



KECAKAPAN PRIBADI

Tim Kecakapan Pribadi Sistem Informasi
UPN “Veteran” Jawa Timur



TUJUAN HIDUP



- Tujuan hidup adalah sesuatu yang ingin kita capai dalam hidup, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang.
- Tujuan ini dapat mencakup karier, pendidikan, kesehatan, hubungan sosial, dan pengembangan diri.

KENAPA PERLU MENENTUKAN TUJUAN HIDUP?



02



PENTINGNYA MENENTUKAN TUJUAN HIDUP

- Memberikan arah dan motivasi
- Meningkatkan kualitas hidup
- Membantu pengambilan keputusan
- Menumbuhkan rasa pencapaian dan kepuasan

03



KENDALA DALAM MENCAPAI TUJUAN

- Tujuan terlalu umum dan tidak spesifik.
- Tidak ada ukuran keberhasilan.
- Terlalu sulit atau tidak realistis.
- Tidak ada motivasi yang cukup.
- Tidak memiliki batas waktu.

BAGAIMANA CARA MENENTUKAN TUJUAN HIDUP?



04



MENGGALI INFORMASI

1. Apa yang ingin saya capai?
2. Mengapa ini penting bagi saya?
3. Siapa yang terlibat dalam pencapaian tujuan ini?
4. Apa indikator keberhasilan saya?
5. Apa langkah kecil yang bisa saya ambil untuk mencapai tujuan ini?
6. Apakah tujuan ini akan membantu saya dalam jangka panjang?
7. Apa target jangka pendek dan jangka panjang saya?

FORMULA SMART


- **S (Specific) - Spesifik:** Tujuan harus jelas dan spesifik.
- **M (Measurable) - Terukur:** Tujuan harus dapat diukur keberhasilannya.
- **A (Achievable) - Dapat Dicapai:** Tujuan harus realistis dan dapat dicapai.
- **R (Relevant) - Relevan:** Tujuan harus sesuai dengan nilai dan kebutuhan hidup.
- **T (Time-Bound) - Berbatas Waktu:** Tujuan harus memiliki batas waktu yang jelas.

HOW TO CREATE SMART GOALS

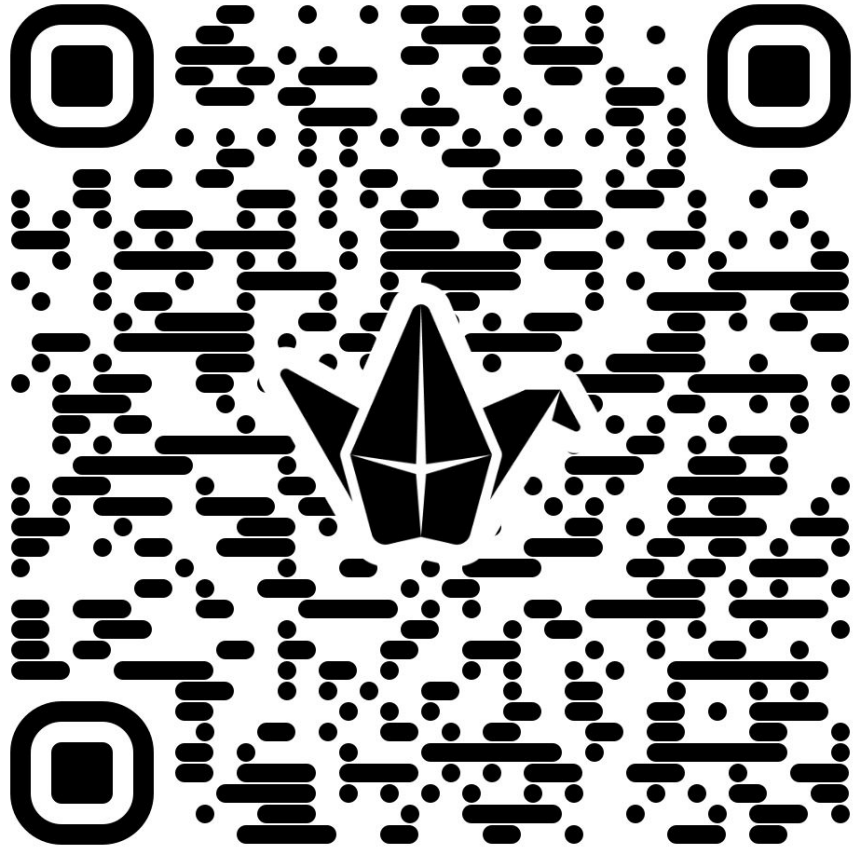


CONTOH TUJUAN HIDUP DENGAN SMART

- **Tidak SMART:** "Saya ingin sukses."
- **SMART:** "Saya ingin mendapatkan pekerjaan sebagai Data Analyst dalam 6 bulan setelah lulus dengan memperdalam keterampilan Python dan SQL melalui kursus online."



Membuat Vision
Board Digital



REFERENSI

- Theory of Personality. Jess Feist and Gregory Feist. 7th edition
- Interpersonal Communication : Everyday Encounters. Julia T. Wood. 6th edition



THANK YOU

