

## Esensialisme: Pentingkan yang penting saja

McKeown, Greg, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920568485&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Pernahkah Anda menemukan kesibukan Anda terpecah habis-habisan dalam kehidupan pribadi atau kerja? Pernahkah Anda merasa mengerjakan tugas terlalu banyak dan hasilnya tidak terpakai? Pernahkah Anda merasa sibuk tetapi tidak produktif? Pernahkah Anda merasa selalu bergerak, tetapi tidak pernah sampai ke mana pun? Apabila jawaban Anda ya untuk semua tadi, jalan keluarnya adalah menjadi seorang Esensialis. Ini bukan strategi manajemen waktu, melainkan sebuah disiplin sistematis yang Anda terapkan setiap kali Anda berhadapan dengan sebuah keputusan. Dengan memaksa diri menerapkan kriteria lebih selektif untuk yang esensial, pencarian yang pokok saja memungkinkan kita memegang kendali atas pilihan-pilihan kita sehingga kita dapat memberikan kontribusi setinggi mungkin untuk hal-hal yang sungguh penting.