

# Matlamat nadi kehidupan

UB 30.3.2016 64



BICARA KAMPUS

Oleh ZAITON MOHAMAD  
zaitonmohamad@yahoo.com

**SETIAP** manusia memerlukan matlamat dalam hidup mereka. Hal ini disebabkan tanpa memiliki matlamat hidup, kehidupannya seumpama layang-layang yang terputus dan ditiup angin. Menurut Kamus Dewan (1992) matlamat bermaksud sasaran atau sesuatu yang hendak dicapai dan bertujuan. Sekiranya matlamat itu jelas dan tertumpu, maka mudahlah untuk ditangani dan dicapai. Sebaliknya, apabila

matlamat itu kabur dan tak menentu, maka sukarlah untuk diusahakan dan diperolehi.

Oleh sebab itu sekiranya seseorang menetapkan sesuatu matlamat dalam kehidupan seharian, mereka lebih cergas, cerdas dan berdisiplin dalam menguruskan masa. Hal ini disebabkan pengurusan masa memudahkan kehidupan mereka lebih teratur dan sistematik. Kehidupan akan menjadi lebih lancar dan kurang mengalami masalah. Apabila mempunyai matlamat yang hendak dicapai, maka motivasi akan meningkat untuk lebih berusaha gigih dalam

menjayakan matlamat yang ditetapkan.

Matlamat merupakan suntikan semangat untuk menjadikan seseorang lebih berani menghadapi cabaran dalam kehidupan mereka. Sebagai contohnya seorang pelajar yang menetapkan PNGK 4.00 sebagai matlamatnya dalam setiap semester akan lebih berusaha gigih untuk merealisasikan. Hal ini disebabkan untuk memperolehi PNGK 4.00 pada setiap semester bukan perkara yang mudah dan bagi sesetengah pelajar menganggap matlamat itu hanyalah fantasi.

Namun bagi seorang pelajar

yang inginkan kecemerlangan dalam akademik perkara itu boleh dicapai sekiranya mengatur strategi yang tepat dan berusaha mengatasi setiap cabaran semasa mengejar matlamat berkenaan. Oleh sebab itu matlamat dalam kehidupan amat penting. Menurut Maxwell Maltz, di dalam tubuh manusia terdapat satu sistem atau mekanisma dalaman yang berfungsi memandu seseorang mencapai matlamat yang telah ditetapkan. Untuk mekanisma itu berfungsi, ia perlu kepada satu sasaran untuk ia capai. Oleh itu, kita perlu menetapkan satu

matlamat spesifik yang boleh dicapai.

Matlamat boleh diibaratkan sebagai hasil daripada titik peluh yang dikeluarkan. Hal ini disebabkan apabila seseorang mempunyai matlamat maka perancangan yang teliti perlu diatur. Dalam membuat dan melaksanakan perancangan berkenaan, maka baru anda mengenali kelemahan yang ada pada diri. Apabila mengetahui dan mengenal pasti kelemahan itu akan memudahkan anda mendapatkan pertolongan dan bantuan daripada pihak sepatutnya seperti tenaga pengajar, kakitangan institusi

berkenaan dan sebagainya.

Malahan anda juga lebih kerap mengulangkaji bersama-sama rakan seairan dan mendapatkan lebih banyak bahan rujukan. Oleh sebab itu komitmen amat diperlukan dalam melaksanakan perancangan bagi mencapai matlamat yang telah ditetapkan.

Justeru itu, matlamat perlu lebih jelas kerana matlamat yang kabur memberi implikasi kepada keseluruhan tindakan dan pemikiran anda. Bahkan menyebabkan anda menghabiskan masa hayat di dunia tanpa tujuan.

*\* Penulis adalah Pegawai Psikologi Kanan, HEP UMS*