



'CAN DO' MINDSET

Mata Kuliah

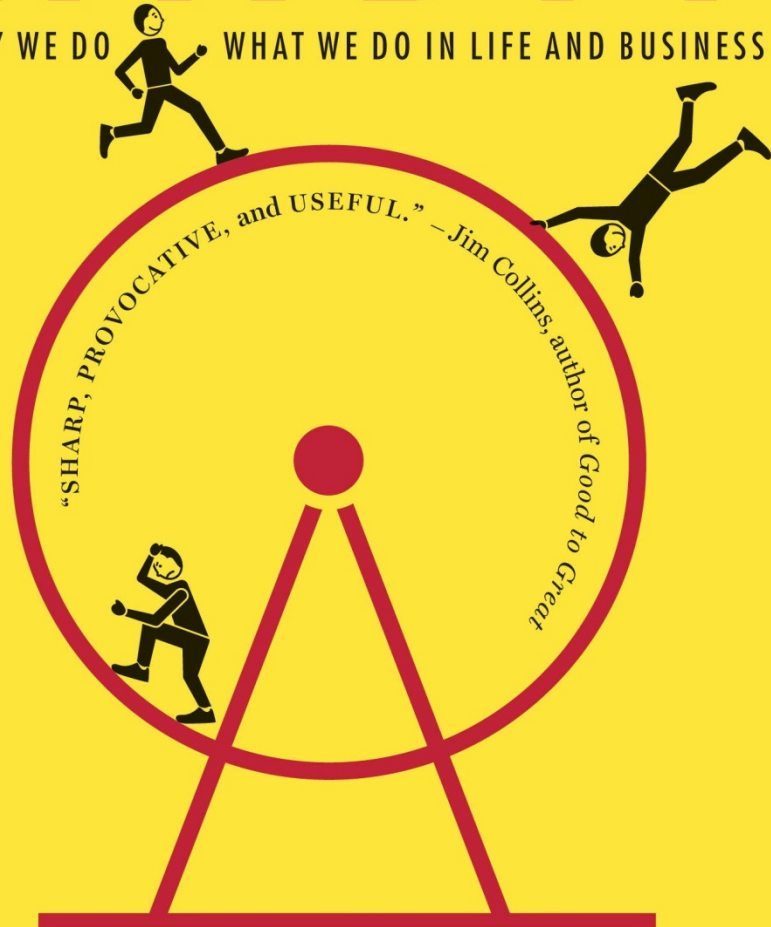
Keterampilan Berpikir Kreatif

Pertemuan ke-3

NEW YORK TIMES BESTSELLER

THE POWER OF H A B I T

WHY WE DO WHAT WE DO IN LIFE AND BUSINESS

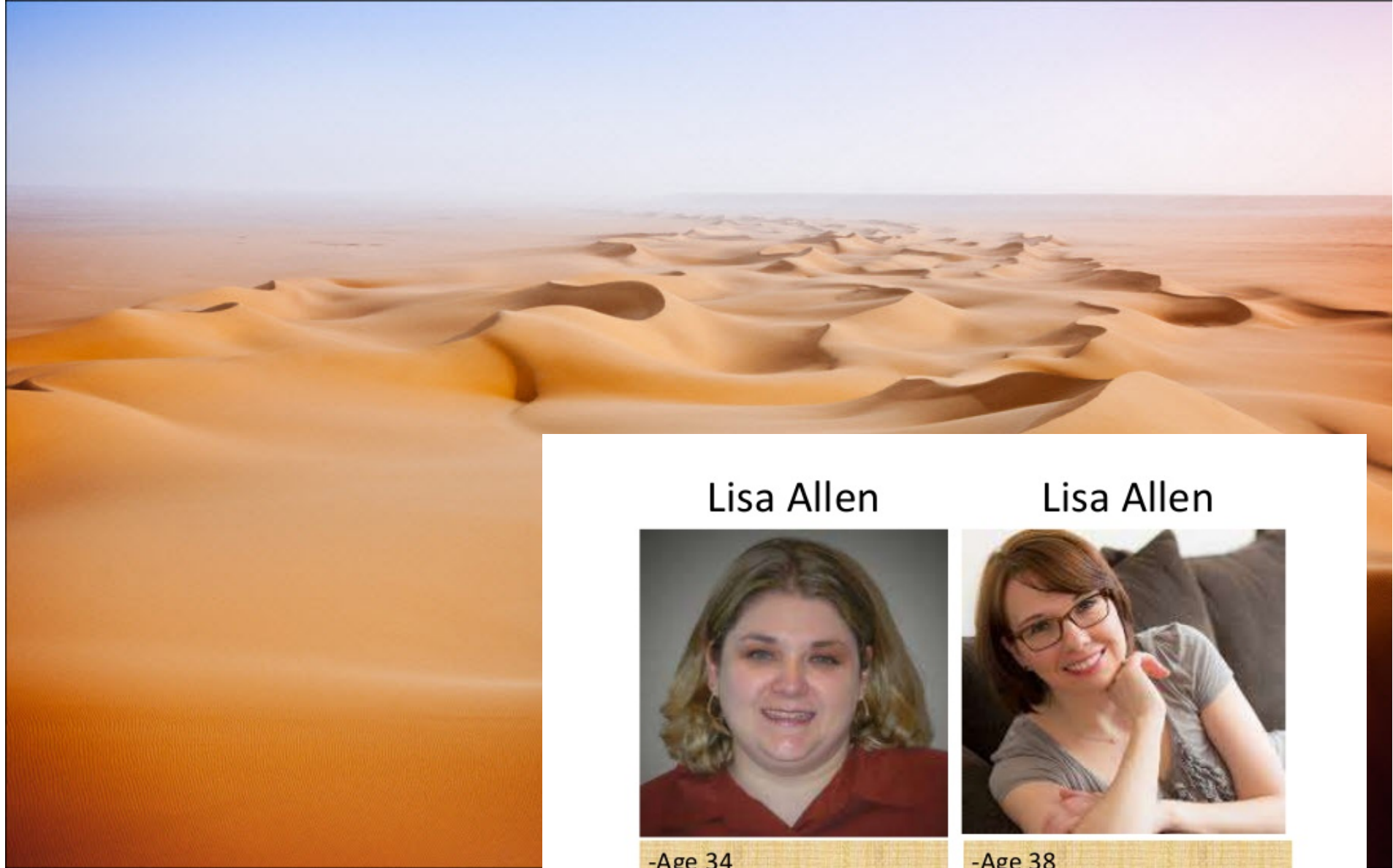


Charles Duhigg

WITH A NEW AFTERWORD BY THE AUTHOR

Membangun Kebiasaan





Lisa Allen



- Age 34
- Smoke and Alcoholic
- Debt till \$10.000
- Jobless
- Divorce

Lisa Allen



- Age 38
- Weight loss 30kg
- Take Master Degree
- Owned House
- Debt \$0

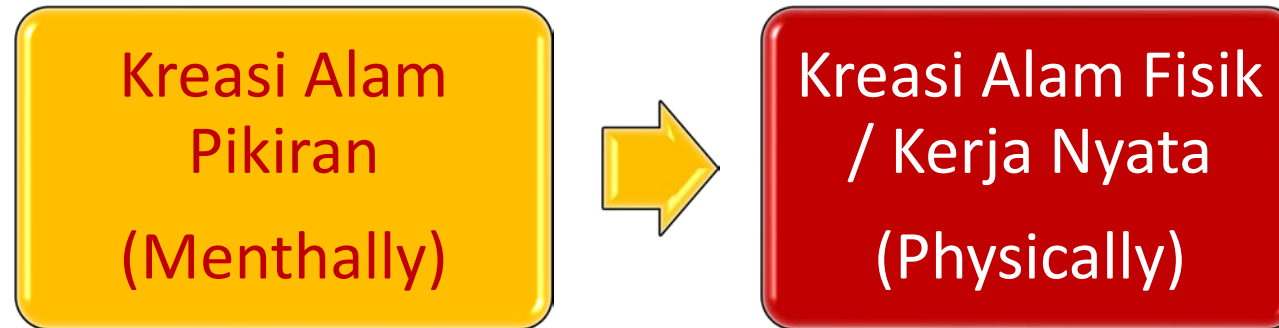
Kenapa Lisa bisa berubah drastis?

Karena dia berpikir **SAYA BISA** dan
berusaha **MEWUJUDKANNYA**

‘Can Do’ Mindset = Berpikir BISA

1.
Mental Creation
preceed
Physical Creation

Segala sesuatu diciptakan dua tahap :



2.

The Power of Mind

YOU ARE

WHAT YOU

THINK

Kekuatan Pikiran

Pikiran memiliki Proses yang Kuat	Pikiran Membuat Arsip Memori dalam Akal	Pikiran Melahirkan Mindset	Pikiran Memengaruhi Intelegualitas	Pikiran Memengaruhi Fisik
Pikiran Memengaruhi Perasaan	Pikiran Memengaruhi Sikap	Pikiran Memengaruhi Hasil	Pikiran Memengaruhi Citra Diri	Pikiran Memengaruhi Harga Diri
Pikiran dan Rasa Percaya Diri	Pikiran Memengaruhi Kondisi Jiwa	Pikiran Memengaruhi Kondisi Kesehatan	Pikiran Melampaui Batas Waktu	Pikiran Tidak Mengenal Jarak
Pikiran Tidak Mengenal Waktu	Pikiran Menambah atau Mengurangi Energi	Pikiran Melahirkan Kebiasaan	Pengaruh Pikiran terhadap Sistem Kerja Akala Bawah Sadar	Pikiran dan Mata Rantai Persepsi

Sumber Pikiran

Orang tua

Keluarga

Masyarakat

Sekolah

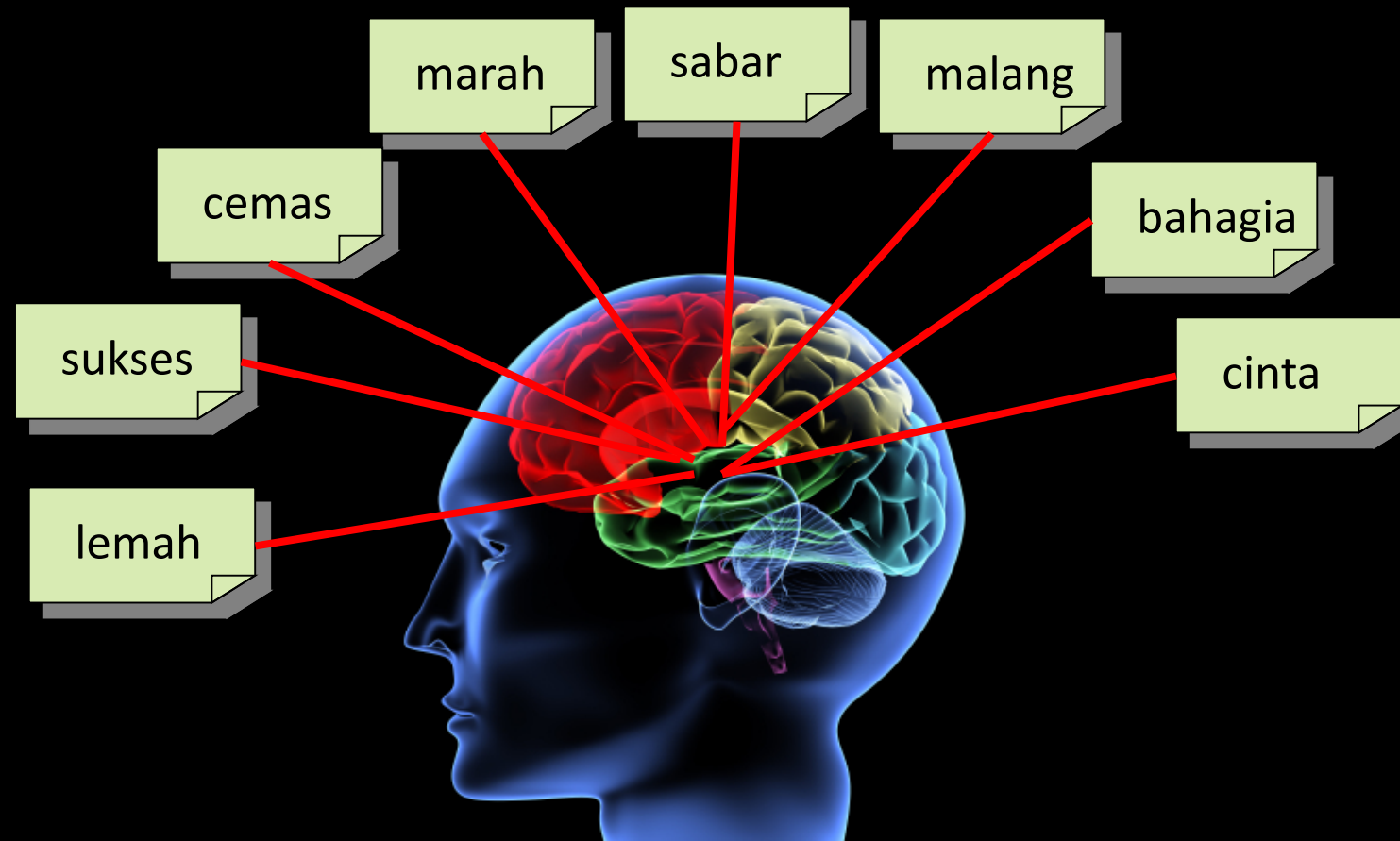
Teman

Media
Massa

**Diri
Sendiri**

‘Can Do’ Mindset berawal dari **DIRI SENDIRI** dan bukan dari lingkungan. Jika kita masih dipengaruhi lingkungan yang kurang baik, berarti kita harus memperkuat **BERPIKIR BISA** agar sebaliknya kita bisa memengaruhi lingkungan kita agar lebih baik lagi

Pikiran Membuat Arsip Memori dalam Akal



Pikiran Melahirkan Mindset



pikiran



pikiran



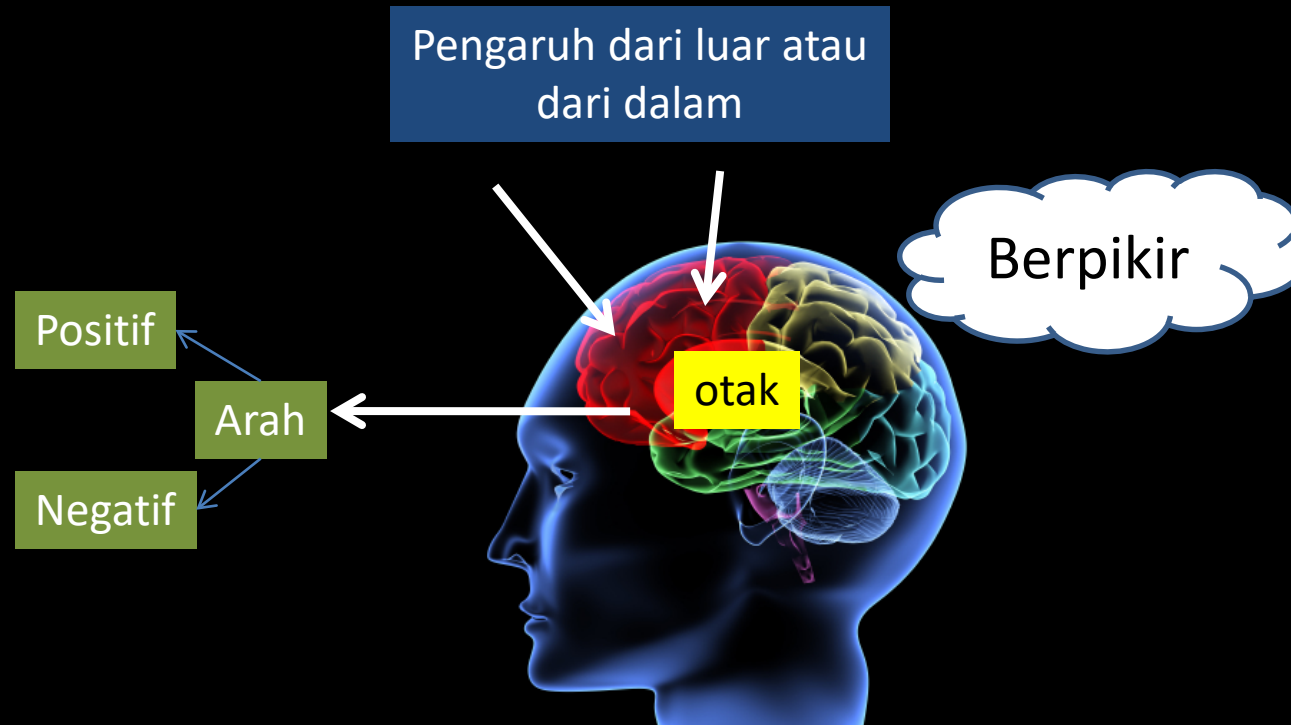
pikiran



pikiran

*Kalau batuk
saya harus
minum Laserin
baru bisa sembuh*

Pikiran Memengaruhi Intelektualitas



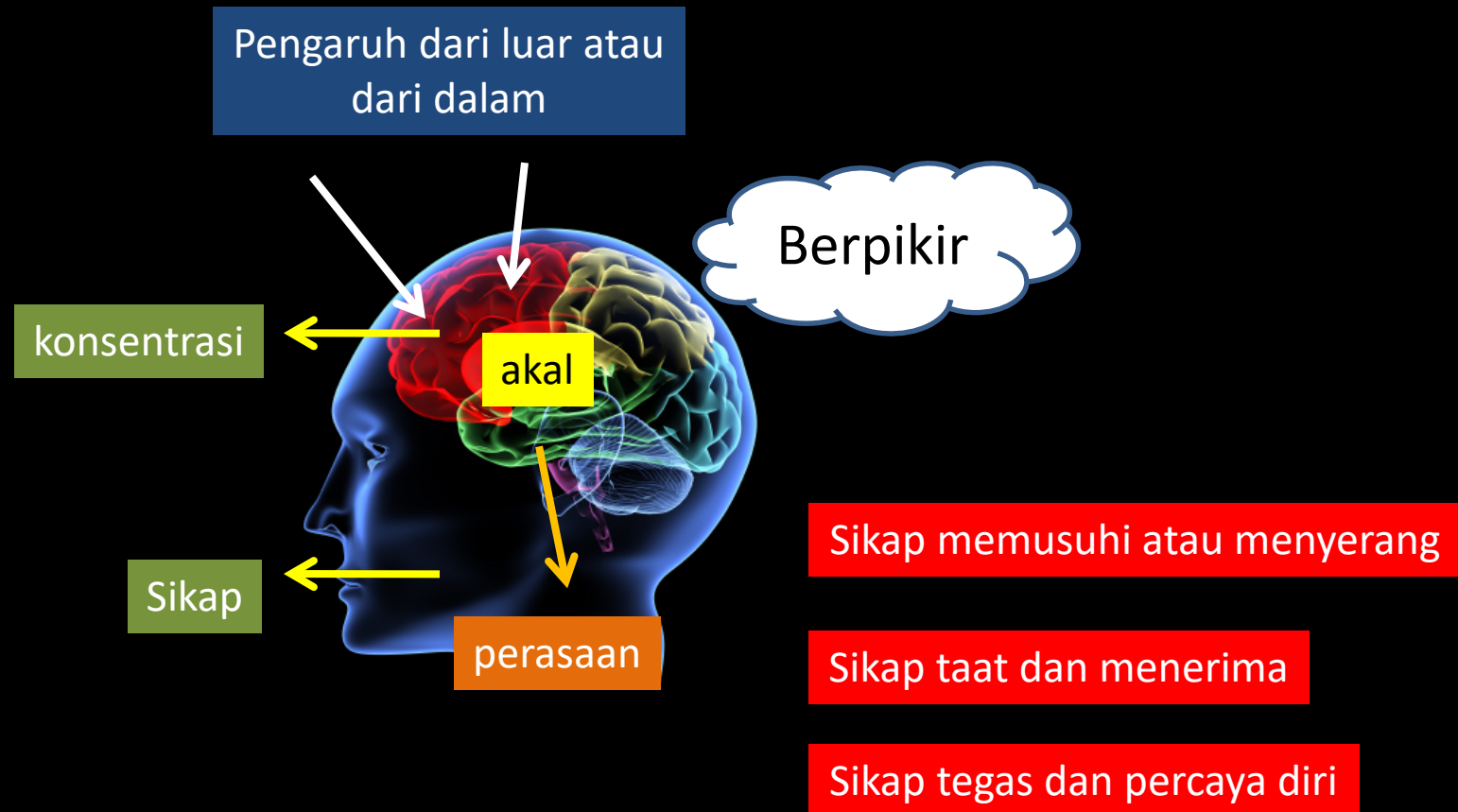
Pikiran Memengaruhi Fisik



Pikiran Memengaruhi Perasaan



Pikiran Memengaruhi Sikap



Pikiran Memengaruhi Sikap

Selalu pikirkan ulang dalam merespon sesuatu karena pikiran dapat menentukan sikap karena sekali kita bersikap maka itu akan menjadi anggapan orang terhadap diri kita

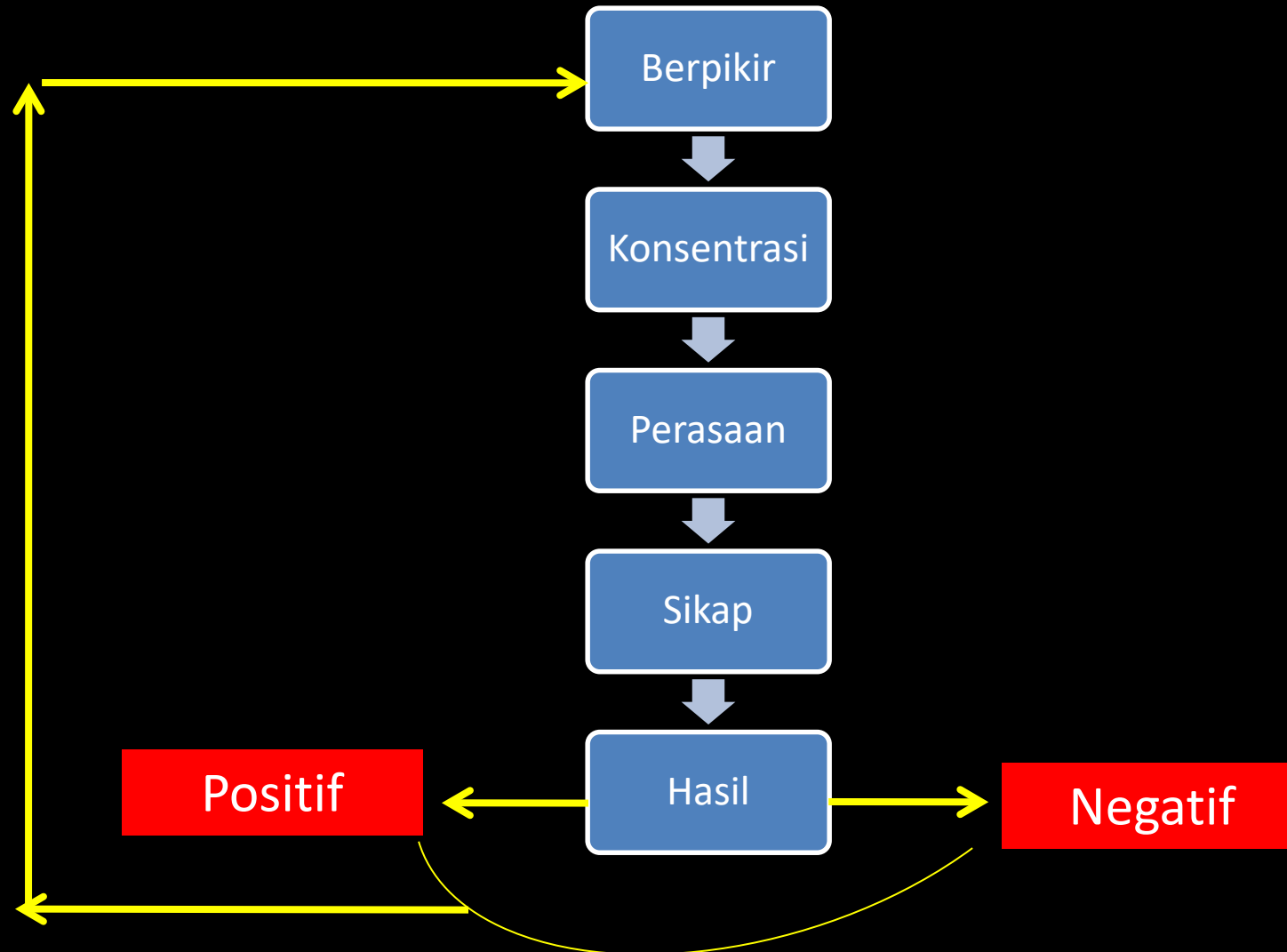
Jagalah pikiran, ucapan, dan tingkah laku kita agar selalu bersikap positif

GREAT ATTITUDE kunci KEBERHASILAN

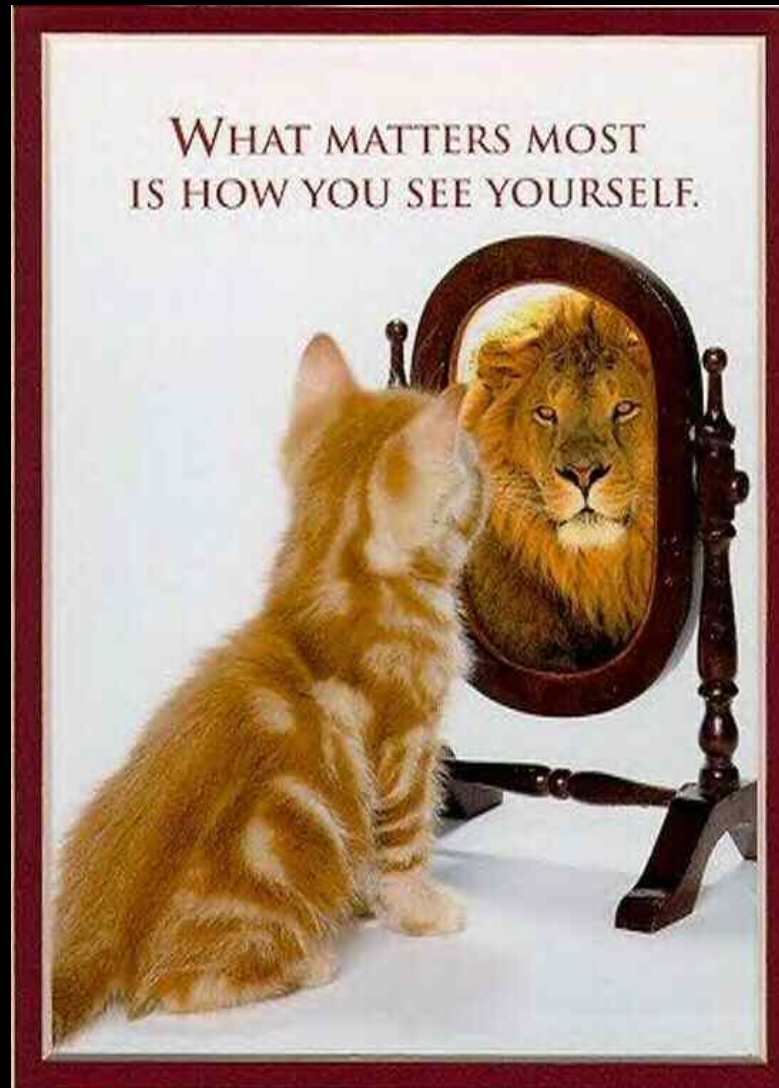
Pikiran Memengaruhi Sikap

“Ada banyak orang hebat di dunia ini. Yang membedakan adalah apakah dia berperilaku baik dan menghormati orang lain atau tidak”

Pikiran Memengaruhi Hasil



Pikiran dan Rasa Percaya Diri



Pikiran Memengaruhi Kondisi Jiwa



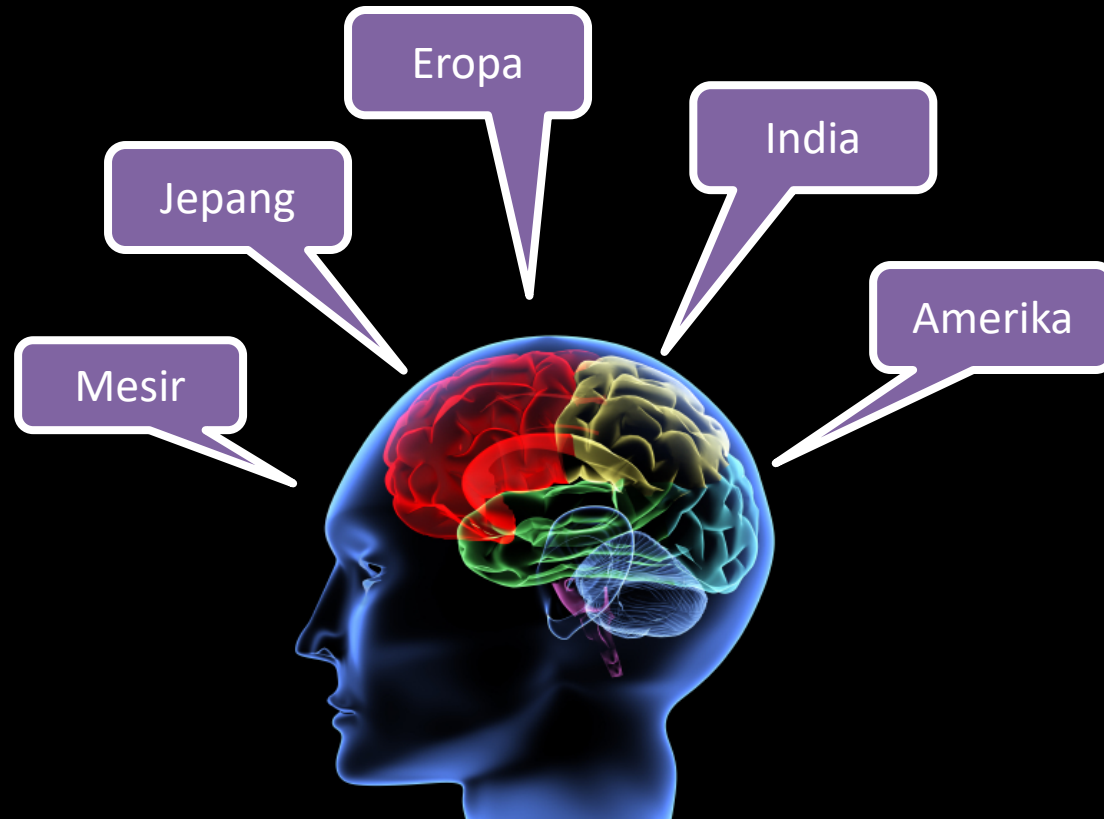
Pikiran Memengaruhi Kesehatan



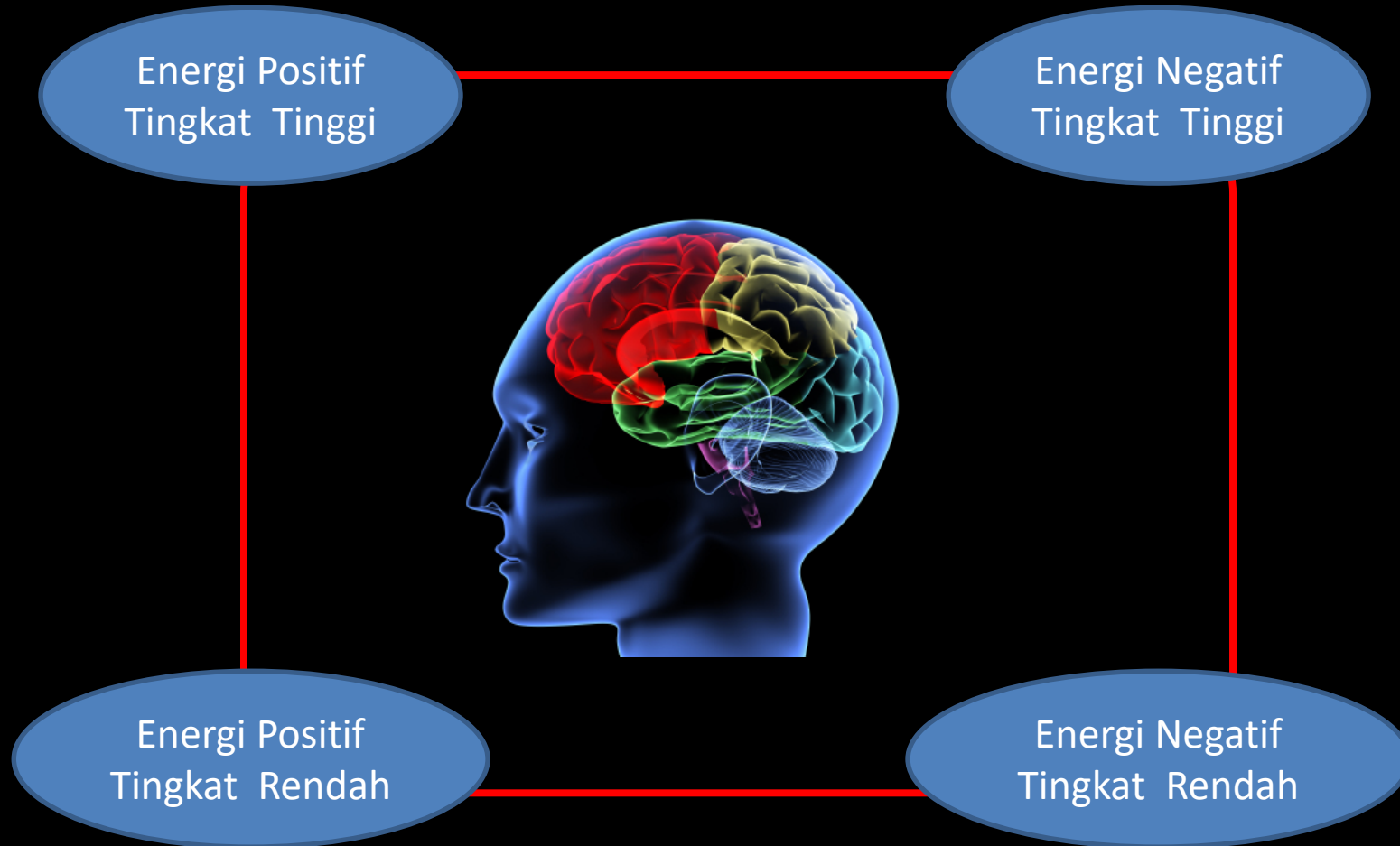
Pikiran Menembus Batas Waktu



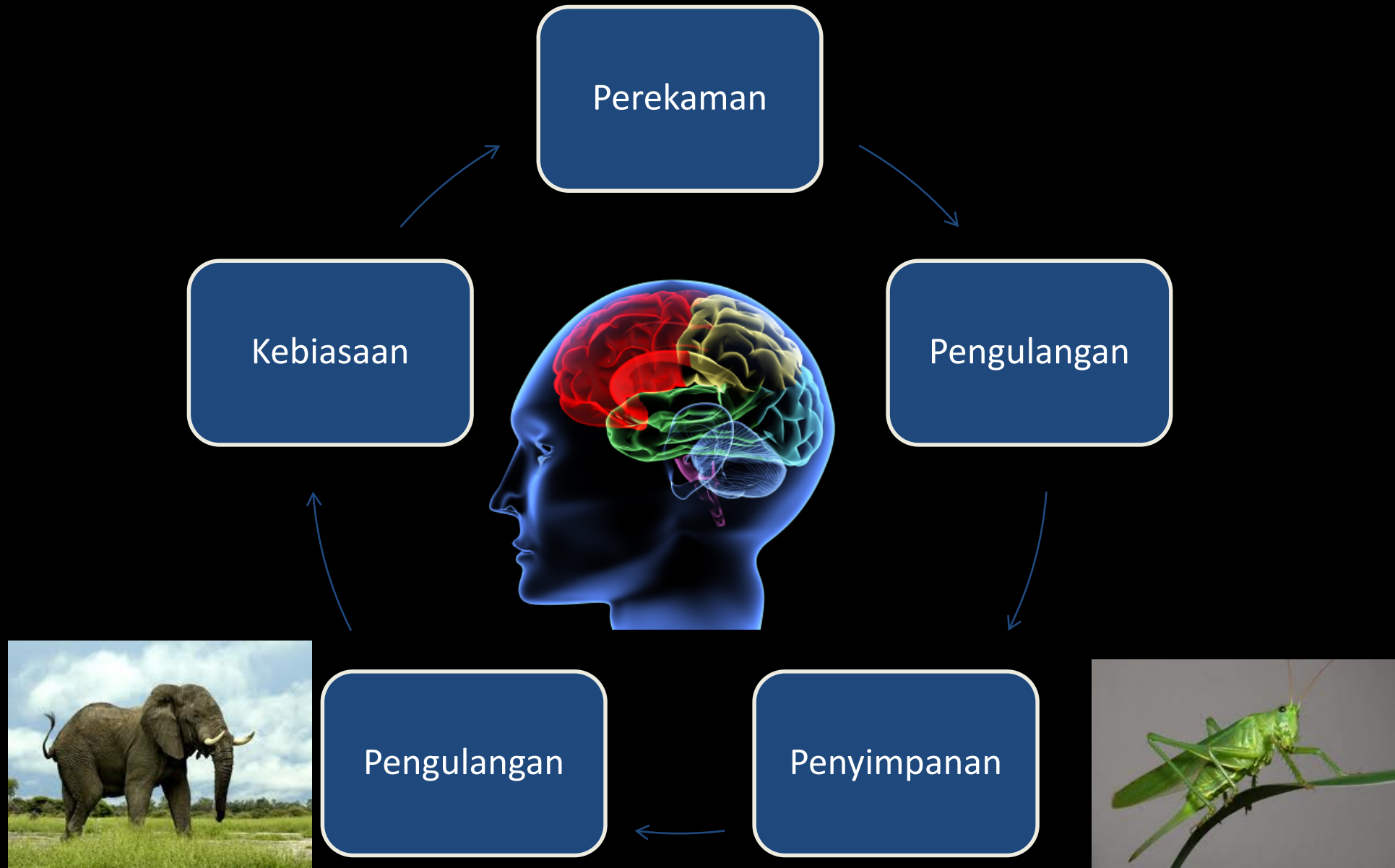
Pikiran Tidak Mengenal Jarak



Pikiran Menambah & Mengurangi Energi



Pikiran Melahirkan Kebiasaan



Pengaruh Pikiran terhadap Sistem Kerja Akal Bawah Sadar



Sistem Kerja Akal Bawah Sadar

Apa pun yang anda pikirkan
pasti menyebar luas

Hukum berpikir paralel

Apa pun yang anda pikirkan pasti menyebar luas sesuai dengan apa yang anda pikirkan. Akal pun memberinya data-data yang sejenis dengan pikiran itu yang tersimpan dalam memori

Hukum Konsentrasi

Apa pun yang menjadi pusat konsentrasi Anda, ia akan mempengaruhi sikap, perasaan, dan perilaku Anda. Ia menyebabkan tiga hal: ketidakpedulian, generalisasi, dan imajinasi

Hukum Korespondensi

Alam batin adalah persepsi, pengertian dan cara pandang seseorang terhadap segala sesuatu dan kehidupan. Alam batin inilah yang menyebabkan adanya alam luar

Hukum Pantulan

Dunia luar adalah pantulan
dunia dalam

Hukum Keyakinan

Apa pun yang Anda yakini sebagai kenyataan, ia akan menentukan sikap dan perilaku Anda, meski sejatinya ia bukan kenyataan

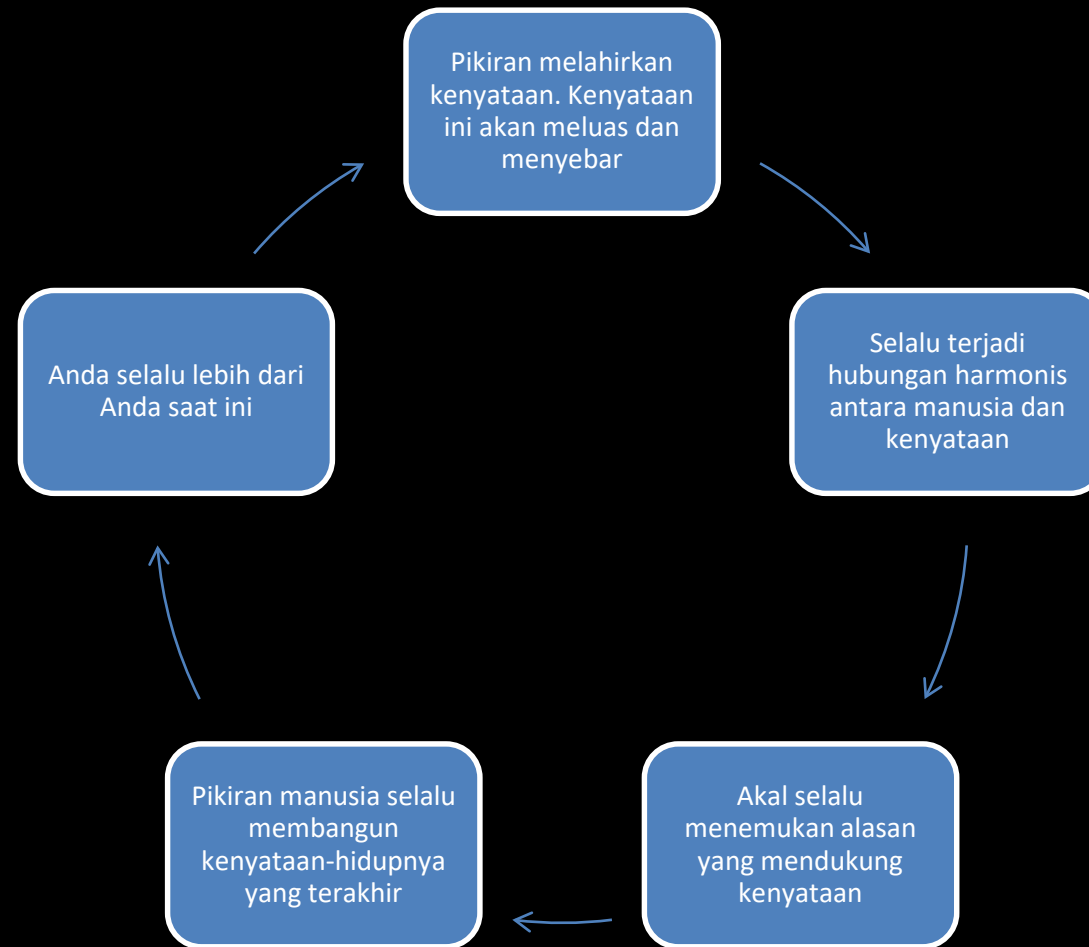
Hukum Sebab-Akibat

Jika Anda melakukan hal yang sama, maka hasilnya sama. Perubahan tidak akan terjadi sampai Anda mengubah penyebabnya

Hukum Akumulasi

Apa pun yang Anda pikirkan dicatat oleh akal dan file khusus terbuka untuknya. Jika pikiran itu berkali-kali Anda lakukan maka data sejenis akan terakumulasi. Hal itu membuat Anda merasakan sesuatu yang sama kendati tidak Anda lakukan di dunia luar

Pikiran dan Mata Rantai Persepsi



GREAT

MIND

GREAT

RESULT

3.

Breaking The Limits

Breaking The Limits! (1)

- Dalam waktu yang lama manusia meyakini adalah hal yang mustahil seorang dapat berlasri sepanjang 1 mil (=1,6 km) dalam waktu kurang dari 4 menit
- Pelatih Tim Olimpiade Atletik Inggris tahun 1903 mengatakan: *“Rekor lari satu mil adalah 4 menit 12,75 detik. Rekor ini tidak mungkin lagi dipecahkan*

Breaking The Limits (2)

- Pada 6 Maret 1954, Roger Bannister memecahkan rekor ini menjadi 3 menit 59 detik
- Roger memasang 4 pelari lain pada setiap $\frac{1}{4}$ mil
- Dalam waktu 30 hari setelah rekor dipecahkan 32 orang telah mampu berlari di bawah empat menit
- Dalam waktu satu tahun berikutnya, sudah ada 317 orang yang memecahkan rekor tersebut



George Dantzig recounted his feat in a 1986 interview for the *College Mathematics Journal*:



I was a grad student at Berkeley working on my Ph.D. I wasn't very good at getting to his class on time. Neyman had a habit of putting homework assignments up on the blackboard at the start of class. When I came in late, I'd copy the problem, take it home and work on it.

On this particular day there were two problems. They seemed more difficult than usual. When I handed in the assignment, I apologized for taking so long. Neyman told me to throw the paper on his desk. If you knew Neyman, you knew his desk was always covered with a huge pile of papers. I threw the paper on the top of the pile and left, never expecting to hear about it again.

One Sunday morning a couple of weeks later he came running over to my house and banged on the door. We lived upstairs. I came down and opened the door. He rushed in and said he had written an introduction to the problems I had solved and was going to submit the paper for publication. It turns out that those two problems were two very well-known, unsolved statistical problems. I had solved them both.

Antara Pilihan dan Batasan

- Setiap manusia memang memiliki batasan
- Tapi tidak satupun dari kita yang tahu batasan itu
- Ketika kita menyatakan bahwa kemampuan kita hanya SEBATAS INI, maka itulah PILIHAN batasan kita

Berpikir Bisa

Penghambat

- Masa lalu
- Masa depan
- Stigma/persepsi negatif
- Lelah mencoba
- Tidak percaya diri

SOLUSI

- Keyakinan Diri
- Menghapus pikiran negatif
- Berpikir bisa = positif
- Terus dan berani mencoba
- Dekat dengan Allah

**Whether you think you can,
or you think you can't--
you're right.**

~Henry Ford~