade*, atau tetap di level yang sama?

C. Hal yang Akan Kita Dapatkan dari Buku Ini

Kalau membuka buku ini dengan harapan menemukan “jalan pintas menuju sukses”, mungkin kita akan kecewa. Karena tentu saja buku ini nggak menawarkan itu. Perlu diketahui nggak ada yang nama trik instan, nggak ada janji manis yang bilang hidup kita bakal berubah dalam semalam. Karena kalau hidup bisa di-*upgrade* secepat itu, semua orang sudah sampai duluan. Tapi kalau kita mencari sesuatu yang lebih nyata, lebih masuk akal dan bisa benar-benar kita jalani maka kita sedang membaca buku yang tepat.

Di buku *Naik Kelas Sekarang: Strategi Keluar dari Stuck dan Melesat* ini, kita akan diajak untuk melihat hidup dari sudut pandang yang mungkin selama ini terlewat, bahwa untuk mendapatkan hasil yang berbeda, kita perlu jadi “versi yang berbeda” juga, tapi bukan jadi orang lain ya. Tetap jadi versi kita yang lebih sadar, terarah, dan siap.

Kita akan menemukan cara untuk memahami kenapa kita merasa stagnan, bukan dengan menyalahkan keadaan, tapi dengan membongkar pola yang selama ini tanpa sadar kita ulang terus. Kita juga akan belajar bagaimana meng-*upgrade mindset*, supaya kita nggak lagi melihat tantangan sebagai beban, tetapi sebagai bagian dari proses naik level. Bukan berarti semuanya jadi mudah, tapi setidaknya kita jadi lebih paham cara memainkannya.

Selain itu, buku ini akan bantu kita membangun kebiasaan kecil yang realistis. Bukan yang ribet dan langsung banyak, tapi yang bisa kita lakukan di tengah hidup kita yang sudah cukup padat. Karena perubahan besar hampir selalu dimulai dari hal kecil yang konsisten.

Dan yang nggak kalah penting, kita akan diajak menyusun strategi. Bukan sekadar “kerja keras”, tapi kerja yang lebih terarah. Supaya energi kita nggak habis untuk hal yang sebenarnya nggak membawa kita ke mana-mana.

D. Peran Kita sebagai Pembaca dalam Buku Ini

Sebelum lanjut lebih jauh, ada satu hal yang perlu kita sepakati dari awal. Buku ini nggak akan bekerja kalau kita yang membaca hanya menjadi pembaca pasif atau jadi penonton aja. Memang kita tetap bisa baca sampai habis. Bisa angguk-angguk, merasa “*relate*”,

bahkan mungkin sempat semangat di beberapa halaman. Tapi kalau berhenti di situ, hasilnya ya paling cuma jadi *insight* sesaat yang nanti hilang lagi. Karena buku ini bukan alat sulap. Dan kita bukan penonton, tetapi sesungguhnya kita pemain utamanya.

Peran kita di buku ini penting banget. Bahkan bisa dibilang, semua hasil akhirnya tergantung dari peran kita tersebut. Di setiap bagian, mungkin kita akan menemukan hal yang “kena banget”. Ada yang bikin kita mikir, ada yang bikin kita agak nggak nyaman, bahkan mungkin ada yang bikin kita ngerasa, “wah, ini gue banget sih.” Nah, di momen-momen itu, kita punya dua pilihan, mau lewat aja atau berhenti sebentar dan benar-benar melakukan refleksi.

Buku ini akan jauh lebih “hidup” kalau kita ikut terlibat. Bukan cuma baca, tetapi juga mikir, bukan hanya setuju, tetapi juga mau mencobanya. Nggak perlu langsung besar. Nggak perlu langsung sempurna. Cukup mulai dari hal kecil yang kita tangkap dari setiap halaman. Ada kutipan sederhana yang bisa jadi pengingat “*knowledge is not power. Applied knowledge is power.*” Artinya? Tahu aja nggak cukup, yang bikin beda itu kalau kita mau menjalankan.

Di sini, kita bukan dituntut jadi orang yang langsung berubah total. Nggak realistis juga. Kita semua punya ritme masing-masing. Tetapi kita diajak untuk jadi lebih sadar. Lebih jujur sama diri sendiri. Dan sedikit demi sedikit, mulai berani melakukan hal yang mungkin selama ini kita tunda. Kadang, perubahan itu nggak datang dari langkah besar. Tetapi dari keputusan kecil yang diulang terus-menerus. Jadi anggap buku ini bukan sekadar bacaan, tetapi semacam “ruang latihan”. Tempat kita menguji cara pikir baru, mencoba kebiasaan baru, dan melihat hidup dari sudut yang berbeda.

Buku ini bisa jadi panduan. Bisa jadi teman, tetapi yang jalan tetap kita. Jadi kalau kita siap untuk nggak cuma baca, tetapi juga bergerak, kemungkinan besar, buku ini akan terasa beda. Bukan karena isinya aja, tetapi karena kita benar-benar ikut bermain di dalamnya.

E. Akhir Pengantar untuk Pembaca

Kalau sudah sampai di bagian ini, berarti ada satu hal yang bisa kita sepakati, kita sedang mencari sesuatu yang lebih dari hidup kita yang sekarang. Bukan sekadar bertahan, bukan sekadar “jalanin aja,” tetapi benar-benar ingin naik level. Tentunya nggak semua orang berani sampai di titik ini. Banyak yang tahu dirinya stagnan, tetapi memilih nyaman. Banyak yang sadar bisa lebih, tetapi menunda terus. Jadi kalau kita masih di sini, masih membaca, masih ingin berkembang, itu sudah menjadi langkah awal yang penting.

Tentunya perjalanan ini nggak akan selalu rapi, nggak selalu mudah, dan pastinya nggak selalu cepat. Akan ada momen kita merasa semangat banget, lalu turun lagi. Akan ada momen kita merasa “akhirnya paham” lalu bingung lagi, dan itu semua merupakan sesuatu yang normal.

Yang penting bukan seberapa cepat kita berubah, tetapi seberapa konsisten kita mau tetap berjalan. Ada satu kutipan yang bagus untuk jadi pengingat “*a journey of a thousand miles begins with a single step*.” Langkah pertama kita sudah dimulai dengan membuka buku ini. Sekarang, pertanyaannya bukan lagi “bisa atau nggak” tetapi “mau sejauh apa kita melangkah?” Karena mulai dari sini, kita nggak akan cuma ngobrol soal motivasi. Kita akan masuk ke hal yang lebih mendasar, sesuatu yang sering jadi akar dari semua perubahan.

Dalam bab awal, kita akan memulai dari fondasi tentang bagaimana pola pikir bisa jadi penghambat atau justru jadi pintu naik level. Tentang bagaimana cara kita melihat diri sendiri, tantangan, dan peluang diam-diam menentukan arah hidupmu. Jadi sebelum lanjut, tarik napas sebentar. Nggak perlu buru-buru. Nggak perlu merasa harus langsung berubah. Cukup siapkan diri untuk jujur dan siap untuk mulai *upgrade*, karena perjalanan naik level kita dimulai dari sini.

BAB 2

MINDSET NAIK LEVEL

Cara Pikir yang Bikin Kita Menang

Pada era yang serba cepat ini, biasanya kita lebih fokus untuk mengejar hasil, tetapi di sisi lain lupa *upgrade* cara mikirnya. Padahal kita juga harus tahu bahwa *mindset* itu merupakan fondasi. Kalau fondasinya kuat, *skill* akan lebih mudah terbentuk dan peluang baru makin terbuka.

Mindset naik level itu bukan berbicara tentang menjadi orang yang selalu positif 24 jam, tetapi tentang punya cara pikir yang bikin kita tetap jalan, bahkan saat kita sedang menghadapi kondisi yang nggak ideal. Orang dengan *mindset* ini sadar satu hal, hidup itu nggak selalu mulus, hidup nggak selalu mudah, tetapi hidup ini selalu bisa dipelajari. Kita nggak harus menunggu kondisi sempurna untuk memulai. Tidak menunggu “siap dulu” baru mulai gerak, karena kita tahu, bahwa rasa siap itu muncul setelah kita memulainya, bukan sebelum memulainya ya. Hal tersebut kelihatan bedanya dari cara kita merespons kondisi yang ada, misalnya sebagai berikut.

1. Di saat mendapatkan masalah, bukan menjadi panik, tetapi cari cara untuk mengatasinya.
2. Di saat gagal, bukan langsung berhenti, tetapi melakukan evaluasi.
3. Saat dikritik, bukannya menjadi baper, tetapi diambil poin pentingnya.

Mindset naik level juga seharusnya membuat kita menjadi lebih “fleksibel”. Kita nggak kaku sama satu cara saja. Seandainya cara A belum berhasil, maka kita tidak membuat drama-drama sebagai pembenaran, mencari-cari alasan seolah itu wajar gagal, atau bahkan melimpahkan kesalahan kepada orang lain, tetapi yuk kita cari alternatif, ganti ke cara B. Intinya di sini bukan soal siapa yang paling cepat, tetapi siapa yang paling mau belajar dan beradaptasi.