

## *The Art of Thinking Big:* Membangun kinerja personal sejak dari pemikiran

Diana Septyawati<sup>1\*</sup>, Masduki Asbari<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Insan Pembangunan Indonesia, Indonesia

\*Corresponding email: [diana.septyawati@gmail.com](mailto:diana.septyawati@gmail.com)

**Abstrak** - Tujuan studi ini adalah mereview buku sebagai upaya untuk mengeksplorasi dan memahami narasi ilmiah dari buku “The Art Of Thinking Big” yang ditulis oleh Cahaya Fitria Sari. Buku ini sebagai jembatan ilmu dalam dunia psikologi tidak hanya berisi pemikiran dari satu sudut, tetapi dari berbagai versi. Di mana para pembaca dapat memperluas pengetahuan tentang cara berpikir. Buku ini ditujukan kepada para pembacanya tentang pengembangan pola pikir dan mengetahui seberapa besar sebuah pemikiran yang nantinya bisa menjadi kekuatan yang besar juga dalam mengubah hidup pada masa depan. Pada dasarnya, manusia harus membentuk pola pikir tertentu yang dapat mengubah kepribadian yang berguna untuk mengembangkan kreativitas diri. Seseorang yang mempunyai pemikiran yang luas akan mempengaruhi dirinya dalam menyikapi suatu masalah, bakat, kecerdasan serta karakternya. Hal tersebut menggambarkan betapa pentingnya pola pikir dalam menentukan kemajuan dan perkembangan potensi seseorang.

**Kata Kunci:** Cara berpikir, pola pikir, memperluas pengetahuan, pengembangan diri

**Abstract** - The purpose of this study is to review the book as an effort to explore and understand the scientific narrative of the book “The Art Of Thinking Big” written by Cahaya Fitria Sari. This book, as a bridge of knowledge in the world of psychology, does not only contain thoughts from one angle but from various versions, where readers can expand their knowledge about how to think. This book aims to provide its readers with a mindset for developing self-creativity and knowing how big a thought can become a great force in changing life in the future. Basically, humans must form a certain mindset that can change their personality, which is useful for developing self-creativity. A person who has broad thoughts will be affected in addressing problems, talents, intelligence, and character. This illustrates how important a mindset is in determining progress and the development of one's potential.

**Keywords:** Ways of thinking, mindset, expanding knowledge, self-development

### PENDAHULUAN

“The Art of Thinking Big”: Definisi yang paling umum dari berpikir adalah berkembangnya ide dan konsep di dalam diri seseorang. Perkembangan ide dan konsep ini berlangsung melalui proses penjalinan hubungan antara bagian-bagian informasi yang tersimpan di dalam diri seseorang yang berupa pengertian-pengertian, intinya “berpikir” mencakup banyak definisi. Berpikir secara Bahasa adalah menggunakan akal budi untuk mempertimbangkan sesuatu, menimbang-nimbang di ingatan. Berpikir merupakan suatu kegiatan mental yang melibatkan kinerja otak. Walaupun tidak bisa dipisahkan dari aktivitas kerja otak, pikiran manusia lebih dari sekadar kerja organ tubuh yang disebut otak, kegiatan berpikir melibatkan seluruh pribadi manusia, perasaan dan kehendak manusia. Memikirkan sesuatu berarti mengarahkan diri pada objek tertentu, menyadari kehadirannya, serta secara aktif menghadirkannya dalam pikiran sehingga menghasilkan gagasan atau wawasan tentang objek tertentu.

Setiap manusia mempunyai *mindset* tentang dirinya dan lingkungan. *Mindset* sendiri hadir antara pemikiran dari otak dan hati yang bergabung menjadi sebuah keputusan-keputusan yang berarti untuknya. Semacam keputusan akan melakukan hal baik atau ke arah hal buruk. Setiap manusia pada dasarnya adalah manusia yang baik, memang faktanya tidak semua manusia lahir di lingkungan dan keluarga yang baik hingga mendukungnya menjadi manusia yang baik. Namun, jika kebaikan berpikir dirinya lebih kuat, disitulah letak kekuatan berpikir. Karya ini lebih memotivasi para pembacanya agar tidak merasa sendiri. Apa yang menghalangi anda meraih pencapaian luar biasa? Penghalang itu ada dalam pikiran anda. Pikiran anda yang menghambat anda untuk meraih sukses, karena pada dasarnya “kekuatan pikiran mampu sebagai obat sekaligus racun”, yang sebenarnya mungkin jadi terlihat tidak mungkin.

Buku ini, sesuai dengan yang disampaikan penulis, dirancang dengan harapan agar pembaca dapat membentuk dan mengubah pola pikir dalam hidupnya, karena dengan pikiran akan menciptakan masa depan, dengan berpikir besar maka kita akan bertindak besar. Penulis buku ini menyajikan hasil-hasil studi mereka mengenai teori-teori berpikir, komponen berpikir, tips mengubah pola pikir, manfaat kekuatan pikiran, dan disertai dengan tes psikologi mengenali diri. Penulis buku ini menyampaikan sebuah argumen yang menyatakan bahwa pikiran akan menciptakan masa depan dan dengan berpikir besar maka akan bertindak besar. Oleh karena itu, buku ini lebih memotivasi para pembacanya untuk dapat memperluas pola pikir dalam mengubah hidupnya pada masa depan.

## METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif, artinya suatu pendekatan atau metode penelitian di mana peneliti berperan sebagai instrumen kunci (Sugiyono, 2013). Penelitian kualitatif sendiri menghasilkan data yang bersifat deskriptif yang hasilnya berupa tulisan, ucapan, serta perilaku dari orang yang dijadikan objek pengamatan (Nugrahani & Hum, 2014). Penelitian kualitatif digunakan untuk menghasilkan suatu gambar kompleks dan menyeluruh mengenai fenomena-fenomena manusia yang kemudian disajikan dalam bentuk kata-kata (Sugiono, 2013). Dalam pendekatan ini, tidak ada alat penelitian secara baku karena alat penelitian disesuaikan dengan keadaan dan yang paling penting peneliti sendiri sebagai instrumen kunci atau utama.

Ketika seorang peneliti menempatkan diri dan bertindak sebagai subject, sedangkan material yang diamati, diobservasi dan diperlukan informasinya adalah seseorang pelaku ekonomi, diperlukan sebagai object maka penelitian ini tidak aspiratif. Sedangkan yang ditempatkan sebagai object penelitian adalah isu, tema atau perilaku ekonomi yang disebut sebagai object material. Bagi peneliti kualitatif juga fenomena dapat dimengerti maknanya secara baik apabila dilakukan interaksi dengan subjek melalui wawancara mendalam dan observasi pada latar di mana fenomena tersebut sedang berlangsung, maka penelitian kualitatif dapat didasari oleh post-positivisme.

## HASIL DAN PEMBAHASAN



Judul Buku	: The Art Of Thinking Big
Penulis	: Cahaya Fitria Sari
Penerbit	: Psikologi Corner
Tanggal Penerbit	: 5 Desember 2022
Lembar Kertas	: 170 Halaman
ISBN	: 9786234003154
Genre	: Self Improvement
Ukuran buku	: 20 cm
Bahasa	: Indonesia
Berat Buku	: 0.145 kg
Lebar Buku	: 14 cm

**Gambar. Informasi Buku**  
Sumber: Gramedia.com (2022)

### **Komponen Berpikir**

Berpikir itu kegiatan penting yang melibatkan berbagai komponen untuk menghasilkan pemahaman, penilaian, dan pengambilan keputusan. Komponen berpikir itu ada tiga, yaitu (1) Otak jelas sangat dibutuhkan karena otak adalah benda nyata yang dipakai dalam berpikir. Otak membuat kita mampu berpikir hal-hal yang logis dan rasional, (2) Nurani, seperti kata orang “kepala boleh panas, namun nurani harus tetap dingin”, nurani dapat mengendalikan pikiran kita agar tetap berada dalam jalur yang positif, (3) Nafsu, meskipun dalam persentase kecil, nafsu tetap diperlukan dalam proses berpikir. Seperti vitamin B3 di dalam tubuh yang tetap harus ada, namun sedikit. Jika tidak ada nafsu, kita tidak akan memikirkan hal-hal seperti: bagaimana menjadi sukses, bagaimana mendapat nilai bagus, dan sebagainya.

### **Bagaimana Pola Pikir Terbentuk**

Pertama, pikiran memang memiliki natur untuk menyalahkan orang lain. Pikiran sudah terdistorsi secara alami, ini merupakan *default* dari pikiran setiap orang dan pikiran yang terdistorsi ini dimiliki siapa saja. Kedua, ada perbedaan praanggapan (presuposisi). Setiap orang mempunyai praanggapan yang berbeda. Edward de Bono menyebut praanggapan ini dengan istilah lain, ia menggunakan kata kerangka berpikir (*Thinking Pattern*), yaitu akumulasi informasi yang masuk ke dalam pikiran. Informasi ini membentuk kerangka berpikir dengan sendirinya. Ketiga, proses pembentukan kerangka berpikir dimulai sejak bayi dalam kandungan. Dengan bertambahnya usia, bertambah pula informasi yang masuk ke dalam pikiran. Informasi yang masuk ke dalam pikiran pun beragam, mulai dari pengalaman diasuh oleh ibu, dididik orang tua, dididik guru di sekolah dan kampus. Bukan hanya itu saja, masih ada pengalaman-pengalaman unik dalam hidup seperti kisah percintaan, kecelakaan atau kemalingan. Tentu ada juga yang positif seperti mendapat inspirasi dari orang lain, buku bacaan, film atau sejarah, dan informasi lain yang memberi sumbangsih dalam pembentukan pola pikir. Keempat, informasi yang masuk ke dalam pikiran membentuk ragam pola dalam pikiran. Besarnya pola tergantung dari seberapa sering informasi masuk ke dalam pikiran. Makin sering atau makin berkesan sebuah informasi, makin kuat pola pikir yang dibentuk, tetapi akan ada informasi yang ditolak dan diterima. Hal ini tergantung dari pola dominan dalam pikiran.

### **Bagaimana Pola Pikir Berubah**

Pola pikir dapat berkembang dan berubah seiring waktu karena berbagai pengalaman, pengetahuan baru, dan refleksi diri, perubahan pola pikir bukanlah proses instan dan dapat memakan waktu. Ini melibatkan kemauan untuk melihat hal-hal dari perspektif yang berbeda. Jika seseorang terbuka terhadap pengalaman baru, refleksi, dan pembelajaran, mereka lebih mungkin untuk mengalami perubahan pola pikir yang positif. Ada dua arah perubahan *mindset*: reformatif (positif) atau deformatif (negatif), perubahan reformatif adalah perubahan *mindset* yang menunjukkan trend reformatif. Artinya, perubahan itu makin lama makin baik. Dalam konteks komunikasi, isi

pembicaraan makin baik dari hari ke hari. Sedangkan perubahan yang deformatif sebaliknya, perubahan yang menuju hal yang tidak baik. Agar pola pikir berubah ke arah yang reformatif, yaitu berorientasi pada perbaikan dan perubahan yang positif. Salah satunya adalah masuknya informasi-informasi yang baik atau pemikiran sehat ke dalam pikiran. Informasi yang baik ini akan muncul pertarungan dalam pikiran antara pemikiran yang baru dan pemikiran yang lama. Bila pemikiran lama adalah pemikiran yang buruk, pemikiran ini bisa tergusur oleh pemikiran baru.

### **Tips Mengubah Pola Pikir**

Mengubah pola pikir adalah suatu proses yang memerlukan kesabaran dan komitmen untuk mencapai perubahan positif dalam cara berpikir kita. Adapun tips yang dapat dilakukan untuk mengubah pola pikir kita, yaitu (1) Jangan takut bila kamu bersentuhan dengan arus pikiran lain. Dalam konteks yang lebih luas, terbuka terhadap arus pikiran lain adalah mengajak kita untuk terbuka dan tidak takut menghadapi perbedaan pendapat, pandangan, atau pola pikir yang berbeda dengan orang lain, (2) Usahakan untuk tidak langsung menolak informasi yang bertentangan dengan keyakinan kamu, ketika kita menemukan informasi baru yang tidak sejalan dengan keyakinan kita, reaksi alami yang muncul adalah menolak informasi tersebut tanpa pertimbangan lebih lanjut. Jadi, kita harus berpikir kritis dan terbuka terhadap informasi baru sebelum mengambil keputusan untuk menerima atau menolak informasi yang mungkin bertentangan dengan apa yang kita yakini sebelumnya, (3) Bacalah buku-buku terpenting yang telah ditulis di sepanjang sejarah, membaca buku-buku semacam itu dapat memberikan wawasan tentang gagasan, konsep dan pemikiran yang telah membentuk sejarah dan budaya manusia, (4) Bergaullah dengan orang-orang yang arus pemikirannya berseberangan dengan kamu, berinteraksi dengan orang-orang yang berseberangan dalam pandangan atau pemikiran dapat membuka pikiran kita untuk melihat sesuatu dari sudut pandang yang berbeda dan memperluas wawasan kita tentang suatu masalah atau topik tertentu. Namun, penting juga untuk diingat bahwa berinteraksi dengan orang-orang yang arus pemikirannya berseberangan bukan berarti kita harus selalu setuju dengan mereka. Tetaplah kritis dan fokus pada komunikasi yang sehat dan menghormati, tidak semua perbedaan pendapat dapat diselesaikan, tetapi dengan menghormati pandangan orang lain kita bisa menciptakan lingkungan yang saling menghargai dan memupuk toleransi.

### **Berpikir Divergen dan Konvergen**

Psikologi J.P. Guilford membagi proses berpikir manusia menjadi dua tipe, yaitu divergen dan konvergen. Pola pikir divergen dikarakteristikan dengan kemampuan memberikan pilihan ide atau solusi. Biasanya ide-ide atau solusi-solusi ini mengalir begitu saja secara spontan. Orang-orang dengan pola pikir ini kerap dianggap memiliki rasa ingin tahu yang besar, liberal, gigih, dan selalu siap mengambil risiko. Memetakan dengan menggambar lingkaran, menciptakan karya seni, menyusun jurnal, memetakan pokok pembicaraan, meluangkan waktu untuk meditasi dan berpikir, menyusun daftar pertanyaan adalah beberapa karakteristik yang terlihat. Orang-orang dengan pola pikir ini juga biasanya lebih unggul dalam Bahasa (membaca, menghafal kata, dan lain-lain). Sedangkan pola pikir konvergen adalah teknik penyelesaian masalah yang menyatukan ide atau bidang yang berbeda untuk menemukan satu solusi. Orang-orang dengan pola berpikir tipe ini memiliki alur berpikir logis, pintar menghafal pola dan menyelesaikan masalah. Pola berpikir konvergen menciptakan suasana hati negatif, sedangkan pola berpikir divergen menciptakan suasana hati positif. Penelitian J.A. Horne mengungkap bahwa kurang tidur akan sangat memengaruhi kinerja orang-orang dengan pola divergen, sedangkan orang-orang dengan pola pikir konvergen akan lebih cenderung baik-baik saja.

### **Kelebihan Buku**

Dapat membantu pembaca memperluas pengetahuan tentang cara berpikir. Buku ini juga dapat membantu para pembacanya dalam mengembangkan kepribadian dan karakter mereka dengan mengasah kemampuan berpikir, meningkatkan pemahaman diri, dan menghadapi tantangan dengan cara yang lebih konstruktif. Penulis bermaksud memberi informasi ini kepada semua kalangan agar dapat mempelajari dan mengetahui bahwa dengan cara memperluas pola pikir dapat mengubah hidup pada masa depan.

## Kekurangan Buku

Kekurangan yang terdapat pada buku ini yaitu tampilan di setiap halaman buku yang kurang menarik, perlu ditambahkan ilustrasi yang dapat lebih mewarnai agar menarik perhatian para pembacanya dan membuat buku ini makin menarik. Ada beberapa bahasa dalam buku ini yang sulit untuk dipahami oleh pembacanya.

## KESIMPULAN

Selain perilaku yang baik, cara berpikir menjadi bagian dari penilaian terhadap kualitas seseorang. Cara berpikir ini bahkan menjadi kebutuhan yang sangat penting di kehidupan kita. Dalam buku ini, penulis mengajarkan tentang pentingnya membentuk pola pikir, berpikir besar, mengembangkan cara berpikir yang positif dan berpikir secara kritis yang nantinya bisa menjadi kekuatan besar dalam mengubah hidupnya pada masa depan. Untuk meraih sukses, kita harus berpikir besar. Berpikir besar artinya mampu bermimpi dan memvisualisasikan apa yang dapat kita capai dalam skala besar dan tanpa batas. Sebab dengan berpikir besar, kita terdorong berpikir produktif, kemudian mewujudkan pada tindakan nyata. Pencapaian besar seringkali melibatkan mengambil risiko yang lebih besar pula. Buku ini mungkin mendorong pembaca untuk dapat berpikir besar dalam mengatasi ketakutan dan berani mengambil langkah-langkah maju dalam hidup.

Melalui buku ini, penulis mengajak pembaca untuk mengetahui bahwa pikiran akan menciptakan masa depan dan kita akan mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana pola pikir dapat terbentuk dan dapat memengaruhi kehidupan kita. Buku ini juga sangat bagus untuk dibaca oleh semua kalangan karena kita bisa memperluas ilmu tentang sebuah pemikiran yang berdampak bagi kehidupan kita pada masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Derlege, Vorelian S., Barbara Winstead., Jones. (2005). *Personality Contemporary Theory And Research*. Belmont USA: Thomson Wadsworth.
- Febriani, R., Asbari., & Yani, A. (2023). Resensi Buku: Berani Berubah untuk Hidup Lebih Baik. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 1-6.
- Gramedia.com. (2022). *The Art Of Thinking Big*. Diakses pada 15 Juli 2023, dari <https://www.gramedia.com/products/the-art-of-thinking-big>
- Ismail, Gumilar. (2013). *Berpikir Reflektif*. Artikel Blog Coretan Makna.
- Malau, Judika. (2009). *Bagaimana Pola Pikir Terbentuk*. Artikel Blog Putra Putri Indonesia.
- Muhajirin, M., & Panorama, M. (2017). Pendekatan Praktis; Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif.
- Nara, Cindy. (2016). *Tipe Berpikir Divergen dan Konvergen*. Artikel Blog Karier.
- Nugrahani, F., & Hum, M. (2014). Metode penelitian kualitatif. *Solo: Cakra Books*, 1(1), 3-4.
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan Penelitian Kualitatif (Qualitative research approach)*. Deepublish.
- Sari, C. F. (2022). *The Art Of Thinking Big*. Psikologi Corner.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. *Bandung: Alfabeta*.
- Yanuar, H.F., Nurhakim, A. L., Rahmawati, I. A., & Asbari, M. (2023). Sosial Cultivator: Tantangan untuk Konsisten pada Toleransi dan Empati. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 45-49.