

# Hidup Lebih Produktif

Hilman Ramadhan  
@hilmanski



# Daftar Isi

Pembukaan, Halo!  
Mengenal dunai produktivitas

Masalah-masalah produktivitas

- Tidak mendefinisikan tujuan dengan jelas
- Mau mengerjakan semua hal
- Mengurangi pilihan dan berani bilang tidak
- Terus mengerjakan hal yang sama
- Mencampur adukkan tugas
- Sisi horor sosial media
- Mau hasil instan
- Lingkungan lebih penting dari motivasi

Penutup, Ciao!

Cover picture: Nicolas Solerieu

# Halo!

Saat sedang menulis, sepupu saya yang masih kecil bertanya

“Ka Hilman lagi ngapain?”

“Lagi menulis” jawab saya singkat

“Menulis untuk apa?”

“Hobi saja” balas saya lagi

“Dapat uangkah?” tanyanya penasaran

“Tidak”

“Terus untuk apa?” dia masih bingung.

Saya ikut bingung, pertanyaannya bikin saya berpikir, untuk apa sebenarnya saya menulis ini? Apakah untuk terkenal? atau untuk dapat uang? dua motif yang normalnya ada di kepala orang. Setelah merenung sejenak, saya menuangkan jawabannya dalam tulisan.

Saya menulis rangkaian seri blog ini yang dikumpulkan menjadi satu PDF sebagai rasa terima kasih saya ke Tuhan dan orang-orang yang membagikan ilmunya ke saya. Sampai saat ini saya bisa mengerjakan apa yang saya cintai, tanpa ada tuntutan *deadline* atau perintah dari bos.

Saya berhasil mempertahankan usaha yang saya idamkan sejak dulu, saya punya waktu untuk menulis dan berkarya lewat berbagai media. Saya mau kamu juga bisa merasakan hal yang sama, berkarya terbaik tanpa ada tekanan dari atasan atau pekerjaan yang kamu benci.

Ohiya, sampai di sini saya belum menyampaikan, tulisan ini berisi tentang “produktivitas”. Bagaimana membuat “kerja bukan sekedar kerja”, apalagi terjebak dalam lingkaran sibuk sampai tua, memilih pekerjaan hanya karena aman gajinya, akhirnya tidak ada karya yang lahir dari tanganmu.

Saya mau mengajak teman-teman merenungkan apakah kamu sudah puas dengan aktivitas sekarang? Atau masih ada hal yang dari dulu ingin kamu buat tapi terhalang dengan alasan tidak ada waktu dan bertumpuknya pekerjaan?

Semoga tulisan ini bisa membantu kamu menemukan apa yang sebenarnya selama ini kamu inginkan dan memperlihatkan ke kami semua karya terbaik yang selama ini tidak kamu kerjakan.

*Ada banyak sumber saya menulis buku kecil ini, mulai dari Peter Drucker di “Effective Executive”, Tim Ferriss di “4 Hour Work Week” , Paul Graham dan Sam Altman di blognya, dan yang tidak bisa saya tuliskan satu per satu.*

# Mengenal Dunia Produktivitas

Sebelum kamu berniat menghabiskan waktu membaca tulisan ini secara lompat-lompat, saya perlu mengingatkan kalau “produktif” bisa menyelamatkan kamu dari hidup penuh rasa sesal. Berapa banyak di antara kita yang menyesal tidak membuat “sesuatu” , tersangkut di pekerjaan yang sama bertahun-tahun bahkan mungkin hingga tua, tidak mengerjakan apa yang sebenarnya ingin kamu kerjakan, mengorbankan cita-cita karena kesibukan yang bikin terlena.

Kamu menginginkan sesuatu, entah itu membeli barang, mengejar pekerjaan impian atau kondisi yang bisa bikin kamu bahagia, sayangnya kamu sedang terjebak di lubang internet, mulai dari rayuan game, twitter, facebook, youtube atau instagram, “satu klik lagi” kata bisikannya, akhirnya menjelajah ke berbagai dunia sampai ke tulisan ini. Tidak lama lagi, kamu akan merenung dan menyesal, mengingat kamu tidak mendekat satu langkah pun ke tujuan yang kamu mau.. dan ini bukan yang pertama kali.

Atau mungkin kamu tidak termasuk golongan di atas, golongan “pecandu teknologi”, tapi... kamu MERASA sudah bekerja keras atau belajar maksimal, tanpa sadar semuanya berlalu begitu saja tanpa ada yang berubah, mungkin saja ada yang salah dengan cara kamu belajar atau bekerja selama ini.

Kalau kamu tersinggung, bagus, kamu orang yang tepat. Silahkan lanjutkan membaca.

## **Kenapa perlu belajar produktif?**

### **Hacking waktu**

Ada satu hal yang sama yang setiap orang dapatkan, tidak peduli gender, negara atau umur, yaitu waktu. Semuanya hanya punya 24 jam dalam sehari. Lalu kenapa ada orang-orang yang kita sebut “berhasil”? tapi ada juga orang yang terlihat tidak berkembang? padahal waktu yang didapatkan sama. Semoga dengan menjadi lebih produktif, kita bisa masuk ke kategori yang pertama.

## **Lebih baik dari 5 orang**

Seseorang yang produktif, saya percaya, dia bisa menyelesaikan pekerjaan lebih baik (secara waktu dan kualitas) dibanding 5 orang (atau lebih) sekaligus yang tidak produktif. Sangat mungkin, dengan kamu menjadi produktif, kualitas dan kecepatan pekerjaanmu sama dengan mempekerjakan 5 orang di perusahaanmu.

## **Sibuk tidak berarti baik**

Selama apapun waktu yang kamu gunakan dan sebegus apapun hasilnya, kalau kamu mengerjakan hal yang salah atau tidak sesuai tujuan, ini adalah bukti kalau kamu malas berpikir. Kamu merasa dengan terus beraktivitas dan mengerjakan sesuatu bisa membawa kamu lebih jauh. Sayangnya malas berpikir untuk aktivitas yang harus dikerjakan hanya akan membuat kamu lelah menggali lubang untuk diri sendiri.

## **Memilih pekerjaan**

Bayangkan kamu bisa memilih apa yang mau kamu kerjakan. Bukan lagi disuruh bos atau klien. Saat keluarga kamu mau traveling, kamu punya waktu untuk itu. Atau saat temanmu sedang mengajak bermain, kamu juga punya waktu untuk itu, tidak ada lagi alasan harus bekerja terus menerus.

Tenang, ini bukan iklan “jutaan orang tidak menyadari, dia bisa menghasilkan jutaan rupiah..” ini bukan cara kaya cepat, atau cara ... cepat. Tulisan ini tidak dijual, saya tidak menyuruh kamu membayar apapun, ini hanya catatan dari apa yang sudah saya praktekan dan biasa ditanyakan. Dirangkum menjadi satu tulisan agar mudah memberi refrensi untuk orang berikutnya. Kamu boleh percaya, boleh tidak, yang pasti cara tahunya hanya dengan mempraktekan apa yang ada di sini.

# Masalah Masalah Produktivitas

# Tidak tahu apa yang kamu inginkan

Mengetahui siapa lawan dan strategi mereka menjadi keuntungan besar saat kamu sedang berperang. Kita akan mulai dengan mengenal musuh-musuh diri ini dari mengejar produktivitas.

## Tidak ada target yang jelas

Ada sebuah cerita yang entah siapa pengarangnya, kisah seorang investor bertemu dengan nelayan di sebuah desa.

Investor : Pa sudah berapa lama mencari ikan?

Nelayan : Sudah dari kecil Mas, sudah puluhan tahun.

Investor : Bapak, kenapa duduk-duduk aja di perahu, kenapa ngga ke laut sekarang, mulai kerja?

Nelayan : Ya, saya mau menikmati hidup Mas. Hidup jangan kerja terus. Kita boleh istirahat, bekerja sesuai keperluan, bawa pulang makanan dan bisa kembali main dengan anak dan istri.

Investor : Kalau begitu bapak harus kerja yang banyak sekarang!

Nelayan : Kenapa?

Investor : Makin Bapak kerja, semakin banyak uangnya.

Nelayan : Terus ?

Investor : Kalau uang bapak sudah banyak, nanti bisa beli perahu baru.

Nelayan : Untuk apa perahu baru?

Investor : Biar bisa disewakan ke orang lain Pa, nanti orang lain kerja, bapak tinggal mengawasi.

Nelayan : Terus?

Investor : Semakin banyak yang kerja, uangnya semakin banyak, bisa beli perahu-perahu yang lebih besar, nanti tangkap ikan bisa lebih jauh, jadi lebih banyak lagi uangnya.

Nelayan : Terus?

Investor : Kalau uang bapak sudah banyak, Bapak bisa duduk-duduk manis di perahu, bisa menikmati hidup, tidak harus kerja terus, bisa istirahat, kerja sesuai keperluan, bawa pulang makanan dan bisa main sama anak-istri.

Nelayan : Oooh.. berarti sama seperti sekarang ya?

Investor : ... (dalam hati\*.. benar juga).



Kita tidak jauh berbeda dengan *zombie*, hanya berjalan ramai-ramai mencari makanan, tanpa berpikir tentang tujuan sebenarnya. Merasa perlu melalui semua tahapan pendidikan yang sudah dirancang oleh orang lain, SD, SMP, SMA, kuliah S1, S2, cari kerja, kumpul uang dan pensiun, pindah dari satu aktivitas ke aktivitas berikutnya.

Musuh pertama dari produktivitas adalah kita tidak punya definisi yang jelas tentang apa yang kita inginkan sebenarnya, baik dari skala besar ataupun skala kecil.

Sebagai contoh, kamu ingin ikut les bahasa Inggris, setelah beberapa lama, rasa-rasanya bahasa Inggris kamu tidak berkembang. Kamu punya pertanyaan yang lebih penting untuk dijawab, yaitu “kenapa kamu mau belajar bahasa Inggris?”. Mau tinggal di luar negeri? mau kuliah di Amerika? Mau bisa membaca buku atau menonton film luar tanpa translasi?. Definisikan apa yang sebenarnya kamu inginkan.

Dalam skala kecilnya, saat sudah menemukan alasan kuat untuk bisa berbahasa Inggris, banyak yang buru-buru membuat jadwal, harus belajar 2 jam sehari, atau harus les 3 kali seminggu. Ini memang langkah kongrit, tapi perlu definisi yang bisa diukur hasilnya. Misal: Bisa berbicara dengan bule selama 15 menit, atau bisa membaca buku tanpa melihat *google translate*.

Punya target yang terdefinisi dengan jelas, selain mengingatkan dan memberi semangat, akan membantu kamu berjalan di jalan yang tepat, sebagai tolak ukur dari setiap anak tangga yang mau kamu naiki.

### **Target Pendapatan Bulanan**

Hidup produktif juga bisa membantu kamu mencapai TMI atau target monthly income (target pendapatan bulanan). Saya pun kaget, mendengar istilah ini, ternyata kita perlu punya TMI tersebut. Sebisa mungkin tentukan TMI yang dimau dan berusaha untuk itu.

Sangat berhati-hati dengan masalah millennial sekarang yaitu BPJS -> “Biaya pas-pasan jiwa sosialita”, pengeluarannya luar biasa banyak, yang paling penting di kepala geng ini adalah tampil banyak uang.

Definisi banyak dan sedikit setiap orang berbeda, yang menentukan kamu sendiri, berapa sebenarnya kebutuhan biaya bulananmu, bukan hanya bertahan hidup, tapi juga termasuk biaya untuk mengejar cita-cita, mungkin traveling, naik haji, menjalankan hobi atau yang lainnya.

Istilah yang populer didengar “Uang lebih tabu dibanding sex untuk dibicarakan”. Sex saja banyak yang malu untuk berdiskusi, apalagi persoalan penghasilan. Saya tahu ini bukan hal yang nyaman untuk dibahas, tapi kita harus belajar untuk mengatur keuangan dan harus semangat untuk bisa memenuhi kebutuhan kamu dan keluarga. Jangan takut untuk mulai menulis di kertas, sebenarnya berapa kebutuhan bulanan kamu, jadikan itu target, jika belum berhasil.

Berpikir secara jujur, kalau kamu bekerja seperti sekarang, dimana ada gaji tetap, apakah masuk akal, kalau kamu bekerja terus menerus di tempat ini, bisa mencapai TMI kamu tadi? Kalau belum, berarti kamu perlu usaha yang lebih untuk itu.

Ada banyak masalah yang muncul ketika keuangan bermasalah, tidak sedikit alasan suami dan istri bercerai karena alasan ekonomi, belum lagi menjadi akar masalah berbagai kasus kriminal.

Kalau kamu merasa “ah tidak mungkin di Indonesia kita bisa menentukan TMI sendiri”. Kemungkinan besar, kamu punya lingkungan yang tidak mendukung dan panutan yang tidak mengenalkan kamu untuk ini. Ingat, uang sangat tabu dibicarakan, tidak banyak orang yang mau membicarakannya. Kalau pikiran kamu terbuka dan mau berusaha, selalu ada jalan untuk bisa mengejar TMI.

Mulai belajar masalah finansial, mulai belajar mengatur keuangan, belajar menginvestasikan uang, tenaga dan waktu kamu.

Saya tidak mau terlalu jauh membahas masalah ini, karena kita sedang menggali produktivitas bukan keuangan, tapi harus saya singgung, karena erat kaitannya dengan kamu yang hanya bekerja sehari-hari tanpa punya target yang jelas, hanya menunggu gaji di akhir bulan.

## **Bukan hanya masalah uang**

Tapi, uang saja tidak cukup untuk menjadi parameter. Seperti yang dibahas sebelumnya, kamu perlu MENDEFINISIKAN apa sebenarnya yang kamu inginkan. Bukan apa yang orang lain inginkan, bukan apa kata orang di instagram. Mengeluarkan uang hanya untuk mengikuti tren akan menaikkan status kamu di mata orang, bukan membuat kamu bahagia.

Kembali ke contoh awal, kalau kamu serius ingin belajar bahasa Inggris, mulai sisihkan pendapatan kamu untuk ikut kursus atau membayar guru atau ikut program.

Prinsipnya: 1. Tahu tujuan 2. Punya usaha untuk itu.

Kamu perlu bertanya lebih dalam tentang keinginanmu. Kalau punya cita-cita mau berkontribusi pada organisasi non-profit, kenapa harus menunggu jadi orang kaya? kenapa kamu tidak mulai berkontribusi sekarang? kenapa kamu tidak menjadi relawan di kotamu? kenapa harus melewati tahap yang sangat panjang, kalau sudah tahu tujuan kamu sebenarnya.

Nah sekarang, cari ruangan sepi untuk kamu berpikir dan berbicara dengan diri sendiri, apa sebenarnya yang kamu inginkan? apa hal yang kamu akan sangat menyesal jika tidak dikerjakan? definisikan tujuan kamu mendapat uang selama ini.

Tentukan apa yang kamu inginkan dengan jelas, kerjaan seperti apa yang kamu mau, seberapa banyak penghasilan yang kamu butuhkan, dan hal penting lainnya, sebelum menghabiskan waktu mengerjakan yang tidak searah.

Dengan mendeskripsikan jelas apa yang menjadi target, akan lebih mudah mengukurnya sudah sejauh apa kamu di perjalanan ini. Tentu saja hal ini bisa berubah seiring berjalannya waktu, tapi dengan punya kompas di awal, kamu tidak akan jauh tersesat.

# Mau mengerjakan semua hal

*“Kalau kamu mengejar dua kelinci, kamu tidak akan mendapatkan keduanya”* - Pepatah Rusia.

Setelah kamu mendefinisikan apa yang kamu inginkan, jebakan kedua akan langsung hadir, yaitu kamu ingin mengerjakan terlalu banyak hal sekaligus. Padahal energi dan fokus yang kita punya sangat terbatas, belum lagi dengan gangguan sosial media yang akan kita bahas di bagian lain.

Dulu saya sering terjebak dengan masalah ini, saya merasa keren ketika melakukan “multitasking”, berusaha mengerjakan banyak hal sekaligus, terlihat seperti seorang jenius, sampai saya sadar, kalau ini hanya seperti make up yang membuat saya baik terlihat dari luar, bukan menyehatkan wajah asli yang saya punya.

Multitasking, yang disebutkan di sini bukan hanya “saat mengerjakan suatu aktivitas” tapi juga ketika kamu punya target besar yang menjadi fokus dan dijalankan secara bersamaan.

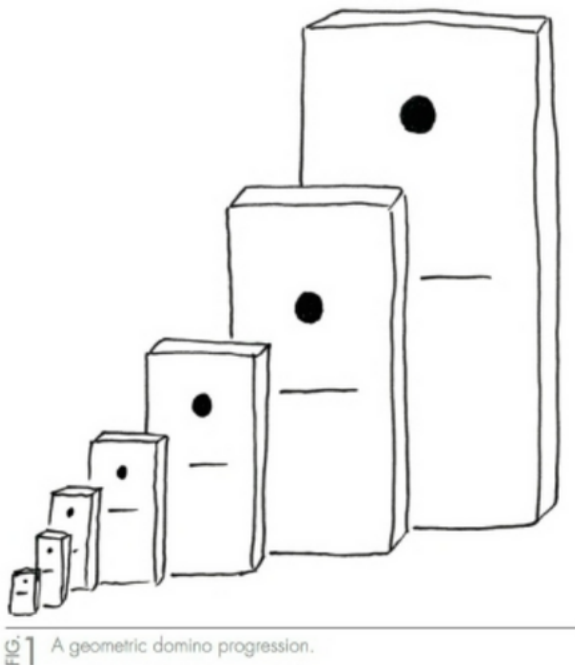
Kalau kamu punya beberapa prioritas, berarti kamu tidak punya prioritas sama sekali. Prioritas hanya SATU. Apa prioritas kamu saat ini? hanya boleh satu, bukan dua, bukan tiga.

Bukan berarti saat kamu ingin fokus dengan kerjaan berarti kamu tidak bisa memikirkan keluarga, yang saya maksud di sini adalah satu prioritas dalam setiap bidang. Misalkan prioritas startup kamu saat ini untuk menaikkan pendapatan bersih, lalu prioritas keluarga kamu adalah menambah frekuensi ngobrol dengan anak, atau prioritas kesehatan kamu, fokus memakan sayur dan buah, setiap bidang boleh punya satu prioritas.

Sebagai seorang pemimpin pun, baik di organisasi, komunitas atau perusahaan, pastikan hanya memberi satu prioritas untuk setiap karyawan, perjelas apa sebenarnya yang sangat penting dilakukan saat ini, bukan dua atau tiga, hanya satu. Nanti setelah kamu menyelesaikan satu hal dengan baik, silahkan pindah ke tugas berikutnya

## Bagaimana cara menentukan Prioritas

Pertanyaan yang pertama kali muncul biasanya, bagaimana kalau saya punya banyak masalah yang harus diselesaikan? bukan hanya satu? pertanyaan yang sangat wajar, mungkin kamu harus menyelesaikan banyak hal, tapi ingat, selesaikan satu per satu, tidak bersamaan. Salah satu tips yang selalu menjadi pedoman saya adalah “ketahui tugas apa yang jika diselesaikan, akan mempermudah tugas lain”.



Di buku “the one thing” milik Gary Keller dan Jay Papasan, mereka memberi contoh deretan domino. Bayangkan kamu punya domino dengan tinggi 4 cm, lalu di depannya ada domino tinggi 10 cm, 20cm, dan seterusnya yang disusun berbaris. Kamu bisa menjatuhkan semua dominonya hingga tinggi 1 meter atau lebih nanti, hanya dengan menjatuhkan domino kecil pertama, selama kamu menyusun barisannya secara bertahap, bukan dari domino tinggi 4cm langsung ke domino 1m. Kamu perlu menjatuhkannya satu per satu.

Dengan mengetahui tugas apa yang kamu perlu “jatuhkan” sekarang, kamu bisa dengan mudah menjatuhkan tugas tugas berikutnya. Contoh jika kamu punya startup atau perusahaan, ketika kamu langsung ingin “menang” di marketing, unggul di sosial media dan mendapatkan penghasilan sebanyak-banyaknya, kamu akan bingung memulai dari mana, atau kamu membagi tim dan pikiran untuk mengerjakan semuanya sekaligus. Padahal jika dipikirkan “domino pertama” yang perlu kamu jatuhkan adalah membuat produk yang luar biasa bagusnya.

Dengan membuat produk yang luar biasa bagusnya, pelanggan akan rela membelinya, ketika kamu punya banyak pelanggan, kamu punya cash untuk beriklan, untuk mendatangkan pelanggan berikutnya, dan kepentingan-kepentingan lainnya, tapi.. jika produk kamu jelek, kamu hanya akan seperti menambal ember bocor, terus beriklan, tapi tidak ada pelanggan yang tinggal di sana.

Google mulai dari sistem pencari, sekarang? google maps, google ads, google drive, dan lainnya.

Facebook mulai dari satu kampus, sekarang? seluruh dunia.

Starwars mendapat keuntungan 10T \$ dollar dari merchandise. Tapi bukan itu yang pertama kali mereka lakukan, mereka membuat film Starwars yang luar biasa bagusnya, sehingga orang mau membeli merchandisenya.

Saat membuat sekolahcoding, saya mulai dari youtube, tidak pakai microphone, tidak pakai edit-edit atau animasi, videonya hanya saya mengajar, karena responnya sangat baik, baru saya kembangkan dan berinvestasi ke hal lainnya, seperti memperbaiki website, membuat forum, membeli monitor dan keperluan lainnya, tapi tugas saya pertama hanya membuat video yang bagus.

Pilih satu tugas, kerjakan dengan sangat baik.  
Tugas berikutnya akan menjadi lebih ringan.

## **Mengatur waktu untuk prioritas kamu**

Usahakan untuk mengerjakan prioritas saat energi kamu masih penuh, bukan memberikan energi sisa. Sering kali, kita mengerjakan hal penting hanya dengan energi seadanya, akhirnya hasilnya pun tidak maksimal. Setelah mengetahui apa hal yang paling penting untuk kamu saat ini, cari waktu terbaik untuk melaksanakannya.

Sebagai contoh, kalau kamu memang mau menulis sebuah buku, tapi kamu punya pekerjaan sehari-hari, cobalah bangun lebih cepat, menulislah saat suasana masih tenang, saat kamu masih punya banyak stamina. Ingat kata-kata ini “Yang mau akan mencari jalan, yang tidak akan mencari alasan”.

Saya tahu tidak semua orang punya perjalanan yang sama, kita akan cemburu dengan orang lain yang bisa mengejar “passionnya”, memang mengeluh selalu jauh lebih mudah dibanding mulai mengubah keadaan kita sekarang. Lebih jauh saya menulis hal ini di artikel [antara kerja dan passion](#), untuk kamu yang bingung perbedaan mengejar karir, sekedar kerja dan passion.

Tim Ferris mengingatkan “kalau tidak ada di kalender kamu, maka ini tidak nyata”, pastikan kamu punya JADWAL untuk mengerjakan apa yang penting. Bukan ketika ingat, bukan ketika ada waktu, bukan ketika waktunya sudah datang, mulai jadwalkan sekarang, kosongkan waktu untuk itu. Jangan tunggu waktu yang tidak akan pernah datang.

Seorang pemenang lomba scrabble berbahasa Prancis memberitahu saat sedang diwawancarai, dia baru saja beberapa bulan membuka kamus Prancis. Lebih heboh lagi, dia tidak bisa sama sekali berbahasa Prancis. Tapi dia tahu untuk memenangkan lomba scrabble, dia hanya perlu menghapuskan kosa kata dari kamus, tanpa perlu mengetahui arti atau belajar grammarnya. Dia tahu tujuan yang diinginkan, akhirnya dia bisa dengan mudah memenangkannya, tidak terlarut dengan menghabiskan waktu belajar hal lain.

# Mengurangi pilihan dan berani bilang tidak

Marie Kondo, seorang konsultan *organizer* asal Jepang, pertama kali akan menyarankan kliennya untuk mengumpulkan semua barang yang dipunya, agar kliennya melihat betapa banyak hal-hal yang dia miliki sekarang, sebelum nanti meminta mereka untuk mengeliminasi, baik itu didonasikan atau dijual agar kepemilikannya bisa berkurang.

Saya mau mengajak kamu, sebelum mulai memasang banyak target baru (atau satu Prioritas), lihat dulu apa yang kamu “punya” sekarang, coba tuliskan kegiatan apa saja yang kamu ikuti, organisasi, pekerjaan atau komunitas. Hal-hal apa saja yang mengambil banyak waktu dan pikiran kamu. Bisa jadi memang kita sudah menentukan satu prioritas, tapi karena punya banyak kegiatan sebelumnya, tanpa terasa kita hanya menumpuk satu tugas baru.

Jangan berpikir atau membaca bagian ini sambil melakukan kegiatan lain, pastikan kamu memang sedang fokus. Coba jujur dengan diri sendiri, kegiatan apa yang memakan banyak waktu kamu, tapi sebenarnya tidak mendukung produktivitas atau membantu kamu satu langkah lebih dekat dengan tujuan, kalau perlu tuliskan di kertas.

Sama seperti Marie Kondo mengajak kliennya, saya mau kamu merenungkan, apakah semua kegiatan ini perlu? atau sebenarnya ada yang bisa kamu tinggalkan? Kamu yang menentukan, setiap orang berbeda, tergantung tujuan. Bukan hanya kegiatan, pikirkan juga, apakah kamu selama ini sering nongkrong tidak jelas, hanya karena “tidak enak” menolak ajakan teman? akhirnya ikut bermain berjam-jam membuang banyak waktu yang sangat kamu butuhkan.

## Kurangi jumlah pilihan

Mark Zuckerberg, pembuat sosial media Facebook dan beberapa *orang sukses* lain sering terlihat hanya menggunakan satu warna baju yang sama. Alasannya? mereka tidak mau membebani pikiran dengan hal-hal yang tidak penting. Kalau kamu punya macam banyak baju, kamu akan berpikir setiap ingin keluar, baju mana yang cocok, berbeda ketika pilihan hanya ada satu, pasti akan memakai



baju tersebut. Ini juga terlihat ketika adanya layanan antar jemput makanan, tidak sedikit dari kita yang pusing, dibanjiri begitu banyak pilihan, akhirnya menghabiskan waktu di depan layar, mana yang harus dipesan.

Dengan mengurangi kegiatan yang tidak penting, kamu mengurangi juga beban pikiran untuk memilih. Ini bukan hal sepele, karena energi terbatas untuk berpikir apalagi melakukan aktivitasnya. Mulai hapus jadwal-jadwal yang tidak mendukung tujuan, termasuk aktivitas yang kamu sudah “terlanjur berinvestasi”.

Banyak dari kita yang melanjutkan kegiatan hanya karena sudah berinvestasi. Sebagai contoh, anggap saja saya sedang kursus bahasa Korea karena pernah demam film korea, setelah 2 atau 3 bulan, saya tidak merasakan manfaat ikut kursus tersebut, akhirnya kursus ini hanya memenuhi jadwal dan membuat saya lelah, tapi karena saya sudah berinvestasi (membayar kursusnya), saya tetap memaksakan ikut, padahal yang perlu dilakukan sebenarnya adalah mengELIMINASI kegiatan ini, agar punya waktu yang lebih banyak.

Kata kunci di bagian ini adalah “Eliminiasi”, jangan takut untuk menghapus kegiatan atau “teman” yang tidak membuat kamu lebih baik. Jangan hanya memikirkan karena sudah terlanjur, tapi pikirkan kalau kamu menghapus hal tersebut, kamu akan punya ruang waktu dan energi yang bisa ditambahkan untuk prioritas sebenarnya.

Saya sering membuat website yang pada akhirnya saya tinggalkan, karena merasa website tersebut tidak berjalan sesuai yang saya inginkan, kalau memikirkan waktu yang sudah saya pakai, tentu sayang, saya akan terus memelihara websitenya, tapi saya perlu berpikir, kalau saya meninggalkannya, ada hal lain yang bisa saya kerjakan.

Begitu juga jika kamu punya usaha, tapi usaha ini tidak berjalan dengan baik, perhitungkan juga “biaya” yang perlu keluar untuk tetap melanjutkan usaha ini dibanding dengan kamu berani mengELIMINASInya dan membuat sesuatu yang baru.

## **Belajar bilang tidak**

Budaya yang paling populer di Indonesia adalah budaya “tidak enakan”, sulit untuk menolak ajakan orang untuk bertemu, menolak membeli dari sales dan ajakan-ajakan lainnya, termasuk dari diri sendiri, kita cenderung hanya ingin memuaskan nafsu, nonton sebanyak-banyaknya, main selama-lamanya, menghindari tugas yang penting, tidak nyaman untuk menolaknya.

Kamu yang bertanggung jawab untuk diri sendiri, bukan orang yang mengajak main atau dosen kampus tempat belajar, kamu juga yang akan merasakan hasil ketika mengerjakan sesuatu dengan serius, bukan orang lain.

Kalau punya usaha yang berbentuk jasa, tapi terus menerima klien yang banyak protes tapi bayarannya murah, mulai pecat klien seperti ini, berani menolak, berani bilang tidak. Semua saran dari para penerima jasa yang berhasil adalah berani mencari klien berkualitas tinggi, klien yang bisa menghargai karya kamu dan juga berani membayar mahal. High Quality (HQ) klien, akan merekomendasikan kamu ke high quality klien berikutnya. Begitu juga sebaliknya.

Untuk membantu kamu terus lebih dekat dengan target, berikan ruang bernapas untuk diri kamu, fokuskan energi ke satu hal penting, dengan menolak hal lain yang tidak berhubungan dan mengeliminasi walaupun sudah terlanjur berinvestasi.

# Terus mengerjakan hal yang sama

Bagian ini berisi salah satu tips produktif favorit saya, yaitu otomatisasi. Teknik ini menjadi faktor terbesar saya bisa bekerja sendiri dan tidak terikat langsung dengan waktu atau bahasa populernya “berpenghasilan pasif”. Hal ini juga yang membuat saya semangat, untuk berbagi konsep produktivitas karena sangat mungkin membantu banyak orang.

Untuk kamu yang membaca artikel ini tapi tidak mengenal penulisnya, kenalkan, nama saya Hilman, ini sudah tahun ke 5 saya menjalankan website bernama [sekolahkoding.com](https://sekolahkoding.com) website untuk belajar programming, membuat website dan aplikasi, sampai saat artikel ini ditulis saya bekerja tanpa karyawan dengan pendaftar lebih dari seratus ribu orang, ada juga video di youtube yang sudah disaksikan total jutaan kali. Di luar sekolahkoding saya membuat podcast bernama tehataukopi, menulis di blog ini dan bereksperimen melakukan hal-hal yang saya suka, meskipun sebagian besar tidak berhasil.

Poin dari perkenalan saya di atas adalah saya bisa mengerjakan banyak hal yang saya suka, karena benar-benar mempraktekkan apa yang *guru-guru* saya ajarkan, kalau kamu serius ingin menjadi produktif, kamu akan sangat bersyukur nantinya sudah mengenal konsep ini.

## Apa itu DRY? Don't repeat yourself

Programmer akan familiar dengan kata ini, DRY, atau *don't repeat yourself* yang kita artikan “jangan mengulangi diri kamu”. Kalau di dunia koding, ini berarti jangan menulis kode yang sama, di dunia nyata, ini berarti hindari mengerjakan hal yang sama berkali-kali. Kamu harus membuat hal yang berulang menjadi otomatis. Tapi bagaimana caranya? saya bukan programmer? tenang, ini artikel umum, bukan hanya untuk kamu yang di depan komputer.

Ada dua jenis produk yang ada di sekitar kita sekarang, yang pertama adalah “handmade” atau dibuat dengan tangan manusia, yang kedua adalah hasil produksi pabrik. Produksi pabrik punya keunggulan, yaitu bisa tersedia dalam jumlah banyak dengan hasil (produk) yang sama. Kok bisa? karena pabrik membuat sistemnya menjadi otomatis, ada mesin yang mengukur, ada mesin yang terus berjalan, ada yang membersihkan dan seterusnya, karena alasan itu

hasil pabrik, bisa diproduksi lebih cepat dan banyak dibanding buatan tangan. (\*saya tidak mengatakan pabrik lebih baik dari handmade).

Di beberapa tempat kita sudah melihat mesin untuk menjual minuman atau snack, mesin ini tidak akan lelah, tidak perlu digaji, dia bisa melayani dengan cepat dan tepat. Hal ini yang ingin kita dapatkan, setelah membuat sesuatu berjalan otomatis, kita berarti mengaturnya untuk berjalan sendiri tanpa perlu mengambil beban pikiran atau tenaga kita lagi.

“Berikan aku 6 jam untuk menebang pohon...” Kata Abraham Lincoln “..dan akan kugunakan 4 jam pertama untuk menajamkan kapaknya”. Persiapan bukan hal yang bisa diremehkan.

Dalam proses DRY, biasanya kita perlu bekerja lebih keras di awal, sebelum semuanya menjadi lebih mudah, bayangkan saja kalau belum ada pesawat, kita harus berjalan melalui darat atau laut yang butuh waktu sangat lama, tapi “proses pembuatan pesawat” sendiri tentu tidak mudah dan tidak cepat (meskipun ada pabrik pesawat dan sudah banyak bagian yang otomatis :P) . Kita perlu usaha extra di awal untuk bisa menyingkat waktu yang tadinya dari makassar ke jakarta butuh 2 hari dengan kapal laut kini menjadi 2 jam saja. Waktu akan menjadi hadiah terbesar dari hasil proses otomatisasi.

Lihat para konten kreator di youtube, dia hanya perlu mengunggah setiap videonya satu kali saja, untuk bisa ditonton berjuta-juta atau milyaran kali. Hal yang sama saya lakukan dengan sekolahcoding, saya hanya perlu mengajar satu kali untuk satu materi. Hingga saat ini terus ada “murid” baru yang belajar, meskipun saya tidak mengajar secara langsung, hanya lewat video yang saya rekam satu kali. Bandingkan saya harus mengajar materi yang SAMA ke ratusan ribu orang, butuh waktu berapa lama? Tapi tentu proses merekamnya tidak semudah itu, karena itulah proses DRY akan berat di awal, tapi sangat membantu untuk seterusnya.

## **Manfaatkan Teknologi**

Teknologi sudah semakin canggih, sayangnya manusia tidak. Melihat di sekeliling, banyak yang hanya menjadi “korban”, menonton review game, menonton tiktok dan *racun* lainnya yang tidak membuat produktif, hanya rantai hiburan yang tidak ada habisnya.

Smartphone kita saja sudah sangat luar biasa, kalau tim NASA yang pertama kali menerbangkan roket, menemukan kekuatan komputasi smartphone kamu sekarang di jaman itu, mereka akan rela membelinya dengan harga berapapun. Sayangnya benda ini “mati” di tangan kita.

Kamu bisa mengakses toko online 24 jam, bisa melihat daftar produk yang orang lain jual entah dari kota atau negara mana, bisa mengetik di bagian pencari apa yang kamu inginkan, semuanya tanpa ada “penjual” langsung di balik layar yang perlu menemani kamu, semuanya berjalan otomatis karena sudah ada orang-orang yang membuat sistemnya di belakang. Penjual hanya perlu mengunggah gambar produk dan menuliskan deskripsinya, pembeli akan bisa mencari dan belanja sendiri kapan saja yang dia mau.

Contoh di atas adalah hasil kontribusi teknologi, yang bukan hanya pemanis di kehidupan kita, tapi memang sudah menjadi penopang ekonomi.

Terkadang untuk membuat sesuatu menjadi otomatis dengan teknologi, kamu perlu membayar sebuah tool atau software, jangan ragu untuk itu, terutama jika ini menyangkut ke pekerjaan. Berani untuk membayar, karena kamu sendiri yang akan mendapat manfaatnya.

Sebagai contoh, di sekolahcoding saya membuat sistem pembayaran, di mana setiap ada orang yang membayar saya perlu membuka mutasi rekening via online atau sms banking, tentu ini akan menyita waktu saat sedang bekerja. Akhirnya saya memutuskan menerima “jasa ketiga” dimana ada sistem pembayaran yang otomatis menverifikasi transfer tapi ada potongan biayanya. Kalau saya memikirkan “mana lebih murah?” jawabannya dengan mengecek sendiri, tapi mana yang lebih produktif? tentu pilihan kedua, meskipun harus membayar.

Kamu yang perlu menguasai teknologi, jangan sampai teknologi yang menguasai kamu

### **Menyerahkan tugas ke orang lain**

Di buku E-Myth karya Michael E. Geber diceritakan seorang wanita yang punya cita-cita memiliki toko kue sendiri. Setelah berhasil membuat tokonya, ternyata ini tidak seindah yang dia bayangkan, dia perlu membuat kue sejak sangat

subuh, perlu menjaga tokonya, dan bersih-bersih hingga malam hari. Dia baru sadar bisa meringankan tugasnya ketika dia memutuskan untuk menDELEGASikan tugas ke orang lain.

Selain memanfaatkan teknologi, ada satu hal lagi yang bisa membuat kamu berhenti melakukan hal yang sama, yaitu membayar orang lain untuk melakukan pekerjaannya.

Terutama jika tugas tersebut sudah mulai membosankan untuk kamu. Sering kali tugas yang kita serahkan ke orang lain, di mata orang tersebut, adalah tugas yang menarik, tugas yang menyenangkan untuk mereka kerjakan, alhasil produktivitas merekapun meningkat, karena mengerjakan apa yang mereka cintai. Belajar mendelegasikan tugas kamu ke orang lain yang lebih mencintai dan lebih ahli. Produktivitas kamu akan meningkat.

Sejak dulu saya sangat suka mengerjakan semua hal sendiri, saya merasa “hanya” saya yang bisa, sampai saya mulai mencoba menyerahkan tugas saya ke orang lain. Seperti pembuatan merchandise dari usaha saya, dibanding saya yang perlu memikirkan produksi, pengiriman dan hal lainnya, jauh lebih bijak untuk saya membayar orang lain untuk mengerjakan “hal sampingan” ini. Selain kita membantu ekonomi orang lain, kita pun punya waktu luang untuk mengerjakan hal yang lebih penting.

Sebenarnya hal ini bisa kamu lihat di kehidupan sehari-hari, alasan kenapa orang punya asisten rumah tangga, punya supir pribadi, punya penjaga toko, dan karyawan lainnya, karena mereka punya tugas lain yang dengan bantuan orang, bisa menjadi lebih produktif. Sayangnya kita terbentur dengan pekerjaan-pekerjaan tradisional ini, coba pikirkan lagi apa yang bisa kamu delegasikan sekarang.

## **Tugas untuk kamu**

Nah PR kamu sekarang, pikirkan dengan serius apa hal-hal yang kamu lakukan berulang-ulang yang sebenarnya bisa dibuat menjadi otomatis. Bisa jadi memanfaatkan teknologi yang mungkin kamu perlu membayar untuk itu, jangan pelit untuk diri sendiri.

Kedua, untuk tugas yang sebenarnya bisa dikerjakan oleh orang lain, entah itu karena membosankan atau ada yang lebih ahli, segera membayar orang yang lebih cinta dengan pekerjaan tersebut. Berikan diri kamu waktu luang untuk berpikir dan mengerjakan hal yang lebih menarik.

# Mencampur adukkan tugas

Adam Grant berhasil menjadi professor termuda di Wharton School, Universitas Pennsylvania. Adam yang sudah menulis buku best seller dan TED talk yang ditonton jutaan kali ini punya kebiasaan menarik, dalam setahun dia menumpuk semua jadwal mengajarnya di satu musim (normalnya di luar negeri ada 4 musim), sehingga dia bisa menfokuskan waktunya di suatu musim untuk murid yang ingin berkonsultasi, dan di waktu yang lain digunakan untuk menulis atau meneliti.

Apa yang Adam lakukan dikenal dengan “Task Batching” atau mengumpulkan tugas. Tentu bukan hanya dikumpulkan, tapi dikerjakan di waktu yang tidak terputus untuk mempertahankan konsentrasi. Ada studi yang mengatakan ketika kita berpindah tugas, butuh waktu paling tidak 20 menit untuk bisa kembali konsentrasi penuh ke tugas sebelumnya. Task Batching sebenarnya sangat sederhana, kita hanya perlu membagi waktu kita untuk mengerjakan tugas sejenis secara fokus, tanpa ada gangguan sama sekali.

Seperti menulis buku ini, saya menyediakan waktu satu sampai dua minggu, khusus untuk berkonsentrasi menulis, tanpa ada tugas berat yang mengganggu, selagi ada keuntungan himbauan untuk “bekerja dari rumah” oleh pemerintah selama penanganan kasus COVID19, (\*kalau kamu membaca ini di masa depan, semoga sudah hilang COVID19 nya :)). Hasilnya pun saya bisa berkonsentrasi penuh untuk research dan menulis tanpa ada beban di kepala.

## Mengurangi gangguan sekecil apapun

Meskipun konsep “open office” (kantor yang terbuka, karyawan duduk di ruangan yang sama dan bisa berinteraksi kapan saja) cukup populer di kalangan startup, saya lebih setuju dengan pendapat dari Joel Spoelsky (Founder software produktivitas Trello) dan juga DHH (Founder Basecamp), yang lebih senang dengan konsep kantor tradisional, di mana masing-masing mempunyai ruangan sendiri. Yang mereka khawatirkan dari open office adalah gangguan yang bisa datang kapan saja, mungkin komentar singkat dari teman kerja tentang minuman kamu, atau basa basi ketika salah seorang rekan kerja bosan.



Saya cukup lama bertahan dengan bekerja dari rumah, rasanya nyaman, bisa kerja kapan saja, tapi yang menjadi masalah, keluarga kamu tidak tahu kalau kamu sedang fokus atau tidak, akhirnya interupsi bisa datang kapan saja, entah mengajak makan atau jalan. Saya pun memutuskan untuk menyewa ruangan kantor agar bisa berkonsentrasi penuh. Kalau kamu memang terpaksa di rumah, jangan lupa beritahu orang sekitar saat kamu bekerja dan tidak bisa diganggu.

Gangguan bukan hanya datang dari manusia, ada makhluk yang tidak halus yang siap mengacaukan pikiran kamu kapan saja, siapa lagi kalau bukan INTERNET, lebih khusus lagi SMARTPHONE kamu. Ia didesain untuk berbunyi dan bercahaya, memberitahu kamu ketika ada yang terjadi, notifikasi dari instagram, chat grup whatsapp, updatean terbaru dari youtube dan hantu-hantu sejenis. Mereka tidak peduli kamu sedang kerja atau tidak, dan yang lebih berbahaya kamu menikmati ini, kamu senang ketika ada notifikasi, seakan-akan ada berita baik yang datang.

Alasan yang sama saya tidak suka pesan basa-basi, seperti 'apa kabar' atau orang yang langsung menelfon biasanya tidak saya angkat, saya lebih senang ketika orang mengirim pesan dan menjelaskan keinginannya, sehingga saya punya waktu untuk membalas mereka dengan serius bukan sambil mengerjakan hal penting, yang akhirnya tidak baik untuk kami berdua.

Karena itu simpan handphone kamu saat bekerja, taruh di lemari atau kunci di laci, lebih baik lagi pisahkan dari tempat kamu bekerja, karena sudah menjadi kebiasaan untuk kita mengangkat handphone yang ada di sebelah menemani. Hargai waktu kerja kamu hanya dengan bekerja, bukan yang lain.

NOTIFICATION OFF, WORK ON

### **Masuk ke Zone**

Di dunia olahraga ada istilah "flow", kondisi ketika seorang atlit masuk ke zona mereka sendiri, di mana mereka akan bermain olahraga dalam kondisi puncak atau kondisi terbaik, melebihi kapasitas mereka biasanya, flow adalah hasil dari konsentrasi tinggi.

Dalam belajar atau bekerja, kita pun bisa masuk ke flow kita, di mana tugas yang kita kerjakan akan seperti mengalir dengan baik tanpa hambatan, yang

tadinya butuh sehari-hari mungkin kita bisa menyelesaikan masalahnya hanya dalam beberapa jam.

Masuk ke flow atau zona ini memang butuh beberapa syarat yang bisa dipelajari tapi ada juga yang datang alami, yang pasti kita perlu konsentrasi luar biasa untuk masuk ke zona flow ini.

### **Berganti-ganti tugas**

Setelah mengetahui efek dari berganti-ganti tugas yang bisa merusak konsentrasi, saya pun mulai membagi jadwal, seperti hari senin sampai rabu untuk bekerja di sekolahcoding, hari kamis dan jumat untuk menulis artikel atau membuat podcast, dan di akhir minggu untuk mengatur sosial media. Meskipun harinya biasa berganti, tapi dengan mengelompokkan tugas di waktu tertentu, sangat membantu saya.

Kelihatannya memang mengecek notifikasi hanya sepersekian detik, atau membaca email hanya butuh beberapa menit, tapi kalau kamu membiarkan email dan notifikasi terbuka, akan muncul rasa khawatir menunggu berita berikutnya dan jika benar ada yang muncul, kamu akan keluar dari “zona” kamu bekerja untuk kenikmatan sesaat. Akhirnya perlu waktu lagi untuk kamu kembali ke tugas sebelumnya.

Mungkin alasan kita sering mengerjakan sesuatu di ujung deadline karena kita bisa berkonsentrasi penuh dan tidak mau diganggu ketika waktunya sudah hampir habis, tapi poinnya tentu bukan “ujung waktunya” melainkan “konsentrasi penuh” di waktu tersebut.

Bayangkan kalau kamu bisa mengatur waktu ketika ada tugas yang butuh 6 bulan, jangan menunggu serius di akhir waktu, tapi coba kerjakan tugasnya di awal dengan serius, mungkin hanya butuh satu bulan, tapi di sisa bulannya, kamu bisa memperbaiki, menambah atau mengurangi sehingga membuat kerjaan tersebut berada di level berbeda.

Ingat, multitasking tidak membuat kamu keren, kamu hanya akan pusing sendiri dan tidak melihat hasil maksimal dari hasil karyamu.

Kamu bisa mulai latihan dengan tidak membuka email atau pesan whatsapp sampai jam 5 sore misalnya dan membalas pesannya satu per satu, rasakan perbedaan kamu yang punya waktu bekerja dan berkonsentrasi penuh dibandingkan dengan kamu yang bekerja dengan penuh gangguan.

# Sisi horror sosial media

Pernah suatu hari saya mendapat testimoni di instagram dari teman-teman yang belajar di sekolahcoding, sebagai bentuk terima kasih karena berhasil mendapatkan pekerjaan. Selain karena senang, testimoni ini juga saya bagikan agar yang lain bisa melihat kalau orang yang serius bisa mengejar pekerjaan impiannya.

Butuh waktu dua hari sampai saya sadar, kalau hal ini bikin saya terus kembali ke instagram, yang sebelumnya tidak begitu aktif. Yap, saya juga punya FOMO (Fear of missing out), takut ketinggalan sesuatu, bukan cuma kamu. Saya mulai research semakin banyak tentang sosial media dan sayang untuk saya simpan sendiri, dari sanalah saya menulis artikel ini.

## Mata uang perhatian

Sisi lain yang tidak terpikirkan dari sosial media, diceritakan oleh Tristan Harris, ada ratusan orang atau lebih (engineer, designer dan psikolog) yang khusus bekerja mempelajari kebiasaan kita di internet, tujuannya tidak lain tidak bukan biar kita terus kembali menggunakan aplikasinya.

Kenapa harus menggunakan aplikasinya? mereka mendapat uang dari memasang iklan dari perusahaan-perusahaan besar yang pagi dan malam mencari perhatian konsumen. Sah-sah saja tentunya untuk kedua pihak, tapi bagaimana dengan nasib kamu sebagai pengguna aplikasi?

Setiap menghabiskan waktu di internet/sosmed kita mengeluarkan mata uang “perhatian”, mata uang ini yang seharusnya kita gunakan untuk bekerja, belajar dan berinteraksi dengan manusia di kehidupan nyata, kita habiskan mata uang ini di dunia maya.

Bukan cuma satu aplikasi! ada banyak aplikasi yang setiap hari berebut mendapatkan perhatian kamu, lewat notifikasi, newsfeed dan segala teknik lainnya bikin kembali dan kembali lagi ke aplikasinya.

## **Apa yang horror dari sosial media?**

### **Waktu sangat sedikit**

Kamu pernah duduk berjam-jam belajar atau bekerja? tapi ngga ada yang selesai? Padahal sebagian orang bisa menyelesaikannya dengan waktu yang jauh lebih singkat.

Dari buku “Deep Work” nya Cal Newport, skill “bekerja dengan fokus” adalah skill yang sangat langka sekarang. Ini seperti kekuatan super yang hanya beberapa orang punya, Kamu bisa menyelesaikan masalah pekerjaan sampai ke akar atau belajar dengan sangat dalam hanya dengan “fokus”.

Artinya, tidak bekerja sambil ngobrol, sambil multitasking atau sambil terus ngecek sosial media. Waktu kita hidup cuma sedikit, lebih sedikit lagi kalau terus dipakai di sosial media. Tanpa sadar, nanti kita tua dan bingung belum ada hal berarti yang dilakukan.

### **Pengaruh Influencer**

Pernah melihat seorang influencer dengan captionnya “baru bangun nih..” yang sudah penuh dengan makeup dan kopi di sampingnya? Itu hanya contoh kecil, bergonta-ganti pakaian atau kendaraan setiap hari, ada banyak kehidupan yang jelas tidak sesuai dengan realita yang dipamerkan orang-orang, seakan-akan semuanya normal.

Yang berbahaya? untuk yang tidak bisa melakukan hal yang sama, akan jadi tidak percaya diri, merasa hidupnya tidak penting, jadi stress, jadi depresi.

Sayangnya stress ngga bikin orang berhenti membuka sosmed, sebaliknya, dia (kamu juga!) terusss membuka dan membandingkan dirinya dengan orang lain, dengan kehidupan palsu yang belum tentu membawa bahagia.

Jangan heran kalau orang jadi ngga takut mengutang, memaksakan diri untuk membeli sesuatu (jumlah yang banyak atau harga yang mahal) demi melakukan hal sama.

“Kita beli barang yang kita ngga butuh Dengan uang yang kita ngga punya Untuk membuat kagum orang yang kita ngga suka” ~ Fight Club

Influencer dilayangkan ke orang-orang yang punya follower banyak, terlepas dari apapun yang mereka lakukan. Saya harap teman-teman yang mendapat sebutan influencer, punya tanggung jawab moral untuk masalah ini.

\*Sebelum warganet emosi, tenang, saya tidak mengeneralisir semua influencer.

### **Gratifikasi Instan**

Penelitian menyebutkan kalau rasa puas yang kita dapatkan saat mengumumkan sesuatu hampir sama dengan rasa puas saat sudah mengerjakannya. Apa yang terjadi? kalau belum apa-apa kita sudah mengumumkan sesuatu, motivasi atau semangat kita untuk mengerjakan hal itu jadi hilang, karena pujian instannya sudah didapatkan.

Kamu memang bisa dapat rasa puas dan senang sesaat, akhirnya terus kembali ke sosial media, kembali lagi dan kembali lagi, terdengar familiar? yap, sama seperti pecandu narkoba dan pornografi.

### **Keluarga dan teman**

Saya yakin sudah sering mendengar ini, waktu kamu yang harusnya untuk keluarga dan teman hanya omong kosong, berkumpul tapi semua perhatian ada di handphone.

### **Apa solusi agar tidak terjebak di sosial media?**

#### **Gunakan dengan sadar.**

Tanyakan untuk apa kamu di sosial media, kalau tidak ada kebutuhan, lebih baik keluar dari sini! Kalau memang perlu, perhatikan siapa yang kamu follow, orang yang kamu follow akan jadi pengaruh besar di kehidupanmu. Berhenti follow yang bikin kamu stress (yang bertarung masalah politik atau suka pamer). Secara umum habiskan waktu SANGAT SEDIKIT dengan sosial media.

## **Airplane Mode**

Kamu punya tugas! pasang smartphonemu di “mode pesawat terbang” sampai tugas utama kamu selesai hari itu. Orang-orang ngga perlu tahu kamu ngerjain apa, minum kopi apa, lagi dimana. Selesaikan tugasmu dulu! sebelum kembali ke sosial media.

## **Jadwalkan**

Saya menggunakan “tweetdeck” untuk ngetweet, bisa apa saja toolnya, yang jelas bisa menjadwalkan. Terutama kamu yang punya bisnis, saya tahu kamu harus promosi, kamu bisa bikin promosinya di saat kerjaan sudah selesai, gunakan tool seperti hootsuite atau buffer yang bisa menjadwalkan post mu sampai seminggu atau sebulan. Tidak perlu real time!

Jauh lebih baik bekerja dengan batching atau menyatukan semua tugas yang sama di waktu yang sama. Mengurangi kehilangan konsentrasi kalau harus berganti-ganti aktivitas.

## **Deactivate dan Uninstall**

Kalau kamu ngga butuh sosial media jangan paksakan! percaya, ada banyak hal nyata yang bisa kamu lakukan, kamu bisa berkarya yang luar biasa dengan tidak di sosial media. Tidak di sosial media bukan berarti tidak gaul, tapi kamu punya sesuatu yang lebih penting di dunia nyata. Uninstall aplikasinya, kalau perlu diaktivasi akun kamu.

Kamu selalu bisa subscribe via email untuk berita yang penting (dari web atau blog favoritmu). Mau tahu kabar teman atau keluargamu? kamu bisa ketemu langsung :)

## **Siapa yang kamu follow**

Saya punya *love and hate relationship* dengan sosial media, di satu sisi saya memanfaatkannya untuk mengenal orang-orang yang saya idolakan, berhubungan dengan pendengar tehataukopi, pembaca blog atau teman-teman di sekolahcoding, di sisi lain, sosmed punya magnet yang luar biasa untuk terus menarik kamu ke dalamnya, meskipun ada pekerjaan yang lebih penting.

Kalau kamu belum bisa mengontrol kekuatan sosmed, cobalah mengubahnya menjadi tempat yang sehat. Sama seperti tempat fisik yang kamu punya, rumah atau kantor, tentu kamu ngga mau kalau ada banyak penyakit, sampah atau kotoran di sana.

Tanpa sadar (atau dengan sadar) kamu akan mengikuti dengan siapa kamu banyak menghabiskan waktu. Hal ini bukan hanya berlaku di dunia nyata.

### **Bersihkan Feed/Timeline kamu**

Jangan follow/mengikuti orang yang tidak kamu suka. Sering orang mengikuti atau mungkin sekedar stalking agar bisa membandingkan prestasinya dengan prestasi orang lain. Jadi versi yang lebih baik untuk diri kamu sendiri, bukan untuk orang lain.

Jangan follow hanya karena “kenal”. Orang Indonesia cukup terkenal dengan punya banyak “teman facebook”, seseorang bisa punya ribuan teman di sosmednya, karena tidak menganggap sosial media tempat yang private, justru seringkali menjadi standar sosial di mata orang. Hanya karena kamu pernah bertemu dengan si A atau satu kantor/sekolah bukan berarti kamu harus follow mereka, lebih parah lagi kalau kamu memaksa orang lain untuk “follow back”, hei! biarkan orang bebas menentukan kehidupan mereka, jangan ada paksaan.

Jangan tidak enak untuk *unfollow* , saya masih ingat ada seorang teman yang marah karena saya tidak follow dia lagi di sosial media. Sejak kapan sosial media menentukan kita benci dan suka dengan seseorang? Hanya karena kita tidak berteman di sosial media bukan berarti tidak berteman di dunia nyata. Jangan merasa sungkan kalau kamu tidak suka atau tidak nyaman dengan apa yang orang lain posting, bikin hidup kamu lebih mudah. Kadang kita mau menentukan “tema” dari timeline kita, misanya hanya menfollow para penulis atau tema minimalis, dan seterusnya, jika tema-nya tidak pas, jangan dipaksakan.

### **Sisi lain**

Sosial media punya sisi lain, saya percaya ada sangat banyak kebaikan yang bisa kamu dapat di sana, kesempatan berdiskusi positif dengan orang hebat atau bisa tetap keep-in-touch dengan orang-orang terdekat. Bikin sosial media kamu suasananya nyaman, seperti kamu ingin nyaman di dunia nyata.



# Mau hasil instan

Pesan makanan dari smartphone  
Mengontak teman kapan saja  
Install game baru setiap hari  
Menguasai skill baru  
Mendapat penghasilan yang banyak  
Membuat karya yang bagus

Tiga catatan teratas bisa kita dapatkan dengan instan, tapi tidak dengan tiga catatan terbawah. Sebagai generasi internet, kita dimanjakan dengan hal yang serba praktis, tutorial bertebaran di youtube, pilihan makanan ada di HP, mau terhubung dengan orang bisa ke sosial media, semua serba mudah.

Selama mengajar, saya dapat banyak keluhan kalau teman-teman sudah merasa lelah, merasa tidak bisa setelah mencobanya berbulan-bulan atau mungkin beberapa minggu. Saya heran, bukan karena mengeluh “tidak bisa”, tapi kenapa terlalu cepat menyerah?

“Hasil instan itu didapatkan dari 10 tahun kerja keras”

Kamu bisa menerima kutipan ini secara langsung atau tidak. Bisa jadi yang kamu usahakan benar-benar butuh 10 tahun, sebagaimana perusahaan besar yang kita lihat seperti traveloka, bukalapak, gojek, mereka semua butuh proses hingga saat ini.

Mungkin hanya butuh sedikit waktu lagi ketika kamu sudah memutuskan untuk pasrah.

## Mengorbankan cita-cita

Tidak sedikit dari kita yang mengorbankan impian selama ini, hanya karena terburu-buru ingin melihat hasilnya. Konsep “proses” memang tidak banyak disuarakan di sekolah formal, kita tidak tahu kerasnya kehidupan yang asli, kita bingung dengan kenyataan kalau ternyata orang sukses punya cerita perjalanan yang tidak mudah sebelumnya.

Maunya sih ketika sudah memutuskan untuk menjadi “A”, alam ini bekerja sendiri, mendatangkan guru yang dimau, menghadiahkan alat yang dibutuhkan, berharap semuanya semudah merasakan semangatnya. Sayangnya tidak, “Tuhan tidak akan mengubah kaum suatu nasib, sampai kaumnya mengubah nasibnya sendiri”.

Saat sedang berusaha, bahan bakar kita akan habis, ketika memikirkan “kapan ini selesai” bukan “menikmati prosesnya”. Untuk menjadi produktif, sulit ketika kita tidak mencintai apa yang dikerjakan. Dengan perasaan senang, bahan bakar semangat akan terus terisi, membantu kita bekerja dengan maksimal. Tanamkan dari sekarang kalau semuanya butuh proses, tidak ada yang praktis.

### Cintai Prosesnya

Ada juga rasa takut yang akan menyerang, karena cita-cita kita terlihat masih jauh, perasaan tidak pantas akan berbisik, kita pun akan mengorbankan apa yang menjadi keinginan. Obatnya? ingatkan diri sendiri kalau tidak ada yang instan. Sesuatu yang didapatkan dengan instan, hasilnya pun akan menghilang begitu saja.

### Memberi hadiah kecil untuk diri sendiri

Saat menulis artikel ini, di hadapan saya ada potongan kue dan segelas kopi dingin, dua hal yang membuat saya bahagia. Saya bisa kapan saja menikmati dua hal ini, tapi saya memilih menjadikannya “hadiah” ketika berhasil bekerja, lebih dekat satu langkah dari hasil yang diinginkan.

Hadiah kecil ini bisa berbeda, boleh menonton film, boleh membuka sosial media, boleh jalan sama teman, HANYA ketika kamu sudah menyelesaikan pekerjaan hari ini. Jadikan hadiah kecil ini semacam *checkpoint*, yang akan mengingatkan kamu tentang hasil akhirnya nanti, meskipun dia masih jauh. Dia bisa menjadi tempat mengisi bensin dan tempat istirahat agar kamu tidak lelah.

Ide dan coretan kasar tentang seri produktivitas ini sudah cukup lama, tapi membayangkan menulis menjadi satu buku kecil cukup melelahkan, akhirnya saya terus menunda untuk menulis. Selain dengan makanan dan minuman, hal yang saya praktekan saat menulis seri ini, saya membaginya jadi beberapa blog seri (artikel pendek), yang bisa diposting setiap sekian hari, alhasil ada rasa

puas yang muncul setiap saya membagikannya di sosial media, tanpa harus menunggu semuanya jadi secara penuh.

Kamu yang mengatur taktik hadiah kecil ini, ingat, hadiah KECIL, bukan langsung terbang ke luar angkasa ketika baru memulai.

### **Membagi hal besar ke bagian kecil**

Saat membayangkan harus mengerjakan tugas besar, reaksi yang wajar kalau kita panik. Untuk itu, kamu perlu melihat sesuatu sebagai proses, bukan hanya AWAL dan AKHIR.

Bagi tugas-tugas besar kamu ke masalah-masalah kecil, selesaikan satu per satu setiap hari. Jangan tersangkut membayangkan bagaimana memindahkan batu besar ini, tapi mulai lakukan sesuatu untuk membuat batunya menjadi lebih kecil.

Kita tidak akan pernah bisa mengontrol hasil, tapi kita selalu bisa memilih apa yang akan kita lakukan hari ini. Pilihan-pilihan ini yang akan membawa kita lebih dekat dengan hasil yang diinginkan.

# Lingkungan lebih penting dari motivasi

Sering terdengar kalau “saya lagi tidak punya motivasi” sebagai alasan untuk tidak mengerjakan sesuatu. Ada rahasia menarik untuk kamu, lingkungan lebih penting dari motivasi.

Anak orang kaya yang terdidik bisa melakukan tindakan kriminal karena mengikuti ajakan temannya. Sebaliknya seorang anak yang dicap nakal yang tinggal di sekolah bisa rajin beribadah ketika semua temannya beribadah. Baik atau buruk, lingkungan akan menjadi faktor besar yang menentukan.

Kalau masalah-masalah produktivitas di bagian sebelumnya adalah masalah diri sendiri, kali ini kita akan membahas faktor luar yang jarang dibicarakan, yaitu lingkungan.

## Membuat kebiasaan berdasarkan lingkungan

Sering kali saya mau bekerja tapi gagal, karena rumah yang berisik atau ada ajakan untuk bermain.

Sering juga saya sedang ingin bermalas-malasan, tapi karena ada panggilan untuk berolahraga, saya menjadi ikut olahraga.

Coba ingat-ingat aktivitas yang kamu lakukan selama ini, apakah sekedar faktor motivasi atau sebenarnya ada dorongan lingkungan?

Kita sering membaca kalau melatih habits alias kebiasaan sangat penting, tapi berapa banyak di antara kita yang gagal membuat sebuah kebiasaan karena faktor lingkungan yang tidak mendukung.

Sebagai contoh kalau kamu ingin diet, yang perlu kamu lakukan, adalah tidak membeli makanan junk food atau snack-snack. Bersihkan rumah kamu dari ini. Dengan membiarkannya di lemari, sama saja kamu menyiapkan lingkunganmu untuk menggoda proses diet.

Saya mengingat juga cerita JK Rowling, saat menulis buku akhir dari seri Harry Potter, dia rela menyewa hotel termahal di negaranya, hanya untuk membuat suasana bekerja yang nyaman, tidak ada gangguan suara anak-anak bermain, meskipun dia bisa menulis dari rumahnya sendiri.

### **Mencari tempat sakral**

Tempat sakral untuk bekerja, bukan hanya milik dukun (btw, jangan percaya dukun), kamu pun sebagai seorang pekerja harus mempunyai tempat ini. Bisa jadi ada ruangan di rumahmu, yang kamu jadikan tempat bekerja, bisa juga di sebuah kafe atau perpustakaan.

Saya dan teman menggunakan perpustakaan saat awal membangun sekolahcoding, kami juga punya hari tertentu setiap minggunya, untuk mulai bekerja di tengah kesibukan perkuliahan. Meskipun hanya 1 hari, pengaturan ini membantu kami untuk bekerja lebih produktif, dibandingkan bertemu setiap hari.

Untuk contoh di tempat makan atau kafe, kita kembali ke penulis Harry Potter, JK Rowling, saat masa awal dalam keadaan sulit, ketika Harry Potter belum ingin diterbitkan oleh siapapun, dia hampir setiap hari ke tempat yang sama untuk menulis novelnya.

Hindari dari membuat tempat ini menjadi tempat “apa saja”, seperti tempat bermain atau tempat makan, usahakan untuk punya satu tempat khusus untuk bekerja dengan serius. Ketika kamu masuk ke ruangan atau duduk di kursi ini, otomatis pikiran kamu akan siap untuk bekerja.

Kamu bisa menggunakan “trigger” (pemancing) untuk membantu kamu fokus. Seperti membuat kopi yang sama setiap ingin bekerja, mendengarkan suara yang sama, punya parfum ruangan yang khas, mandi sebelum bekerja dan hal lainnya yang bisa mengingatkan kamu untuk mulai serius bekerja.

## **Lingkungan digital juga penting**

Bukan hanya lingkungan di dunia nyata, lingkungan digital kamu pun perlu dibereskan. Setelah membahas sisi horror di sosial media, mulai atur kehidupan digital kamu. Kalau kamu bisa meninggalkan beberapa sosial media, usahakan untuk uninstall. Kalau memang ada sosial media yang membantu kehidupan kamu atau bisa menghibur, silahkan, tapi atur waktu penggunaannya.

Tentukan siapa yang perlu kamu follow (ikuti). Tidak semua akun perlu kamu follow. Setiap ada konten yang muncul di feed kamu yang mengganggu pikiran atau kamu tidak senang, segera unfollow. Sosial media kamu juga mempengaruhi isi pikiran, tentukan siapa yang kamu follow dengan bijak.

Bayangkan kamu bisa mengisi suatu ruangan dengan orang-orang yang kamu senangi, isi ruangan itu dengan orang yang membawa manfaat bukan orang yang kamu cemburu, yang bikin kamu stres dan yang membawa efek negatif lainnya. Perlakukan sosial mediamu seperti ruangan ini.

## **Menjaga kesehatan**

Memperhatikan diri sendiri tidak boleh terlewat. Diri kamu juga adalah lingkungan dari berbagai organ dan isi pikiran. Mulai memperbanyak sayur dan buah sebagai konsumsi sehari-hari, kurangi makanan berminyak, gula dan bahan yang tidak baik lainnya secara berlebihan. (Silahkan mengikuti anjuran dokter untuk hal ini). Terbiasa memakan makanan tidak sehat berarti kamu sedang berinvestasi untuk berbagai macam penyakit. Kalau kamu sukses, tapi sakit-sakitan untuk apa?

Rutinkan berolahraga, cari partner yang bisa mengajak kamu hidup lebih sehat. Kamu bisa bermain bulu tangkis, bermain futsal atau berlari di pagi hari, terlalu banyak pilihan aktivitas untuk kamu mencari alasan. Tubuh kita punya hak untuk sehat, berikan haknya.

Saat asyik bekerja pun jangan lupa dengan istirahat. Badan kita sering pegal, leher menjadi tegang karena terlalu lama berada di posisi yang sama, jangan lupa bergerak dan meregangkan persendian kamu saat bekerja. Terutama yang bekerja di depan layar, rutinkan mengistirahatkan mata.

Kenali juga konsep Pomodoro, dimana kita bekerja selama 25 menit, lalu istirahat 5 menit begitu seterusnya. Bekerja fokus sekian menit, tapi jangan lupa istirahat.

Saat kamu punya beban pikiran, jangan biarkan begitu saja, belajar untuk membicarakan masalah kamu, bisa saat berdoa atau menceritakannya ke orang yang kamu percaya. Ringankan isi kepala, belajar menyelesaikan masalah. Hilangkan diri kamu dari berbagai penyakit hati, seperti susah melihat orang senang atau senang melihat orang susah, gampang cemburu dan penyakit lainnya.

Isi pikiran kamu dengan hal positif. Berdoa, agar badan sehat, pikiran sehat, begitu juga dengan hati kamu. Niatkan setiap bekerja sebagai ibadah, agar punya kemampuan finansial lebih atau punya karya yang luar biasa, untuk membantu banyak orang.

# Ciao!

Ada perbedaan antara bersyukur dan rasa puas. Sebagai manusia, kita perlu selalu bersyukur atas apa yang sudah diberikan dan apa yang sudah kita usahakan. Tapi kita tidak boleh puas begitu saja. Selama masih diberi nafas, kita perlu memaksimalkan potensi yang sudah diberikan untuk membuat karya berikutnya dan membantu orang lebih banyak lagi.

Kamu sudah selesai dengan tugas sebelumnya? sekarang kerjakan tugas berikutnya dengan sungguh-sungguh. Mungkin penghasilan kamu sudah cukup, tapi apa kamu rela membiarkan orang lain yang membutuhkan terus menderita? dengan lebih semangat menambah kemampuan finansial kamu, berarti kamu memperbesar kesempatan orang lain mendapat bantuan.

Tapi jangan lupa menanamkan sejak awal, kalau kamu melakukan hal lebih untuk berkontribusi lebih banyak lagi. Bukan mengenyangkan perut sendiri.

Tujuan tulisan seri produktivitas ini tidak lain tidak bukan, untuk mengajak kamu bersyukur dengan memaksimalkan potensi yang kamu punya, dan menunda rasa puas kamu lebih dulu selagi masih hidup, untuk menyelesaikan masalah yang ada di sekitar kita, sedikit demi sedikit.

Terima kasih banyak sudah membaca ini sampai akhir. Semoga kamu menjadi lebih semangat untuk mengatur aktivitas penting berikutnya.

Tentu saja tulisan ini tidak sempurna, saya masih ingin terus memperbaikinya, jangan sungkan untuk memberi saran atau masukan.

Hidup kita di dunia ini tidak lama, lebih seram lagi, tidak tahu kapan kita meninggal. Jangan sampai kita pergi tanpa mengeluarkan karya terbaik karena alasan tidak ada waktu atau sibuk dengan tumpukan pekerjaan. Sudah waktunya saya dan kamu berubah. Menjadi lebih produktif.

Tulisan ini bisa menjadi lebih produktif dengan kamu membantu membagikan link atau PDF nya ke teman atau keluarga. Silahkan bagikan di dunia maya dan dunia nyata. [hilman.space/produktivitas](https://hilman.space/produktivitas)



# Penulis



Hai! Untuk yang belum kenal, saya Hilman Ramadhan  
Saya menulis blog di [web hilman.space](http://web.hilman.space)  
dan bersosial media @hilmanski

Kalau tidak menulis, saya mengurus [sekolahkoding.com](http://sekolahkoding.com) dan  
membuat podcast di [tehataukopi.club](http://tehataukopi.club)