

Banyak diantara kamu yang mungkin sudah terbiasa membaca buku. Membaca buku bagi sebagian orang memang kegiatan yang menyenangkan. Namun, tidak semua orang suka membaca buku.

Ada yang tidak suka karena memang bukan hobi, ada yang tidak suka karena mengira bahwa tidak menjadi sebuah keharusan, dan ada yang lebih memilih media lain daripada buku untuk mendapatkan informasi

Banyak yang lebih memilih untuk membaca artikel di platform online, media sosial, video, dan masih banyak lagi. Walaupun sudah di era digital, membaca buku adalah sebuah keharusan karena mempunyai banyak manfaat lho.

Lalu apa saja sih yang menjadi alasan kita harus membaca buku? Yuk simak informasi berikut!

## Alasan Penting Harus Membaca Buku

### 1. Mengurangi stres dan kejenuhan

Banyaknya aktivitas yang kamu jalani dapat membuat pikiran terlalu fokus dengan suatu kegiatan atau pekerjaan. Hal ini terkadang membuat kita menjadi jenuh dan mudah mengalami naik turun *mood* bahkan mengalami stress dan kejenuhan. Dengan membaca sebuah buku, kamu bisa membuat pikiranmu lebih tenang dengan membaca buku-buku yang bersifat menghibur, seperti novel, komik, majalah, koran, dan yang lain.

Banyak genre novel yang dapat menghibur, seperti novel fantasi yang akan membawamu ke dalam dunia imajinasi, novel *comedy-romance* yang bisa membuatmu ikut merasakan kisah cinta yang manis nan lucu, komik yang menyediakan berbagai genre yang akan membuatmu terhibur, dan masih banyak lagi.

Hal ini lebih mudah dan murah untuk mengurangi stres dan kejenuhan dibandingkan harus membeli tiket nonton ke bioskop, jalan-jalan, atau sekedar nongkrong. Apalagi di era pandemi seperti ini, kamu harus *stay at home* bukan? Jadi, membaca buku akan membantu mengisi hari-harimu.

## 2. Menambah wawasan dan pengetahuan sehingga lebih mendalam

Jika kamu mencari sebuah informasi yang lebih mendalam, maka salah satu solusinya adalah dengan membaca buku. Buku-buku yang diterbitkan terutama buku pengetahuan atau buku non fiksi lainnya, bisa menambah wawasan dan pengetahuannya lebih mendalam dengan mendapatkan ilmu dari buku yang ditulis oleh pakar yang sudah berpengalaman.

Pembahasan dalam buku lebih lengkap dan rinci sehingga dapat memberikan solusi bagi kamu yang ingin mencari informasi lebih lanjut.

Bahkan ketika kamu membaca sebuah novel pun, kamu juga akan dapat belajar mengenai wawasan dan pengetahuan suatu genre, kisah, latar belakang, karakter, atau permasalahan yang diceritakan dalam novel tersebut. Sehingga, kamu tidak hanya terhibur tetapi juga bisa menambah wawasan dan pengetahuan lebih dalam lagi.

Hal ini berbeda dengan artikel yang hanya menyajikan suatu informasi mengenai sebuah topik yang dibahas secara singkat, padat, sederhana, dan biasanya hanya sebagai pengantar. Artikel memang ditujukan bagi kamu yang ingin mencari informasi tentang topik tertentu secara ringkas. Namun, jika kamu ingin mencari informasi yang mendalam serta untuk menambah wawasan dan pengetahuan, maka lebih baik untuk membaca buku.

## 3. Menambah kosakata

Alasan lain mengapa kamu harus membaca buku adalah untuk menambah kosakata. Ketika kamu membaca buku, kamu akan mengenal lebih banyak jenis kata baru yang berguna bagi kamu yang terutama bekerja sebagai penulis. Tulisanmu akan menjadi lebih indah dan beragam karena kata yang kamu gunakan tidak hanya itu-itu saja.

Selain itu, kaya akan kosakata tidak hanya juga digunakan untuk menulis saja, tetapi juga untuk berkomunikasi, berdiskusi, dan juga berdebat. Dengan perbendaharaan kata yang luas, kamu bisa menyampaikan pendapatmu dengan baik dan tepat sehingga bisa lebih dimengerti oleh lawan bicara. Kamu juga bisa mendapatkan manfaat lainnya yaitu bisa mengerti arti dari kata-kata yang mungkin awam bagi sebagian orang.

## 4. Meningkatkan daya ingat

Dewasa ini, orang memang sering dan lebih suka bermain *gadget* dibandingkan dengan membaca buku. Namun, tahukah kamu bahwa salah satu sisi positif dari membaca buku

adalah dapat membantu meningkatkan daya ingat?

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa membaca buku dapat memacu otak untuk berpikir dan berkonsentrasi. Penelitian lainnya, menyebutkan bahwa membaca buku dapat memperlambat kecepatan penurunan daya ingat.

Ketika membaca buku, kamu akan berkonsentrasi penuh dan berusaha untuk memahami kata-kata yang ada. Hal ini dapat meningkatkan daya ingat. Cobalah membaca sebuah buku cerita, ketika selesai membacanya, kamu pasti ingat apa saja yang diceritakan dalam buku tersebut karena tanpa sadar daya ingatmu mulai meningkat dan terasah.

## **5. Melatih konsentrasi**

Seperti yang disebutkan tadi, bahwa salah satu manfaat membaca buku adalah meningkatkan daya ingat. Selain itu, manfaat lainnya adalah kamu dapat melatih konsentrasi. Ketika kamu membaca buku, kamu akan fokus pada buku yang kamu baca. Kamu akan melatih bagaimana harus fokus dan konsentrasi pada satu kegiatan.

## **6. Membentuk pola pikir baru**

Selain menambah wawasan dan pengetahuan, membaca buku juga dapat membentuk pola pikir baru lho. Pola pikir penting bagi seseorang karena berkaitan dengan kehidupan sehari-hari, seperti mengambil keputusan, membuat sebuah rencana, menentukan tujuan, dan sebagainya. Dengan membaca buku, kamu bisa membentuk pola pikir dengan adanya wawasan dan pengetahuan yang disajikan dalam buku.

## **7. Meningkatkan kemampuan menulis**

Seorang penulis pada umumnya adalah seseorang yang suka membaca. Hal ini dikarenakan dengan membaca seseorang bisa belajar bagaimana cara menyusun kalimat, membuat sebuah narasi, menjelaskan sesuatu, dan masih banyak lagi.

Bagi kamu yang ingin belajar menulis, maka kamu juga harus membaca buku. Kamu bisa belajar bagaimana sebuah buku bisa lolos dari seleksi yang ketat oleh editor, penggunaan kata, dan sebuah sudut pandang pembaca yang dapat membantu membuat tulisanmu lebih baik, bermakna, dan kaya akan sebuah pengetahuan baru.

## **8. Mencegah penyakit ketika mengalami penuaan**

Seiring bertambahnya usia, manusia pasti mengalami penuaan yang pada umumnya membuat tubuh rentan mengalami penyakit. Salah penyakit yang menyerang tubuh ketika mengalami penuaan adalah penyakit pada otak. Salah satu cara untuk mencegahnya adalah dengan membaca buku. Dengan membaca buku, otak akan berkonsentrasi dan bekerja lebih baik.

## **9. Meningkatkan empati pada diri**

Ketika kamu membaca sebuah buku fiksi seperti novel, kamu pasti akan berusaha untuk mengenal berbagai macam karakter dari tokoh pada cerita tersebut. Hal ini dapat menumbuhkan rasa empati dalam diri. Kamu akan belajar berbagai karakter orang sehingga kamu bisa belajar bagaimana harus bersikap.

Kemampuan empati ini penting bagi kehidupan sehari-hari karena kamu adalah manusia yang merupakan makhluk sosial yang membutuhkan orang lain. Jika kamu tidak punya rasa empati, tentu saja kamu akan kesulitan bersosialisasi bukan?

Nah, itulah sembilan alasan penting kenapa kamu harus membaca buku. Jangan lupa pepatah yang mengatakan bahwa buku adalah jendela ilmu. Selagi ada waktu, usahakan untuk membaca buku ya. Jangan lupa bagikan informasi ini kepada teman-temanmu ya. Semoga bermanfaat.