

BULETIN

Ymma



“Menjadikan YMMA sebagai
Perusahaan yang ramah
terhadap lingkungan dengan
pengurangan emisi carbon”

Hendrizon

INTRO

Tim Redaksi Buletin
Edisi 128
Januari 2024

Pelindung
Tatsuya Nagata

Penasehat
General Manager dan
Deputy General Manager

Penanggung Jawab
Lili Gunawan

Tim Inti Buletin
Aprilia Widya Sari

Tim Support Buletin

Editor
Sri Kusmiati, Sari Saraswati, Aprilia W

Buletin YMMA
diterbitkan oleh
PT Yamaha Music
Manufacturing Asia
Kawasan MM2100 Blok EE-3
Cikarang Barat Bekasi 17520
Telp. 021-8981380 (Hunting)
Fax. 021-8981387/88

Terima kasih kepada
Manager, Assistant Manager, Supervisor,
Staff, LU/ALL, dan Operator atas
dukungan, informasi dan kontribusinya.

Tim redaksi menerima karya tulis asli
seperti fiksi , puisi, karkatur dan cerpen.
Karya anda dapat dikirimkan ke :
Training Center atau melalui email :

aprilia.widya.sari@music.yamaha.com

Redaktur berhak menyunting tulisan yang
akan dimuat tanpa mengubah isi

YMMA Periode 28

"When life gets you down you know what you've gotta do? Just
keep swimming"

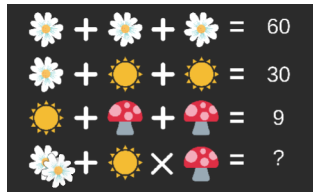
Finding Nemo

Tahun baru adalah momen ideal untuk membuat resolusi yang memotivasi dan menginspirasi. Memasuki tahun 2024, ini saat yang tepat untuk merencanakan kegiatan atau perubahan yang ingin dilakukan sepanjang tahun 2024.

Resolusi 2024 tidak pernah terlambat untuk dirancang. Anda bisa membuat dan menetapkan target kapan hendak memulai target tersebut. Misalnya saja, saat Anda ingin diet, maka tentukan alasan Anda untuk diet. Jika Anda hampir menyerah, atau sudah memulai cara untuk mencapai target, maka jangan pernah ragu untuk bersemangat dan memulai kembali. Manusia cenderung berhasil dalam mencapai tujuan, asalkan Anda memiliki pendekatan yang tepat dan menetapkannya untuk alasan yang tepat. "Sangat penting untuk mencapai resolusi Tahun Baru melalui sudut pandang yang sama dengan menetapkan tujuan."

Salam redaksi

Kuis Buletin YMMA edisi 128:
Januari 2024



*Jawaban kuis dapat dikirim melalui email aprilia.widya.sari@music.yamaha.com atau diserahkan langsung ke staff Education di Training Center. Tulis nama, section dan no.id pada jawaban yang dikirimkan.

Jawaban Buletin YMMA edisi 127:

- Gunung tertinggi di dunia adalah **Gunung Everest**
- Benua beku adalah sebutan untuk benua **Antartika**
- Kota terpadat di dunia adalah **Tokyo**
- Logam apa yang ditemukan oleh Hans Christian Oersted pada tahun 1825? **Aluminium**
- Di mana lukisan Mona Lisa karya Leonardo da Vinci disimpan? **Museum Louvre, Prancis**

Pemenang Kuis :

Edisi 127 : **Marwanto (GA)**

*Hadiah dapat diambil di Training Center

Daftar Isi

Profil.....3
- Hendrizon

Galeri Aktivitas.....5
- Family Day PT YMMA 2023
- Benchmarking dengan Yamaha Motor Parts
Manufacturing Indonesia

Instruktur Kita.....12
- Metode Audit

In Focus.....14
- Jaminan Kecelakaan Kerja (JKK)

Puisi.....16
- Anakku, Negeri yang Ku Tunggu
- Fatamorgana



JANGAN PERNAH TAKUT GAGAL, TAKUTLAH JIKA TIDAK PERNAH MENCOBA

Hendrizon

Halo sobat buletin! Mengawali artikel profile edisi spesial awal tahun ini, kami berkesempatan untuk mewawancarai seorang Assistant Manager dari bagian General Affairs, yaitu Bapak Hendrizon.

Pak Hendrizon, merupakan sosok yang memiliki dedikasi tinggi dalam pekerjaannya di PT YMMA. Sebagai anak pertama dari dua bersaudara, Beliau menempuh pendidikan tinggi di jurusan Teknik Elektro di Universitas Bung Hatta Padang. Pak Hendrizon memiliki beragam hobi, mulai dari traveling, jogging, hingga memasak. Keberagaman minat ini mencerminkan kepribadiannya yang dinamis dan suka tantangan seperti mendaki gunung bersama teman-teman atau komunitasnya.

Sebelum bergabung dengan YMMA, Pak Hendrizon memiliki pengalaman sebagai Staff Maintenance di industri hotel. Namun, pada tahun 1998, beliau memutuskan untuk bergabung dengan YMMA sebagai Staff Maintenance. Keputusannya untuk bergabung dengan Yamaha Group dipengaruhi oleh reputasinya yang besar di dunia.

Bagi Pak Hendrizon, beliau melihat YMMA bukan hanya sebagai tempat kerja, tetapi sebagai basis perusahaan alat musik dunia yang dapat membahagiakan masyarakat global. Salah satu kontribusi luar biasa Pak Hendrizon untuk YMMA adalah implementasi kaizen hemat energi yang berhasil menghemat hingga 6 juta Kwh selama 5 tahun, setara dengan penghematan sekitar 800.000 USD. Tindakan ini tidak hanya menunjukkan dedikasinya terhadap perusahaan, tetapi juga komitmennya terhadap isu-isu lingkungan. Dari kontribusinya ini, Bapak yang menyukai group music rock Guns N' Roses, Europe & Chicago ini berhasil membawa nama YMMA menjadi Finalis Yamaha Award kategori Proses Inovasi di tahun 2022.

Meskipun begitu, tentunya dalam hal pekerjaan tak jarang beliau harus dihadapi dengan tantangan dan kendala. Terutama karena lingkup tanggung jawab yang luas sebagai pimpinan grup Facility Maintenance dengan fokus publik servis karyawan YMMA, dengan visi mengedepankan keberlanjutan, Pak Hendrizon memiliki target untuk menjadikan YMMA sebagai perusahaan yang ramah lingkungan, dengan pengurangan emisi karbon (CO_2) sebesar 55% hingga tahun 2030. Hal ini senada dengan salah satu misi dari Yamaha Corporation yang memperhatikan dampak lingkungan dan menjunjung tinggi filosofi YMMA yaitu berperilaku bersih, taat peraturan dan berkontribusi kepada Masyarakat.

Upaya untuk mencapai target ini melibatkan kaizen berkelanjutan, seperti efisiensi energi listrik dan air, serta konservasi energi. Hal ini sudah dicanangkan oleh beliau dan tim sejak tahun 2018 sebagai bagian dari project Komite Hemat Energi yang membawanya menjadi Finalis Yamaha Award pada tahun 2022.



Sebagai tokoh inspiratif, Pak Hendrizon mengidolakan Bung Hatta, seorang tokoh proklamator dan bapak bangsa Indonesia. Dari sosok Bung Hatta ini, Pak Hendrizon dapat menerapkan nilai-nilai positif kedalam grup kerja yang dipimpinnya. Salah satu cara development yang bisa dijadikan contoh adalah memberikan kesempatan di forum diskusi rutin bagi para member untuk menyampaikan saran dan ide perbaikan secara terbuka. Ini juga bisa menjadi ajang belajar bagi para member yang lain untuk berani berpendapat dan memiliki pola pikir Kaizen Mindset agar pekerjaan yang dilakukan menjadi terus membaik secara kontinu. Selalu belajar dari kesalahan dan jangan pernah takut gagal.

Sebagai seorang pimpinan, Pak Hendrizon selalu berusaha untuk memberikan dorongan, bimbingan, dukungan dan menjadi sosok teman bagi para membernya sehingga tercipta teamwork yang baik di pekerjaan. Di luar karirnya; sebagai seorang ayah, pengalaman paling berkesan dalam hidup Hendrizon adalah saat berhasil mendidik kedua anaknya dari kecil hingga mereka diterima di jurusan favorit salah satu universitas terbaik di Indonesia dan sisulung berhasil diterima kuliah S2 beasiswa di Universitas favorit di Malaysia tahun ini. Kesuksesan ini menjadi bukti nyata dari perhatian dan dukungan yang diberikan Pak Hendrizon terhadap pendidikan anak-anaknya.

Motto hidup Pak Hendrizon mencerminkan semangatnya yang tinggi: "Jangan pernah takut gagal, takutlah jika tidak pernah mencoba." Filosofi ini menjadi pendorongnya untuk terus maju dan berkembang dalam karier dan kehidupan pribadinya.

Pak Hendrizon mengajak pembaca untuk menganggap bekerja di YMMA seperti bekerja di "rumah sendiri". Semangat kerja yang dijaga, sikap positif tanpa keluhan, dan keinginan untuk terus belajar adalah kunci untuk berkembang dan bersaing dalam era kemajuan teknologi. Dengan bantuan teknologi yang semakin mudah dewasa ini, kita bisa memulai dari melihat hal-hal baru di internet di berbagai platform dan menghubungkan dalam pekerjaan agar terciptanya pekerjaan yang baik dan perbaikan yang inovatif.

Di akhir wawancara, dengan harapannya yang tinggi, beliau berpesan agar setiap individu memiliki tekad untuk terus maju dan berkembang agar dapat memberikan kontribusi positif untuk kemajuan perusahaan dan kebahagiaan umat manusia di seluruh dunia. Semoga kita bisa mengambil pesan positif dari beliau ya sobat. Demikian akhir dari artikel ini, sampai jumpa di edisi berikutnya!



Kewajiban Wajib Pajak Melakukan Padanan NIK dengan NPWP

Dalam menjalani aktivitas sehari-hari, baik ketika di rumah, tempat kerja, maupun ketika berbelanja di restaurant dan supermarket, tanpa sadar kita tidak pernah terlepas dari pajak. Pajak merupakan sumber utama pendapatan negara dalam melakukan aktivitasnya, khususnya untuk Pembangunan.

Semakin besar pembayaran pajak yang dilakukan WP dan semakin ketat pungutan pajak yang dilakukan oleh Direktorat Jenderal (Ditjen) Pajak tentunya dapat mendorong pertumbuhan Indonesia dan membuat negara kita semakin tangguh

Pada dasarnya setiap orang ataupun badan merupakan Wajib Pajak (selanjutnya disebut WP) yang memiliki hak dan kewajiban perpajakan sebagai bagian dari peran sertanya dalam Pembangunan Negara. Setiap WP diberikan identitas berupa Nomor Pokok Wajib Pajak atau yang biasa dikenal dengan NPWP, yang bertujuan untuk mempermudah pengawasan administrasi dan ketertiban WP dalam membayar pajak.

Beragam upaya telah dilakukan pemerintah, dalam hal ini diwakili oleh Ditjen Pajak untuk memaksimalkan pendapat negara melalui penerimaan pajak, hanya saja masih terdapat beragam celah yang memungkinkan WP untuk tidak memenuhi kewajibannya. Oleh karenanya, di tahun 2021 melalui Undang-Undang Harmonisasi Peraturan Perpajakan, pemerintah membuat trobosan yang bernama Single Identity Number (SIN).



Sistem Single Identity Number (SIN) merupakan sistem yang mengintegrasikan nomor identitas penduduk dan nomor pokok wajib pajak menjadi satu nomor tunggal yang disebut single identity number (SIN).

Integrasi NIK dan NPWP ini membantu proses sinkronisasi, verifikasi, dan validasi dalam rangka pendaftaran dan perubahan data wajib pajak sekaligus untuk melengkapi database master file wajib pajak. Sehingga kedepannya, Ditjen Pajak akan memiliki akses terhadap data dan informasi yang berkaitan dengan pelaporan pajak seperti kegiatan usaha, peredaran pajak, penghasilan/kekayaan, transaksi keuangan, lalu lintas devisa, kartu kredit, serta laporan keuangan/kegiatan usaha dari pihak ketiga.

Kebijakan integrasi tersebut berlaku sejak 14 Juli 2022, dan akan efektif digunakan serentak pada 1 Juli 2024. Dengan diberlakukannya kebijakan tersebut, baik Wajib Pajak Orang Pribadi, Wajib Pajak Badan dan Wajib Pajak Cabang diwajibkan untuk melakukan pemadanan data maksimal sampai dengan tanggal 01 Juli 2024. Bagi Wajib Pajak yang tidak melakukan pemadanan data NIK dan NPWP, maka nantinya akan mengalami kesulitan dalam mengakses layanan perpajakan, seperti dalam pelaporan Surat Pemberitahuan Tahunan (SPT) dan aktivasi Electronic Filing Identification Number (EFIN).

Lahirnya terobosan integrasi data NIK dengan NPWP tersebut, diharapkan dapat meningkatkan tax ratio karena mampu mendorong kepatuhan pajak melalui sistem self-assessment (sistem penghitungan pajak mandiri). Selain itu, wajib pajak akan semakin sulit untuk melakukan tindakan pemalsuan nominal pajak karena seluruh data sudah terintegrasi.

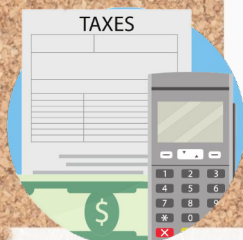


Cara Melakukan PEMADANAN NIK DAN NPWP

**01**

Cek Validasi NIK

1. Kunjungi djponline.pajak.go.id melalui browser Anda
2. Masukkan 16 digit NIK dan kata sandi akun DJP Online.
3. Klik "Login".
4. Jika login berhasil, artinya NIK sudah terhubung dengan NPWP.

**02**

Pemadanan NIK dengan NPWP

1. Masuk ke laman <https://djponline.pajak.go.id/>
2. Masukkan nomor NPWP 15 digit dan kata sandi akun DJP Online
3. Isi kode keamanan (captcha)
4. Klik "Login". Pilih "Profil" dan "Data Profil"
5. Masukkan NIK 16 digit, periksa validitas dengan memilih "Validasi"
6. Klik "Ubah profil"
7. Logout dan login kembali menggunakan NIK
8. Jika NIK tercantum dengan status valid (warna hijau), pemadanan NIK dengan NPWP telah berhasil



FAMILY VISIT PT YMMA 2023 BATCH 8

PT YMMA kembali mengadakan kegiatan rutin yaitu Family Visit pada tanggal 4 Januari 2024. Tidak terasa kali ini adalah Family Visit - Batch ke 8 setelah sempat terhenti karena Pandemi COVID-19. Kegiatan ini menjadi agenda rutin dari Section Industrial Relations dan Employee Relations ASEAN Project yang diadakan setiap tahun (2 kali dalam setahun), dengan tujuan untuk menumbuhkan keselarasan antara Program Manajemen dengan Program Serikat Pekerja untuk mengedukasi keluarga karyawan bahwa perusahaan adalah sumber kehidupan pekerja yang harus dijaga bersama, serta menambah pengetahuan tentang proses pembuatan alat musik di PT YMMA.

Family Visit - Batch 8 diikuti oleh 32 orang keluarga karyawan yang terdiri dari 13 orang dewasa dan 19 anak-anak mulai dari umur 5 tahun sampai dengan 17 tahun. Peserta Family Visit merupakan keluarga dari 10 karyawan PT YMMA yang berasal dari 7 Section berbeda yang telah didaftarkan sebelumnya ke Sekretariat Industrial Relations, dengan mengisi form pendaftaran terlebih dahulu yang telah didistribusikan kepada karyawan dengan level tertentu, dengan syarat utama pendaftaran yaitu :

1. Keluarga karyawan yang dimaksud adalah suami/istri karyawan, dan anak.
2. Rentang usia anak adalah dari usia 5 tahun - 17 Tahun.

Acara dimulai pukul 09.00 WIB diawali dengan sambutan dari Manager Industrial Relations yaitu Bapak Puguh A.S, dan dilanjutkan dengan pengenalan perusahaan serta pemutaran video company profile dan video proses produksi.

Pukul 09.30 WIB acara dilanjutkan dengan factory tour yang diawali dengan penjelasan singkat tentang rute factory tour serta cara penggunaan *Tour Guide System* (alat bantu untuk

mendengar penjelasan dari pemandu) kepada peserta dan dilanjut dengan pembagian peserta menjadi 3 kelompok. Rute factory tour kali ini masih sama dengan rute pada Family Visit sebelumnya.

Pukul 11.00 WIB peserta kembali ke ruangan dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dengan perwakilan Manajemen yang diwakili oleh Bapak Lili Gunawan Dept. HRGA, Bapak Ferry Krisanto dari Dept. PE & QA, Bapak Rudi Rianto dari Dept. Logistik, dan Ibu Retno S. dari Dept. PC yang dilanjutkan sambutan dari Bapak Nagata selaku Presiden Direktur PT YMMA. Pertanyaan yang diajukan para peserta beragam



mulai dari proses produksi sampai dengan proses yang berkaitan dengan pekerjaan anggota keluarga. Pukul 11.45 WIB karyawan bergabung dengan peserta untuk sesi penyerahan kenangan dan foto bersama Presdir beserta keluarga dilanjutkan dengan foto bersama seluruh peserta dan Manajemen.

Setelah foto bersama, peserta dipersilahkan untuk menikmati makan siang yang telah disediakan, sambil beramah tamah dengan Manajemen dan juga sesama peserta Family Visit. Pukul 13.00 acara ditutup dengan ucapan terimakasih atas partisipasinya pada acara ini yang diwakili oleh Bapak Lili Gunawan.

Kesan dari para peserta setelah mengikuti kegiatan ini mereka sangat senang karena dapat berkunjung ke PT YMMA, selain mendapat banyak ilmu dan pengalaman tentang proses produksi alat musik yang ada di PT YMMA, mereka juga jadi lebih mengetahui lebih jelas tentang pekerjaan keluarga mereka di PT YMMA.



Safety Riding 2023



Di Indonesia jumlah pengendara motor sangat banyak. 15% karyawan Yamaha Music Manufacturing Asia (YMMA) terdata mengendarai motor menuju perusahaan. Dan sebagian besar lainnya mengendari motor saat menuju ke pool bus jemputan perusahaan.

Dengan latar belakang itu, YMMA bekerjasama kembali dengan Yamaha Indonesia Motor Manufacturing (YIMM) dan Yamaha Riding Academy (YRA) dalam penyelenggaraan pelatihan safety riding. Pada tanggal 23 November 2023 diselenggarakan pelatihan teori safety riding. Kemudian pada tanggal 29 November 2023 dilaksanakan kegiatan praktek

berkendara. Tahun 2022 yang lalu kegiatan ini sudah pernah dilakukan. Tujuan kegiatannya pun masih sama, yaitu untuk menciptakan calon instruktur training safety riding di internal YMMA. Serta tujuan utamanya adalah untuk mengurangi jumlah kecelakaan lalu lintas karyawan yang mengendarai motor.

Sama seperti tahun lalu, dalam kegiatan kali ini pun disediakan jasa Servis Kunjung Yamaha yang bekerja sama dengan salah satu dealer di Bekasi yaitu Dealer Putra. Dealer Putra memberikan servis gratis kepada 20 motor karyawan. Meliputi penggantian oli dan busi. Dealer tersebut juga menyediakan display produk unit motor Yamaha keluaran terbaru.



>>>

Pendidikan di dalam kelas

>>>
Persiapan praktek
mengendarai motor



>>>

Pelayanan gratis dan display
unit Yamaha Motor

>>>
Praktek mengendarai
motor



>>>

Foto Bersama

KARTU PERUBAHAN PROSES

Salam Mutu!

Pada kesempatan kali ini, kami akan memperkenalkan mengenai Kartu perubahan proses yang biasa dikenal dengan kartu 4M. Berdasarkan Manual Quality Management System (QMS) ISO 9001 PT YMMA MNL.SMM-0011 “MANUAL TAHAP PROSES PRODUKSI” bahwa setiap terjadi perubahan pada proses produksi dilakukan pengendalian. Perubahan yang terjadi pada proses produksi dapat berupa perubahan pada manusia, material, metode, mesin/alat & jig, dengan satu perubahan yang dapat mempengaruhi proses dan mutu barang yang dihasilkan. Perubahan abnormal merupakan perubahan yang terjadi pada manusia, material, metode, mesin/alat, atau jig, dengan kejadian lebih dari satu perubahan yang mempengaruhi proses dan mutu barang yang dihasilkan. Khusus untuk perubahan Manusia yang terjadi ALL/LL produksi memvisualkan pada papan pengendalian perubahan. Setiap perubahan dituangkan dalam Kartu perubahan yang digunakan pada saat melakukan pengendalian perubahan dan Perubahan Abnormal. Untuk bagian PQC memastikan pemenuhan persiapan perubahan terhadap informasi LIP dan memastikan mutu barang secara sampling.

Jenis Perubahan	Warna Kartu
Manusia (Direct /InDirect)	Kuning
Mesin	Biru Muda
Material	Hijau
Metode	Merah Muda
Jig	Putih
Kondisi Line	Orange
Rework	Merah
Service Part	Biru Tua

Dan untuk kali ini akan dibahas mengenai jenis perubahan “MANUSIA” terhadap pekerjaan baik direct atau indirect. Kartu yang diterbitkan adalah yang berwarna Kuning. Adapun ketentuan penerbitan kartu perubahan ini yang dilakukan oleh ALL/LL produksi adalah sebagai berikut :

1. Setiap operator pengganti harus dilakukan penerbitan kartu Kontrol Perubahan

Operator pengganti harus yang mempunyai skill yang bisa menggantikan operator regular (skillnya sama) dan tertera pada skill Card

2. Operator baru

Operator baru pertama kali melakukan proses harus diterbitkan kartu Kontrol Perubahan manusia. Operator baru tersebut bisa menggantikan operator reguler bila proses yang digantikannya sama dengan proses yang sedang dikerjakannya (training).

Contoh kartu perubahan “ Manusia”

PERUBAHAN MAN DIRECT		F PRO-055/R1		
		Dibuat		Diperiksa
		LL/ALL		SPV
Identifikasi Perubahan				
Tanggal				
Lino				
Model/ Spek				
Shift				
Nama Operator Pengganti				
Nama Proses				
Alasan Perubahan				
Tabel Pengecekan Perubahan Manusia				
No	Item Pengecekan	Hasil Pengecekan		
A. Persiapan Pekerjaan				
1	Pastikan skill operator sesuai dengan proses yang digantikan			
2	Update warna pin sesuai dengan kondisi aktual			
B. Pelaksanaan Pekerjaan				
4	Lakukan bimbingan cara kerja dengan metode TWI-JI			
5	Jelaskan point penting yang ada di Spek Pro, FPK, dan keselamatan			
		Awal	Tengah	Akhir
6	Praktikan cara kerja yang dilakukan operator sesuai dengan yang diajarkan (@ 3 siklus)			
C. Hasil Pekerjaan				
7	Lakukan pengecekan mutu barang yang dihasilkan (min @ 3 siklus)			
KETERANGAN				
1. Diisi dengan memberit, o.k. di bagian kolom "Hasil Pengecekan"				
2. Khusus item "Check Mutu Barang" --> pencatatan no. identitas FG/WIP di bagian belakang				

Kontrol perubahan ini sangat penting terhadap mampu telusur terhadap kondisi mutu didalam proses produksi.

Mari kita bersama-sama memberikan prioritas utama untuk mewujudkan Zero Defect. Sehingga dengan demikian YMMA akan dapat mewujudkan “Kepuasan Pelanggan”.

Terima kasih. Sampai jumpa lagi di materi berikutnya mengenai kontrol perubahan yang terjadi dikarenakan “MESIN”

“MARI CIPTAKAN MUTU DIDALAM PROSES”



GROWTH MINDSET

PART 1

Sumber gambar: parapuan.co

Pernahkah terpikir dalam benak Anda bahwa untuk meraih kesuksesan harus meniti jalur karier atau bidang studi yang sesuai dengan minat, bakat, kecerdasan, atau karakteristik kepribadian? Kenyataannya tidak semata-mata demikian. Kesuksesan tidak hanya bergantung pada faktor bawaan yang ada pada diri kita, melainkan juga tergantung pada bagaimana cara kita memandang dan menghadapi berbagai tantangan dalam hidup.

Salah satu teori yang menarik dan relevan dalam konteks ini adalah “growth mindset” atau pola pikir yang berkembang. Teori ini diperkenalkan oleh Dr. Carol S. Dweck dalam bukunya yang berjudul “Mindset: The New Psychology of Success” pada tahun 2006.

Secara sederhana, growth mindset adalah pola pikir yang menekankan pada pertumbuhan dan perkembangan. Orang yang memiliki growth mindset tidak akan berdiam diri atau puas dengan apa yang sudah dimilikinya, namun akan selalu bersemangat untuk terus belajar dan mengembangkan diri.

Penasaran dengan pembahasan growth mindset meliputi pengertian, manfaat, dan contohnya lebih dalam? Berikut ini rangkumannya hanya untuk Anda. Yuk, disimak!

Pengertian Growth Mindset

Pola pikir merupakan aspek penting dalam menentukan keberhasilan dan kemajuan seseorang dalam hidup. Salah satu pola pikir yang dapat membawa seseorang menuju kesuksesan adalah growth mindset atau pola pikir berkembang. Growth mindset dapat diartikan sebagai keyakinan bahwa kemampuan dan bakat seseorang bukanlah sesuatu yang tetap, melainkan dapat berkembang dengan usaha dan dedikasi.

Seseorang dengan growth mindset percaya bahwa kemampuan, keterampilan, dan bakat yang dimilikinya sejak kecil hanyalah awal dari perjalanan menuju kemajuan. Mereka tidak takut

untuk menghadapi tantangan dan berkomitmen untuk terus belajar dan menggali potensi diri. Kegagalan bukanlah akhir dari segalanya bagi mereka, tetapi justru sebagai batu loncatan untuk menjadi lebih baik.

Sebagai pemilik growth mindset, mereka tidak terlalu fokus pada pencapaian akhir atau terlihat pintar di hadapan orang lain. Mereka menghargai proses belajar dan perkembangan diri sebagai hal yang berarti dalam hidup. Mereka paham bahwa kesuksesan sejati tidak datang dengan instan, melainkan melalui usaha dan dedikasi yang berkelanjutan.

Berbeda dengan pola pikir tetap, di mana seseorang cenderung melihat kegagalan sebagai tanda ketidakmampuan dan berusaha menghindari tantangan yang berisiko menghadirkan kegagalan, pemilik growth mindset melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh. Mereka tidak merasa terintimidasi oleh kesulitan dan berani mengambil resiko demi kemajuan diri.

Salah satu aspek penting dari growth mindset adalah sikap terbuka terhadap kritik dan masukan. Mereka menerima kritik dengan lapang dada karena menyadari bahwa hal tersebut dapat membantu mereka berkembang dan meningkatkan kualitas karya atau usaha mereka. Sikap ini berbeda dengan pola pikir tetap yang cenderung defensif dan merasa tersinggung oleh kritik.

Apa keuntungan memiliki growth mindset?

Growth mindset telah menjadi konsep yang semakin dikenal dan diakui dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk pendidikan, bisnis, dan karier. Pada dasarnya, growth mindset mengajarkan kita untuk percaya bahwa kemampuan, bakat, dan keterampilan dapat terus berkembang melalui usaha, dedikasi, dan ketekunan. Berikut lima manfaat penting yang Anda dapatkan jika memiliki growth mindset:

1. Menghadapi Tantangan dengan Percaya Diri

Salah satu manfaat utama dari memiliki growth mindset adalah kemampuan untuk menghadapi tantangan dengan percaya diri. Orang dengan pola pikir berkembang tidak takut untuk mencoba hal-hal baru atau menghadapi kesulitan karena mereka percaya bahwa mereka bisa belajar dan berkembang dari pengalaman tersebut. Dalam dunia yang terus berubah dan kompetitif, sikap ini menjadi kunci untuk mengatasi tantangan dan meraih kesuksesan.

2. Mengubah Pandangan terhadap Kegagalan

Manfaat berikutnya dari growth mindset adalah perubahan pandangan terhadap kegagalan. Bagi pemilik pola pikir tetap, kegagalan sering dianggap sebagai akhir dari segalanya dan menghambat kemajuan. Namun, orang dengan growth mindset melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh. Mereka menyadari bahwa dari setiap kegagalan, ada pelajaran berharga yang dapat diambil untuk menjadi lebih baik di masa depan.



3. Meningkatkan Motivasi dan Ketekunan

Growth mindset membantu meningkatkan motivasi dan ketekunan. Keyakinan bahwa usaha dan dedikasi dapat membawa perubahan positif membuat orang lebih termotivasi untuk terus berusaha. Mereka tidak mudah menyerah di tengah jalan dan bersedia menghadapi rintangan dengan tekad yang kuat. Inilah yang membuat mereka mampu mengatasi hambatan dan mencapai tujuan mereka.

4. Mendorong Belajar yang Lebih Aktif

Pemilik growth mindset cenderung memiliki sikap terbuka terhadap pembelajaran. Mereka selalu berusaha untuk memperluas pengetahuan dan keterampilan karena percaya bahwa potensi untuk belajar tidak ada batasnya. Hal ini mendorong untuk mencari kesempatan belajar baru, mengambil kursus, atau mengembangkan keterampilan baru yang relevan dengan tujuan mereka. Dengan demikian, Growth Mindset memicu belajar yang lebih aktif dan berkelanjutan.

5. Meningkatkan Kinerja dan Prestasi

Manfaat terpenting dari growth mindset adalah meningkatkan kinerja dan prestasi. Ketika seseorang memiliki keyakinan bahwa mereka dapat terus berkembang, mereka lebih cenderung menghadapi tantangan, belajar dari kegagalan, dan terus meningkatkan diri. Hal ini membuka peluang untuk meraih kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan, baik dalam karier, bisnis, maupun kehidupan pribadi.

Cara Mengembangkan Growth Mindset

Jika Anda ingin mengembangkan growth mindset, berikut adalah beberapa cara yang dapat Anda lakukan sebagaimana dilansir dari Psychology Today:

1. Ubah Pandangan tentang Kegagalan

Langkah pertama dalam melatih growth mindset adalah mengubah pandangan tentang kegagalan. Alihkan fokus dari perasaan gagal yang menghambat kemajuan menuju kesempatan untuk belajar. Lihat setiap kegagalan sebagai peluang untuk tumbuh dan berkembang. Bertanyalah pada diri sendiri, "Apa yang bisa saya pelajari dari kegagalan ini?" atau "Bagaimana saya dapat mengatasi hambatan ini di masa depan?"

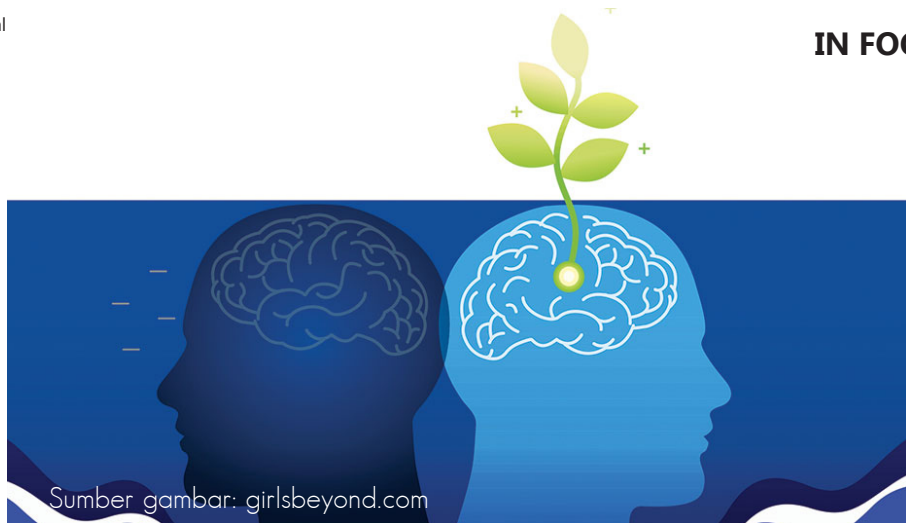
2. Tetapkan Tujuan dan Rencana Perkembangan

Menetapkan tujuan yang jelas dan merancang rencana perkembangan adalah langkah berikutnya dalam melatih growth mindset. Rencanakan langkah-langkah konkret yang dapat Anda ambil untuk mencapai tujuan tersebut. Selama proses ini, jangan lupa untuk selalu berfokus pada upaya dan kemajuan yang telah dicapai daripada hanya hasil akhirnya.

3. Hadapi Tantangan dan Keluar dari Zona Nyaman

Menghadapi tantangan adalah salah satu cara efektif untuk melatih growth mindset. Cobalah untuk keluar dari zona





nyaman Anda dan hadapi situasi-situasi yang menantang. Jangan takut mencoba hal baru meskipun mungkin ada kemungkinan kegagalan. Dengan berani menghadapi tantangan, Anda akan semakin percaya diri dan siap untuk belajar dari setiap pengalaman.

4. Jangan Takut Menerima Kritik

Menerima kritik dengan terbuka adalah hal lain yang dapat membantu Anda mengembangkan growth mindset. Jadikan kritik sebagai kesempatan untuk memperbaiki diri dan meningkatkan kinerja. Dengarkan dengan seksama apa yang dikatakan orang lain dan evaluasi bagaimana Anda dapat melakukan perbaikan. Ingatlah bahwa kritik bukanlah tentang “siapa Anda,” tetapi tentang “apa yang dapat Anda lakukan.”

5. Jalin Hubungan dengan Orang-orang yang Mendukung Pertumbuhan Anda

Mengelilingi diri dengan orang-orang yang mendukung pertumbuhan Anda dapat menjadi dorongan besar dalam melatih growth mindset. Temukan teman, mentor, atau rekannya yang memahami pentingnya belajar dan pertumbuhan, dan saling memberi dukungan serta inspirasi. Jangan ragu untuk berbagi pengalaman dan pandangan dengan mereka.

6. Perkuat Rasa Percaya Diri

Penting untuk memperkuat rasa percaya diri dalam melatih growth mindset. Fokuslah pada kelebihan dan prestasi Anda, sekecil apapun itu. Ingatlah bahwa kemampuan Anda dapat terus berkembang jika Anda berkomitmen untuk belajar dan tumbuh. Hindari membandingkan diri dengan orang lain karena setiap individu memiliki perjalanan uniknya masing-masing.

7. Berlatih Berbicara pada Diri Sendiri dengan Bijaksana

Cara berbicara pada diri sendiri dapat mempengaruhi pola pikir. Latihlah diri Anda untuk berbicara dengan bijaksana dan positif. Gantilah pikiran negatif atau self-doubt dengan afirmasi yang menguatkan dan membantu Anda tetap termotivasi dalam mencapai tujuan.

Dengan cara-cara di atas, Anda dapat mengembangkan growth mindset yang kuat dan meraih kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan.

Sumber: kuncie.com

10 Tips Membuat Resolusi Tahun Baru yang Efektif!



Selamat Tahun Baru 2024! Perayaan tahun baru biasanya akan diiringi dengan menyusun resolusi baru. Hmm, apa sih resolusi tahun baru itu?

Menurut pengertiannya, resolusi adalah putusan/keputusan mengenai hal-hal yang ingin dicapai oleh seseorang. Jadi, bisa dikatakan, resolusi tahun baru adalah keputusan yang ingin dicapai atau dilakukan oleh seseorang di tahun baru.

Nah, sesuatu yang ingin dicapai ini, bisa berupa keinginan atau cita-cita. Resolusi tahun baru bisa dijadikan sebagai awal untuk membuat diri sendiri menjadi lebih baik lagi. Biasanya, resolusi tahun baru dibuat dalam bentuk cetak, digital, atau hanya goals yang tak tertulis.

Namun, seringkali, menjelang awal tahun kita merasa semangat ingin mencapai target. Tapi, realitanya justru nggak berhasil. Percuma saja kan membuat resolusi tahun baru jika kamu tidak benar-benar siap untuk mewujudkannya?

Faktanya, menurut studi yang dilakukan oleh Universitas Scranton, hanya 8% orang yang berhasil mewujudkan resolusinya, loh. Biasanya, hal yang menyebabkan resolusi tahun baru gagal adalah salah menetapkan tujuan.

Maksudnya, tujuan (goals) yang ingin dicapai terlalu sulit dan kurang perhitungan. Atau bisa juga sebaliknya, tujuan yang ditetapkan terlalu mudah, sehingga nggak ada tantangan dan cepat bosan.

Lalu, gimana ya cara membuat resolusi tahun baru yang efektif dan berhasil menjadi bagian dari 8% orang-orang itu? Pssst... jangan khawatir, yuk, simak tips membuat resolusi tahun baru agar terwujud di artikel berikut ini!



Sumber gambar: intercoast.edu

1. Mulai dari langkah kecil

Mulailah dengan membuat target yang realistis dan kamu yakin bisa untuk mewujudkannya. Biasanya, langkah kecil justru akan menuai sukses yang lebih besar. Menetapkan target yang terlalu ambisius akan membuat kamu kewalahan atau bahkan frustrasi. Sebaliknya, dengan menetapkan target yang lebih logis, kamu memiliki kemungkinan untuk mewujudkan resolusi yang lebih besar. Misalnya, kamu ingin lebih sering berolahraga di tahun yang baru. Maka, buatlah jadwal berolahraga 3-4 kali dalam seminggu. Atau kamu bisa mengganti kebiasaan mengonsumsi gorengan dan makanan manis dengan makanan yang lebih sehat seperti yoghurt. Ingatlah bahwa perubahan dimulai dari hal kecil!

2. Buat daftar yang spesifik

Kedua, resolusi yang kamu buat harus jelas dan spesifik. Jangan hanya mengatakan, "Aku ingin menurunkan berat badan" atau "Aku ingin mendapatkan nilai yang lebih bagus". Sebaliknya, buatlah target, berapa banyak berat badan yang ingin kamu turunkan atau kamu ingin meraih ranking berapa di semester depan dan sebagainya. Kalimat resolusi yang lebih spesifik akan menjamin hal tersebut bukan hanya wacana, melainkan target yang harus kamu wujudkan.

3. Masukkan hal yang kamu sukai

Apa kamu punya hobi yang kamu sukai? Misalnya, seperti bermain badminton, naik gunung, atau memasak. Nah, kamu bisa juga loh memasukkan hal-hal itu sebagai resolusi tahun baru. Memasukkan hal yang sudah menjadi hobi kamu, tentu akan lebih mudah untuk ditekuni. Selain itu, kamu juga bisa belajar dan mengembangkan passion tersebut, loh.

4. Jangan terlalu banyak

Seringkali, dalam membuat resolusi tahun baru, kita ingin mencapai banyak hal. Bukannya mencegah untuk optimis, tapi, terkadang hal ini justru akan



membuat kamu kewalahan dan malas karena terlalu muluk-muluk. Buatlah goals yang sewajarnya saja. Balik lagi ke poin nomor 1, realistis. Karena kamu nggak bisa mengubah kebiasaan atau mencapai sesuatu hanya dalam satu malam saja. Semua perlu proses. Jadi, jangan terlalu menuntut terlalu banyak, ya!

5. Beritahu resolusi kamu untuk mendapat dukungan

Dukungan dari teman dekat dan keluarga akan membuat kamu lebih berkomitmen dalam mewujudkan resolusi, loh. Dr John Michael, seorang ahli filsafat dari Universitas Warwick menyebutkan, tekanan sosial akan membuat kita lebih menepati janji. So, nggak ada salahnya kamu memberitahu resolusi tahun 2024 kepada keluarga atau beberapa teman dekat yang kamu percaya, untuk membantu kamu lebih berkomitmen dalam menjalankannya. Siapa tahu kamu juga bisa mengajak mereka untuk lebih baik bersama kan?

6. Buat tenggat waktu

Cara untuk mewujudkan resolusi tahun baru berikutnya adalah buatlah target yang detail, termasuk manajemen waktu. Namun, tenggat waktu yang kamu buat harus realistis juga! Berikan diri kamu waktu untuk mewujudkannya. Kamu bisa memecah atau mengkategorikan target jangka panjang menjadi target jangka pendek. Jika kamu sudah menetapkan resolusi tahun baru, sekarang saatnya membuat strategi yang detail untuk mewujudkannya.

7. Jangan takut gagal

Tersandung sekali jangan lantas membuat kamu patah semangat ya! Terlalu takut gagal bisa menyebabkan resolusi kamu tidak tercapai. Saat kamu mengalami kegagalan, maka berhentilah sejenak dan evaluasi dirimu. Jika targetmu masih terlalu ambisius, maka cobalah untuk merevisinya menjadi beberapa target yang

lebih realistis. Saat kamu merasa jenuh menjalani resolusi, coba buat variasi atau istirahat sejenak. Eits, gagal bukan berarti menyerah, ya!

8. Beri reward saat berhasil meraihnya

Reward atau penghargaan dapat menjadi penyemangat dan membuat kamu tetap fokus untuk mewujudkan resolusi. Misalnya, jika kamu berhasil masuk ke PTN impian, kamu akan memberikan hadiah pada diri sendiri dengan berjalan-jalan ke tempat yang sudah kamu impikan selama ini.

9. Buat antisipasi jika ada halangan

Kamu pasti pernah mendengar ucapan, “manusia hanya bisa berencana, namun Tuhan lah yang menentukan”, bukan? Ada kalanya, rencana yang sudah kita susun sebaik mungkin, bisa gagal karena satu dan lain hal. Kalau sudah begitu, apa yang harus kita lakukan? Sedih? Sudah pasti iya, tapi jangan berlarut-larut, ya. Untuk mengantisipasinya, kamu bisa membuat rencana cadangan. Jadi, ketika keinginan utama kamu belum bisa terealisasi, kamu sudah tahu harus menuju ke mana, dan melakukan apa.

10. Sabar dalam proses

Ingat, tidak ada hal yang bisa kamu dapatkan secara instan, ya! Semua tentunya butuh proses dan perjuangan yang harus kamu jalani dengan sabar. Begitu juga untuk resolusi tahun barumu. Perubahan yang kamu buat di resolusi tahun baru, bisa saja membutuhkan waktu yang lama atau cepat tergantung pada seberapa kuat kamu berusaha mencapainya.

Nah, itu dia beberapa tips mewujudkan resolusi tahun baru yang bisa kamu coba! Terakhir nih, untuk mencapai tujuan, tidak hanya membutuhkan tekad dan keinginan ya, tetapi juga strategi dan keterampilan yang tepat.



BE OUR TEAM

Hai buat kamu semua yang punya hobi bikin puisi, cerpen, komik/ karikatur, artikel traveling, review makanan dll bisa menyalurkan bakat kamu dengan mengirimkan hasil karyamu ke tim kontributor buletin YMMA. Artikel tidak boleh mengandung unsur SARA. Hasil karya kamu akan di muat di buletin YMMA dan bisa dinikmati oleh banyak orang. So tunggu apalagi, segera kirimkan karya-karyamu!

Kirimkan hasil karyamu berupa softfile/hardfile ke email aprilia.widya.sari@music.yamaha.com atau bisa menyerahkan langsung ke Office Training Center