

7 Cara Menumbuhkan Semangat Belajar dari yang Paling Mudah sampai yang Berdampak Paling Besar!

Mendekati tahun ajaran baru, mau tidak mau kita harus mulai kembali pada kegiatan belajar-mengajar *guys*. Namun, ada masalah yang sering banget nih dihadapi usai liburan. Apalagi kalau bukan rasa malas dan gaya magnet kasur yang tinggi sekali! *Eiiiits*, tahun ajaran baru maka harus ada kebiasaan baru dong!

Nah, kebetulan *guys* kali ini penulis mau membagikan beberapa cara menumbuhkan semangat belajar dari yang paling mudah sampai yang memberikan dampak paling besar dalam aktivitas belajarmu. Apa aja sih? Penasaran? Yuk, baca ulasan di bawah ini ya Kawan!

Cara Menumbuhkan Semangat Belajar

1. Mendengarkan musik



Shot of a young woman using headphones while relaxing on the sofa at home

Tahu ga sih *guys*, salah satu penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan musik dapat meningkatkan mood ketika belajar lho! Ga hanya itu, beberapa jenis musik klasik juga bisa membantu meningkatkan kemampuan motorik sekaligus memperkuat memori.

7 Cara Menumbuhkan Semangat Belajar dari yang Paling Mudah sampai yang Berdampak Paling Besar!

Yap, cara sederhana ini bisa kamu lakukan untuk meningkatkan semangat belajar. Kamu bisa mendengarkan musik kesukaanmu atau bahkan menonton 1-2 video musik dari band favoritmu *guys*.

Cara ini efektif banget untuk memperbaiki mood yang buruk atau kelelahan akibat belajar. Namun, kamu juga perlu ingat untuk tetap kembali belajar ya! Jangan sampai keterusan menonton video musik, *hehehe*.

2. Menghindari sosial media

Cara menumbuhkan semangat belajar yang kedua ialah menghindari sosial media. Ih, kok bisa sih? Tentu bisa dong. Coba deh *guys*, selama seminggu kamu *uninstall* dulu segala sosial media seperti Instagram, Tiktok, dan melakukan pembatasan di Youtube. Percaya deh, kamu bakal lebih fokus dan produktif.

Ga hanya itu, tanpa kamu sadari ketika membuka sosial media dan melihat *story* atau postingan temanmu maka seringkali ada rasa minder bukan dalam benak? Tak jarang hal ini membuat moodmu turun atau bahkan galau.

So, selain menghindari sosial media untuk beberapa saat, kamu juga wajib menghentikan aktivitas membandingkan diri sendiri dengan orang lain! Ingat, kamu berasal dari *start* yang berbeda *guys*.

Oh iya, manfaat menghindari sosial media lainnya ialah membuat dirimu lebih fokus terhadap tujuan sekaligus sebagai salah satu *mental healing* juga *guys*. Jadi, gimana? Yuk, coba sekali-kali menghindari sosial media selama beberapa saat atau bahkan beberapa hari *guys*.

3. Memulai hari dengan bangun pagi

7 Cara Menumbuhkan Semangat Belajar dari yang Paling Mudah sampai yang Berdampak Paling Besar!



Simple city lifestyle happy woman waking up in the morning taking some rest relaxing in luxury comfy city hotel room

Yap, ketika kamu memilih untuk tidur cukup dan bangun di pagi hari maka tanpa sadar kamu akan merasa lebih produktif dan semangat dalam memulai hari. Cara menumbuhkan belajar satu ini bisa kamu terapkan mulai besok *guys*.

Coba deh untuk memaksimalkan waktu tidur di jam 10 kemudian bangun pukul 6 di keesokan harinya. Dijamin deh, kamu akan merasa lebih bugar dan juga produktif dalam menjalankan aktivitas.

Mood yang baik ini dapat berdampak positif juga dengan kegiatan belajarmu. Aktivitas belajar menjadi lebih menyenangkan, santai, dan juga ada banyak waktu yang bisa kamu manfaatkan untuk membaca, bermain musik, atau mengerjakan hobimu.

4. Terapkan 5/1

Waduh, apa sih 5/1 ini? *So*, penulis ingin membagikan salah satu rahasia agar tetap produktif dan termotivasi walaupun liburan *guys*! Penulis sendiri memiliki sistem bekerja

7 Cara Menumbuhkan Semangat Belajar dari yang Paling Mudah sampai yang Berdampak Paling Besar!

maupun belajar 5/1.

Jadi, selama 5 hari penulis akan bekerja dan produktif kemudian 1 hari sebagai hari istirahat. Eh-eh, yang satu hari kemana nih? 1 harinya penulis buat untuk melakukan hobi maupun kegiatan yang menunjang *softskill* penulis *guys*.

Begini contohnya, dari hari Senin sampai Jumat penulis akan melakukan kegiatan belajar dan bekerja secara produktif. Dimulai dari sekolah hingga sore, kemudian bekerja, dan les di hari tertentu. Sejenis *work from 9 to 5* gitu *guys*.

Kemudian, di hari Sabtu penulis akan mengisi hari dengan kegiatan seperti mengikuti webinar, *workshop* online, menulis, bermain musik, atau keluar untuk berbelanja. Terakhir, di hari Minggu penulis dedikasikan *full* untuk rebahan dan beristirahat selama seharian penuh.

Sistem satu ini terbukti banget untuk menumbuhkan semangat belajar. Hal ini karena penulis sudah bekerja selama 5 hari dan terasa begitu senang ketika hari Minggu. Walaupun begitu, penulis merasa puas karena bisa produktif dan menghargai waktu dengan baik.

5. *Self reward*

7 Cara Menumbuhkan Semangat Belajar dari yang Paling Mudah sampai yang Berdampak Paling Besar!



A young woman kayaks through the backwaters of Monroe Island in Kollam District, Kerala, South India.

Yap, cara menumbuhkan semangat belajar berikutnya ialah memberikan *self reward*. Bagi beberapa orang *self reward* ialah hal yang penting dan wajib dilakukan selama seminggu sekali atau bahkan sebulan sekali.

Ada banyak jenis *self reward* guys. Mulai dari barang kesukaan atau bahkan *quality time* dengan keluarga dan orang terdekat. Umumnya *self reward* adalah penghargaan untuk diri sendiri karena telah bekerja keras.

Self reward ini bisa menumbuhkan semangat belajar karena ada hadiah yang bisa kamu dapatkan ketika menyelesaikan belajar atau ujian. Namun, *self reward* dapat menjadi *boomerang* juga lho.

Jangan sampai, kamu melakukan segala sesuatu hanya karena ingin mendapatkan *self reward* (apalagi dari orang tua). Penulis harap kamu juga menikmati dan merasa bersyukur dengan kegiatan yang kamu lalui. Untuk *self reward*, itu hanya bonus yang membuatmu semakin semangat belajar!

6. Mendengarkan atau menonton video motivasi

Cara menumbuhkan semangat belajar satu ini biasa penulis lakukan ketika benar-benar *burn out* atau malas sekali untuk belajar. Rasanya ketika melihat video motivasi atau mendengarkan podcast tentang cita-cita, ada perasaan semangat lagi di dalam diri penulis.

Sehingga cara ini super manjur banget dan biasanya menjadi senjata cukup pamungkas ketika berbagai cara dan langkah di atas tidak lagi mempan. Ada banyak video yang sering penulis tonton, sekaligus bisa menjadi rekomendasi nih untukmu.

Ada video motivasi berjudul '*Don't Quit*' hingga video dengan kata kunci '*Work Hard*'. Ga hanya itu, berbagai cerita tentang siswa yang berhasil sekolah ke luar negeri juga bisa menjadi referensi untuk meningkatkan motivasi belajarmu *guys*.

Salah satu quotes dari video motivasi favorit penulis adalah, "*The pain you feel today is the strength you will feel tomorrow. For every challenge encountered there is opportunity for growth.*"

7. Membaca kembali target universitas maupun pekerjaan



7 Cara Menumbuhkan Semangat Belajar dari yang Paling Mudah sampai yang Berdampak Paling Besar!

New Haven, USA – May 18, 2015: Yale University graduation ceremonies on Commencement Day on May 18, 2015. Yale University is a private Ivy League research university in New Haven, Connecticut. Founded in 1701

Nah, ketika sudah lelah dan merasa begitu mager melakukan aktivitas maka kamu wajib banget nih membaca kembali target universitas maupun pekerjaan yang menjadi cita-citamu. *Yap*, hal ini manjur banget lho *guys*!

Kamu harus ingat, kalau cita-citamu itu ga mudah diraih tetapi bukan mustahil untuk didapatkan. Sehingga, mau sampai kapan kamu mager dan males-malesan *guys*? Waktumu juga ga banyak lho, tahun demi tahun berjalan denga super cepat *gengs*.

So, yuk ingat lagi target universitas idamanmu. Ingat berapa passing grade maupun peminat dibandingkan jumlah kursi yang disediakan. Belum lagi pekerjaan impianmu yang mungkin butuh usaha keras untuk meraihnya.

Nah itu tadi *guys* beberapa cara menumbuhkan semangat belajar versi penulis. Mulai dari hal sederhana seperti mendengarkan musik sampai aktivitas menonton video motivasi yang menimbulkan perubahan besar dalam kegiatan belajarmu.

Satu lagi *guys*, penulis mau ingatkan. Untuk meraih mimpi itu memang ga mudah *guys*. Namun, kalau kamu berhenti sekarang, maka lebih sia-sia lagi kedepannya. Setidaknya kalau kita dilahirkan aja ga merdeka (ga bisa milih darimana kita berasal), maka untuk hidup di dunia pun kita harus merdeka Kawan! *So*, semangat yuk! Maksimalkan setiap *chance* yang ada!

Success is no accident. It is hard work, perseverance, learning, studying, sacrifice and most of all, love of what you are doing or learning to do.