

Upgrade!!!
**Sebuah Buku Praktis
untuk Pelajar dan Mahasiswa**

OKKI TRINANDA



2021

**Sanksi Pelanggaran Pasal 72:
Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2002
tentang Hak Cipta**

Barangsiapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).

Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu Ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

Upgrade!!!
**Sebuah Buku Praktis
untuk Pelajar dan Mahasiswa**

OKKI TRINANDA



2021

Judul:

**Upgrade!!! Sebuah Buku Praktis
untuk Pelajar dan Mahasiswa**

Penulis: Okki Trinanda

Copyright@2021

Oleh PACE

Padang, Sumatera Barat

Pertama kali diterbitkan dalam Bahasa Indonesia

Oleh

PACE

Partnership for Action on Community Education

Jl. Subarang Koto Baru, Kubung

Solok-Sumatera Barat

Komplek Pondok Pinang

Kota Padang-Sumatera Barat

Cetakan Pertama: April 2021

ISBN: 978-623-95840-6-1

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit

*“Bacalah dengan nama Tuhanmu yang telah menciptakanmu!”
(Qs. Al Alaq :1)*

Kata Pengantar Penulis

Saat ini di toko buku banyak bermunculan buku-buku tentang pengembangan potensi diri. Mulai dari buku ilmu agama, pendidikan, kecerdasan, keterampilan dan lain-lain. Tetapi buku yang membahas semuanya sekaligus dalam satu buku masih jarang dilihat. Apalagi yang ditujukan kepada segmen pelajar dan mahasiswa. Pemuda sebagai harapan bangsa dan dunia, seharusnya disuguhi dengan buku-buku pengembangan diri. Kenyataannya pada saat ini buku-buku tersebut lebih banyak ditujukan pada orang-orang dewasa yang sudah bekerja. Seperti pengusaha, pejabat, pegawai, dan lain-lain.

Untuk itulah buku ini hadir. Buku ini berisi berbagai metode latihan untuk pengembangan diri yang disusun secara singkat dan padat. Sengaja disusun singkat karena penjelasan yang bertele-tele hanya akan membuang-buang kertas dan waktu membaca. Setiap bagian akan dijelaskan dengan ringkas dengan metode-metode latihan yang praktis. Walaupun begitu bukan berarti buku ini hanya memberikan sedikit pelajaran. Buku ini disusun dengan sangat padat. Berisi mengenai metode peningkatan iman kepada Tuhan Yang Maha Esa, metode belajar

dan menjadi cerdas, metode untuk lebih banyak mendapatkan kawan, dan berbagai kesadaran dan keterampilan lainnya

Sebagai penulis pemula tentu saja buku ini masih memerlukan banyak perbaikan disana-sini. Untuk itu penulis menantikan tanggapan dan saran dari berbagai pihak yang membaca buku ini. Sebenarnya tidak ada yang benar-benar baru didalam buku ini. Buku ini disusun dari berbagai teori dan metode lama yang dimodifikasi dan disesuaikan dengan konsumsi remaja. Buku ini juga dipengaruhi oleh banyak penulis lainnya. Isi dalam buku ini sebagian besar di ambil dari buku-buku terkenal mengenai pengembangan diri yang sudah terbit sebelumnya.

Gunakanlah buku ini sebagai buku pegangan dengan menjalankan setiap trik dan metode latihan didalam buku ini. Sebab sebuah buku hanya akan berguna jika dibaca dan di praktekkan. Kamu bebas untuk memperbaiki berbagai metode yang ditawarkan. Sebab ilmu itu sendiri juga berubah setiap saat dan selalu butuh penyesuaian.

Daftar Isi

Kata Pengantar Penulis.....	vii
Daftar Isi.....	ix
Pendahuluan.....	xi

Bagian Nol.

Awal perjuangan.....	1
<i>Let the Show Begin</i>	<i>3</i>
Kondisi dan Berbagai Tipe Remaja Saat Ini	9
Apa yang Saya Butuhkan?.....	13
Introspeksi	17
Kesimpulan Bagian Nol	21

Bagian Satu.

Menjadi Remaja yang Beragama	23
Bagian I. Menjadi Remaja yang Beragama	25
Mengatasi Masalah pada Bidang Spiritual	31
Menjaga Hubungan.....	35
Belajar Agama	43
Kesimpulan Bagian Satu	47

Bagian Dua.	
Muda dan Cerdas	51
Bagian II. Muda dan Cerdas	53
Cara Belajar	57
Belajar dengan 3B (Baca! Baca! Baca!).....	63
Mari Ber-Akselerasi.....	67
Kesimpulan Bagian Tiga	77
 Bagian Tiga.	
Ayo Gaul!!.....	81
Bagian III. Ayo Gaul!!	83
Berhadapan dan Berhubungan dengan Orang Lain	89
Mempengaruhi Orang Lain	93
Kesimpulan Bagian Tiga	97
 Bagian Empat.	
Saatnya untuk <i>upgrade</i>	101
Bagian IV. Saatnya untuk Upgrade	103
Upgrade Cara Pandang dan Berfikir	105
Upgrade Fisik.....	113
Kesimpulan Bagian Empat.....	119
 Bagian Lima.	
Perjuangan dan pengabdian	121
Bagian V. Perjuangan dan Pengabdian	123
Kesimpulan Bagian Lima	137
 Action!!	141
Daftar Pustaka.....	143
Terima Kasih Kepada	145

Pendahuluan

Don't ask what your country can give to you, ask what you can do for your country! (John F Kennedy)

Jangan tanyakan apa yang bisa diberikan oleh negaramu kepadamu, tapi tanyakan apa yang bisa kau berikan kepada negaramu.

Kata-kata legendaris ini diucapkan oleh John F. Kennedy sebagai pesan kepada setiap remaja dan pemuda dimanapun di seluruh dunia. Kata-kata ini terasa mengena. Sebelum kita mengharapkan sesuatu, berilah apa yang kita punya terlebih dahulu kepada negara kita yang tercinta.

Remaja sebagai generasi harapan bangsa, sudahkah kita berpikir seperti itu? Atau sudahkah kita berusaha kearah itu? Paling tidak minimal kita harus berusaha untuk melakukan perbuatan yang membuat malu orang tua kita, lingkungan kita, negara kita.

Jadi bagaimana dengan remaja saat ini? Apakah sudah mampu untuk berbuat kepada sekitarnya? Untuk melakukan itu tentu saja kita harus memiliki berbagai macam kemampuan untuk memenuhi standar hidup. Pertama kita harus memiliki dasar agama yang kuat. Karena ini adalah sebagai pengendali didalam kehidupan agar kita tidak terjerumus dan malah

berbuat kerugian dan menjadi pengganggu di lingkungan kita. Kemudian tentu saja kita harus memiliki kecerdasan agar kita menjadi berguna bagi diri sendiri dan orang-orang disekitar kita. Terakhir kita harus pandai bersosial dan bergaul dengan banyak orang. Yang ini adalah sebagai modal pribadi dalam hidup dan untuk memenuhi kebutuhan kita sebagai makhluk sosial.

Selain memenuhi standar, kita harus juga berusaha untuk melampaui standar itu dengan berbagai macam keterampilan yang tidak dimiliki secara umum. Kita harus memiliki sesuatu yang bisa kita banggakan dan bisa 'dijual'. Karena tanpa itu kita akan sama saja dengan semua remaja lain. Tanpa menjadi istimewa bisa dibilang kita bukan siapa-siapa. Kesempatan untuk menjadi menonjol datang setiap hari dan terlewatkan begitu saja. Tinggal bagaimana kita melatih kesadaran dan selalu melakukan latihan untuk mengambil kesempatan itu.

Menjadi unggul dan menonjol itu bisa di berbagai bidang. Bisa di bidang spiritual, akademis dan pergaulan. Namun alangkah baiknya jika kita bisa menonjol di segala bidang. Bisa saja kamu menjadi seorang remaja yang alim, pintar di sekolah atau di kampus, dan menjadi bintang di dalam pergaulan. Segalanya bergantung pada usaha untuk belajar, berlatih dan menggali trik-trik untuk menjadi unggul.

Jika kita selalu berusaha untuk menjadi lebih baik, maka usaha itu akan seperti menimba air laut. Usaha itu tak akan ada habis-habisnya. Karena belajar adalah suatu proses tiada henti seumur hidup. *Sky is the limit*. Namun itulah yang terbaik yang dapat kita lakukan. Yaitu selalu belajar untuk menjadi lebih baik, dan mengikuti perubahan zaman. Yang salah adalah tidak mau berusaha sama sekali dan menganggap segala apa yang ada didalam diri adalah takdir yang tidak dapat berubah. Pemikiran seperti ini adalah pemikiran orang-orang yang gagal, atau *looser*.

Dengan selalu mengembangkan potensi diri setiap saat, kita akan bisa menjadi seseorang yang berarti bagi orang-orang disekitar kita. Bahkan oleh orang yang tidak kita kenal. Dengan begitu kita akan menjadi penting dan selalu diharapkan oleh orang lain. Semuanya tergantung pada diri kita sendiri.

