

# DISCLAIMER

- Seluruh Materi yang ada pada Presentasi ini adalah bahan perkuliahan Pembentukan Karakter STT Terpadu Nurul Fikri yang dibuat oleh Adi Wahyu Adji S.Si. Selama periode September-Desember 2015
- Bahan perkuliahan diambil dari berbagai sumber dan karena satu dan lain hal ada sumber informasi yang luput untuk dicantumkan
- Kepada siapa saja yang mendapatkan bahan ini dilarang untuk:
  - Menyebarkan, memodifikasi (menambah atau mengurangi) melalui media apa saja tanpa menyebutkan sumber asal
  - Menggunakan untuk kepentingan komersil
- Jika ada pihak yang merasa dirugikan karena materinya dimasukkan dalam bahan ini dapat menghubungi [adji@nurulfikri.ac.id](mailto:adji@nurulfikri.ac.id)

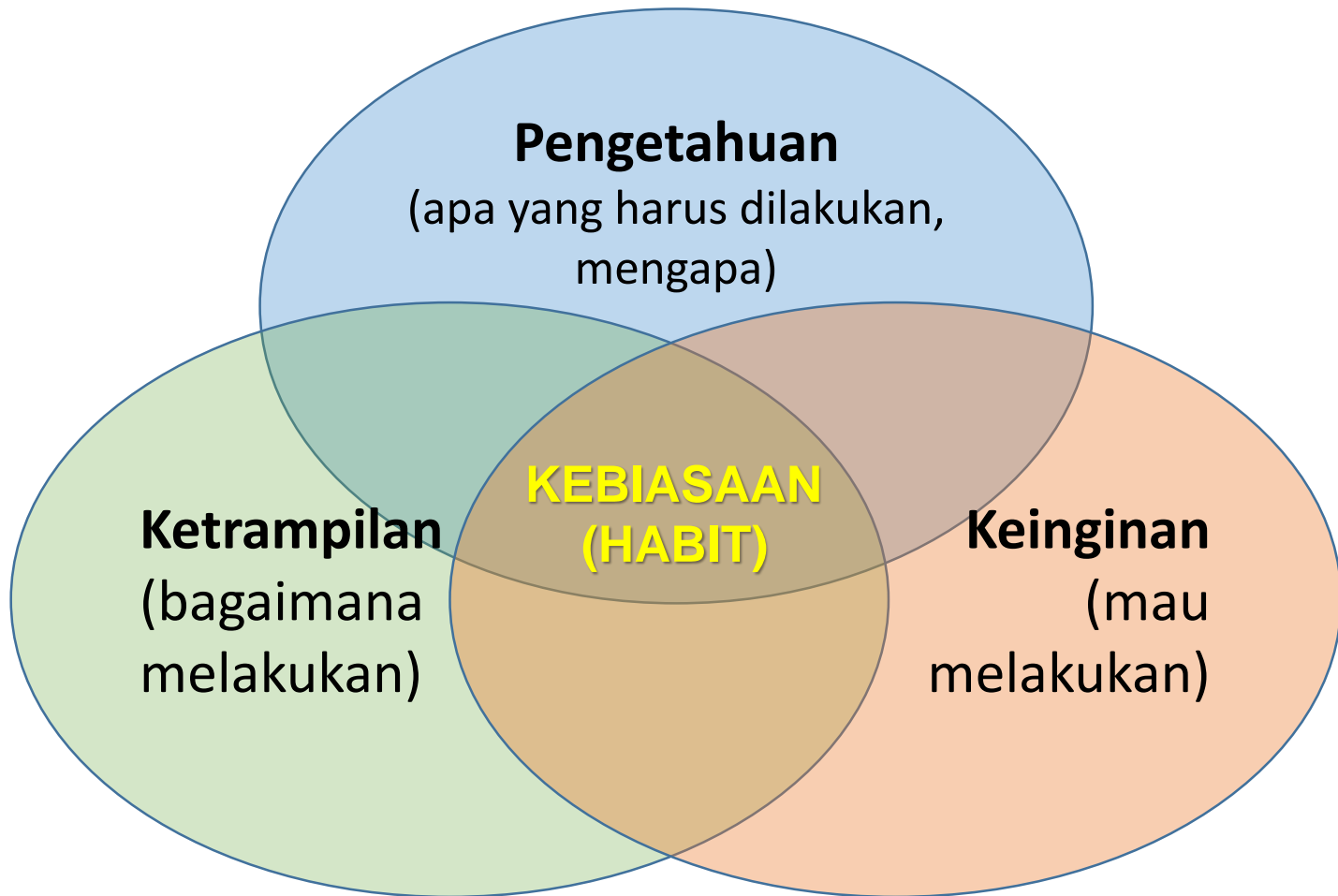


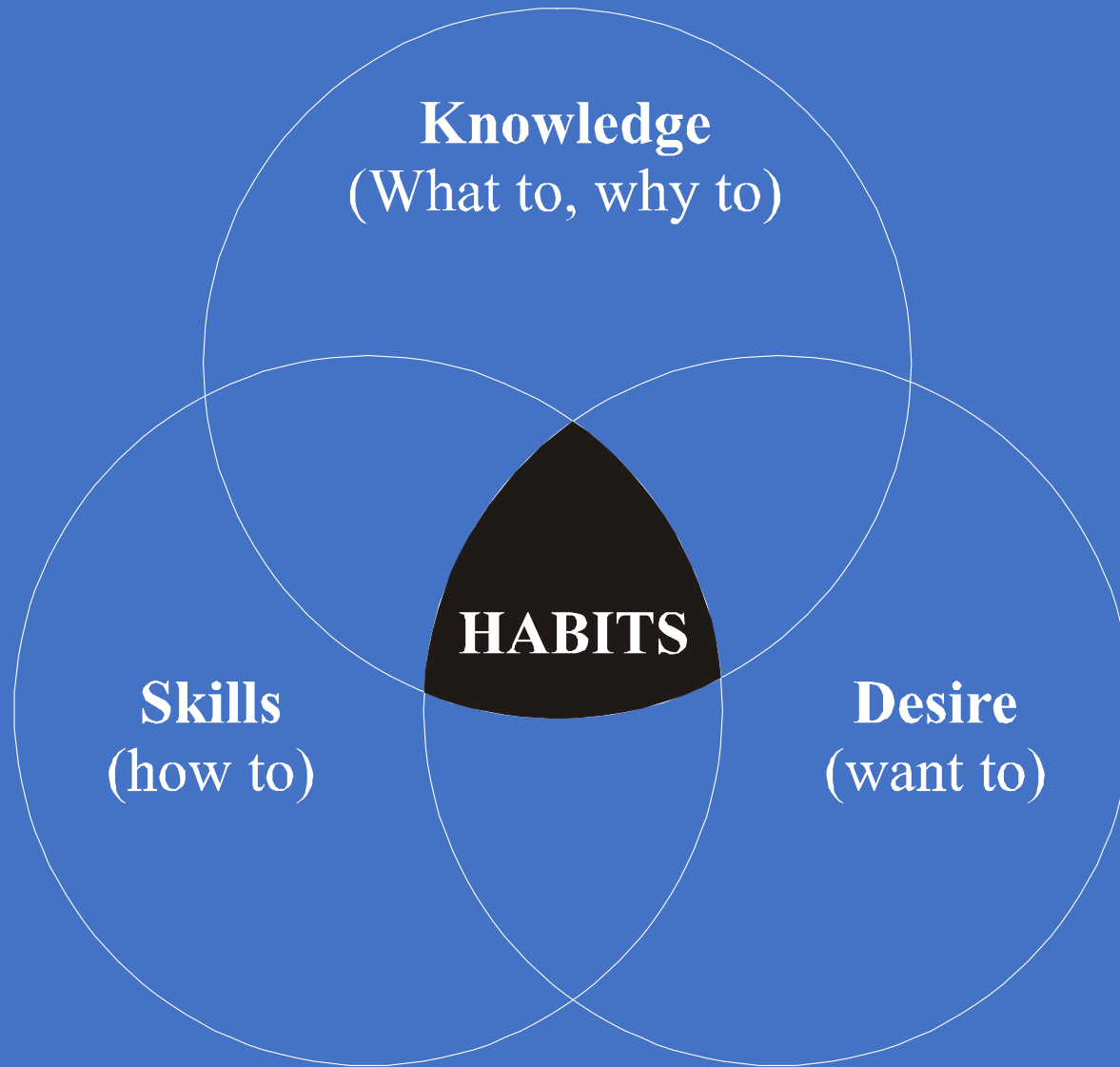
# Kebiasaan 1 : Proaktif

Kuliah Pembentukan Karakter - Pertemuan - 2

Adi Wahyu Adji

[adji@rumahkepemimpinan.org](mailto:adji@rumahkepemimpinan.org)





17?



71?



# Kontinum Kematangan

Kesalingtergantungan



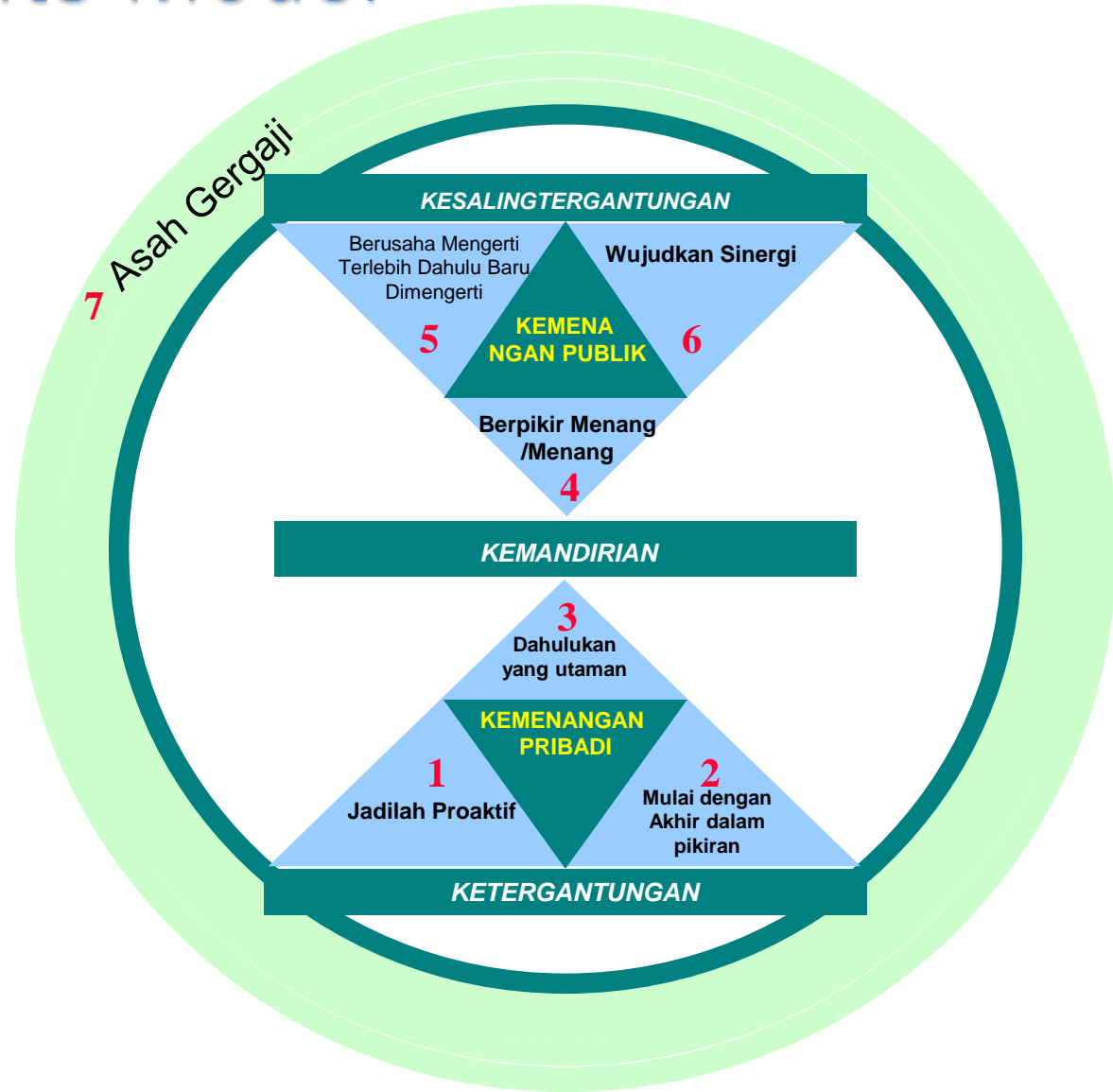
Kemandirian

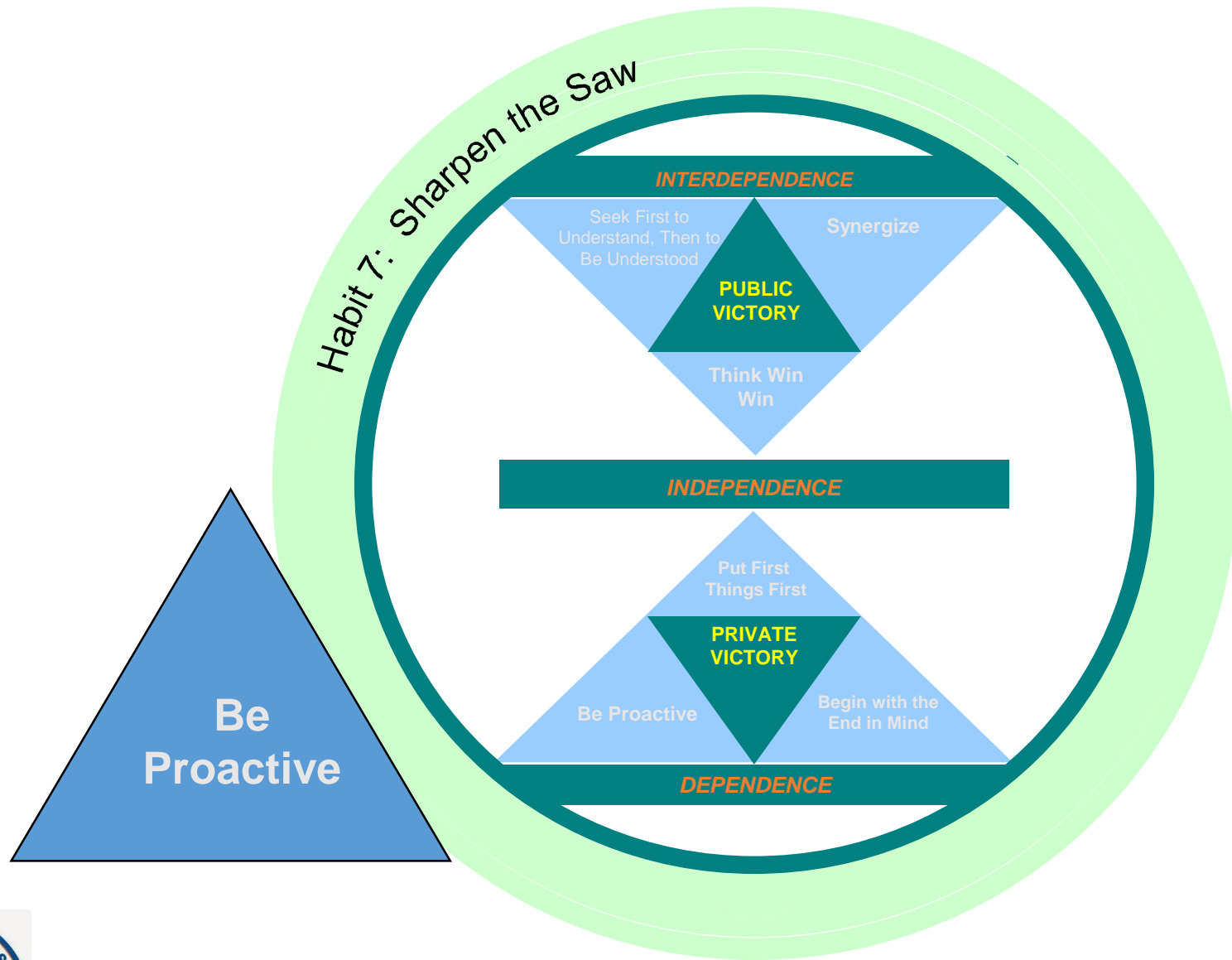


Ketergantungan



# Seven Habits Model





Be  
Proactive





# 3 PELAJARAN UTAMA

- ▶ Jangan reaktif
- ▶ Selalu ada pilihan
- ▶ Kita bebas memilih tetapi tidak bebas atas konsekuensi

# Prinsip, Paradigma, dan Proses

## Prinsip yang Mendasari

- ◆ Orang bertanggung jawab atas pilihan-pilihan yang diambilnya dan memiliki kebebasan untuk memilih

## Paradigma Kunci

- “Saya bertanggung jawab atas perilaku saya dan pilihan-pilihan yang saya ambil dalam hidup.”
- “Saya dapat memperluas kebebasan dan pengaruh pribadi saya dengan menjadi proaktif.”



# Prinsip, Paradigma, dan Proses

## Proses Kunci

- ❓ Menyadari kecenderungan reaktif dan menimbulkan respon-respon proaktif.
- ❓ Memperbesar Lingkaran Pengaruh
- ❓ Menjadi tokoh transisi yang memberi keuntungan kepada diri sendiri dan orang lain
- ❓ Melatih anugrah manusiawi kita melalui pilihan sadar dalam mengambil keputusan



# Prinsip dan Nilai-Nilai

t PRINSIP adalah hukum alam atau kebenaran hakiki

- Universal, abadi
- Menghasilkan akibat yang diramalkan
- Bersifat eksternal terhadap diri kita
- Berfungsi dengan atau tanpa kita mengerti atau menerimanya
- Jelas dengan sendirinya dan memungkinkan diri kita bila dimengerti

t NILAI-NILAI adalah nilai prioritas yang kita sangkutkan pada orang, benda, ide, atau prinsip

- Keyakinan dan cita-cita pilihan kita sendiri
- Bersifat internal, subyektif, didasarkan pada bagaimana kita memandang dunia
- Dipengaruhi oleh pendidikan, masyarakat, dan pemikiran pribadi



# Kejadian & Respon

## Kejadian

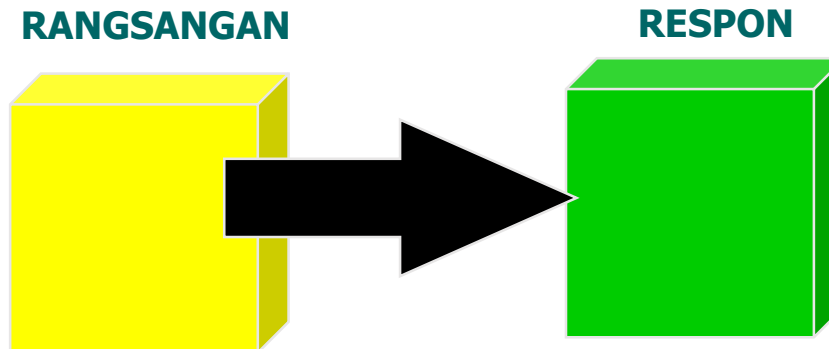
- ☐ Kemacetan
- ☐ Fasilitas Buruk
- ☐ Teman melakukan hal yang tidak disukai
- ☐ Hujan/panas

## Respon :



# Perilaku Reaktif

Orang-orang yang reaktif membiarkan pengaruh-pengaruh luar (suasana hati, perasaan, atau situasi yang ada) mengendalikan respon-respon mereka.



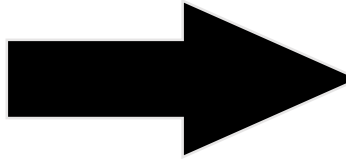
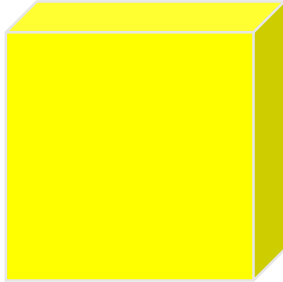
# Perilaku Proaktif

Manusia proaktif menggunakan ruang kebebasan yang dimilikinya untuk membuat pilihan-pilihan yang paling sesuai dengan nilai-nilai yang dianutnya. Kebebasan memilih mereka makin meluas berkat penggunaan yang bijaksana dari ruang yang ada di antara rangsangan dan respon mereka.

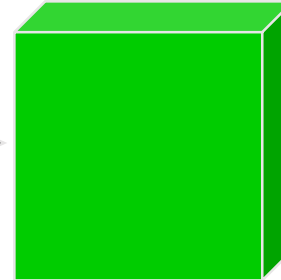


# Reaktif

RANGSANGAN

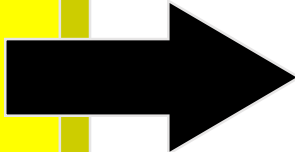
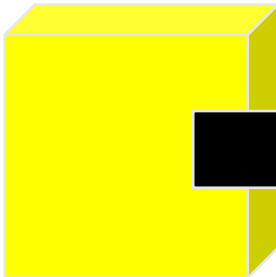


RESPON

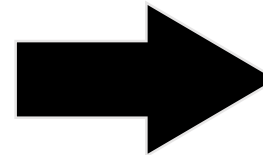


# Proaktif

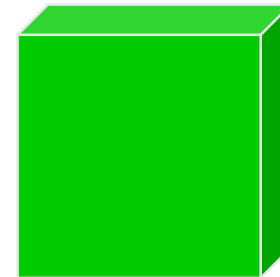
RANGSANGAN



KEBEBASAN  
UNTUK **MEMILIH**  
SESUAI DENGAN  
NILAI-NILAI



RESPON



Response – ability  
- **responsible**-





Tak seorang pun dapat menyakiti Anda tanpa persetujuan Anda  
(Elanor Rosevelt)

Mereka tidak dapat merenggut harga diri kita jika kita tidak  
memberikannya kepada mereka  
(Gandhi)



# Covey

Bukan apa yang terjadi pada diri kita, melainkan respons kita terhadap apa yang terjadi pada diri kitalah yang menyakiti kita



<http://mahad-ib.blogspot.com/2011/03/biografi-imam-ibnu-taimiyah.html>

---

**Kuliah Pembentukan Karakter- Sekolah Tinggi Teknologi Terpadu Nurul Fikri**

# Ibnu Taimiyah

“Apakah yang diperbuat musuh padaku !!!!  
Bagiku, taman surga selalu ada dalam dadaku  
Kemanapun ku pergi, ia selalu bersamaku  
dan tiada pernah tinggalkan aku.  
Bagiku Penjara adalah (tempatku) ber-khalwat ,  
Kematian, bagiku adalah mati syahid ,  
Terusirku dari negeriku adalah rihlah bagiku,

<http://mahad-ib.blogspot.com/2011/03/biografi-imam-ibnu-taimiyah.html>



# QS Yunus : 44

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ

"Sesungguhnya Allah tidak berbuat zalim kepada manusia sedikitpun, akan tetapi manusia itulah yang berbuat zalim kepada diri mereka sendiri." (Yunus 44).

<http://mahad-ib.blogspot.com/2011/03/biografi-imam-ibnu-taimiyah.html>



# QS Mudatsir : 38

كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ

Tiap-tiap diri bertanggung jawab atas apa yang telah diperbuatnya

<http://mahad-ib.blogspot.com/2011/03/biografi-imam-ibnu-taimiyah.html>



# QS Az Zumar : 41

إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ لِلنَّاسِ بِالْحَقِّ فَمَنِ اهْتَدَىٰ فَلِنَفْسِهِ  
وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَمَا أَنْتَ عَلَيْهِمْ بِوَكِيلٍ ﴿٤١﴾

Sesungguhnya Kami menurunkan kepadamu Al Kitab (Al Quran) untuk manusia dengan membawa kebenaran; siapa yang mendapat petunjuk maka (petunjuk itu) untuk dirinya sendiri, dan siapa yang sesat maka sesungguhnya dia semata-mata sesat buat (kerugian) dirinya sendiri, dan kamu sekali-kali bukanlah orang yang bertanggung jawab terhadap mereka.



# THE 10/90 RULE PRINCIPLE



---

**Kuliah Pembentukan Karakter- Sekolah Tinggi Teknologi Terpadu Nurul Fikri**

# Empat Anugerah Manusiawi

Manusia proaktif memanfaatkan empat jenis anugerah:

## *Kesadaran Diri*

*Memeriksa pikiran,  
suasana hati  
dan perilaku.*

## *Imajinasi*

*Membayangkan hal-hal di luar  
pengalaman maupun  
realitas yang ada.*

## *Hati-Nurani*

*Mengerti tentang  
benar dan salah,  
serta mematuhi integritas  
pribadi.*

## *Kehendak-Bebas*

*Bertindak mandiri  
lepas dari  
pengaruh luar.*





# Covey

Kita bukanlah perasaan kita. Kita bukanlah suasana hati kita.  
Kita bahkan bukan pikiran kita.

Kemampuan untuk berpikir tentang cara berpikir adalah tanda adanya “kesadaran diri”



# Teori Determinasi

Manusia reaktif menyalahkan sikap dan perilaku mereka pada hal-hal yang mereka pikir tak dapat mereka kendalikan. Mereka merespon terhadap rangsangan, seringkali dengan mengkaitkan perilaku mereka pada tiga jenis determinan atau penyebab :

**Genetik** -- sifat-sifat yang kita warisi.

**Psikis** -- proses pendewasaan kita.

**Lingkungan** -- dunia sekitar kita.



# Bahasa Proaktif dan Reaktif

## Proaktif

“Saya mau pergi”

“Saya mengendalikan perasaan saya”

“Mari kita jelajahi alternatif yang ada”

“Saya dapat .....

## Reaktif

“Saya harus pergi”

“Dia membuat saya begitu marah”

“Tak ada yang dapat saya lakukan”

“Andaikan saja .....



# Berfokus pada Lingkaran Pengaruh

## *Lingkaran Pengaruh*

*Lingkaran Pengaruh seseorang mencakup segala hal yang secara langsung dapat ia pengaruhi*



## *Lingkaran Kepedulian*

*Lingkaran Kepedulian seseorang meliputi segala hal yang menjadi kepeduliannya*



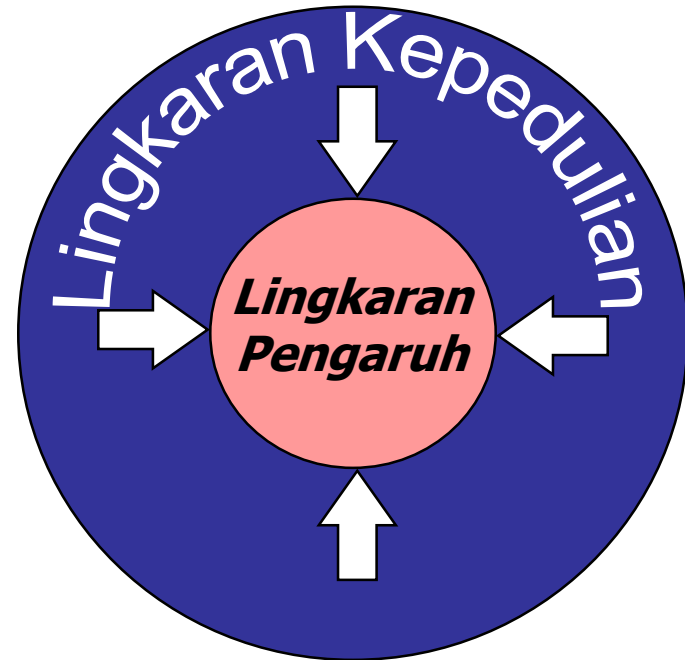
# Memperluas Lingkaran Pengaruh Anda

## Focus Proaktif



**Lingkaran Pengaruh  
Meluas**

## Focus Reaktif



**Lingkaran Pengaruh  
Menciut**



# Ujung Tongkat Yang Lain



Kita bebas memilih tetapi tidak bebas memilih konsekuensinya



# Menjadi Pemimpin Sebenarnya



---

**Kuliah Pembentukan Karakter- Sekolah Tinggi Teknologi Terpadu Nurul Fikri**

# Proaktif = Pemimpin

1. Kesadaran Diri
2. Berinisiatif/Bertindak/Memilih
3. Mengakui Kesalahan, Berhenti Menyalahkan Yang Lain
4. Bertanggungjawab





# Mempunyai (to have) VS Menjadi (to be)

- Saya akan belajar lebih keras seandainya saya **mempunyai** tempat belajar yang nyaman
- Saya akan menjadi lebih teratur dalam hidup seandainya saya **mempunyai** jam tangan canggih
- Saya akan bahagia seandainya saya **mempunyai** handphone terbaru saat ini
- Saya ingin **menjadi** pembelajar efektif
- Saya ingin **menjadi** orang yang teratur hidupnya
- Saya ingin **menjadi** orang paling bahagia



# Menjadi : **AYAM** atau **ELANG**

?



# Renungan

Apa yang ada pada diri kita hari ini adalah  
hasil perbuatan kita di masa lalu

Menyadari hal ini akan membuat kita dengan  
jujur dan lapang dada mengakui segala  
kelebihan dan kekurangan kita

Setelah itu, cara terbaik menghadapinya  
adalah dengan melakukan yang terbaik  
dalam setiap tindakan kita hari ini



# Ringkasan Kebiasaan 1: Jadilah Proaktif

- t Kita bebas memakai ruang antara rangsangan dan respon untuk membuat pilihan yang paling sesuai dengan nilai-nilai kita.
- t Meskipun ada pilihan-pilihan kita masa lalu dan ada dampak dari pilihan serta perilaku negatif orang lain, kita tetap bebas untuk membuat pilihan berdasarkan nilai-nilai kita.
- t Manusia reaktif tidak melihat adanya ruang di antara rangsangan dan respon. Mereka membuat pilihan-pilihan berdasarkan suasana hati, perasaan, dan keadaan sekeliling.



# Ringkasan Kebiasaan 1: Jadilah Proaktif

- ❖ Manusia reaktif berdalih bahwa sikap dan perilaku mereka disebabkan oleh hal-hal di luar kendali mereka. Dalam merespon terhadap rangsangan, mereka seringkali mengkaitkan perilakunya dengan determinan yang bersifat genetik, psikis, dan lingkungan.
- ❖ Dengan bekerja secara produktif di dalamnya, Lingkaran Pengaruh kita akan meluas dan mencakup lebih banyak hal yang ada di Lingkaran Kepedulian kita.
- ❖ Dengan bekerja reaktif di dalam Lingkaran Kepedulian kita, Lingkaran Pengaruh kita akan terkikis.
- ❖ Hubungan dengan orang lain dibangun dengan tindakan (cinta, kata-kerja) sebelum dengan emosi (cinta, perasaan).



# Ringkasan Kebiasaan 1: Jadilah Proaktif

- ❑ Kita dapat memilih untuk menukar perilaku negatif dengan positif, ketimbang menularkan perilaku negatif kepada orang lain.
- ❑ Unsur determinisme mempengaruhi kita, tetapi tidak menentukan.
- ❑ Anugerah manusiawi yang unik memungkinkan kita menentukan hidup kita sendiri.
- ❑ Bahasa reaktif berfokus pada Lingkaran Kepedulian kita. Bahasa Proaktif berfokus pada Lingkaran Pengaruh kita.
- ❑ Kita dapat memilih mempengaruhi orang lain secara positif melalui tindakan-tindakan dan teladan kita.



# Merespon Sesuai dengan Nilai-Nilai

Orang yang proaktif punya tiga ciri :

- u Merespon sesuai dengan nilai-nilai yang dianut
- u Menerima tanggungjawab atas perilakunya
- u Berfokus pada Lingkaran Pengaruh mereka





- Seorang penulis terkenal duduk di ruang kerjanya, dia mengambil penanya & mulai menulis :
- Tahun lalu, saya harus dioperasi untuk mengeluarkan batu empedu saya. Saya harus terbaring cukup lama di ranjang saya. Di tahun yang sama saya berusia 60 tahun & harus keluar dari pekerjaan di perusahaan percetakan yang begitu saya senangi yang sudah saya tekuni selama 30 th.
- Di thn yang sama saya ditinggalkan papa saya yang tercinta. Dan masih di tahun yang sama anak saya gagal di ujian akhir kedokteran karena kecelakaan mobil. Biaya bengkel akibat kerusakan mobil adalah bentuk kesialan lainnya di tahun itu.
- Akhirnya dia menulis : Sungguh ! Tahun yang sangat buruk !





- Istri sang penulis masuk keruangan & menjumpai suaminya yang sedang sedih & termenung. Dari belakang sang istri melihat tulisan sang suami. Perlahan-lahan ia mundur & keluar dari ruangan. Kurang lebih 15 menit kemudian dia masuk lagi & meletakkan sebuah kertas berisi tulisan seperti ini:



- Tahun lalu akhirnya saya berhasil menyingkirkan kantong empedu saya yg selama bertahun-tahun membuat perut saya sakit. Tahun lalu saya bersyukur bisa pensiun dengan kondisi sehat walafiat. Sekarang saya bisa menggunakan waktu saya untuk menulis sesuatu dengan fokus yang lebih baik & penuh kedamaian.
- Pada tahun yang sama ayah saya yang berusia 95 tahun, tanpa kondisi kritis menghadap sang pencipta.
- Dan masih di tahun yang sama, Tuhan memberkati anak saya dengan hidup baru. Mobil kami memang rusak berat akibat kecelakaan tersebut, tapi anak saya selamat tanpa cacat sedikitpun...
- Pd kalimat terakhir ia menulis :Tahun itu adalah tahun dengsn berkat Tuhan yang luar biasa & kami lalui dengan takjub.
- Sang penulis tersenyum & mengalir rasa hangat di dadanya atas interprestasi rasa syukur atas tahun menakjubkan yg dilewatinya.



# Pelajaran Moral

Di dlm hidup ini kita harus mengerti bahwa :

bukan keBAHAGIAAn yg membuat kita berSYUKUR

Namun rasa SYUKUR lah yg membuat kita BAHAGIA

