



**YANG DI
NYAWA**

DEFITA DINDA MAWADDAH



**YANG DI
NYAWA**



Defita Dinda Mawaddah

Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kabupaten Banyuwangi
Jl. Jaksa Agung Suprpto No. 43 Penganjuran, Kecamatan Banyuwangi,
Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur 68416

YANG DI NYAWA

Penulis : Defita Dinda Mawaddah
Penyunting : Defita Dinda Mawaddah
Desain dan : Defita Dinda Mawaddah
Layout

Diterbitkan pertama kali oleh:

**Dinas Perpustakaan dan Kearsipan
Kabupaten Banyuwangi**

Jl. Jaksa Agung Suprpto No. 43 Penganjuran, Kecamatan
Banyuwangi, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur 68416



Kata Pengantar

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga kami dapat memberikan dukungan dalam penerbitan buku kumpulan puisi berjudul *Yang di Nyawa*. Buku ini adalah hasil dari penggalan ide dan perasaan yang dituangkan secara indah dan penuh makna, mencerminkan kedalaman perenungan seorang penulis.

Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kabupaten Banyuwangi dengan bangga mendukung penerbitan karya sastra yang tidak hanya memperkaya khazanah literasi, tetapi juga menginspirasi generasi muda untuk lebih mencintai dan mengapresiasi karya sastra. Setiap puisi dalam kumpulan ini menyuguhkan perspektif yang unik mengenai kehidupan, pergulatan batin, dan refleksi diri yang diharapkan mampu menyentuh hati pembaca.

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada seluruh pihak yang telah berperan dalam proses penerbitan buku ini. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan menjadi inspirasi bagi masyarakat luas, serta berkontribusi dalam kemajuan literasi.

Kepala Dinas Perpustakaan dan Kearsipan
Kabupaten Banyuwangi

Drs. ZEN KOSTOLANI, M.Si

Daftar Isi

Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi	iv
BAGIAN 1	1
Dasar Emosi!.....	3
Muak	5
Kecewa Datang Lagi.....	7
Aku Mampu!.....	9
Kelakar Ambisi.....	11
Biar Sesal Sekalian.....	13
Dewasaku Adalah Racun.....	15
Dua Puluh Tahun.....	17
Galabah	19
Aku Bukan Aku	21
Di Ruang Bernama Raga.....	23
Ilusi Optik Isi Kepala.....	25
Kau Ini Siapa?	27
Menelik Maya	29
Siapa Sangka	31
00:00	33
Asal Tidak Memisau.....	35
Belagu Singgah Dulu	37

Manusia-Manusia Remeh	39
Siapa Tahu Berwelas Asih	41
BAGIAN II	43
Sekotak Syukur di Perbatasan Nadi	45
Aku Melegahi Diri	47
Tamat Sudah	49
Beralas Semestinya	51
Di Hadapan Cermin	53
Meruah Dalam Nadi	55
Balas Menerpa Badai	57
Membereskan Diri	59
Tak Apa	61
Sepetak Api	63
Sebentar Lagi Setiap Hari	65
Di Balut Bersama	67
Beranda Terakhir Sebelum Saat Ini	69
Biografi Penulis	70





BAGIAN I





Dasar Emosi!

Pekak mendengar hingar
Selalu tercengkeram amarah semu
Mengapa manusia selalu gegabah?
Padahal rentan dimanipulasi
Sungguh menyusahkan diri
Dasar emosi!



2



Muak

Baru-baru ini aku merasa gaduh
Emosiku naik-turun melampaui kurva
Semakin detik semakin mencabik
Rayuan benci pula mencekik
Sebenarnya hari-hariku biasa saja
Namun isi kepalaku yang tidak terima
Dia bilang dia perlu bekerja
Nyatanya malah meributkan suasana
Ah sudahlah, muak





Kecewa Datang Lagi

Degub nyeri menikam hebat
Rasanya menyelubungi dada
Membaur prasangka klasik
Hingga terkesima gamang
Kelakar kaku menjalar bongak
Perlahan menyekap sesak
Duh, rupanya kecewa datang lagi!





Aku Mampu!

Aku berkalut dengan petang
Menyuarakan bait-bait serak di ujung kepala
Hingga tertohok pikiran-pikiran pasrah
Di ruang itu aku sendiri, tidak!
Perangai lain diriku ternyata melikut
Ia menyeretku mundur untuk kabur
Katanya aku tak becus melintasi pelik
Ku katakan saja; aku mampu!

Meski lebam-lebam sesudahnya.





Kelakar Ambisi

Serampangan angkuhku berlayar
Merangkak ranggas lambat laun menepi
Aku terlempar, takutku tak karuan
Ku lihat ke belakang punggung ambisiku cidera
Dengus duga akibat kekencangan setiran ego
Ku putuskan saja berbelok pada kaca
Membatin insiden gila prihal perkara mantik





Biar Sesal Sekalian

Jiwa ini tak mudah melipat dendam
Menodongi diri dengan siasat batu
Tak apa, tak ku sangkal
Memang begitu adanya
Api-api memutari diri
Biarkan saja
Tak ingin ku sudahi
Biar terbakar
Biar tersebar-sebar
di pertigaan
di perempatan
di perlimaan
Memungungi sebal berkepanjangan
Biar sesal sekalian

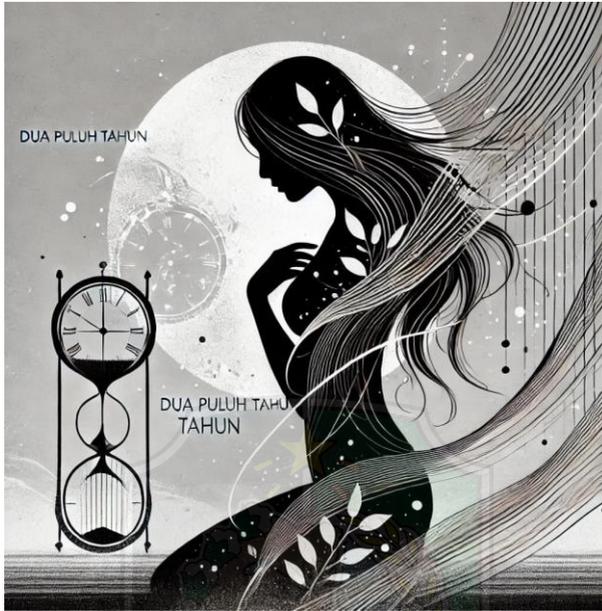




Dewasaku Adalah Racun

Berantakan ini menulang;
Tiba-tiba saja dekap mendarah
Berantakan ini memukul;
Tiba-tiba saja peran dikencangkan
Lingkar waktu merambat jebak
Dewasaku, batu tumpu kepala
Tawa muda bersarang asap
Pikulan berat memanggung api
Kepalaku bagai dipalu
Dewasa ini adalah racun
Menolak waktu dilempar logika
Mau tidaknya terpaksa menelan
Sekali lagi dewasaku adalah racun

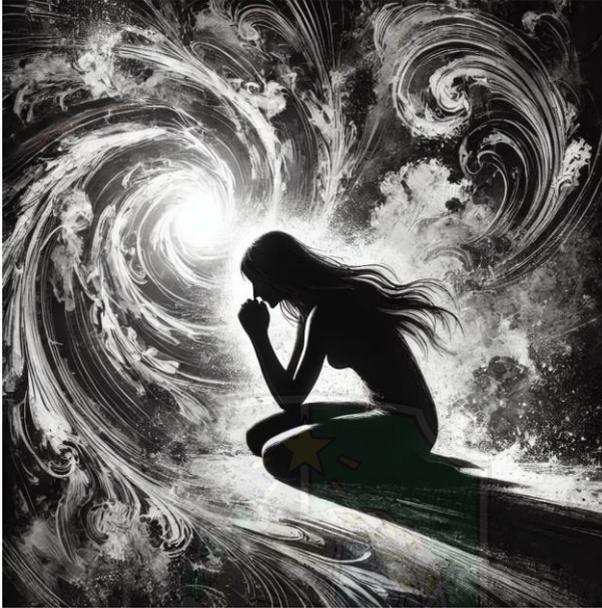




Dua Puluh Tahun

Dua puluh tahun cemas menjemari
Semua punggung susul menyusul telanjang menyala
Sedang aku bak atom di mulut goa
Dua puluh tahun jalan pikir merakit buta
Benang yang kukait tak serupa hebat pintalan mereka
Dua puluh tahun aku terheran habis
Cemburu takdir menulang kepala
Dua puluh tahun aku terbengkalai buncah
Ah! ternyata aku hanya perlu redam dan biasa





Galabah

Malam ini isi kepala terlebur lagi
Kali ini bukan tentang diri, tapi beliau
Tampaknya buana sedang menyuguhkan getir untuknya
Hingga galabah memenuhi ruang raga
Perkara ini menyeret belasku
Bagaimana tidak, beliau itu sanubariku





Aku Bukan Aku

Akhir-akhir ini percakapan isi
kepala tidak manusiawi
Pikiran sembarang meruas jari
hingga ke tengkuk leher
Genap menodong tanya
inginnya apa lalu bagaimana?
Seakan tak layak tenang menapaki
hari esok, pun saat ini.
Keringat mata sudah bukan ganjil
Bagaimana jika begitu seterusnya?
Sepertinya aku bukan aku



11



Di Ruang Bernama Raga

Di ruang bernama raga
Asih melingkari kaki
Sudi berbenah mengendap kelengahan
Hidup itu sesal bila diredam dendam
Mengotori sela-sela jari hingga pusaran nadi
Namun hidup juga sesak bila diperuntukan terluka
Sekali saja, biarkan liar mengutuk jiwa
Mendesak putih untuk menepi
Menghitam
Menghantam





Ilusi Optik Isi Kepala

Retorika membujur aksa
Bermain-main di deretan nyata dan maya
Duh, sebentar.
Sepertinya aku sedang terkaram
Dalam ilusi optik isi kepala
Ku nikmati saja ramai dan benturannya



13



Kau Ini Siapa?

Kau ini siapa?

Ratu Semesta?

Atau dayang-dayangnya?

Oh, lupa! Kau ini sekelibat debu

Dengar-dengar gemar mengolah perhatian

Nahas, aku saja sampai terbuai muntah





Menelik Maya

Aku berjalan-jalan di dunia maya
Menelik beberapa sifat melikut pada manusia
hingga berani menyimpulkan praduga
Iya aku salah
Seharusnya diri ini tidak gopoh
membatin seisi buana
Apalagi hanya lewat dunia abstrak saja

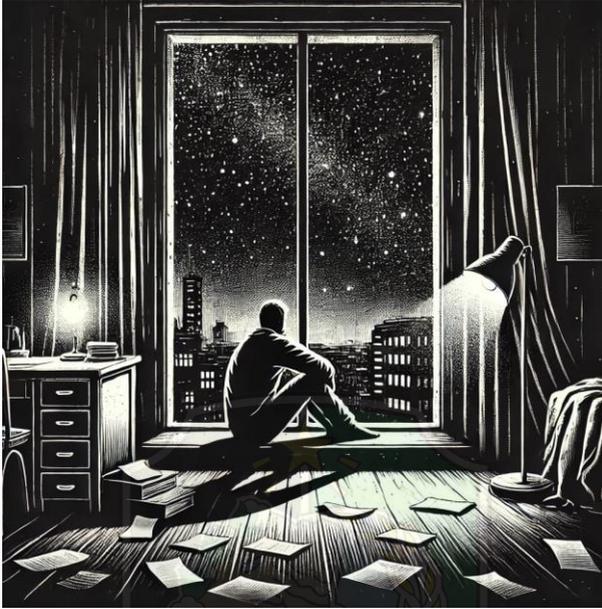




Siapa Sangka

siapa sangka
diri ini terancam busuk
di tengah-tengah kelabakan diri
yang nyaris buta
menyumbati telinga
menggaduhi isi kepala
kelimpungan sendiri meregangkan kaki
adakalanya diri ini tertarik waras
bukan prihal kemarin tapi selamanya





00:00

Malam ini aku dibuat buru-buru
Isi kepalaku ramainya tak karuan
Masa mendatang terang-terangan memboikot cemas
Ku tanyai maunya apa, jawabnya apatis
Implus logikaku mungkin terlalu nalar
Duga-dugaku juga terlalu was-was
Mengapa selalu betukar riuh?
Ini jam mengadu pada Tuhan, bukan?





Asal Tidak Memisau

Di sela-sela ruang hati
terselip telikan asing
Menebali debar sekali dua kali
Unjuk diri dengan sebutan 'cinta'
Kemarilah, ku persilahkan
asal tidak mengotori
asal tidak memisau
Jika terlanjur, menepilah
sebelum pisaumu berbalik arah





Belagu Singgah Dulu

Akalku berbesar hati

Ia mengaku mahir dalam introspeksi

Katanya juga cukup ahli memperbaiki diri

Terkesan congkak bukan?

Biar saja, biar belagu singgah dulu

Setidaknya sampai raga tau

dia butuh sadar





Manusia-Manusia Remeh

Setapak ini berjalan lancar
Aku berhasil merangkul aku dari ribut
Namun kepala manusia sepertinya melingkar kaca
Memantulkan perkara-perkara naif tanpa belok
Aku yang baru mengindera dibuat buta
Hingga terkompori siasat-siasat abu lagi
Pikiranku tersungkur kaku
Aku kembali menunduk sayu
Mereka bilang pikulku tidak seberapa
Aku terbatu beku
Seberapa yang mereka maksud itu
yang bagaimana?





Siapa Tahu Berwelas Asih

Di ujung pasak tumpul,
diri ini memendami sesak
sambil melewati luka-luka kering
dibersamai luka-luka basah.

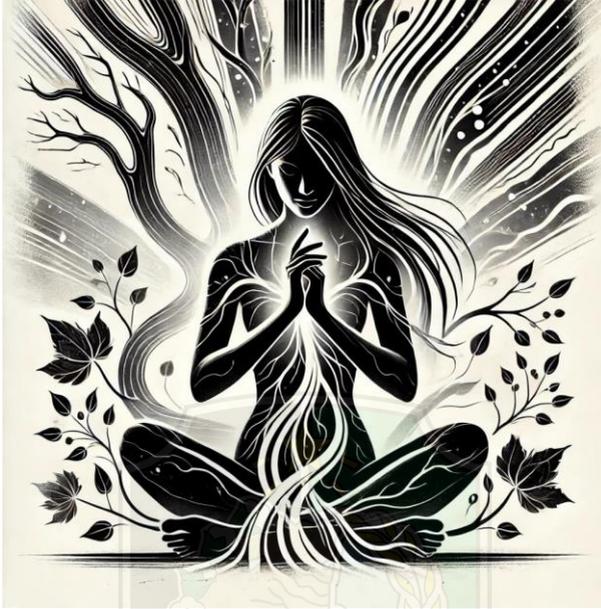
Amati,
siapa tahu berwelas asih
meski sedetik
atau setengahnya.





BAGIAN II





Sekotak Syukur di Perbatasan Nadi

di perbatasan nadi
aku menghitung genggaman Tuhan
di ujung jemari
tepat di sela-sela garis tangan
di perbatasan nadi
aku menghitung petunjuk Tuhan
melalui gerak hati
melampaui gerak kaki
di perbatasan nadi
aku tak menghitung-hitung lagi
hanya sibuk mensyukuri
tanpa perlu meraba-raba kembali





Aku Melegahi Diri

Aku melegahi diri

Di bersamai syukur di sekujur jemari

Sesederhana "hidup itu manis
bila pahit-pahit ditepikan"

Betul saja

Kepalaku bekerja ringan

Pundakku tak menggelayut lagi

Langkah-langkah mengkurva apik

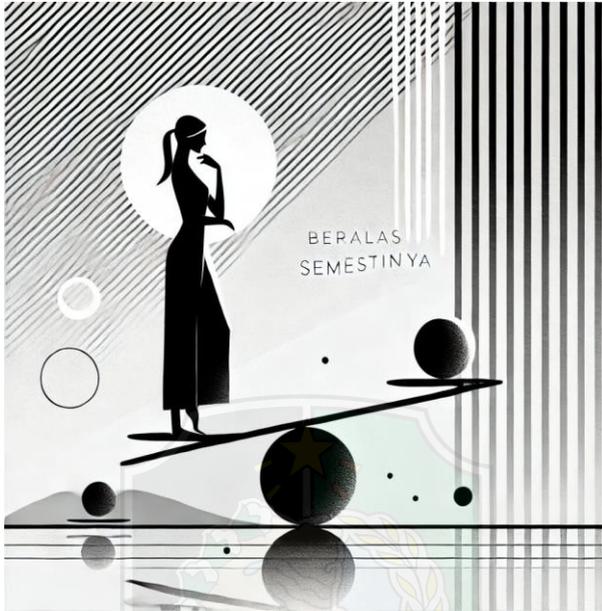




Tamat Sudah

tamat sudah segala ketakutan yang tak berdasar
ku tekan-tekan dan ku teriaki semalaman
hingga meredup, terbirit, dan terpojokkan
kan ku biarkan diri ini membaik
hingga tak berkesudahan





Beralas Semestinya

ku amati
tampaknya diri ini sudah
pandai merapihkan diri
semarak membenahi kelakar
agar tetap berpijak
bertumpu
dan tegak

beralas
semestinya.





Di Hadapan Cermin

Tak terkarat lagi
Diri ini telah berpendar jelita
Merekah dengan semestinya
Tampak sudah membarui diri
Di hadapan cermin
Seakan tak pernah teracuni
Benar, diri ini tak lagi dirabahi pahit
Tak pula di gopohi was-was
Bahkan lebih ahli mengendarai diri
Ku akui aku menikmati





Meruah Dalam Nadi

berlapang-lapang
menadahi bingkisan Tuhan
sembari memeluki setiap aman
dada ini sudah dikuasai tenang
terang-terangan melingkupi syukur
sepanjang hari
sepanjang batas
hanya cukup menyadari
nikmat Tuhan meruah dalam nadi



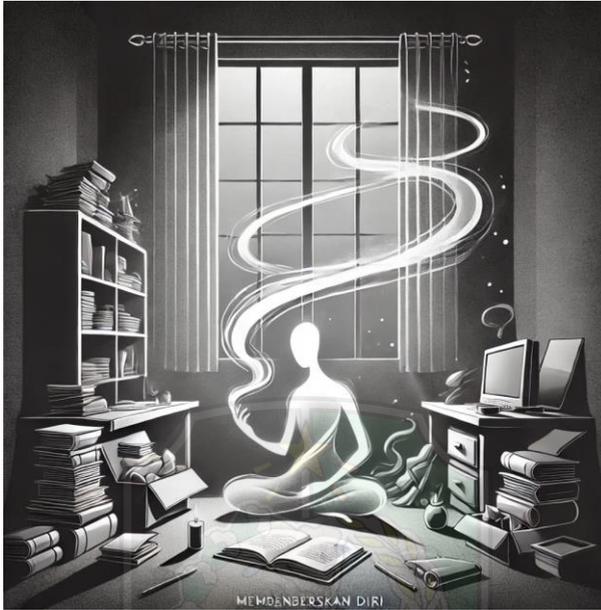


Balas Menerpa Badai

ada benarnya
memang tak mudah mengemasi
kelukur cidera
sendiri

di balik sekat-sekat badai
masuk akal bila terdoyong-doyong
setidaknya kemarin
sebab hari ini badai-badai membeku
sudah ku adu dengan kesediaanku
berlapang lega untuk balas menerpa

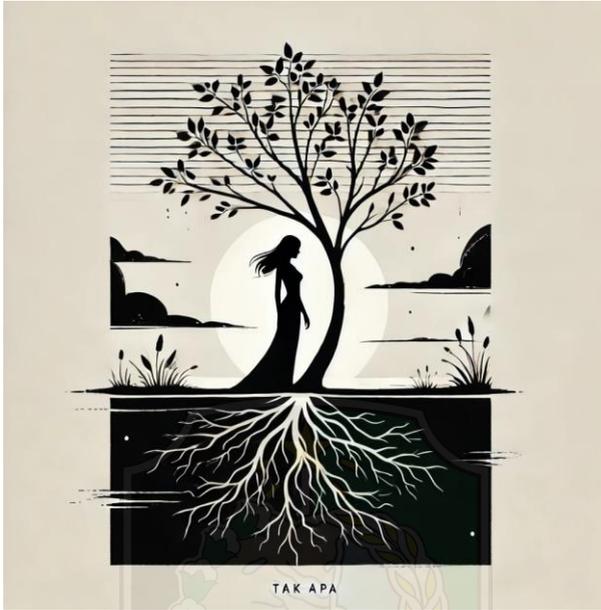




Memberskan Diri

ternyata banyak bab yang harus disingkirkan
setidaknya wajib bersih sehabis-habisnya
agar tidak lagi terkarat busuk
seram jika masih berserakan





Tak Apa

Tak apa jika kemarin terlanjur mengkerdilkkan diri
Tak apa jika kemarin terlanjur melahap kekeliruan
Setelah dibenahi akan membetul seakar-akarnya
Cukup memperbaiki dan merawat kembali





Sepetak Api

Diantara kemarin
Darah mengalir mengkotaki ruang kosong
Di balik hati yang semula terpetak
Dibersamai bangunan kecil
Untuk membasuh, perlu air
Bila kemarau datang akan kacau
Membentuk sepetak api yang
tak berkesudahan
Lumrahnya begitu
Di hati-hati basah manusia





Sebentar Lagi Setiap Hari

Ditumpu manis berkepanjangan
Meruasi jemari
Menumpuki sudut ingatan
Samar-samar terendus ketenangan
Sebentar lagi bahagia menapaki kaki
Menguasai pundak
Menggeliati jemari
Setiap jam
Setiap menit
Setiap detik
Setiap hari



32



Di Balut Bersama

Sudah ku letakkan egoku di ruang-ruang asing
Kemudian ku kunci rapat-rapat
Bisingnya tak akan kebersamai lagi
Ku pastikan sehari semalam tertidur pulas

Mari merapatkan diri
Membersihkan bagian-bagian
yang terlanjur berserakan
Meski tak akan semula, tak apa
setidaknya sudah rapi dibalut bersama





Beranda Terakhir Sebelum Saat Ini

Sebelum saat ini
Berandaku tak beraturan
Kerap kali berantakan
menyampahi sudut kepala
Katanya, tak siap dibereskan
Bebal sekali memang
Angkuh-angkuh menjalari bilik badan
Meluangkan diri untuk kewalahan
“Ingin berserakan sampai bagaimana?”
rundungku, ibarat melagaki diri dengan bengis.
Segera ku lipat diri kemudian menyuduti kaca
Ku kuras habis bab-bab yang menjejali kepala
Selanjutnya mengatur ulang isi beranda

Biografi Penulis



Defita Dinda Mawaddah, lahir di Banyuwangi pada 01 Oktober 2003. Ia adalah seorang mahasiswa dari Jurusan Sastra Indonesia, Universitas Jember. Ia memiliki minat yang besar pada dunia penulisan kreatif, khususnya dalam bidang puisi. Kumpulan puisi “Yang di Nyawa” ini merupakan buku pertamanya, sebagai wujud kecintaannya pada puisi yang telah ia tekuni sejak masa SMA.

Pada tahun 2022, Defita memperdalam pengalamannya dalam dunia kepenulisan dengan menjadi editor antologi puisi buku angkatan, sebuah proyek yang turut membentuk kepekaannya terhadap makna dan keindahan kata. Karyakaryanya juga pernah dimuat di blog resmi Ikatan Mahasiswa Sastra Indonesia (IMASIND), organisasi yang menaungi mahasiswa Sastra Indonesia di kampusnya. Melalui setiap bait puisinya, ia terus berupaya menyuarakan ekspresi, pemikiran, dan jiwa yang mendalam.

Pada 2024, Defita semakin memperdalam keterampilannya dengan mengikuti program magang Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) di Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kabupaten Banyuwangi. Selama magang, ia aktif menyunting lebih dari 20 naskah buku, mendesain cover, dan berkontribusi dalam menciptakan karya yang menarik secara visual maupun konten. Pencapaian ini menunjukkan dedikasi serta kemampuannya dalam mengolah teks dan desain menjadi karya berkualitas.



YANG DI NYAWA

"Yang di Nyawa" adalah kumpulan puisi yang memotret perjalanan batin manusia dengan jujur dan mendalam. Lewat dua bagian, buku ini menggambarkan berbagai momen—dari gejolak emosi hingga kedamaian yang lahir dari penerimaan dan syukur. Setiap puisi dalam buku ini menyuarakan refleksi tentang kehidupan, rasa kecewa, harapan, dan kekuatan untuk terus melangkah. Dengan gaya bahasa yang sederhana namun penuh makna, penulis mengajak pembaca menemukan sisi lain dari kehidupan sehari-hari yang sering kali terlewatkan. Buku ini bukan sekadar kumpulan kata, melainkan ruang untuk berhenti sejenak, merenung, dan menemukan kembali diri di tengah perjalanan hidup.

