

## UMUM



# MOTIVASI DIRI

Nooraza Tukiran & Maziah Mohamed Arif

**UNTUK** berjaya, motivasi diri adalah satu perkara yang sangat penting dalam hidup dan dijadikan sebagai panduan. Kita perlu tahu bagaimana untuk memotivasikan diri sendiri. Selain itu, kita juga perlu mempunyai semangat yang tinggi walau berada dalam masalah yang besar dan sukar untuk diselesaikan. Kita harus sentiasa berfikiran positif untuk meraih kejayaan.

Di samping itu, kita juga perlu berusaha dengan lebih gigih dan bersungguh-sungguh untuk belajar daripada orang-orang lain yang telah berjaya. Dengan cara ini, kejayaan akan dapat di capai dengan lebih lancar dan mudah. Terdapat pelbagai definisi untuk motivasi. Ianya bergantung kepada keadaan atau situasi yang berlaku dan boleh dikaitkan dengan motivasi tersebut.

## Motivasi Sebagai Pengarah Tujuan dan Penggerak Tindakan

Perkataan MOTIVASI adalah berasal daripada perkataan Bahasa Inggeris – “*MOTIVATION*”. Perkataan asalnya ialah “*MOTIVE*” yang juga telah dipinjam oleh Bahasa Melayu kepada MOTIF, yang bermaksud TUJUAN. Biasanya di akhbar atau di televisyen kerap wartawan menggunakan ayat “motif penipuan”. Perkataan motif di sini boleh difahami sebagai sebab atau tujuan yang mendorong sesuatu penipuan itu dilakukan. Oleh kerana perkataan motivasi adalah bermaksud sebab, tujuan atau pendorong, maka tujuan seseorang itulah sebenarnya yang menjadi penggerak utama baginya berusaha keras mencapai atau mendapat apa juga yang diinginkannya sama ada secara negatif atau positif. Maka di sini motivasi boleh didefinisikan sebagai sesuatu yang menggerakkan dan mengarah tuju seseorang dalam tindak-tanduknya sama ada secara negatif atau positif.

## Motivasi Sebagai Pendorong

Tujuan atau motif adalah sama fungsinya dengan matlamat, wawasan, aspirasi, hasrat atau cita-cita. Jadi, wawasan, cita-cita, impian, keinginan atau keperluan adalah sebagai contoh seseorang individu atau sesebuah organisasi menjadikannya sebagai pendorong utama yang akan menggerakkan mereka untuk berusaha bersungguh-sungguh bagi mencapai sesuatu yang dihajati. Lebih penting perkara yang ingin dicapai, dimiliki, diselesaikan atau ditujui, lebih serius dan lebih kuatlah usaha seseorang individu dan sesebuah organisasi untuk mencapai apa juga matlamat yang telah ditetapkan. Jadi, dengan matlamat atau hasrat yang lebih penting atau besar, lebih kuatlah pula dorongan atau motivasi seseorang individu itu untuk berusaha bagi mencapai matlamatnya. Untuk keterangan di atas, kita boleh simpulkan bahawa motivasi adalah suatu bentuk dorongan minda dan hati yang menjadi penggerak utama seseorang individu, sesebuah keluarga atau organisasi untuk mencapai apa juga yang diinginkan.

## Motivasi Sebagai Darjah Kesungguhan

Tahap kepentingan sesuatu perkara yang ingin dicapai oleh seseorang individu akan memberi kesan terhadap tahap kesungguhannya untuk berusaha. Walaupun masa untuk mencapainya tidak dapat dipastikan, tetapi jika apa yang diimpikan itu amat penting, ianya akan menjurus ke arah keinginan atau kesungguhan untuk berusaha sehinggalah matlamatnya tercapai dengan sempurna. Bagi keadaan ini motivasi adalah sebagai darjah atau tahap kesungguhan dan tempoh berterusan seseorang individu yang cekal berusaha untuk mencapai tujuan atau matlamatnya.



**“The best way to get started is to quit talking and begin doing.”**

Apabila seseorang individu ingin berjaya mencapai sesuatu matlamat, terdapat beberapa tips motivasi diri yang boleh diaplikasikan dalam diri individu tersebut untuk berjaya. Di sini kita akan membincangkan beberapa tips.

**Potensi Diri** - Untuk berjaya dalam apa-apa bidang, kita perlu sedar bahawa kita mempunyai potensi untuk mencapai matlamat yang telah ditetapkan. Sebagai contoh, jika kita mahu menjadi ahli perniagaan berjaya seperti Tan Sri Mokhtar Al-Bukhary tetapi tidak mempunyai kebolehan untuk berniaga, maka untuk mencapai kejayaan dalam bidang ini adalah sesuatu yang mustahil. Walau bagaimanapun, jika kita minat mengajar dan mempunyai bakat dalam memberi syarahan dan mengharapkan kejayaan yang mana kita mempunyai firma latihan sendiri, bermakna kita mempunyai potensi untuk belajar dan mencapai kejayaan tersebut.

**Mempunyai Keinginan Yang Kuat** - Bagi mendapatkan motivasi diri yang jitu, kita harus mempunyai keinginan yang kuat. Ini dapat membantu kita ketika melalui situasi-situasi yang sukar dan memastikan usaha berterusan untuk melakukan prestasi yang terbaik walau dalam apa jua keadaan sekalipun. Jika berasa seperti keinginan kita semakin berkurangan, apa yang perlu dilakukan ialah melihat kembali kepada impian dan matlamat yang telah ditetapkan sebelum ini. Ia akan memberikan motivasi kepada diri dan meningkatkan lagi rasa keinginan untuk mencapai kejayaan dengan usaha yang gigih.

**Ketahui Arah Tujuan** – Arah tujuan dijadikan sebagai sumber motivasi yang kuat untuk kita mencapai kejayaan. Oleh itu, “tujuan” merupakan inspirasi yang terbaik untuk memberi perangsang dan semangat dalam menghadapi kesulitan yang bakal dihadapi. Ia akan dapat membantu kita melakukan perkara-perkara yang dilihat mustahil pada pandangan manusia normal. Sekiranya hampir berputus asa untuk meneruskan perjalanan, perlu diingatkan tujuan utama kita melakukannya dan motivasi itu akan kembali kepada kita serta merta.



## Motivasi Sebagai Pemangkin Keberanian

Sekiranya kita benar-benar berazam menginginkan sesuatu perkara, rasa malas, takut atau tidak fokus akan menjadi perkara kedua kerana untuk mencapai matlamat akan menjadi perkara utama; maka rasa berani, lebih rajin dan fokus akan timbul. Maka kita boleh mendefinisikan motivasi sebagai sesuatu pemangkin yang menimbulkan dan mewujudkan rasa keinginan yang tinggi, berani dan kesungguhan dalam mencapai sesuatu matlamat yang ditetapkan.

**Berani Mengharungi Cabaran** – Cabaran akan sentiasa wujud dalam hidup kita. Jika kita berhadapan dengan cabaran dalam mengharungi perjalanan hidup untuk berjaya, mungkin ada kecenderungan untuk kita menghentikan perjalanan itu. Dengan memiliki keberanian yang luar biasa kita pasti dapat meneruskan perjalanan itu. Jika berhadapan dalam situasi yang sukar, kita perlu lebih fokus untuk meneruskan langkah ke hadapan dengan lebih yakin. Elakkan berfikir negative seperti bagaimana untuk menamatkan perlumbaan atau berapa banyak lagi cabaran yang akan dilalui sebaliknya kita terus fokus untuk mengambil langkah yang berikutnya dan mencapai matlamat asal kita.

**Lupakan Masa Silam** – Masa silam kita merupakan salah satu faktor yang boleh merencatkan motivasi diri. Pada suatu tahap ia boleh memberi beban yang berat untuk kita pikul. Mungkin pada masa lalu kita telah melakukan kesalahan seperti telah mengecewakan orang yang kita sayang, menyakiti hati orang lain dan sebagainya. Namun semua itu telah menjadi sejarah dalam hidup kita dan pastinya kita tidak mampu untuk mengubah perkara yang telah berlaku. Kita perlu percaya pada diri sendiri bahawa peluang untuk memulakan hidup baru sentiasa ada. Masa depan yang cerah tetap akan dapat dicapai sekiranya kita berani dan berjiwa cecal untuk meneruskan perjalanan hidup.

**Sentiasa berfikiran positif** - Dalam usaha mencapai kejayaan, pasti banyak dugaan mendatang terutamanya dari segi mental. Mental perlu sentiasa stabil untuk menganalisa sesuatu masalah yang dihadapi. Segala permasalahan yang timbul dapat dinilai dengan lebih baik. Kita boleh menyenaraikan langkah alternatif iaitu jalan penyelesaian masalah yang boleh dibuat dengan rasional. Jika kita sentiasa berfikiran positif, segala masalah tersebut akan kita anggap sebagai cabaran yang perlu ditempuh dan tidak akan mengelakkan diri dari menghadapinya kerana kita telah menetapkan matlamat untuk berjaya.

Pelbagai faktor penyebab anda kurang motivasi dalam hidup. Faktor luaran misalnya, pekerjaan yang tidak sesuai, pencapaian yang tidak tercapai, tekanan hidup dari faktor sekeliling anda yang kadangkala tanpa disedari perasaan itu anda alami sendiri. Tips terbaik untuk menghilangkan stress, cubalah perbanyakkan berdoa dan motivasi diri untuk berjaya serta berzikir. Semoga tips motivasi diri yang diberikan di atas boleh membantu anda untuk mengecapi kejayaan dalam hidup. Tidak kira sesusah mana pun cabaran yang dihadapi, teruskan usaha anda menjadi yang lebih berjaya di masa hadapan.

Rujukan:

<http://www.motivasikecemerlanganpelajar.com/amp-ertimotivasi.html>

# Motivation = Success

