**Universitas Indonesia Library >> Buku Teks SO**

# Bagaimana Hidup 24 Jam Sehari

Bennett, Arnold, author

Deskripsi Lengkap: https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920548182&lokasi=lokal

---

Abstrak

Judul asli: How to live on 24 hours a day ; Teks dalam bahasa Indonesia diterjemahkan dari bahasa Inggris ; Anda hidup 24 jam sehari atau 168 jam per minggu, dan bekerja hanya sekitar 8 jam per hari atau 40 jam per minggu. Hanya sekitar satu per empat saja waktu yang Anda miliki digunakan untuk bekerja, tetapi sepertinya waktu Anda habis hanya untuk bekerja. Hal ini karena aktivitas Anda sehari-hari hanya terdiri dari bangun, bersiap-siap untuk bekerja, bekerja, pulang ke rumah, bersantai, tidur lebih cepat supaya bisa bangun pagi untuk bekerja. Hal ini tidak hanya merusak diri Anda, karena setiap menit pikiran Anda hanya terpusat pada kerja, namun juga menjadikan Anda tidak produktif. Buku klasik manajemen waktu, terbit pertama kali pada 1908, ini mengajarkan kepada Anda bagaimana memanfaatkan waktu agar hidup lebih bermakna. Menantang Anda untuk meninggalkan urusan sehari-hari yang biasa-biasa saja dan fokus pada mengejar keinginan sejati. Dengan memangfaatkan waktu ekstra—yang dapat ditemukan di awal hari, dalam perjalanan ke dan dari tempat kerja, di malam hari, dan terutama selama akhir pekan—Anda bisa menetapkan langkah-langkah perbaikan seperti membaca, menikmati seni, merenungkan kehidupan, dan mempelajari disiplin diri. Melaui kata-kata yang padat dan kaya motivasi, Arnold Bennett memberikan kepada para pekerja dan orang-orang yang bekerja setiap hari dari pukul 08.00 hingga 17.00 sebuah nasihat praktis tentang bagaimana menjalani hidup dengan potensi penuh daripada hanya sekadar eksis.