



M IKHSAN, S.T.
No. Serdik: 202409002032
"SPPK 1 T.A.2024"
POKJAR 1

"Persuasif dan Menarik." SINOPSIS

—MALCOLM GLADWELL
Grit Kekuatan Passion + Kegigihan
Penulis: Angela Duckworth

Kegigihan adalah tentang mengerjakan sesuatu yang sangat Anda pedulikan sehingga Anda bersedia untuk tetap setia padanya. Ini bukan tentang jatuh cinta; ini tentang mempertahankan cinta. Kegigihan berarti mempertahankan tujuan tingkat atas yang sama untuk waktu yang sangat lama. Lebih jauh lagi, "filosofi hidup" ini, seperti yang dikatakan Pete Carroll, sangat menarik dan penting sehingga mengatur banyak aktivitas Anda saat terjaga. Pada orang yang sangat gigih, sebagian besar tujuan tingkat menengah dan rendah, dalam satu atau lain cara, terkait dengan tujuan akhir tersebut. Sebaliknya, kurangnya kegigihan dapat terjadi karena struktur tujuan yang kurang koheren. Kegigihan tumbuh saat kita menentukan filosofi hidup kita, belajar membersihkan diri dari penolakan dan kekecewaan, serta belajar membedakan antara tujuan tingkat rendah yang harus segera ditinggalkan dan tujuan tingkat tinggi yang menuntut keuletan lebih. Kegigihan memiliki empat aset psikologis:

Minat, Praktik, Tujuan, Harapan

Minat tidak ditemukan melalui introspeksi. Sebaliknya, minat dipicu oleh interaksi dengan dunia luar. Studi longitudinal yang melacak pelajar mengonfirmasi bahwa orang tua dan guru yang terlalu protektif dapat mengikis motivasi intrinsik. Anak-anak yang orangtuanya membiarkan mereka membuat pilihan sendiri tentang apa yang mereka sukai cenderung mengembangkan minat yang kemudian diidentifikasi sebagai gairah. Bagi para teladan orang-orang yang ulet, hari-hari dan malam-malam yang panjang penuh kerja keras, kemunduran, kekecewaan, dan perjuangan, pengorbanan—semua ini sepadan karena, pada akhirnya, usaha mereka membuahkan hasil bagi orang lain. Harapan yang dimiliki orang-orang yang gigih tidak ada hubungannya dengan keberuntungan, tetapi berkaitan dengan upaya bangkit kembali. Orang optimis biasanya mencari penyebab sementara dan spesifik dari penderitaan mereka, sedangkan orang pesimis berasumsi penyebab permanen dan meluas adalah penyebabnya. Rekomendasi Duckworth untuk mengajarkan diri sendiri tentang harapan adalah dengan mengambil setiap langkah dalam urutan di atas dan bertanya, "Apa yang dapat saya lakukan untuk meningkatkan langkah ini?"

Tiga saran Duckworth dalam hal ini adalah:

Perbarui keyakinan Anda tentang kecerdasan dan bakat, Berlatihlah berbicara optimis dengan diri sendiri, Meminta bantuan

ANGELA
DUCKWORTH