



LEMBAR KERJA

Tiga loop yang paling sering terjadi

Bagian dari: EVORA Time Loop · Modul 1 — Mengenali Loop · Unit 1

INTI UNIT

Time loop adalah pola keputusan kecil yang berulang dengan cara sama, sehingga hasil besarnya juga mirip.

PERIKSA

- ☐ Tulis kejadian yang paling sering membuatmu berkata 'kok begini lagi'.
- ☐ Petakan urutannya: pemicu, tindakan, akibat, lalu kembali ke pemicu.
- ☐ Tandai loop itu sebagai emosi, relasi, atau kerja.
- ☐ Simpan petanya. Ini bahan untuk unit berikutnya.

TAHAN DULU BILA

Tahan keputusan besar apa pun selama pemetaan loop belum selesai; menambah komitmen saat pola belum terlihat sama dengan menambah putaran.

KERJAKAN

Isi peta loop satu halaman: nama loop, urutan kejadian, titik ulang. Satu loop saja dulu.

Bukti selesai: Satu peta loop tertulis dengan nama loop, urutan kejadian, dan titik ulang yang ditandai.



ISIANKU

KEPUTUSANKU — SATU KALIMAT

ANGKA BATASKU

PEMBATALKU — KAPAN AKU MENGAKU SALAH

TANGGAL DAN TANDA TANGAN

PENJAGA YANG KUBERI TAHU

SKOR PROSES SAAT TINJAUAN: ☐ ikut sistem ☐ menyimpang —
alasannya:

CATATANKU

Materi edukasi proses keputusan; bukan sinyal, prediksi, janji hasil, atau nasihat personal.