

Pengurusan diri perlukan istiqamah

UB 27-1-16 B4



BICARA KAMPUS

Oleh **ZAITON MOHAMAD**
zaitonmohamad@yahoo.com

PENGURUSAN diri merupakan satu perkara yang utama dalam hidup seseorang. Individu yang berjaya mengurus diri dengan baik lebih mempunyai peluang untuk berjaya di dalam hidup sama ada di dunia mahupun akhirat. Hal ini disebabkan sekiranya seseorang semakin bijak mengurus diri maka mereka berasa semakin sayang untuk membiarkan masa berlalu begitu sahaja.

Keadaan ini berbeza dengan

seseorang yang suka mengurus masa kerana masa tidak pernah berubah bahkan bersifat tetap iaitu 24 jam sehari semalam. Orang yang cuba menyesuaikan masa dengan dirinya, sering mengecewakan orang lain. Apatah lagi jika diri seseorang itu tidak berdisiplin, bergerak sambil lewa mengikut kehendak sendiri. Orang sebegini, jika berjanji biasanya akan gagal menepatinya. Sebaliknya sekiranya seseorang bijak menyesuaikan diri sendiri dengan masa yang ada lebih cekap dalam mengatur kehidupannya.

Oleh yang demikian pengurusan diri adalah

bermakna cara seseorang membawa diri. Pembawaan diri itu disesuaikan dengan masa dan keadaan. Hal yang demikian akan menggambarkan perwatakan seseorang individu. Pada kebiasaannya, masyarakat akan mentafsir sifat yang kita tunjukkan pada mereka. Tafsiran itu akan melabelkan atau menggredkan diri kita sama ada berada sebagai seorang yang hebat atau sebaliknya. Walaupun tafsiran itu lebih merupakan persepsi, namun perkara itu amat berguna dalam mengatur setiap aktiviti yang memerlukan kerjasama daripada orang lain.

Mengurus diri meliputi

banyak aspek sama ada cara berpakaian, tutur kata, cara berkomunikasi, cara bergaul dan sebagainya. Oleh itu, kesemua aspek berkenaan perlu dilakukan dalam pemikiran sedar. Oleh sebab itu, individu yang mementingkan ketrampilan diri lebih banyak berfikir dalam kehidupannya. Sebagai contohnya dalam percakapan seharian, sebelum berkata-kata mereka akan lebih berfikir idea yang sesuai dan menyusun setiap butir perkataan untuk tidak mengguriskan perasaan orang lain dan persepsi negatif kepada dirinya sendiri. Hal yang demikian akan menjamin kewibawaan kita

sebagai seorang individu yang boleh dihormati sepanjang masa.

Oleh yang demikian, semua perkara bermula daripada komunikasi. Oleh sebab itu perkara yang amat penting dalam aspek pengurusan diri, ketika kita bercakap dengan orang lain, maka bercakaplah dengan penuh yakin. Tunjukkan keyakinan diri ketika bercakap. Keyakinan boleh ditunjukkan jika kita tahu akan apa yang dicakapkan. Ilmu dan pengalaman kita tentang isi percakapan yang hendak diucapkan perlu banyak. Sebaik-baiknya, bercakaplah jika kita berkebolehan untuk mengeluarkan idea pada

tajuk yang berkenaan. Kalau dirasakan kurang yakin, lebih baik mendengar dahulu sebelum bersegera mengeluarkan apa-apa pandangan.

Justeru itu, pengurusan diri lebih menitikberatkan disiplin diri kerana memerlukan istiqamah dalam pengurusan diri yang meliputi, cara berpakaian, pergaulan, komunikasi, berfikir dan sebagainya. Kekurangan istiqamah yang membuatkan seseorang lebih suka mengurus masa sedangkan masa tidak pernah berkurangan atau berlebihan dalam 24 jam sehari semalam.

* Penulis adalah Pegawai Psikologi Kanan, UMS