

PKP lahirkan masyarakat berfikiran positif

Kerajaan mengisytiharkan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) bermula 18 Mac lalu dan kini dilanjutkan sehingga 9 Jun depan.

Keterbatasan dalam kehidupan seharian akibat PKP melatih individu menghargai masa. Tidak kurang juga yang mengubah minda agar berfikiran positif dan akur dengan apa yang berlaku.

PKP mendidik individu membuat perancangan serta jadual harian bagi melaksanakan aktiviti yang berkaitan tuntutan kerja, keluarga, kehidupan sosial, hobi, kepentingan peribadi dan seumpamanya.

Pengurusan masa melalui minda positif dapat memastikan pencapaian matlamat diri, membentuk kehidupan seimbang dan meminimumkan tekanan.

Bagaimanapun, masa adalah sumber paling sukar diurus dan sering menjadi masalah dalam kehidupan. Kadangkala terasa masa berlalu pergi begitu sahaja tanpa membuahkan sebarang hasil dan tentu individu akan menyalahkan masa.

Hakikatnya, amalan suka melengahkan masa, tidak berdisiplin mematuhi perancangan, tidak berminat serta tidak bermotivasi melakukan kerja menjadi punca masa berlalu begitu sahaja.

Sebenarnya, PKP membuka ruang untuk individu muhasabah diri. Ia adalah masa paling sesuai memikirkan kesilapan dilakukan dan penambahbaikan yang perlu diambil. Masa PKP membolehkan individu melihat sejauh ma-



PKP mendedahkan individu kepada penggunaan pelbagai aplikasi internet yang jarang diterokai sebelum ini. (Foto hiasan)

na tujuan hidup dicapai serta apakah yang sedang dan sudah dilakukan membuka laluan untuk berjaya pada masa depan.

Jika diperhalusi, COVID-19 memberi peringatan dan kesedaran kepada seluruh umat manusia supaya berhenti seketika daripada berlumba mengejar kekayaan dan memikirkan kelestarian alam sekitar.

Sebagai individu berfikiran positif, PKP membuka peluang untuk menambah amal ibadah dengan tenang, tidak tergesa-gesa dalam melakukan pelbagai aktiviti serta mengeratkan lagi hubungan kekeluargaan.

Boleh dikatakan PKP memberi peluang setiap individu menambah baik diri dan mengisi masa berkualiti bersama keluarga.

PKP juga mendidik individu menggunakan masa secara positif dengan memperkasakan ke-

mahiran teknologi.

Bekerja dari rumah, pembelajaran dalam talian dan pembelian melalui saluran maya mendedahkan individu kepada penggunaan pelbagai aplikasi internet yang jarang diterokai sebelum ini.

Selari perkembangan Revolusi Perindustrian 4.0, PKP sedikit sebanyak membantu mempercepat pemahaman dan meningkatkan kesedaran semua lapisan masyarakat berkait teknologi.

Pelbagai aplikasi dalam talian yang sebelum ini jarang disebut seperti Zoom, Microsoft Team, Google Meet dan Skype digunakan secara aktif dalam pengajaran dan pembelajaran, mesyuarat serta persidangan.

Begitu juga aktiviti berkongsi dokumen menggunakan Google Docs dan Dropbox serta membaca buku dalam talian melalui platform sumber terbuka ketika

PKP. Semua ini membantu pembentukan minda positif terhadap betapa eratnya teknologi dan kehidupan.

Bagi membentuk minda lebih positif ketika PKP, individu perlu bijak memilih pelbagai maklumat yang tular di media sosial tanpa membiarkan ia menguasai fikiran, emosi dan aktiviti kehidupan.

Elak melayari blog atau laman sesawang tidak rasmi yang boleh diragui kesahihan maklumat yang disampaikan.

Lambakan maklumat tanpa had mengenai COVID-19 daripada media sosial sama ada tulin atau palsu, semakin memburukkan keadaan dan menyumbang kepada rasa panik dalam kalangan masyarakat.

Berdepan PKP dengan minda positif mampu mengisi masa dengan pelbagai aktiviti berfaedah. Membangunkan diri dengan ilmu pengetahuan dan kemahiran baharu, masa senggang bersama keluarga, tumpuan yang lebih pada tugas dilakukan dan meraikan perkembangan teknologi antara kebaikan yang terhasil daripada minda positif mendampingi PKP.

Justeru, jadikan PKP medan membentuk minda positif supaya mampu melihat masa hadapan lebih optimistik, mengharapkan kejayaan lebih baik dan menjadikan kehidupan bermakna.

Dr Roshayati Abdul Hamid,
Fakulti Ekonomi dan Pengurusan UKM