

VERITAS LECTURE - ETIKA PROFESI

Oleh:

Immanuel Stanley

NRP:D11210257

PROGRAM *BUSINESS MANAGEMENT*

PROGRAM STUDI MANAJEMEN



FAKULTAS *SCHOOL OF BUSINESS MANAGEMENT*

UNIVERSITAS KRISTEN PETRA

SURABAYA

2024

I. Carina's Diary: the Story of Ethics amidst Pandemic

Ketahanan adalah salah satu aspek terpenting dalam menjalani kehidupan. Kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit kembali dari masa-masa sulit tidak hanya penting untuk kelangsungan hidup, tetapi juga untuk pertumbuhan pribadi. Ketahanan memberikan kita motivasi untuk terus melangkah maju, bahkan ketika kita menghadapi tantangan yang tampaknya tidak dapat diatasi. Dalam refleksi pribadi ini, saya ingin menggali lebih dalam tentang makna ketahanan dan bagaimana saya menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam perjalanan hidup, kita semua pasti mengalami masa-masa keterpurukan. Saya sendiri pernah berada dalam situasi di mana saya merasa tidak ada jalan keluar. Namun, dari pengalaman tersebut, saya belajar bahwa ketahanan bukanlah tentang seberapa keras kita bertahan di tengah badai, tetapi tentang bagaimana kita memanfaatkan badai tersebut untuk fokus bertumbuh menjadi pribadi yang lebih kuat. Ketahanan adalah tentang kemampuan untuk melihat peluang di tengah kesulitan dan menggunakan kegagalan dalam pengalaman sebagai batu loncatan untuk mencapai tujuan yang lebih besar dengan pengaruh yang positif.

Saya mulai menerapkan apa yang disampaikan oleh Prof Carina langkah pertama dalam membangun ketahanan adalah mencari dukungan dari komunitas yang positif. Saya menemukan bahwa memiliki mentor atau orang-orang yang dapat memberikan nasihat dan dukungan sangat penting. Mereka tidak hanya membantu kita melihat masalah dari perspektif yang berbeda, tetapi juga memberikan semangat ketika kita merasa *down*. Saya memiliki mentor yang membantu saya menyadari bahwa setiap kegagalan adalah kesempatan untuk belajar dan berkembang. Dukungan komunitas juga menjadi motivasi bagi saya, yang sangat penting ketika kita merasa sendirian dalam menghadapi masalah.

Selain itu, menjaga dan merawat diri sendiri adalah kunci dalam membangun ketahanan. Saya menyadari bahwa untuk bisa bertahan dalam situasi sulit, saya harus berada dalam kondisi fisik dan mental yang baik. Ini berarti menjaga pola makan yang sehat, berolahraga secara teratur, dan memastikan bahwa saya mendapatkan istirahat yang cukup. Merawat diri sendiri bukanlah tanda kelemahan, tetapi merupakan fondasi yang kuat untuk menghadapi segala tantangan.

Mencari peluang baru juga merupakan bagian penting dari ketahanan. Saya belajar bahwa tidak semua upaya akan langsung membuahkan hasil, dan itu tidak masalah. Kegagalan dalam mencoba sesuatu yang baru bukanlah akhir dari segalanya, tetapi merupakan bagian dari proses belajar. Setiap kegagalan memberikan pelajaran berharga yang membantu kita lebih siap menghadapi tantangan berikutnya. Menurut Prof Carina ketika kita selalu berhasil dalam mengerjakan sesuatu, kita mungkin tidak pernah belajar bagaimana cara mengatasi masalah yang

mungkin terjadi. Keberhasilan yang terus-menerus dapat membuat kita nyaman dan kurang tangguh dalam menghadapi perubahan. Dalam situasi seperti ini, saya belajar bahwa penting untuk terus menantang diri sendiri dan keluar dari zona nyaman. Hanya dengan menghadapi dan mengatasi tantangan baru yang membuat kita keluar dari zona nyaman kita dapat benar-benar mengembangkan ketahanan yang kuat.

Dalam refleksi ini, saya menyadari bahwa ketahanan adalah perjalanan yang terus-menerus. Tidak ada akhir dari proses belajar dan berkembang. Setiap hari adalah kesempatan baru untuk menjadi lebih kuat dan lebih tangguh. Dengan dukungan dari komunitas, perawatan diri yang baik, dan keberanian untuk mencari peluang baru, saya yakin bahwa kita semua dapat mengembangkan ketahanan yang diperlukan untuk menghadapi apapun yang datang dalam hidup kita dengan menemukan fokus untuk terus berkembang.