

THE MAGIC OF HABIT

Habit atau kebiasaan adalah perilaku manusia yang berulang ulang diakukannya. Baik perilaku dalam berfikir maupun dalam bertindak. Kadang, tanpa proses berfikir sudah bisa melakukannya. Contohnya, orang bisa mengendarai motor tanpa jatuh karena perilaku berulang ulang dalam latihan mengendarai motor. Menurut Siagian, kebiasaan terbentuk dalam enam tahap, yaitu berpikir perekaman, pengulangan, penyimpanan, pengulangan, dan kebiasaan. Dalam tahapan berpikir seseorang memikirkan sesuatu, memberi perhatian dan konsentrasi.