



EVORA ACADEMY

Time Loop

Jalur EVORA Gerbang

1 unit · 1 modul

CONTOH GRATIS



Peta Isi Program

MODUL 1 — MENGENALI LOOP

Unit 1 · Tiga loop yang paling sering terjadi

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



MODUL 1 · 1 DARI 1

Mengenali Loop

Unit 1 — Tiga loop yang paling sering terjadi



Loop berputar sendiri — sampai satu variabelnya kamu ganti.



Tiga loop yang paling sering terjadi

EVORA Time Loop · Modul 1 — Mengenali Loop (dari 1 modul) · Unit 1

Malam Minggu, dan kamu lelah tanpa sebab yang jelas. Kamu mencari pelarian kecil, merasa lega, lalu besoknya kacau lagi. Masalahnya bukan pelariannya. Kamu belum pernah melihat bentuk lingkarannya.

Setelah unit ini: Menamai satu loop pribadi (emosi, relasi, atau kerja) beserta titik awal dan titik ulangnya.

GAGASAN INTI

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

CARA KERJA

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



TIGA LOOP YANG PALING SERING TERJAJA

ILUSTRASI — BUKAN DATA NYATA



STUDI KASUS

Loop kerja: semangat baru, tancap gas, overdrive, burnout, ritme hilang, menunggu semangat berikutnya. Titik ulangnya bukan burnout. Titik ulangnya tancap gas tanpa batas.

Di Indonesia — Karyawan di Jakarta ikut tren beli aset tiap gaji karena grup kantor ramai. Tiap bulan polanya sama: beli saat ramai, panik saat sepi, jual rugi, lalu ikut lagi.

Yang sering gagal — Andi menyimpulkan loop-nya adalah 'kurang disiplin'. Label moral itu terlalu kabur untuk dipetakan, jadi tidak ada satu pun langkah yang berubah bulan berikutnya.

Sebaliknya — Ritual mingguan yang dirancang dan ditinjau bukan time loop. Review portofolio tiap Sabtu pagi berulang juga, tapi arah biayanya berbeda: bayar di depan, hasil di belakang.



RAMBU

Batas materi — Peta loop tidak menjelaskan penyebab psikologis yang dalam. Untuk kecanduan berat atau kondisi mental serius, gunakan bantuan profesional, bukan unit ini.

Kesalahan umum — Menamai loop dengan label moral seperti malas atau bodoh. Label itu menghentikan pemetaan, bukan memulai perbaikan.

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

Praktik: Isi peta loop satu halaman: nama loop, urutan kejadian, titik ulang. Langkah lengkap dan kolom isiannya ada di Lembar Keputusan unit ini.

Materi ini edukasi proses keputusan, bukan sinyal, prediksi, janji hasil, diagnosis, atau nasihat personal; gunakan profesional berizin untuk isu hukum, pajak, keuangan, dan kesehatan.