

Cari Beasiswa Nggak Pake Ribet: Ini Aplikasi & Website Andalan Tahun 2026

Category: LifeStyle

5 Februari 2026



INFO BEASISWA

Prolite – Cari Beasiswa Nggak Pake Ribet: Ini Aplikasi & Website Andalan Tahun 2026

Ngomongin beasiswa, banyak orang langsung mikir, “Ah, itu cuma buat yang super pintar atau anak kampus top.” Padahal, secara psikologis, hambatan terbesar justru sering datang dari rasa minder, takut gagal, dan kebingungan harus mulai dari mana.

Untungnya, tahun 2026 ini sudah banyak aplikasi dan website yang dirancang khusus untuk membantu kamu menemukan beasiswa sesuai kebutuhan dan profil.

Mulai dari beasiswa dalam negeri, luar negeri, fully funded, sampai yang berbasis komunitas dan AI. Artikel ini bakal jadi *teman curhat* sekaligus *peta jalan* buat kamu yang lagi serius (atau baru kepikiran) cari beasiswa. Yuk, kita bahas satu per

satu!

Situs Web Populer & Terlengkap untuk Cari Beasiswa



Kalau kamu tipe yang suka riset mandiri dan banding-bandingin peluang, website beasiswa adalah tempat paling aman buat mulai.

: Kalender Beasiswa Paling Rapi & Fitur AI Cerdas

termasuk salah satu platform beasiswa paling populer di Indonesia saat ini. Kenapa? Karena mereka menyediakan kalender beasiswa yang terstruktur, info yang relatif terverifikasi, plus konten edukatif seperti kelas persiapan beasiswa.

Yang bikin beda di 2026, sudah mengembangkan fitur pencocokan beasiswa berbasis AI. Kamu cukup isi profil–jenjang pendidikan, minat studi, tujuan negara–lalu sistem akan merekomendasikan beasiswa yang paling relevan. Cocok banget buat kamu yang gampang overwhelmed sama terlalu banyak pilihan.

& : Gudangnya Info Beasiswa Dalam & Luar Negeri

Dua situs ini bisa dibilang *klasik tapi konsisten*. dan rutin mengunggah info beasiswa S1, S2, S3, baik dari pemerintah, universitas, maupun lembaga swasta.

Kelebihannya, informasinya cukup **detail dan mudah dipahami**, mulai dari syarat, timeline, sampai tips pendaftaran. Buat pemula yang baru pertama kali daftar beasiswa, dua situs ini bisa jadi tempat belajar sekaligus referensi utama.

: Ramah Bahasa Indonesia, Cocok untuk Semua Jenjang

Kalau kamu lebih nyaman baca penjelasan panjang dalam bahasa Indonesia, layak masuk bookmark. Situs ini memuat info beasiswa dari jenjang S1 sampai S3, lengkap dengan penjelasan teknis yang nggak terlalu ribet.

juga sering membahas beasiswa yang *kurang terekspos* tapi realistis untuk pelajar Indonesia, jadi peluangmu nggak harus selalu bersaing di jalur yang super ketat.

Scholarship Positions & ASEAN Scholarships: Fokus Beasiswa Luar Negeri

Buat kamu yang targetnya kuliah ke luar negeri, Scholarship Positions dan ASEAN Scholarships adalah platform internasional yang cukup kredibel. Mereka rutin mengunggah info beasiswa dari universitas dan lembaga pendidikan di Eropa, Australia, Amerika, dan kawasan Asia.

Walau mayoritas kontennya berbahasa Inggris, informasinya ringkas dan langsung ke poin penting. Cocok buat kamu yang sudah siap mental dan administrasi untuk studi global.

PPI Dunia & PPI Negara: Info Paling Dekat dengan Realita

Portal resmi **Perhimpunan Pelajar Indonesia (PPI)** di berbagai negara sering jadi sumber info beasiswa yang underrated tapi super akurat. Selain info resmi, kamu juga bisa dapat insight dari pengalaman langsung pelajar Indonesia di negara tujuan.

Biasanya, PPI membagikan info beasiswa, webinar, sampai sesi sharing yang jujur soal kehidupan kuliah dan hidup di luar negeri.

Aplikasi Pencarian Beasiswa yang Praktis di Genggaman



Kalau kamu lebih sering buka HP daripada laptop, aplikasi beasiswa jelas jadi solusi paling realistis.

Aplikasi LPDP: Wajib Punya Buat Pejuang Beasiswa Negara

Aplikasi resmi **LPDP** yang tersedia di Play Store dan App Store memudahkan kamu mengakses info terbaru seputar beasiswa LPDP. Mulai dari jadwal pendaftaran, pengumuman resmi, sampai update kebijakan terbaru—semuanya langsung dari sumber utama.

Dengan notifikasi real-time, kamu nggak perlu takut ketinggalan deadline penting.

Scholarships & Grants App: Alternatif Global yang Sederhana

Aplikasi ini cukup populer di Google Play untuk mencari berbagai peluang beasiswa dan hibah internasional. Interface-nya sederhana dan memungkinkan kamu melakukan pencarian berdasarkan negara, bidang studi, atau jenjang pendidikan.

Walau tidak spesifik untuk Indonesia, aplikasi ini cocok buat kamu yang ingin memperluas peluang ke skala global.

Pencarian Beasiswa Berbasis AI & Komunitas: Cara Baru yang Lebih Personal



Tahun 2026, cara cari beasiswa sudah naik level. Bukan cuma soal rajin, tapi juga soal **strategi dan personalisasi**.

AI di : Beasiswa Sesuai Profil, Bukan Sekadar Populer

Fitur AI membantu menyaring beasiswa berdasarkan kecocokan profil. Ini penting karena banyak pelamar gagal bukan karena kurang pintar, tapi karena salah target.

Dengan sistem ini, kamu bisa fokus ke peluang yang benar-benar realistis dan relevan.

Gemini AI: Asisten Pintar untuk Riset Beasiswa

Gemini AI bisa dimanfaatkan untuk mencari dan merangkum info beasiswa dengan prompt tertentu, misalnya: *"beasiswa S2 fully funded Eropa untuk mahasiswa Indonesia 2026"*. AI akan membantu menyusun gambaran awal sebelum kamu riset lebih dalam.

Scholarships360 & Fastweb: Platform Global Berbasis Data Pengguna

Dua platform ini populer di kalangan pelajar internasional karena menggunakan data pengguna untuk mencocokkan beasiswa yang sesuai. Semakin lengkap profilmu, semakin akurat rekomendasinya.

Beasiswa Itu Ada, Tinggal Kamu Mau Jemput atau Tidak

Mencari beasiswa di 2026 sebenarnya jauh lebih mudah dibandingkan beberapa tahun lalu. Tantangannya bukan lagi soal akses informasi, tapi konsistensi dan keberanian untuk mencoba.

Mulailah dari satu platform, satu aplikasi, dan satu langkah kecil hari ini. Siapa tahu, dari scrolling santai malam ini, kamu justru menemukan peluang yang mengubah masa depanmu.

Jadi, siap mulai perjalanan beasiswamu?

Mahasiswa UPI Laksanakan Edukasi Gizi di SMP Laboratorium Percontohan: Upaya Cegah Konsumsi Junk Food dan Minuman Berpemanis Berlebih Pada Remaja.

Category: Daerah, News
5 Februari 2026



Mahasiswa UPI Laksanakan Edukasi Gizi di SMP Laboratorium Percontohan: Upaya Cegah Konsumsi Junk Food dan Minuman Berpemanis Berlebih Pada Remaja.

Bandung, Prolite – Mahasiswa Program Studi Gizi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), melaksanakan program edukasi gizi bertajuk “Limit Junk Food and Sugar Sweetened Beverages (SSB)” kepada siswa SMP Laboratorium Percontohan UPI pada 27 November 2025.

Kegiatan ini merupakan bagian dari implementasi mata kuliah Pendidikan Gizi berbasis Project Based Learning, dengan tujuan meningkatkan literasi gizi dan membentuk perilaku makan sehat pada remaja.

Program ini dilatarbelakangi oleh tingginya konsumsi junk food dan minuman berpemanis pada remaja usia sekolah, yang menurut berbagai penelitian dapat meningkatkan risiko obesitas, menurunkan kualitas konsentrasi belajar, hingga memicu penyakit tidak menular di usia dewasa.

Remaja dinilai berada pada fase krusial dalam pembentukan kebiasaan makan, karena mulai memiliki kebebasan memilih jajanan namun belum sepenuhnya memahami nilai gizi dan dampaknya terhadap kesehatan. Berdasarkan konteks tersebut, tim mahasiswa UPI merancang intervensi edukatif yang menasar peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak sekolah untuk menentukan jadwal, teknis pelaksanaan, serta fasilitas yang diperlukan. Sasaran utama kegiatan adalah siswa kelas 7 SMP Laboratorium Percontohan UPI. Tim pelaksana menyiapkan modul edukasi, media visual, materi presentasi, serta instrumen evaluasi berupa lembar *pre-test*, *post-test*, dan lembar observasi perilaku.



Mahasiswa UPI Laksanakan Edukasi Gizi di SMP Laboratorium Percontohan

Selama edukasi berlangsung, materi disampaikan melalui ceramah interaktif, diskusi, serta demonstrasi visual yang menjadi sorotan utama, yaitu “sugar visualization”. Melalui metode ini, siswa diperlihatkan jumlah gula yang terkandung dalam minuman kemasan populer, seperti soda, teh manis, dan minuman energi.

Tumpukan sendok gula yang ditampilkan secara nyata memberikan dampak besar terhadap pemahaman siswa. Banyak peserta tampak terkejut mengetahui bahwa satu botol minuman yang mereka konsumsi sehari-hari mengandung lebih dari separuh batas konsumsi gula harian yang direkomendasikan.

Untuk memperkuat pemahaman selama materi berlangsung, tim pelaksana juga membagikan leaflet edukasi secara langsung kepada siswa. Leaflet tersebut berisi ringkasan informasi mengenai bahaya konsumsi gula, garam, dan lemak berlebih, batas konsumsi gula harian menurut Kementerian Kesehatan RI, serta contoh jajanan sehat yang dapat menjadi alternatif di

sekolah.

Dengan leaflet di tangan, siswa dapat secara aktif membaca, mengikuti penjelasan, dan memahami materi secara paralel, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan terarah.



Mahasiswa UPI Laksanakan Edukasi Gizi di SMP Laboratorium Percontohan

Tidak hanya itu, tim juga menyerahkan poster edukasi kepada pihak sekolah untuk ditempelkan pada majalah dinding (mading) sekolah. Poster ini berfungsi sebagai media edukasi berkelanjutan yang dapat dilihat oleh seluruh siswa setiap hari, sehingga pesan gizi tidak hanya berhenti pada saat kegiatan berlangsung tetapi terus menjadi pengingat bagi lingkungan sekolah secara keseluruhan.

Selanjutnya, sesi edukasi juga mencakup latihan membaca label gizi, di mana siswa diajak memahami informasi nilai gizi pada kemasan makanan. Latihan ini membantu siswa mengenali produk tinggi gula, garam, dan lemak, sekaligus mengajarkan mereka membuat keputusan yang lebih bijak saat membeli jajanan. Melalui pendekatan partisipatif ini, siswa tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga terlibat langsung dalam proses pembelajaran.

Untuk mengukur efektivitas program, tim mahasiswa menggunakan *pre-test* dan *post-test* guna menilai perubahan tingkat pengetahuan siswa. Hasil awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mengetahui batas konsumsi gula harian, serta kurang mampu membedakan jajanan sehat dan tidak sehat.



Mahasiswa UPI Laksanakan Edukasi Gizi di SMP Laboratorium Percontohan

Setelah edukasi diberikan, terjadi peningkatan skor pemahaman

yang cukup signifikan. Observasi perilaku juga mencatat adanya perubahan positif pada siswa, seperti meningkatnya antusiasme membaca label gizi dan kecenderungan memilih air putih dibandingkan minuman berpemanis. Beberapa siswa bahkan menyatakan minat untuk mulai membawa bekal sehat dari rumah.

Pihak sekolah turut memberikan dukungan penuh selama proses pelaksanaan, mulai dari penyediaan fasilitas hingga membantu observasi kegiatan. Kolaborasi ini menjadi faktor penting yang memastikan kegiatan berjalan lancar dan seluruh siswa dapat mengikuti edukasi dengan baik. Dukungan tersebut juga mencerminkan komitmen sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan kondusif bagi perkembangan peserta didik.

Ketua tim pelaksana, Dwi Khalisa Putri, menyampaikan bahwa program ini dirancang tidak hanya untuk memberikan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku makan yang lebih baik. Ia berharap edukasi ini dapat menjadi langkah awal bagi siswa untuk lebih memahami pentingnya pola makan seimbang. Selain memberikan manfaat bagi siswa, kegiatan ini juga menjadi pengalaman berharga bagi mahasiswa dalam menerapkan teori pendidikan gizi secara langsung di masyarakat.



Mahasiswa UPI Laksanakan Edukasi Gizi di SMP Laboratorium Percontohan

Kegiatan ditutup dengan dokumentasi foto dan video, serta penyusunan laporan akhir sebagai bentuk pertanggungjawaban kepada dosen pengampu dan pihak sekolah. Melalui kolaborasi ini, diharapkan terbangun kesadaran kolektif antara siswa, guru, dan masyarakat sekolah untuk menciptakan generasi yang lebih sehat dan cerdas dalam memilih pangan.

Nugas Lebih Efisien! Ini 7 Website & AI Tools yang Jadi Andalan Mahasiswa Pintar

Category: LifeStyle

5 Februari 2026



Prolite – 7 Website & AI Tools yang Bisa Bantu Mahasiswa Cari Jurnal dan Ngerjain Tugas Kuliah Lebih Mudah!

Sebagai mahasiswa, tugas kuliah dan pencarian jurnal kadang terasa kayak *mission impossible*. Apalagi kalau dosen minta referensi ilmiah terbaru, tapi waktu sudah mepet dan Google Scholar rasanya nggak cukup membantu.

Nah, kabar baiknya, sekarang sudah banyak banget *website* dan *AI tools* canggih yang bisa bantu kamu cari jurnal, ngerjain tugas, sampai bikin ide tulisan jadi lebih terarah. Tahun 2025 ini, teknologi pendidikan makin maju – jadi kenapa nggak dimanfaatin?

Artikel ini bakal ngebahas rekomendasi beberapa *website* dan AI yang lagi populer di kalangan mahasiswa, plus tips gimana cara pakainya biar tetap bijak dan nggak sekadar *copy-paste*.

Nggak Hanya Google Scholar! Ada Banyak Alternatif Keren Buat Cari

Jurnal



Selama ini mungkin kamu tahunya cuma **Google Scholar**, padahal ada beberapa platform riset yang bisa bantu kamu dapetin jurnal ilmiah lebih akurat dan relevan. Nih, beberapa contohnya:

- **Consensus AI** – AI ini bisa bantu kamu nyari jawaban dari ribuan jurnal ilmiah dengan hasil yang sudah disimpulkan secara otomatis. Misalnya kamu nanya “*Apakah tidur siang meningkatkan produktivitas?*”, Consensus bakal nyari studi ilmiah dan kasih kesimpulan langsung berdasarkan hasil riset nyata. Super efisien!
- **Open Read** – Cocok banget buat kamu yang pengen baca artikel atau paper ilmiah dengan tampilan yang bersih dan mudah dimengerti. Open Read juga punya fitur *AI summarizer*, jadi kamu bisa dapet intisari jurnal tanpa harus baca semuanya.
- – Ini kayak *Spotify-nya riset*. Kamu bisa *follow* topik atau peneliti tertentu, lalu AI-nya bakal kasih rekomendasi jurnal yang relevan. Bisa banget dipakai buat bikin *literature review* yang rapi dan mutakhir.

Tips: Saat pakai platform ini, pastikan kamu tetap baca isi jurnalnya ya! AI bisa bantu nyaring, tapi pemahaman tetap harus dari kamu.

Buat Ngerjain Tugas Kuliah, AI Sekarang Bukan Cuma ChatGPT Doang!



Kebanyakan mahasiswa pasti udah kenal **ChatGPT**, tapi ternyata masih banyak banget alternatif lain yang bisa bantu tugas kuliah dengan cara yang lebih variatif. Misalnya:

- – Mirip ChatGPT tapi lebih fokus ke sumber terpercaya. Tiap jawaban yang dikasih Perplexity selalu disertai *link sumber*, jadi kamu bisa langsung cek keaslian informasinya. Cocok buat kamu yang butuh data valid buat makalah atau presentasi.
- – Buat kamu yang anak teknik, informatika, atau sering ngoding, Blackbox bisa bantu banget! Tool ini bisa baca kode, nyari solusi error, bahkan bantu kamu belajar sintaks baru dengan cepat.
- – Platform ini keren karena bisa bantu kamu lihat apakah suatu jurnal *disetujui* atau *diperdebatkan* oleh penelitian lain. Jadi kamu bisa tahu kredibilitas sumber yang kamu kutip.
- – AI yang dirancang khusus buat *academic research*. Kamu tinggal masukin topik riset, dan Elicit bakal bantu kamu nemuin jurnal, merangkum hasil, dan bahkan nyusun kerangka penelitian.

Tips: Gunakan AI untuk *mendukung* proses berpikir kamu, bukan menggantikan. Dosen bisa tahu kok mana tulisan yang pakai AI mentah-mentah.

Tools Penunjang Produktivitas Mahasiswa yang Wajib Dicoba



Selain cari jurnal dan bantu tugas, ada juga beberapa website dan AI tools yang bisa bikin kamu lebih produktif:

- **Notion AI** – Bikin catatan kuliah, to-do list, dan ide proyek dalam satu tempat. Notion bisa bantu kamu ringkas materi kuliah otomatis pakai AI.
- **Mendeley** – Wajib banget buat manajemen sitasi dan referensi. Bisa langsung format kutipan sesuai gaya APA, MLA, atau lainnya.
- **Grammarly / LanguageTool** – Bantu banget buat ngecek

grammar dan gaya bahasa, terutama buat kamu yang sering nulis laporan atau esai berbahasa Inggris.

Tips: Gabungkan tools ini sesuai kebutuhan kamu. Misal: cari jurnal di Consensus → simpan di Mendeley → tulis laporan di Notion → cek grammar pakai Grammarly.

Bijak Saat Gunakan Website & AI

AI memang bikin tugas kuliah jadi jauh lebih gampang, tapi kamu juga harus tahu batasnya. Gunakan alat ini untuk:

- ☐ Menemukan referensi lebih cepat.
- ☐ Mengorganisir ide dan data.
- ☐ Memahami topik yang rumit dengan bantuan ringkasan.

Hindari untuk:

- ☐ Menyalin hasil AI mentah tanpa verifikasi.
- ☐ Mengandalkan AI tanpa berpikir kritis.
- ☐ Menggunakan AI saat ujian atau tugas individu yang dilarang dosen.

Menurut laporan **Education Technology Insights (2025)**, mahasiswa yang menggunakan AI secara *bijak* justru punya performa akademik lebih baik 30% dibanding yang tidak, karena mereka bisa memanfaatkan waktu untuk berpikir analitis, bukan cuma mencari data mentah.



Jadi, sekarang kamu nggak perlu panik lagi saat dosen kasih tugas mendadak atau minta jurnal ilmiah terbaru. Ada banyak banget website dan AI tools yang bisa kamu manfaatkan buat bantu perkuliahan, asal dipakai dengan cerdas. Dunia pendidikan lagi berubah cepat, dan generasi mahasiswa masa

kini punya keuntungan besar – tinggal mau adaptasi atau enggak.

Mulai dari sekarang, yuk eksplor satu per satu tools yang udah disebut di atas. Siapa tahu, salah satunya bisa jadi *partner andalanmu* selama kuliah!

10 Tips Jadi Ketua Kelompok yang Efektif & Disukai Anggota

Category: LifeStyle

5 Februari 2026



Prolite – 10 Tips Jadi Ketua Kelompok

yang Efektif & Disukai Anggota

Pernah nggak sih kamu dapet tugas kelompok terus otomatis ditunjuk jadi ketua? Kadang rasanya seperti beban berat—harus ngatur timeline, bagi tugas, pastikan semua jalan lancar, belum lagi drama internal kalau ada yang telat setor kerjaan.

Tapi tenang, jadi ketua kelompok bukan berarti harus jadi “bos galak”. Justru, kalau kamu bisa jadi pemimpin yang efektif *dan* disukai anggota, kerja kelompok bakal terasa lebih ringan dan seru.

Artikel ini bakal kasih 10 tips praktis buat kamu yang mau (atau terpaksa ☹️) jadi ketua kelompok. Yuk, kita bahas bareng!



1. Pahami Peran & Tanggung Jawabmu

Sebagai ketua kelompok, kamu bukan sekadar orang yang “ngatur-ngatur.” Peranmu lebih ke **fasilitator, motivator, dan pengorganisir**. Artinya, kamu harus bisa mendukung anggota, menjaga semangat, sekaligus memastikan semua berjalan sesuai rencana.

2. Buat Rencana & Timeline yang Jelas

Jangan tunggu deadline mepet baru ribut. Dari awal, bikin **jadwal, deadline, dan milestones**. Misalnya:

- Hari ke-3: outline selesai.
- Hari ke-5: draft masing-masing anggota.
- Hari ke-7: revisi dan finalisasi.

Dengan begitu, semua anggota tahu targetnya dan bisa

menyesuaikan waktu.

3. Bagikan Tugas Secara Adil

Setiap orang punya kemampuan berbeda. Ada yang jago presentasi, ada yang suka riset, ada yang teliti ngedit. **Bagi tugas sesuai kekuatan masing-masing**, biar semua merasa dihargai dan kerja lebih maksimal.

4. Komunikasi yang Terbuka

Komunikasi adalah kunci! Pastikan kamu **mendengarkan ide anggota, memberi instruksi jelas**, dan pakai platform komunikasi yang disepakati (misalnya WhatsApp, Google Docs, atau Discord). Dengan begitu, nggak ada alasan “nggak tahu info” lagi.

5. Tetapkan Aturan Kelompok

Setujuin bareng-bareng **aturan dasar**, seperti:

- Deadline harus ditepati.
- Kalau nggak bisa, wajib kabarin.
- Sanksi ringan kalau ada yang lalai (misalnya gantian traktir kopi ☕).

Aturan ini bikin kerja kelompok lebih tertib dan adil.



6. Pantau Progres Rutin

Jangan nunggu akhir baru ngecek hasil. Adain **pertemuan singkat** atau **laporan progress** tiap beberapa hari. Bisa online atau offline. Tujuannya biar semua on-track dan bisa cepat mengatasi hambatan.

7. Kelola Konflik dengan Bijak

Dalam kelompok, beda pendapat itu wajar. Kalau ada anggota yang telat atau kurang aktif, **ajak ngobrol baik-baik**. Dengarkan alasannya dulu, baru cari solusi bareng. Ingat, kamu pemimpin, bukan hakim.

8. Beri Motivasi & Apresiasi

Jangan pelit bilang “terima kasih” atau kasih **feedback positif**. Hal kecil kayak bilang “good job” bisa bikin anggota semangat. Kalau ada yang kontribusinya besar, akui usahanya di depan kelompok.

9. Fleksibel & Adaptif

Kadang rencana nggak selalu berjalan mulus. Bisa aja anggota ada yang sakit, file hilang, atau tempat ketemu mendadak tutup. Di situ lah kamu harus **fleksibel**, **siap mengubah strategi**, dan tetap jaga semangat kelompok.

10. Evaluasi & Refleksi Setelah Selesai

Tugas selesai bukan berarti selesai juga jadi ketua. Adakan **refleksi kecil**: apa yang berhasil, apa yang bisa diperbaiki. Ini berguna banget buat tugas kelompok berikutnya.

Jadi Ketua Itu Belajar Leadership!

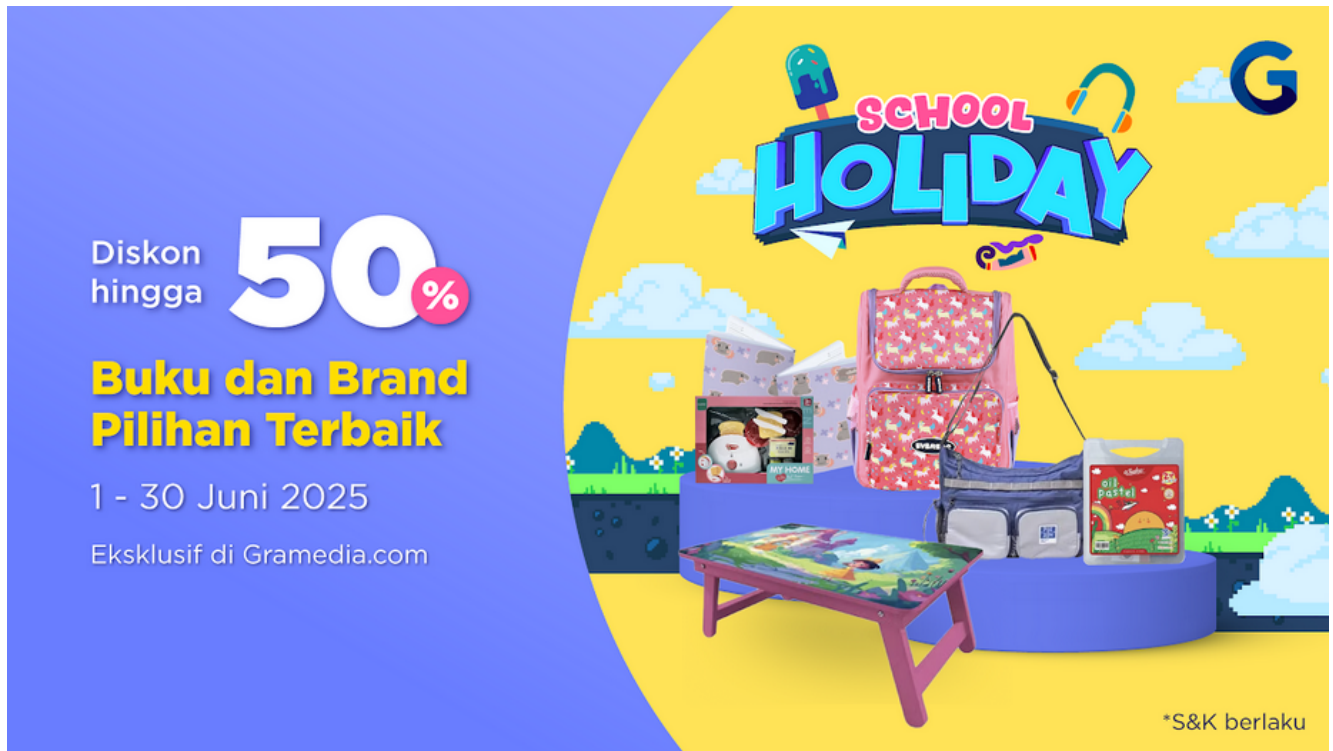


Jadi ketua kelompok memang nggak mudah, tapi juga kesempatan emas buat belajar **leadership, manajemen waktu, komunikasi, dan problem solving**. Skill ini bakal berguna banget di dunia kerja nanti.

Jadi, kalau kamu kebagian jadi ketua kelompok, jangan panik. Terapkan 10 tips di atas, dan siapa tahu kamu jadi ketua yang nggak cuma efektif, tapi juga disayang anggota. Gimana, siap jadi ketua kelompok yang keren? ☐

Liburan Sekolah Makin Seru: Gamedia “School Holiday: Siap Naik Level” – Diskon Sampai 80%!

Category: LifeStyle
5 Februari 2026



Prolite – Liburan Sekolah Makin Seru: Gamedia “School Holiday: Siap Naik Level” – Diskon Sampai 80%!

Liburan sekolah segera tiba, dan Gamedia hadir sebagai sahabat keluarga lewat program spesial **School Holiday: Siap Naik Level!** Berlangsung sepanjang **Juni 2025**, promo ini bisa dinikmati di seluruh toko Gamedia baik offline maupun online.

Siap-siap temukan berbagai produk edukatif dan lifestyle yang bikin liburan anak makin asyik, kreatif, dan pastinya bernilai tambah!



Mainan Edukatif Diskon Hingga 80%!

Beberapa produk mainan edukatif yang mendukung perkembangan motorik, kreativitas, dan pemecahan masalah dapat dinikmati **dengan potongan harga sampai 80%**. Cocok banget untuk si kecil yang pengen tampil belajar sambil bermain! Liburan bukan hanya bersenang-senang, tapi juga meningkatkan skill lewat permainan

cerdas.

Koleksi Buku Anak & Remaja – Baca, Explore, Berimajinasi!

Anak-anak dan remaja bisa tambah stok bacaan dengan promo **diskon 10%** untuk buku anak dan novel pilihan dari Loveable Group. Gramedia benar-benar ngerti: liburan sekolah jadi momen tepat untuk menumbuhkan semangat membaca dan perjalanan imajinasi!

Perlengkapan Musik – Asah Bakat, Eksplorasi Bakat Baru

Ada diskon **25%** untuk berbagai alat musik, seperti gitar, piano mini, dan drum. Lebih seru lagi, **gitar elektrik dari Cort** hadir dengan bonus **strap gratis** – praktis dan keren! Yuk, bantu anak mengembangkan bakat di liburan ini.

Lifestyle Anak Hits – Fashion & Essential

- **Jam tangan anak:** Diskon **20%** + khusus tambahan **10%**
- **Sandal Konnichiwa:** Harga mending lagi dengan **potongan 10%**
- **Produk BT21:** Diskon sampai **30%**, pasti bikin koleksinya makin colorfull!

Kreativitas di Meja Belajar – Bonus Gambar Gratis

Gramedia juga sediakan produk kreatif seperti **Estudee Drawing Table** + bonus **Estudee Sketch Book**. Plus, alat gambar dari merk top (Lyra, Artemedia, Pentel, Stabilo) tersedia dengan harga spesial—fitur lengkap untuk si kecil yang gemar praktik seni!

Liburan Aktif dengan Sepeda & Botol Minum

- **Sepeda BikeNBike & London Taxi:** Diskon harga hingga **Rp900 ribu**
- **Botol Minum FITSPORT:** Potongan **20%**, sempurna buat bekal jalan-jalan sehat

Tas Karakter Anak – Lucu dan Fungsional!

Tas karakter dari Eversac diskon **30%**, praktis dan imut untuk dipakai harian atau jelajah tempat baru selama liburan.

Kolaborasi Bank – Lebih Banyak Keuntungan!

Mereka juga bekerja sama dengan **Bank BRI dan CIMB Niaga:**

- Diskon untuk buku tulis
 - Cashback **20%** untuk buku dari Gramedia, GEN, PGI, dan Waterlily
- Ini berlaku hingga **30 Juni 2025**, berlaku di toko dan

Seru-Seruan di Toko – Aktivitas Anak Gratis!

Nggak cuma promo, Gramedia juga menyediakan kegiatan seru:

- **Lomba mewarnai**
- **Kelas kreativitas**
- **Sesi mendongeng**

Kegiatannya bikin liburan keluarga makin berkesan dan mendidik—cek jadwal lengkap di



Cara Ikutan Promo & Triknya!

1. **Offline:** Datang aja ke Gramedia terdekat, ambil voucher atau langsung tunjukkan promo saat bayar.
2. **Online:** Kunjungi atau aplikasi; cek kategori 'School Holiday'.
3. **Bank offer:** Pastikan bawa atau gunakan kartu debit/kredit BRI atau CIMB Niaga untuk ekstra diskon.
4. **Aktif di acara:** Cek jadwal mewarnai dan mendongeng via website.

Liburan sekolah bukan cuma soal liburan—ini saatnya keluarga seru-seruan, belajar bareng, dan jadi lebih kreatif. Gramedia "School Holiday: Siap Naik Level" hadir jadi solusi tepat untuk edukasi dan hiburan anak di rumah. Yuk, kemas liburanmu dengan belajar, berkreasi, dan berkualitas bersama Gramedia! ☐

Jangan tunggu akhir bulan ya, promo berlaku selama **Juni 2025** di seluruh toko Gramedia dan online. Siapkan wishlist-nya, ajak keluarga atau sahabat, dan nikmati liburan yang lebih bermakna!

Self-Efficacy: **Rahasia**
Percaya **Diri** **yang**

Mengantarkanmu pada Kesuksesan!

Category: LifeStyle

5 Februari 2026



Prolite – Apa Itu Self-Efficacy dan Kenapa Penting untuk Kesuksesan Pribadi? Yuk Kita Cari Tahu Bareng-Bareng!

Pernah nggak sih kamu merasa bahwa keyakinan pada diri sendiri bisa membuatmu berhasil mencapai tujuan besar dalam hidup? Atau mungkin, saat kamu ragu dengan kemampuanmu, hasilnya malah jauh dari yang diharapkan?

Nah, di sinilah konsep **self-efficacy** berperan besar. Di artikel ini, kita akan bahas apa itu **self-efficacy**, mengapa penting untuk kesuksesan pribadi, dan bagaimana cara meningkatkannya. Siap untuk menggali lebih dalam? Let's dive in!

Apa Itu Self-Efficacy?



Konsep ini pertama kali diperkenalkan oleh psikolog terkenal, **Albert Bandura**. Menurut Bandura, self-efficacy adalah **keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk mengorganisir dan menjalankan tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu**.

Ini bukan sekadar optimisme atau percaya diri secara umum, tapi lebih ke keyakinan spesifik bahwa kamu bisa melakukan tugas tertentu dengan baik.

Contohnya, jika kamu yakin bisa menyelesaikan proyek besar dengan baik karena pernah berhasil dalam tugas serupa sebelumnya, itu adalah bentuk keyakinan pada diri sendiri yang tinggi.

Di sisi lain, jika kamu merasa nggak mampu meski punya skill yang cukup, keyakinan dirimu mungkin rendah.

Bandura percaya bahwa self-efficacy memainkan peran penting dalam **perilaku manusia**, karena kepercayaan diri yang kuat akan membuat seseorang lebih gigih, lebih fokus, dan lebih termotivasi untuk mencapai tujuan, meskipun dihadapkan pada tantangan.

Bagaimana Keyakinan Diri dalam Kemampuan Mempengaruhi Keberhasilan?



Keyakinan diri memengaruhi **cara kita mendekati tantangan** dan **bagaimana kita merespons kegagalan**. Ketika seseorang memiliki tingkat self-efficacy yang tinggi, mereka akan:

- **Lebih Berani Mengambil Tindakan:** Orang dengan self-efficacy tinggi cenderung melihat tantangan sebagai sesuatu yang bisa ditaklukkan, bukan sebagai penghalang. Mereka percaya bahwa dengan usaha yang tepat, mereka bisa berhasil.
- **Bertahan Saat Menghadapi Kesulitan:** Kepercayaan diri ini juga membuat seseorang lebih kuat ketika dihadapkan pada kegagalan atau masalah. Alih-alih menyerah, mereka cenderung mencari solusi dan mencoba lagi.
- **Mengatasi Rasa Takut Gagal:** Orang dengan self-efficacy tinggi tidak terlalu takut pada kegagalan. Mereka melihat kegagalan sebagai bagian dari proses pembelajaran dan lebih fokus pada tujuan akhir.

Sebaliknya, mereka yang memiliki keyakinan diri rendah mungkin cenderung **menyerah lebih cepat** dan **merasa cemas** ketika dihadapkan dengan tugas yang menantang, bahkan jika mereka sebenarnya punya kemampuan untuk melakukannya.

Contoh dalam Kehidupan Sehari-hari



Keyakinan pada kemampuan diri bisa mempengaruhi berbagai aspek kehidupan kita. Yuk, kita lihat beberapa contohnya:

1. **Karier dan Pekerjaan:** Seseorang dengan keyakinan diri tinggi dalam pekerjaan akan merasa yakin bahwa mereka bisa menyelesaikan tugas-tugas dengan baik. Mereka tidak takut mengambil proyek-proyek besar, dan ketika masalah muncul, mereka lebih mudah mencari solusi dan tetap bersemangat.
2. **Pendidikan:** Di dunia pendidikan, hal ini sangatlah penting. Mahasiswa dengan keyakinan diri tinggi akan lebih bersemangat dalam belajar, tidak mudah putus asa ketika mendapatkan nilai yang kurang memuaskan, dan lebih cenderung berusaha keras untuk memperbaikinya.
3. **Hubungan Sosial:** Ini juga berdampak pada bagaimana

seseorang berinteraksi dengan orang lain. Mereka yang memiliki keyakinan diri tinggi lebih percaya diri dalam menjalin hubungan baru dan lebih siap menghadapi konflik secara dewasa.

Dukungan Sosial dan Peran Model (Role Models) dalam Meningkatkan Self-Efficacy



Self-efficacy tidak tumbuh begitu saja. Salah satu faktor yang sangat berpengaruh adalah **dukungan sosial** dan **keberadaan role model** yang positif.

Ketika kita dikelilingi oleh orang-orang yang percaya pada kemampuan kita, rasa percaya diri kita akan meningkat. Dukungan dari keluarga, teman, atau mentor bisa memberikan dorongan moral dan motivasi saat kita merasa ragu.

Selain itu, **role model** juga penting dalam membangun self-efficacy. Ketika kita melihat orang lain yang memiliki situasi serupa dengan kita berhasil mencapai tujuan mereka, kita akan lebih termotivasi dan merasa, “Kalau dia bisa, aku juga bisa!”

Role model yang baik bisa memberi inspirasi dan contoh nyata bahwa keberhasilan adalah hal yang mungkin dicapai.

Strategi Praktis untuk Meningkatkan Self-Efficacy



Kabar baiknya, self-efficacy bisa dilatih dan ditingkatkan! Berikut beberapa strategi yang bisa kamu coba:

1. Mulailah dengan Tujuan Kecil dan Realistis

Sering kali, kita kehilangan keyakinan diri karena terlalu fokus pada tujuan besar. Mulailah dengan tujuan-tujuan kecil yang realistis dan mudah dicapai. Setiap kali kamu berhasil mencapai tujuan kecil, rasa percaya dirimu akan tumbuh, dan self-efficacy-mu akan meningkat.

2. **Cari Pengalaman Positif**

Ingat kembali momen-momen di mana kamu berhasil menyelesaikan tantangan. Pengalaman positif ini bisa jadi modal untuk meningkatkan keyakinan diri. Jangan ragu untuk mencatat pencapaian kecilmu sebagai pengingat bahwa kamu mampu!

3. **Belajar dari Role Model**

Temukan seseorang yang bisa jadi role model bagimu. Ini bisa seseorang di sekitarmu atau tokoh inspiratif yang kamu kagumi. Pelajari bagaimana mereka mengatasi kesulitan dan terapkan pelajaran tersebut dalam hidupmu.

4. **Dapatkan Dukungan Sosial**

Jangan ragu untuk meminta dukungan dari orang-orang terdekatmu. Terkadang, mendengar bahwa orang lain percaya pada kemampuanmu bisa membuat perbedaan besar dalam meningkatkan self-efficacy.

5. **Visualisasikan Kesuksesan**

Bayangkan dirimu berhasil mencapai tujuanmu. Teknik visualisasi ini bisa meningkatkan rasa percaya dirimu. Dengan membayangkan kesuksesan, kamu akan lebih termotivasi untuk mengambil langkah nyata menuju tujuanmu.



Self-efficacy adalah kunci utama dalam mencapai kesuksesan pribadi. Ketika kita percaya pada kemampuan diri sendiri, kita akan lebih berani menghadapi tantangan, lebih gigih dalam menghadapi kegagalan, dan lebih siap mencapai tujuan yang besar.

Mulai sekarang, yuk bangun **self-efficacy** yang kuat dengan langkah-langkah kecil dan dukungan dari orang-orang di

sekitarmu.

Kesuksesan bukan soal kemampuan saja, tapi juga soal keyakinan diri! Jadi, percaya diri dan raihlah tujuanmu dengan penuh semangat!

Stop Drama Kerja Kelompok! Temukan 6 Tips Sukses Kolaborasi di Sini!

Category: LifeStyle

5 Februari 2026



Prolite – Siapa yang tidak pernah mengalami kerja kelompok yang penuh dengan drama? Baik itu di sekolah, kuliah, atau bahkan di lingkungan kerja, tugas kelompok seolah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan kita.

Sayangnya, seringkali tugas kelompok justru menjadi sumber stres dan konflik alih-alih menjadi pengalaman yang

menyenangkan dan produktif.

Mengapa Drama Sering Terjadi dalam Kerja Kelompok?



- Perbedaan gaya kerja: Setiap individu memiliki cara kerja yang berbeda. Ada yang lebih suka bekerja sendiri, ada yang lebih suka berkolaborasi, dan ada pula yang cenderung menunda-nunda pekerjaan.
- Kurangnya komunikasi: Komunikasi yang buruk atau tidak efektif dapat memicu kesalahpahaman dan konflik.
- Pembagian tugas yang tidak merata: Jika tugas tidak dibagi secara adil dan sesuai dengan kemampuan masing-masing anggota, maka akan muncul perasaan tidak puas dan ketidakadilan.
- Kurangnya kepemimpinan: Ketiadaan seorang pemimpin yang kuat dan tegas dapat membuat kelompok menjadi tidak terarah dan mudah goyah.

Tips Agar Kerja Kelompok Efektif



Untuk menghindari drama dan mencapai hasil yang optimal dalam kerja kelompok, berikut beberapa tips yang bisa kamu coba:

1. **Komunikasi yang Terbuka dan Jelas:** Berikan kesempatan kepada setiap anggota untuk menyampaikan pendapat dan ide-idenya. Jangan ragu untuk menyampaikan jika ada masalah atau kesulitan. Misalnya, grup chat atau aplikasi manajemen proyek.
2. **Pembagian Tugas yang Adil:** Sesuaikan tugas dengan kemampuan dan minat mereka. Pastikan semua anggota setuju dengan pembagian tugas yang telah ditentukan.
3. **Tetapkan Tujuan dan Jadwal yang Jelas:** Buat tujuan yang

spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan memiliki batasan waktu (SMART) Ini akan memberikan arah yang jelas bagi seluruh anggota kelompok. Serta tentukan tenggat waktu untuk setiap tugas dan pantau progres secara berkala.

4. **Pilih Pemimpin yang Efektif:** Pilih pemimpin yang memiliki kemampuan komunikasi yang baik, dapat dipercaya, dan mampu memotivasi anggota kelompok. Berikan wewenang yang cukup kepada pemimpin, namun tetap melibatkan semua anggota dalam pengambilan keputusan.
5. **Selesaikan Konflik dengan Bijak:** Identifikasi akar masalah, cari tahu apa yang menyebabkan konflik. Komunikasikan dengan tenang serta hindari menyalahkan dan fokus pada solusi. Temukan solusi yang menguntungkan semua pihak.
6. **Fokus pada Tujuan Bersama:** Ingatkan semua anggota tentang tujuan utama kelompok ini akan membantu menjaga fokus dan semangat kerja sama. Rayakan keberhasilan bersama, apresiasi setiap kontribusi anggota kelompok.



Kerja kelompok dapat mempermudah pengerjaan tugas dan menjadi pengalaman yang sangat berharga jika dilakukan dengan cara yang tepat.

Dengan komunikasi yang baik, pembagian tugas yang adil, kepemimpinan yang efektif, dan fokus pada tujuan bersama, kamu dapat mengubah drama menjadi kesuksesan.

Ingat, kunci utama dalam kerja kelompok adalah saling menghormati, menghargai, dan bekerja sama sebagai sebuah tim.

Dengan menerapkan tips-tips di atas, kamu dapat meningkatkan produktivitas dan kualitas kerja kelompokmu.

Selamat mencoba!

Tugas Menumpuk? Nggak Masalah! Ini Dia 7 Tips Efektif Biar Cepat Selesai!

Category: LifeStyle

5 Februari 2026



Prolite – Bagi banyak pelajar dan mahasiswa, menyelesaikan tugas atau pekerjaan akademik seringkali terasa seperti tantangan besar.

Apalagi ketika tenggat waktu semakin mendekat, sementara daftar pekerjaan yang harus diselesaikan semakin menumpuk. Belum lagi rasa malas yang datang dan pergi, membuat segalanya terasa lebih berat.

Namun, jangan khawatir! Dengan strategi yang tepat, kamu bisa mengubah kegiatan belajar menjadi lebih terstruktur dan bahkan menyenangkan.

Bayangkan, tak hanya tugas selesai tepat waktu, tapi kamu juga bisa menikmatinya tanpa merasa terbebani.

Penasaran bagaimana caranya? Yuk, simak tips-tips berikut untuk menghadapi pekerjaan sekolah atau kuliah dengan lebih percaya diri dan produktif!

Berikut Beberapa Tips Efektif untuk Menyelesaikan Tugas



1. Pahami Tugas dengan Baik

- **Baca petunjuk dengan cermat:** Pastikan kamu benar-benar memahami apa yang diminta dalam pembuatan tugas.
- **Tanyakan jika ada yang kurang jelas:** Jangan ragu untuk bertanya kepada dosen atau guru jika ada bagian yang membingungkan.
- **Identifikasi bagian-bagian penting:** Pecah pekerjaanmu menjadi bagian-bagian yang lebih kecil agar lebih mudah dikelola.

2. Buat Jadwal yang Realistis

- **Buat daftar tugas:** Tulis semua pekerjaan yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu.
- **Prioritaskan tugas:** Urutkan pekerjaan berdasarkan tingkat kepentingan dan tenggat waktu.
- **Sisihkan waktu khusus:** Jadwalkan waktu yang cukup untuk setiap pekerjaan dan patuhi jadwal tersebut.

3. Ciptakan Lingkungan Belajar yang Kondusif

- **Pilih tempat yang tenang:** Cari tempat yang bebas dari gangguan, seperti perpustakaan atau ruang belajar yang tenang.
- **Siapkan semua yang dibutuhkan:** Pastikan kamu memiliki

semua alat dan bahan yang diperlukan sebelum memulai.

- **Minimalisir distraksi:** Matikan notifikasi ponsel, tutup aplikasi yang tidak relevan, dan hindari godaan untuk membuka media sosial.

4. Gunakan Teknik Pomodoro

- **Kerja fokus:** Kerjakan selama 25 menit tanpa gangguan.
- **Istirahat singkat:** Setelah 25 menit mengerjakan, istirahatlah selama 5 menit.
- **Ulangi:** Ulangi siklus ini beberapa kali.



5. Jangan Menunda-nunda

- **Mulai sedini mungkin:** Semakin cepat kamu memulai, semakin banyak waktu yang kamu miliki untuk menyelesaikannya.
- **Bagi tugas menjadi bagian-bagian kecil:** Jika pekerjaan terlalu besar, bagi menjadi pekerjaan-pekerjaan yang lebih kecil dan kerjakanlah satu per satu.
- **Beri penghargaan pada diri sendiri:** Setelah menyelesaikan setiap bagian dari pekerjaanmu, berikan penghargaan kecil pada diri sendiri sebagai bentuk motivasi.

6. Belajar Bersama Teman

- **Diskusikan materi:** Diskusi dengan teman dapat membantu kamu memahami materi dengan lebih baik.
- **Saling memotivasi:** Saling memotivasi dengan teman dapat membuat proses belajar menjadi lebih menyenangkan.

7. Jaga Kesehatan

- **Istirahat yang cukup:** Tidur yang cukup sangat penting untuk menjaga konsentrasi dan produktivitas.

- **Makan makanan sehat:** Asupan nutrisi yang baik akan memberikan energi yang dibutuhkan untuk belajar.
- **Olahraga secara teratur:** Olahraga dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan mood.



Dengan menerapkan tips-tips di atas, kamu bisa menyelesaikan pekerjaan akademik dengan lebih mudah dan meraih hasil yang memuaskan tanpa merasa kewalahan.

Kunci utamanya adalah mengatur waktu dengan bijak, memecah pekerjaan menjadi langkah-langkah kecil, dan tetap menjaga semangat serta motivasi.

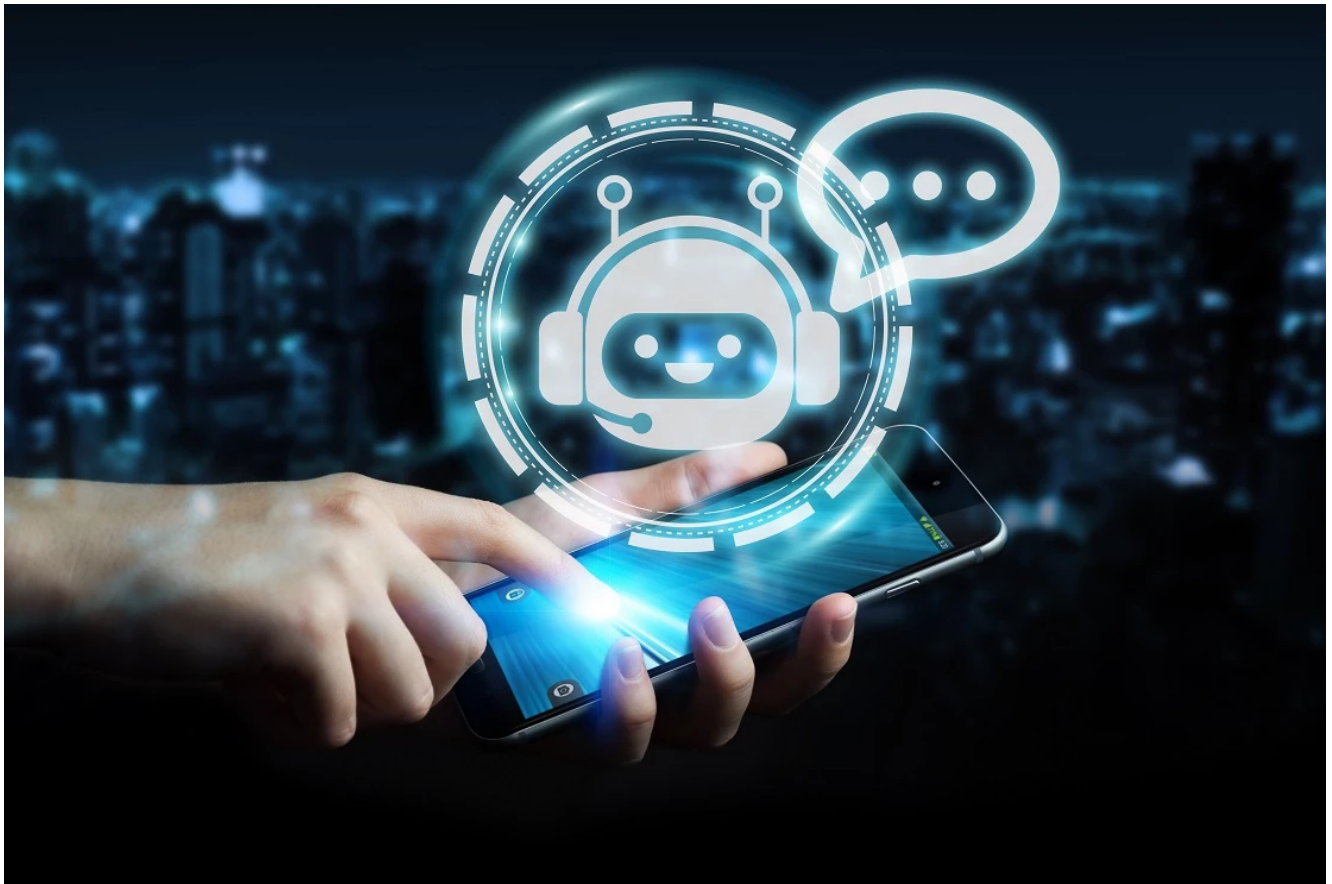
Semoga artikel ini memberikan pencerahan dan membantu kamu mengubah pandangan terhadap pekerjaan akademik!

Ingat, semuanya bisa terasa lebih ringan jika kamu menghadapinya dengan strategi yang tepat.

Jadi, jangan ragu untuk mulai menerapkan tips-tips ini dan lihat bagaimana produktivitasmu meningkat. Selamat mencoba dan semoga sukses!

Mahasiswa Polije Kenalkan Chatbot Curhat Virtual : Sahabat Baru untuk Kesehatan Mentalmu!

Category: LifeStyle
5 Februari 2026



Prolite – Kabar baik datang dari dunia pendidikan dan teknologi! Mahasiswa **Politeknik Negeri Jember (Polije)** baru-baru ini mengembangkan sebuah inovasi teknologi yang sangat dibutuhkan di masa kini, yakni **Chatbot** untuk kesehatan mental.

Terinspirasi oleh meningkatnya kasus dan berita mengenai isu kesehatan mental, para mahasiswa ini berharap inovasi mereka dapat memberikan pelayanan konsultasi dan konseling yang mudah diakses dan gratis bagi masyarakat.

Chatbot ini dikembangkan oleh tim mahasiswa yang tergabung dalam **Program Kreativitas Mahasiswa (PKM)**. Tim tersebut terdiri dari Kimi Dandy Yudanarko, Ariz Saputra, Rama Diputra, Lisa Novita Sari, dan Naela Zahwa Salsabila, dengan bimbingan dari dosen pembimbing Mukhamad Angga Gumilang.



Inovasi ini merupakan bagian dari **Program Kreativitas Mahasiswa (PKM)** dengan skema **Karsa Cipta (PKM-KC)**, yang menantang mahasiswa untuk menciptakan produk atau sistem baru

yang inovatif.

Chatbot ini dirancang menggunakan **teknologi Generative Artificial Intelligence** yang canggih, memungkinkan sistem untuk berpikir cepat dan berinteraksi layaknya manusia.

“Model AI ini memiliki kemampuan untuk menganalisa dan memahami masukan dari pengguna sehingga dapat memberikan respons yang akurat dan relevan,” kata **Kimi Dandy Yudanarko**, ketua tim PKM-KC Chatbot.

Menurut Kimi, model AI ini dilatih dengan dataset berisi informasi mengenai isu-isu kesehatan mental.

Dengan pelatihan ini, Chatbot dapat memahami konteks cerita yang diberikan oleh pengguna, memberikan percakapan yang memuat perasaan empati, dukungan, serta solusi yang tepat.

Chatbot ini juga berfungsi untuk mengajak pengguna bersikap optimis dalam menghadapi dan menyembuhkan kesulitan kesehatan mental mereka.

Untuk memudahkan akses, Chatbot ini telah dikemas dalam bentuk website sehingga pengguna bisa mengaksesnya kapan saja dan di mana saja tanpa perlu mengunduh aplikasi.

“Website kami dapat diakses pada atau melalui alamat IP ,” jelas Kimi.

Ide Pengembangan Chatbot Layanan Konseling



—

Ide pengembangan **Chatbot** oleh mahasiswa **Politeknik Negeri Jember (Polije)** muncul dari keprihatinan terhadap isu kesehatan mental yang semakin marak, seperti depresi dan kasus

bunuh diri.

Ia menjelaskan bahwa banyak kasus kesehatan mental, terutama di kalangan pelajar dan mahasiswa yang disebabkan oleh stres dan depresi.

Namun, menurut Kimi, hasil penelitian dan wawancara menunjukkan bahwa banyak mahasiswa enggan berkonsultasi dengan psikolog.

Faktor-faktor seperti biaya tinggi per sesi, rasa malu, dan kurang percaya diri untuk berbicara tentang masalah pribadi dengan orang asing menjadi penghalang utama. Selain itu, harus bertemu langsung dengan psikolog juga menjadi kendala bagi beberapa orang.

Dengan latar belakang tersebut, tujuan utama dari pembuatan Chatbot ini adalah untuk memberikan dukungan emosional dan psikologis yang empatik dan profesional kepada mahasiswa.

“Chatbot ini dirancang untuk menyediakan bantuan kapan saja, tanpa batasan waktu, sehingga mahasiswa yang mungkin merasa kesulitan mencari bantuan di luar jam kerja tetap bisa mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan,” tambah Kimi.

Manfaat yang Dapat Kamu Peroleh



Dengan hadirnya **Chatbot** dari mahasiswa **Politeknik Negeri Jember (Polije)**, pengguna kini dapat dengan mudah mendapatkan dukungan kesehatan mental tanpa harus membuat janji atau meninggalkan rumah.

“Dengan adanya Chatbot, pengguna dapat dengan mudah mengakses dukungan mental tanpa harus membuat janji atau meninggalkan rumah mereka. Mahasiswa bisa mendapatkan bantuan tanpa takut

stigma yang sering melekat pada masalah kesehatan mental,” tutur Kimi.

Chatbot ini dirancang untuk melayani curhat mahasiswa dengan bahasa dan cara merespons yang hampir mirip dengan interaksi manusia.

Teknologi kecerdasan buatan dan algoritma aplikasinya akan terus ditingkatkan untuk memastikan bahwa setiap percakapan terasa alami dan empatik.

“Selanjutnya, aplikasi ini diharapkan dapat diterapkan dan dikembangkan lebih lanjut untuk memberikan manfaat bagi masyarakat serta menjadi rintisan bagi perusahaan berbasis teknologi dan startup,” pungkas Kimi.

Dengan berbagai fitur yang ditawarkan, seperti akses mudah tanpa perlu membuat janji dan dukungan yang empatik, ini tampaknya bisa jadi alat yang sangat bermanfaat, terutama bagi mahasiswa dan siapa pun yang merasa kesulitan mencari bantuan kesehatan mental.

Jadi, jika kamu mencari cara yang praktis dan nyaman untuk mendapatkan bantuan atau sekadar curhat, Chatbot dari Polije bisa menjadi pilihan yang layak dicoba! Bagaimana menurutmu? Apakah kamu tertarik untuk mencobanya? □□□□

Rahasia Sukses Belajar : 10 Tips untuk Siapkan Ujian

dengan Baik

Category: LifeStyle

5 Februari 2026



Prolite – Setiap tahun, ketika waktu ujian tiba, banyak pelajar ataupun mahasiswa merasa seolah waktu berlalu dengan cepat.

Seakan-akan kemarin kita baru saja memulai tahun ajaran, dan sekarang sudah mendekati waktu-waktu diuji. Pertanyaannya adalah, apakah Kamu telah mempersiapkan diri untuk ini?



– *Elements Envato*

Ujian adalah saat-saat penting dalam perjalanan pendidikan kita, dan memiliki persiapan yang matang merupakan kunci untuk meraih hasil yang terbaik.

Tentu saja, tidak baik jika kamu hanya belajar semalam sebelumnya. Lebih baik, ikuti tujuh tips sederhana ini untuk belajar lebih efektif menjelang ujian.

Strategi Belajar untuk Ujian



– Freepik

Inilah beberapa tips yang bisa membantu Kamu belajar lebih baik saat ujian:

1. **Buat Jadwal Belajar** : Rencanakan kapan Kamu akan belajar dan pastikan untuk tidak menunda-nunda.
2. **Prioritaskan Materi** : Fokus pada pelajaran yang paling penting dan yang kemungkinan besar akan muncul.
3. **Gunakan Sumber yang Beragam** : Manfaatkan buku teks, catatan kelas, dan internet untuk memahami pelajaran dengan lebih baik.
4. **Latihan dan Simulasi** : Cobalah menjawab soal-soal latihan dan mensimulasikan suasana ujian untuk melatih kemampuan mengerjakan soal dalam batas waktu.
5. **Beri Waktu Istirahat** : Istirahat sejenak bisa membantu menjaga fokusmu.
6. **Belajar Bersama Teman** : Bergabung dalam kelompok belajar dengan teman bisa membantu saling menjelaskan konsep dan menguji satu sama lain.
7. **Pahami Materi** : Jangan hanya hafal, cobalah untuk benar-benar mengerti pelajaran dengan baik.
8. **Buat Catatan** : Tulis ringkasan dari materi yang penting dan gunakan cara yang sesuai dengan caramu belajar.
9. **Bertanya pada Guru atau Dosen** : Jika ada yang tidak Kamu mengerti, jangan sungkan untuk bertanya kepada guru atau dosenmu.
10. **Tetap Tenang dan Jaga Kesehatan** : Jangan terlalu khawatir, pertahankan ketenangan, dan yakinkan dirimu bahwa Kamu sudah mempersiapkan diri dengan baik. Pastikan juga Kamu tidur cukup, makan dengan baik, dan tetap aktif fisik. Tubuh sehat membantu otak berfungsi lebih baik.



– *Freepik*

Ingatlah bahwa setiap orang belajar dengan cara yang berbeda, jadi temukan metode yang paling efektif untuk Kamu sendiri. Selamat belajar dan semoga sukses dalam ujianmu!