



# KURANG MOTIVASI

Mahu sambung pengajian peringkat ijazah kedoktoran tapi banyak halangan



Saya menyimpan hasrat menyambung pengajian ke peringkat ijazah kedoktoran, namun sering berdepan masalah kurang motivasi dan banyak halangan lain. Saya sedar halangan itu datang daripada saya sendiri.

Hasrat ini tertangguh beberapa tahun sedangkan usia saya makin meningkat. Saya menyimpan hasrat ini kerana ia antara cita-cita. Selain itu, saya ingin menambah pengetahuan dalam bidang diminati.

Diharap puan dapat membantu saya lebih bermotivasi dan bersemangat meneruskan cita-cita ini.

**BERCITA-CITA TINGGI**  
Melaka.

Saya ucapkan tahniah kerana anda bercita-cita tinggi. Melanjutkan pelajaran ke tahap ijazah kedoktoran sangat membanggakan. Cuma yang menjadi persoalan di sini ialah hasrat itu tertangguh kerana halangan peribadi.

Beberapa cara boleh dilakukan dalam usaha

memurnikan hasrat itu.

1. Pastikan anda betul-betul berminat melanjutkan pelajaran kerana lebih mudah melaksanakan sesuatu yang kita minati. Jika anda belajar kerana orang lain, lebih baik pertimbangkan kembali keputusan untuk bergelar pelajar.

2. Analisis personaliti. Mengenal diri adalah proses membolehkan seseorang lebih bersedia dengan apa yang ingin dilakukan. Persediaan yang diharapkan meliputi aspek jasmani, emosi, rohani dan intelektual. Semua empat aspek ini perlu selaras. Kenal pasti juga setiap kelebihan dan kelemahan supaya tindakan bakal diambil itu mampu dipertimbangkan sebaiknya.

3. Wujudkan tempat belajar khas di rumah. Meskipun belum memulakan pengajian, anda sudah boleh mempersiapkan diri dengan menyediakan tempat belajar. Secara tidak langsung ia memberi semangat dan motivasi untuk meneruskan pengajian. Ruang ini tidak semestinya lengkap dengan semua peralatan, memadai dengan adanya ruang untuk membaca.

Bagi memberikan aura lebih positif, anda boleh meletakkan bahan rujukan

berkaitan serta buku yang boleh memberikan inspirasi untuk meneruskan pengajian. Teknik ini mendekatkan diri anda dengan impian itu.

4. Mula sediakan jadual atau carta masa bagi memulakan perancangan melanjutkan pelajaran. Perancangan yang hanya tersimpan di minda perlu diluahkan dalam bentuk visual supaya anda mampu membaca dan melihatnya dengan lebih jelas. Anda perlu ada jangkaan tarikh atau tahun untuk memulakan tindakan positif bermula daripada hal kecil sehinggalah perancangan lebih mendalam.

5. Sediakan jadual mengandungi semua aktiviti anda. Jangan sekali-kali mengasingkan jadual mengikut aspek kehidupan seperti belajar, kerja, riadah, masa untuk keluarga dan sebagainya. Lebih baik andai semua aktiviti anda dirangkumkan dalam satu jadual kerana semuanya harus menjadi keutamaan. Yang penting, bijak bahagikan masa dan ikut jadual dengan penuh berdisiplin.

6. Ubah fikiran negatif kepada positif. Tidak dinafikan setiap impian mempunyai halangan. Antara halangan paling besar ialah menjadi lebih positif dan tidak berfikir secara negatif. Dalam hal

ini, anda boleh mengenal pasti jenis fikiran negatif yang selalu anda alami. Bagaimanakah cara berfikir yang lebih membantu anda meneruskan impian. Kenal pasti juga halangan yang difikirkan ketika anda mula berfikir menyambung pengajian.

Seboleh-bolehnya catatkan apa sahaja yang dirasakan sebagai penghalang dan berusaha mengatasinya satu persatu.

7. Berbincang dengan mereka yang lebih arif. Ia boleh dilakukan secara santai ataupun formal. Biasakan diri dengan perbincangan ilmiah dan mendekati mereka yang sedang menyambung pengajian. Maklumat yang diterima hasil perbincangan boleh dijadikan panduan kepada anda memulakan tindakan sewajarnya.

8. Usaha, doa dan tawakal kepada Allah SWT. Bagi orang Islam, ini elemen yang perlu ada dalam mencapai kejayaan. Usaha sahaja tidak cukup kerana ia perlu diiringi doa. Tawakal perlu datang seiring kerana kita hanya mampu merancang, namun segala ketentuan datang daripada Illahi dan perlu diterima dengan hati terbuka. Yang penting kesungguhan anda untuk mengambil tindakan sepatutnya bagi memastikan hasrat ini tercapai.