

Minimalisme: Sedikit Barang, Sedikit Masalah?

Ronny Firmansyah^{1*}, Masduki Asbari²

^{1,2}Universitas Insan Pembangunan Indonesia, Indonesia

*Corresponding author: email.Shaqilla31@gmail.com

Abstrak – Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perspektif Ronny Firmansyah dari channel YouTube “1 Hari Sukses” yang berjudul “Minimalisme: Sedikit Barang, Sedikit Masalah”. Pada studi ini peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan mencatat karena sumber data yang diperoleh dengan menyimak narasi lisan. Hasil studi ini menjelaskan tentang minimalisme yang diartikan sebagai gaya hidup yang berfokus pada meminimalkan gangguan atau distraksi yang dapat membuatmu untuk melakukan hal yang benar-benar penting saja. Sedangkan, Joshua Becker, penulis *Becoming Minimalist*, mendefinisikan minimalis adalah tentang mendapatkan suatu hal yang membuat kita bahagia dan menghilangkan apa yang tidak bisa membuat bahagia. Praktis dan sederhana. Dalam upaya mencari kebahagiaan, manusia seringkali mengkonsumsi begitu banyak barang. Alih-alih sebagai apa yang dibutuhkan, barang yang di beli akhirnya menumpuk dan memakan banyak tempat. Masa kini, Globalisasi dan akses yang mudah ikut mendorong adanya sikap konsumtif yang terjadi di Masyarakat. Kemudian lahirlah gaya hidup baru, yakni Minimalisme sebagai upaya untuk bisa hidup dengan sedikit barang namun tetap bahagia. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti bagaimana gaya hidup Minimalisme hadir di kota Makassar dengan kultur yang berbeda. Peneliti akan mengeksplorasi tentang bentuk-bentuk dari minimalisme, apa yang melatarbelakangi gaya hidup ini dipilih dan perubahan apa saja yang terjadi saat seseorang menjalani gaya hidup ini.

Kata Kunci: *Minimalisme: Sedikit Barang, Sedikit Masalah, Globalisasi, gaya hidup.*

Abstract - The purpose of this study is to find out the perspective of Ronny Firmansyah from channel YouTube “1 Day of Success” entitled “Minimalism: Few Stuff, Few Problems”. This study is using descriptive qualitative method by taking notes because the source of the data obtained by listening to oral narratives. Minimalism is defined as a lifestyle that focuses on minimizing interference or distraction that can make you do only the things that are really important. Meanwhile, Joshua Becker, author of *Becoming Minimalist*, defines minimalism as getting what make us happy and eliminating what doesn't make happy. Practical and simple. In an effort to find happiness, humans often consume so many things. Instead of what is needed, the items purchased end up piling up and taking up a lot of space. Nowadays, globalization and easy access have contributed to the consumptive attitude that occurs in society. Then a new lifestyle was born, specifically Minimalism as an effort to be able to live with few things but still be happy. This study aims to examine how the Minimalism lifestyle is present in the city of Makassar with a different culture. Researchers will explore the forms of minimalism, what is the background for choosing this lifestyle and what changes occur when someone lives this lifestyle.

Keywords: *Minimalism: Few Stuff, Few Problems, Globalization, lifestyle.*

PENDAHULUAN

Minimalisme adalah sebuah filosofi hidup yang mendasarkan pada pemusatan perhatian pada hal-hal yang penting dan menyingkirkan segala yang tidak perlu. Konsep ini melibatkan pengurangan benda-benda fisik, komitmen, dan kegiatan yang tidak memberikan nilai atau kebahagiaan yang nyata. Di dalam budaya konsumtif saat ini, di mana kita seringkali terjebak dalam siklus terus-menerus memperoleh barang-barang baru dan mengejar kesempurnaan materi, minimalisme menawarkan alternatif yang menarik.

Minimalisme bukan hanya sekedar mengurangi jumlah barang yang kita miliki. Lebih dari itu, itu adalah pemikiran dan sikap mental yang mencerminkan nilai-nilai seperti kesederhanaan, kesadaran, dan pemusatan diri. Dengan menyederhanakan kehidupan kita, kita dapat membebaskan diri dari beban berlebihan dan stres yang sering disebabkan oleh keinginan untuk memiliki lebih banyak hal. Dalam prinsip minimalisme, kita belajar untuk menghargai kualitas daripada kuantitas.

Dalam konteks gaya hidup, minimalisme mempromosikan pembentukan hubungan yang lebih dalam dengan barang-barang yang kita miliki, menyadari nilai dan fungsi yang sebenarnya daripada terus-menerus membeli dan mengganti barang-barang baru. Ini berarti mempertimbangkan kebutuhan sebenarnya dan membeli hanya barang-barang yang benar-benar diperlukan, bukan hanya karena tren atau dorongan konsumtif.

Selain itu, minimalisme juga dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan kita, termasuk pengelolaan waktu, hubungan interpersonal, dan lingkungan digital. Dengan menyederhanakan jadwal kita, kita dapat mengurangi stres dan fokus pada hal-hal yang benar-benar penting. Dalam hubungan interpersonal, minimalisme mengajarkan kita untuk memberikan perhatian yang lebih dalam kepada orang-orang yang penting bagi kita dan meminimalisir hubungan yang toksik atau tidak memberikan kontribusi positif. Di dunia digital yang penuh dengan gangguan, minimalisme mengajarkan kita untuk mengatur waktu layar dan mengurangi paparan terhadap informasi yang tidak relevan atau merugikan.

Dalam kesimpulannya, minimalisme adalah sebuah pendekatan hidup yang menawarkan kebebasan dari materialisme berlebihan dan kekacauan yang mengganggu. Dengan mengadopsi prinsip-prinsip minimalisme, kita dapat menciptakan ruang untuk kebahagiaan, kedamaian, dan pertumbuhan pribadi. Itu mendorong kita untuk menghargai hal-hal yang benar-benar berarti dalam hidup dan memusatkan perhatian kita pada hal-hal yang penting. Dalam dunia yang semakin kompleks dan penuh dengan gangguan, minimalisme adalah cara untuk menemukan keseimbangan dan kesederhanaan dalam hidup kita.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang para peneliti gunakan dalam penelitian adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif, yakni ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Pendekatan ini diharapkan dapat menghasilkan uraian yang mendalam tentang ucapan, tulisan, dan perilaku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat, dan organisasi tertentu dalam suatu keadaan konteks tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh, komprehensif, dan holistik. Karya Anthony Ongaro, *Minimalis* diartikan sebagai gaya hidup yang berfokus pada meminimalkan gangguan atau distraksi yang dapat membuatmu untuk melakukan hal yang benar-benar penting saja. Sedangkan Joshua Becker, penulis *Becoming Minimalist*, mendefinisikan minimalis adalah tentang mendapatkan apa yang membuatmu bahagia dan menghilangkan apa yang tidak membuatmu bahagia. Praktis dan sederhana. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode simak karena sumber data yang peneliti diperoleh dengan menyimak penggunaan bahasa (Mahsun, 2017). Sumber data yang disimak adalah video dari channel Youtube "1 Hari Sukses" tentang "Minimalisme: Sedikit barang, sedikit masalah". Subjek dalam penelitian adalah Anthony Ongaro. Sedangkan objek penelitiannya adalah buku karya Anthony Ongaro yang berjudul *Break the twich: a practical guide to minimalism, intentional living & doing more of what matters*. Instrumen penelitian yang dipakai oleh peneliti yaitu human interest, dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk memulai hidup minimalis perlu tekad yang cukup kuat. Apalagi jika seseorang tersebut memiliki tipe orang yang konsumtif. Maka seseorang tersebut perlu mengubah mindset bahwa kita hanya perlu memiliki barang yang benar-benar dibutuhkan dan memberi arti padanya. Bagian terberatnya adalah perlu merelakan barang-barang yang tidak bermanfaat. Dan untuk memulai hidup seorang minimalis sangat perlu untuk mengenal diri sendiri untuk mengetahui apa saja kebutuhannya. Karena ada barang apa saja yang akan membantu dan barang apa saja yang kehadirannya justru merepotkan. Profesi, hobi dan juga aktifitas sehari-hari, menjadi pertimbangan besar dalam menentukan barang-barang ini.

Lalu ada *Decluttering*, itu adalah suatu hal kegiatan untuk memilah barang-barang. Dan perlu membersihkan atau menyingkirkan barang-barang yang tidak di perlukan. Souvenir kegiatan, buku lama, pakaian yang tidak muat, sepatu yang tidak nyaman, perawatan tubuh yang expired, elektronik yang tidak dapat menyala serta barang yang sudah lama tidak digunakan, masuk ke dalam list ini. Kita tidak harus membuang untuk barang yang masih dalam kondisi baik, bisa menjualnya kembali atau memberikannya kepada orang lain yang berkenan. Kegiatan decluttering ini perlu di lakukan setidaknya 5 atau 6 bulan sekali.

Merelakan barang memang tidak mudah. Apalagi bila ada cerita emosional di balik barang tersebut. Namun rumah bukanlah museum tempat menyimpan barang bersejarah. Sangat perlu berpikir rasional apakah barang tersebut benar-benar berharga untuk disimpan. Kita bisa membuat foto atau video yang menceritakan barang tersebut lalu mengunggahnya ke media sosial bila memang sangat ingin mengenangnya.

Selanjutnya, perlu memastikan bahwa barang yang akan di bawa masuk ke rumah adalah barang-barang yang benar-benar di butuhkan. Baik barang yang di dapatkan dengan cara membeli, atau mendapatkannya secara gratis. Memang ada kebahagiaan tersendiri ketika bisa memiliki barang tanpa mengeluarkan uang. Namun, disinilah tantangannya. Membeli barang berdasarkan kualitas Pernahkah kita mencoba untuk membandingkan kualitas elektronik dengan harga murah dengan harga wajar? Berapa lama masa pakainya? Barang yang murah seringkali memiliki kualitas dan bahan yang kurang baik. Sehingga waktu pemakaiannya lebih singkat. Selalu utamakan kualitas ketika membeli barang. Ini tidak berarti dianjurkan harus membeli barang yang mahal dengan fitur paling lengkap. Tapi bisa membeli barang dengan spesifikasi sesuai kebutuhan dan dengan kualitas yang terpercaya. Sehingga harga yang harus di keluarkan dapat sebanding dengan manfaat dan waktu pemakaiannya. Dan gunakan Barang hingga habis atau rusak lalu belilah barang baru ketika sudah terjadi hal itu. Jangan membeli hanya untuk stok yang pada kenyataannya justru menumpuk hingga mendekati masa kadaluarsanya.

KESIMPULAN

Hidup minimalis tidak berarti bahwa kita harus hidup dalam keterbatasan. Tetapi justru membawa kebahagiaan, melalui mengubah mindset dan secara sadar membiasakan diri untuk mempertahankan hal yang benar-benar penting. Mengetahui hal apa yang membuat kita bahagia, yang memudahkan kita dan mempertahankan apa yang berharga bagi kita. Jika merasa ada sesuatu hal yang tidak penting, merugikan, atau menyita pikiran, maka jangan ragu untuk merelakannya.

DAFTAR PUSTAKA

Asbari, M. (2015). *Fokus Satu Hebat*. Penerbit Dapur Buku.

Asbari, M., & Prasetya, A. B. (2021). Managerial Coaching: Rahasia Membangun Kinerja, Komitmen Tim dan Modal Psikologis Guru. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 5(1), 490-506. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v5i1.1248>

Asbari, M., Novitasari, D., & Purwanto, A. (2022). Pengaruh Trust in Leadership terhadap Perilaku Inovatif Guru. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v1i1.1>

- Asbari, M., Purba, J. T., Hariandja, E. S., & Sudibjo, N. (2021). Membangun Kesiapan Berubah dan Kinerja Karyawan: Kepemimpinan Transformasional versus Transaksional. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 22(1), 54–71. <https://doi.org/10.30596/jimb.v22i1.4888>
- Asbari, M., Purba, J., Hariandja, E., & Sudibjo, N. (2021). From Leadership to Innovation: Managing Employee Creativity. *Jurnal Manajemen Strategi Dan Aplikasi Bisnis*, 4(1), 143 - 154. Retrieved from <http://ejournal.imperiuminstitute.org/index.php/JMSAB/article/view/287>
- Asbari, M., Purwanto, A., & Novitasari, D. (2022). Diskursus Relasi Pengaruh Modal Psikologis terhadap Inovasi Guru. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 13–20. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v1i1.3>
- Asbari, M., Purwanto, A., & Novitasari, D. (2022). Kepuasan Kerja Guru: Di antara Kepemimpinan Transformasional dan Transaksional. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 7–12. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v1i1.2>
- Asbari, M., Yani, A., Wardoyo, S., Sitanggang, T. W., Sukmawati, K. I., Santoso, G., Lafendry, F., Irahmani, & Rusadi, B. E. (2023). Urgensi Inovasi di Era Informasi: Analisis Kepemimpinan Dinamis, Iklim Etis, dan Inovasi Guru. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 02(01), 128–140. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/135/41>
- Aulia, A. R., & Asbari, M. (2022). Hakikat Manusia Sebagai Homo Faber. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 02(01), 68–73. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/22>
- Azhari, D. W., & Putri, W. F. (2023). Urgensi Moralitas Generasi Bangsa: Sebuah Esai. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 7-11.
- Azmi, A. F., & Asbari, M. (2022). Kenali Diri Agar Bahagia: Kajian Filosofis Fahrudin Faiz. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 1–5. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.9>
- Baihaqi, M. F., & Asbari, M. (2022). Relakanlah untuk Sakit Sebentar: Sebuah Kajian Filsafat Singkat. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 30–34. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.41>
- Casika, A., Lidia, A., & Asbari, M. (2023). Pendidikan Karakter dan Dekadensi Moral Kaum Milenial. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 13–19. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.3>
- Chidir, G., Asbari, M., Purwanto, A., & Asbari, D. A. F. (2022). Pengaruh Learning dan Coaching Individu terhadap Kinerja Guru: Sebuah Telaah Singkat. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 21–25. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v1i1.4>
- Claudiawan, S., & Asbari, M. (2023). Filosofi Apatis: Menyimak Kajian Filosofis Fahrudin Faiz. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 02(01), 57–61.
- Daeli, S. I., & Asbari, M. (2022). Bahaya Pancasila Menjadi Trisila dan Ekasila : Telaah Singkat Pemikiran Refly Harun. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 01(01), 37–41. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/44>
- Fahik, M. C. B., & Asbari, M. (2022). Nikmati dan Rasakan Pengalamannya di Setiap Detik: Menyimak Kajian Filosofis Fahrudin Faiz. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 6–10. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.10>
- Febriani, R., Asbari, M., & Yani, A. (2023). Resensi Buku: Berani Berubah untuk Hidup Lebih Baik. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 1–6.
- Hatta, N. R., Asbari, M., Novitasari, D., & Purwanto, A. (2023). Hargailah Orang Lain, Setiap Orang Mempunyai Pandangan Hidup Yang Berbeda-Beda: Sebuah Kajian Filosofis. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 74–78.
- Hermansyah, R., & Asbari, M. (2022). Hiduplah dengan Seimbang: Sebuah Kajian Filosofis Singkat. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 19–24. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.20>

- Kurniawan, A., Daeli, S. I., Asbari, M., & Santoso, G. (2023). Krisis Moral Remaja di Era Digital. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(02), 21–25. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/9/11>
- M.E(2022). Minimalisme : Sedikit Barang Sedikit Masalah. 1 Hari Sukses, 17-7-2022. <https://youtu.be/KgmXZ7CApCU>
- Melani, J. A., Asbari, M., & Wahyudi, J. (2022). Mengapa Pancasila Perlu Ada? Telaah Singkat Pemikiran Yudi Latif. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 25–29. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.25>
- Mul'aini, T. A., & Asbari, M. (2022). Sebuah Kajian Filosofis: “Biar Kamu Tidak Gampang Terpengaruh Omongan Orang”. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 11–14. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.7>
- Putri, F E, Asbari, M., Radita, F. R., Novitasari, D., & ... (2022). Diskursus Agama dan Pancasila: Meneguhkan Pancasila dalam Kebhinekaan Indonesia. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 56–60. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/52>
- Putri, Fitria Eriyanti, Melani, J. A., Asbari, M., & Novitasari, D. (2023). Pendidikan Karakter Membentuk Moralitas Anak Bangsa: Sebuah Esai. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 20–24. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/5/4>
- Ramadhan, G. F., & Asbari, M. (2023). Pribadimu adalah Profesimu: Temukan Karier Impian Berdasarkan Kepribadian. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 25–29. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/2/2>
- Ramadhan, R. E., Asbari, M., Novitasari, D., & Purwanto, A. (2023). Cara Hidup Minimalis: Kajian Filosofis Perspektif Fahrudin Faiz. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 79–83.
- Rosita, Rahmawati, W., Asbari, M., & Cahyono, Y. (2023). Nilai Moral dan Etika: Perspektif Emile Durkheim. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(02), 13–16. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/10/9>
- Santoso, G., Hidayat, M. N. S., Murod, M., Susilahati, Solehudin, & Asbari, M. (2023). Transformasi Literasi Informasi Guru Menuju Kemandirian Belajar. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 02(01), 100–106. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/130/37>
- Santoso, G., Salsabilla, E., Murod, M., Susilahati, Faznur, L. S., & Asbari, M. (2023). Pengaruh Pergaulan Teman Sebaya terhadap Karakter Cinta Damai Anak. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 107–113. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.129>
- Tamam, M. B. ., & Asbari, M. (2022). Digital Literature. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(1), 19–23. <https://doi.org/10.4444/jisma.v1i1.4>
- Tia, A., & Asbari, M. (2023). Sebuah Kajian Filosofis: “Biar Kamu Tidak Gampang Terpengaruh Omongan Orang.” *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 02(01), 11–14. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/7>
- Tsoraya, N. D., & Asbari, M. (2022). Pancasila dan Agama: Telaah Singkat Pemikiran Yudi Latif. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 15–18. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.23>
- Tsoraya, N. D., Khasanah, I. A., Asbari, M., & Purwanto, A. (2023). Pentingnya Pendidikan Karakter Terhadap Moralitas Pelajar di Lingkungan Masyarakat Era Digital. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 7–12.
- Zeva, S., Rizqiana, I., Novitasari, D., & Radita, F. R. (2023). Moralitas Generasi Z di Media Sosial: Sebuah Esai. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 1–6.
- Karima, R., Octavia, L. G. V., & Fahmi, K. (2023). Lunturnya Moralitas Pelajar Indonesia?. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 17–20.