

MATERI PENDIDIKAN DAN PELATIHAN

PENGEMBANGAN POTENSI DIRI



Disampaikan:

Ir. Nurhaifa Idris, MM.

Pada:

Hari : Selasa – Kamis / 15 – 17 November 2022
Tempat : TP Pertiwi VII Dharma Wanita BPSDM Kementerian Dalam Negeri
Alamat : Komplek DDN Jatiwaringin, Pondok Gede, Bekasi, 17411

**FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS JAYABAYA
JAKARTA
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul Penelitian : Pengembangan Potensi Diri
2. Bidang Penelitian : -
3. Ketua Peneliti
 - a. Nama Lengkap dan Gelar : Ir. Nurhaifa Idris, MM.
 - b. Jenis Kelamin : Perempuan
 - c. Pangkat Akademik : Asisten Ahli
 - d. Jabatan Fungsional : Dosen Tetap FEB
 - e. Jabatan Struktural : -
4. Alamat Ketua Peneliti
 - a. Alamat Prodi/email : Fakultas Ekonomi dan
Bisnis/nonon.idris@mail.com
 - b. Alamat Rumah/email : Jl. Taman Cibalagung Blok P No. 11
5. Jumlah Anggota : -
6. Lokasi Penelitian : DKI Jakarta
7. Kerjasama dengan Institusi Lain : -
8. Lama Penelitian : 3 hari
9. Biaya yang Diperlukan :
 - a. Sumber dari UJ : Rp 2.000.000 (Dua Juta Rupiah)
 - b. Sumber Lain : -
 - c. Jumlah : -

Menyetujui,
Kaprosdi Manajemen



Andriani Lubis, SE., MM.
NIDN 0318086001

Ketua Peneliti



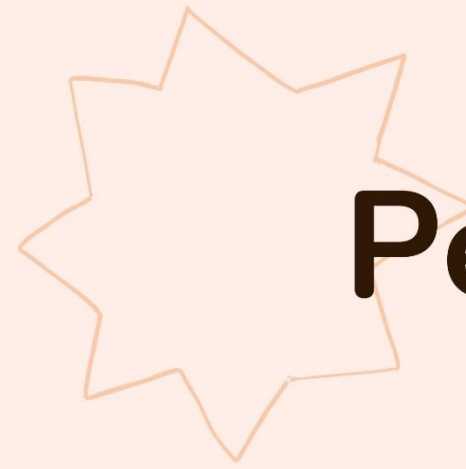
Nurhaifa Idris, MM.
NIDN 0330096101



Pengembangan Potensi Diri

Oleh:

Ir. Nurhaifa Idris, M.Si.
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Jayabaya
2022



Berbicara Pengembangan Potensi Diri

**Berarti Mengganti Model Mental
dan Pola Pikir Lama menjadi
berubah baru**

Tantangan ada pada otak kita sendiri> otak harus
prima> Membentuk pola pikir positif> personal
mastery

Pengembangan Kepribadian (Alur Pikir)



I. PENGERTIAN, JENIS DAN MANFAAT PENGEMBANGAN POTENSI DIRI

PENGERTIAN



ADALAH SUATU PROSES PERUBAHAN KE ARAH YANG LEBIH BAIK, MAJU, ATAU LEBIH DEWASA (SECARA MENTAL)

PENGEMBANGAN



DAYA YANG BERSIFAT POSITIF ATAU NEGATIF
-KEMAMPUAN DASAR
-SIKAP KERJA
-KEPRIBADIAN

PENGEMBANGAN POTENSI DIRI



ADALAH SUATU USAHA ATAU SUATU PROSES YANG TERUS MENERUS MENUJU PRIBADI YANG MANTAP DAN SUKSES (PERSONAL MASTERY)



**POTENSI DIRI
(POWER)**



KEMAMPUAN DASAR (TINGKAT IQ -
KEMAMPUAN ABSTRAKSI - LOGIKA -
DAYA TANGKAP)

SIKAP KERJA (KETEKUNAN -
KETELITIAN - TEMPO KERJA - DAYA
TAHAN TERDHADAP STRES)

KEPRIBADIAN

- POLA ROHANI - MENTAL - EMOSIONAL - SOSIAL
YANG DITATA DALAM CARA KHAS MENJADI
WUJUD TINGKAH LAKU MENYELURUH SEMUA
KEMAMPUAN - PERBUATAN SESEORANG BAIK
JASMANI - DALAM USAHA MENJADI MANUSIA
SEPERTI YANG DIKEHENDAKI

PENGEMBANGAN POTENSI DIRI

PANDANGAN TEORI

1. NATURE

KEPRIBADIAN MANUSIA TERBENTUK DARI BAWAAN WAKTU LAHIR

2. NURTURE

KEPRIBADIAN MANUSIA TERBENTUK KARENA FAKTOR LUAR / LINGKUNGAN

KONVERGENSI / KETERPADUAN

KEPRIBADIAN MANUSIA TERBENTUK KARENA HASIL INTERAKSI NATURE DAN NURTURE

CONTOH DAYA YANG BERSUMBER DARI MANUSIA

1. KEJUJURAN
2. KETAATAN
3. KESABARAN
4. KERAJINAN
5. KETEKUNAN
6. KETELITIAN
7. KESUNGGUHAN
8. KEMAMPUAN
9. KETERAMPILAN
10. KESETIAKAWANAN
11. KEWIRASWASTAAN
12. KEPANDAIAAN
13. KECANTIKAN
14. KESETIAAN
15. KEIMANAN
16. KETANGGUHAN
17. KELINCAHAN
18. KETERATURAN
19. KERAPIHAN
20. KEBERSIHAN
21. KESOPANAN
22. KEAHLIAN
23. KEARIFAN
24. KETERBUKAAN
25. KESUCIAN
26. KETEGASAN
27. KEBIJAKSANAAN
28. KEMANDIRIAN
29. KETAJAMAN
30. KETULUSAN
31. KEIKHLASAN
32. KETENANGAN
33. KETENARAN
34. KEINGINAN
35. KEMAUAN
36. KETANGGAPAN
37. KEBERUNTUNGAN
38. KEMAJUAN
39. KEWANITAAN
40. KEBERSAMAAN

CONTOH DAYA YANG BERSUMBER DARI MANUSIA

- | | |
|------------------|----------------------|
| 41. KECERDIKAN | 55. KEMATANGAN |
| 42. KELIHAIAN | 56. KEBIJAKAN |
| 43. KETAKWAAN | 57. KEPELOPORAN |
| 44. KEPEMIMPINAN | 58. KEPENGKUTAN |
| 45. KEIBUAN | 59. KECERDASAN |
| 46. KETANGKASAN | 60. KEKELUARGAAN |
| 47. KECEKATAN | 61. KEDEWASAAN |
| 48. KETAHANAN | 62. KEGOTONGROYONGAN |
| 49. KEKUATAN | 63. KEBENARAN |
| 50. KEBERANIAN | 64. KERAMAHTAMHAN |
| 51. KEADILAN | |
| 52. KETEGUHAN | |
| 53. KEPERKASAAN | |
| 54. KEJANTANAN | |



PRIBADI YANG
MANTAP DAN SUKSES



CIRI - CIRI

1. MENERIMA DIRINYA
2. MENERIMA ORANG LAIN
3. MEMILIKI RASA HUMOR YANG TINGGI
4. MENERIMA KRITIK DENGAN LAPANG DADA
5. KONSEP HIDUP DARI FALSAFAH HIDUP YANG DIYAKINI BENAR
6. TIDAK MUDAH PUTUS ASA
7. DAPAT MENEMPATKAN DIRINYA SEBAGAI MANUSIA YANG BERNILAI DAN DIBUTUHKAN ORANG LAIN



KONSEKUENSI PARADIGMA BARU BAGI PRIBADI SUKSES

SELALU MAU BELAJAR

FLEKSIBEL

KREATIF DAN INOVATIF



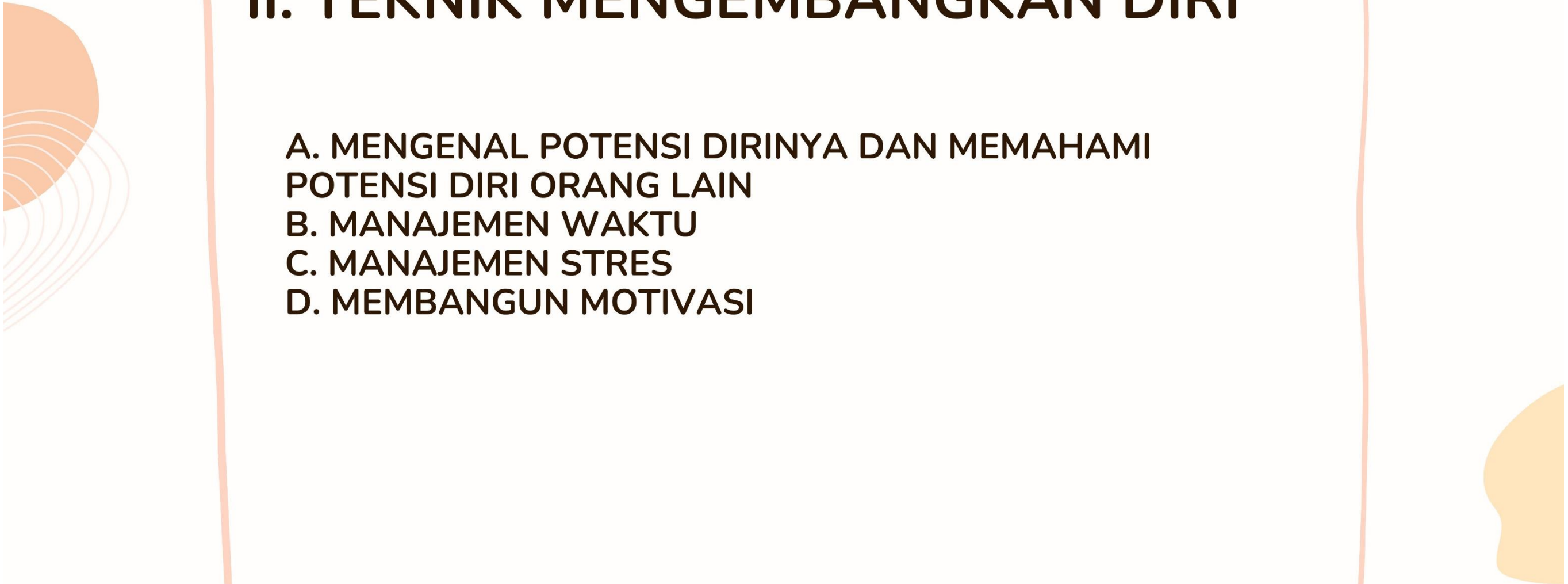
MEMAHAMI POTENSI
ORANG LAIN

SIKAP TERBUKA
(OPEN MIND)

SADAR "TEAM ORIENTED"



II. TEKNIK MENGEMBANGKAN DIRI

- A. MENGENAL POTENSI DIRINYA DAN MEMAHAMI POTENSI DIRI ORANG LAIN**
 - B. MANAJEMEN WAKTU**
 - C. MANAJEMEN STRES**
 - D. MEMBANGUN MOTIVASI**
- 



A. TEKNIK MENGENAL KEPRIBADIAN SENDIRI

Adalah memahami potensi yang ada pada dirinya bahwa dirinya memiliki potensi yang positif dan potensi yang negatif

Mengenal potensi diri dapat melalui:

1. INTROPEKSI -- ADALAH PEMERIKSAAN KEADAAN MENTAL DIRI SENDIRI (W. WUNDT)
2. UMPAN BALIK DARI ORANG LAIN
3. MEMPERGUNAKAN INSTRUMEN / TES PSYCHO



1. INTROSPEKSI / PERENUNGAN / MEDITASI

- MELALUI GELOMBANG ALPHA rekam dan akui potensi yang anda miliki !

Syaratnya..... IKHLAS dan JUJUR

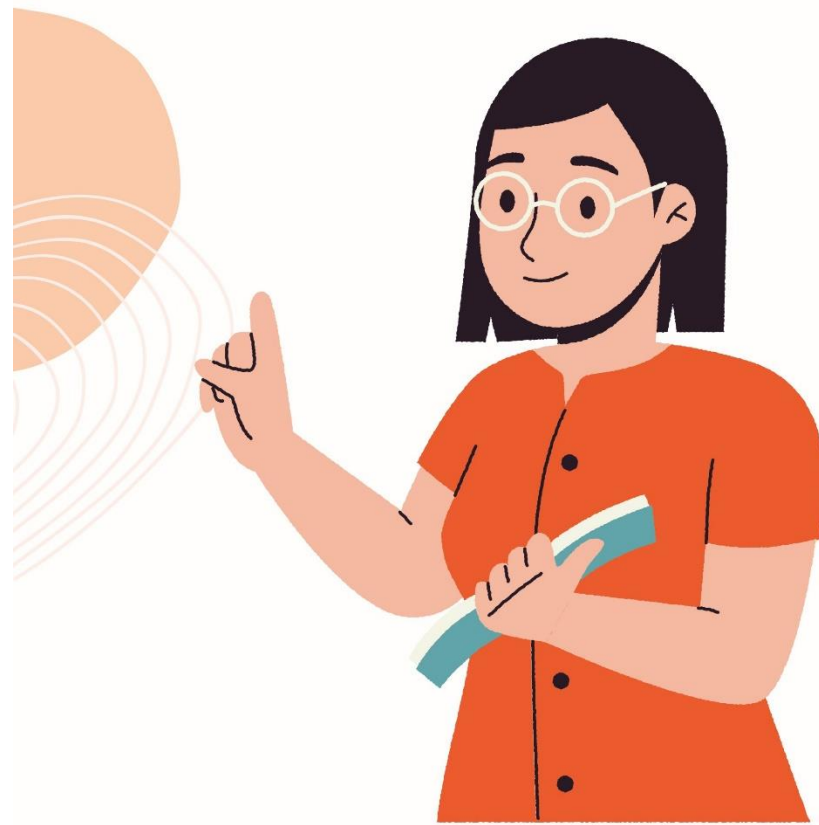




2. MELALUI FEED BACK ORANG LAIN



3. TEORI TIPOLOGI / TIPE PSYCHOLOGY



CARL GUSTAV YUNG
(Myers Briggs Type Indicator (M B T I)

PEMUSATAN PERHATIAN

- **INTROVERT (I) = MELIHAT DIRI SENDIRI**
- **EXTROVERT (E) = MELIHAT KELUAR**

CARA MENERIMA INFORMASI

- **SENSING (S) = PENGINDERAAN**
- **INTUISI (N) = GERAK HATI/DIGERAKKAN SECARA TAK SADAR**

CARA PENGAMBILAN KEPUTUSAN

- **THINKING (T) = PEMIKIRAN**
- **FEELING (F) = PERASAAN**

CARA MENGAMATI DAN MENILAI

- **PERCEIVING (P) = PENGAMAT**
- **JUDGING (J) = PENILAI**

Dalam merespon stimulus/informasi
Tipologi Manusia terbagi:
terdiri dari gabungan E/I - S/N - T/F - P/J
Misal ESTP atau ISTJ

Myers Briggs Personality Types

ISTJ Practical, reserved, insensitive and judgmental	ISTP Independent, confident, insensitive and gets bored easily	ISFJ Sensitive, practical, neglects their own needs and dislikes change	ISFP Peaceful, quiet, reserved and dislikes conflicts
INFJ Compassionate, creative, overly sensitive and holds high expectations from others	INFP Loyal, devoted, idealistic and tends to take things personally	INTJ Hardworking, self-confident, judgmental and overly analytical	INTP Logical, objective, insensitive and have problems following rules
ESTP Resourceful, observant, impulsive and dramatic	ESTJ Practical, realistic, insensitive and argumentative	ESFP Resourceful, practical, impulsive and gets bored easily	ESFJ Organized, loyal, needy and controlling
ENFP Enthusiastic, creative, gets stressed easily and struggles to follow rules	ENFJ Empathetic, affectionate, indecisive and manipulative	ENTP Innovative, creative, insensitive and unfocused	ENTJ Organized, confident, impatient and stubborn

MIND@HELP

MINDJOURNAL

PERSONALITY TYPE SIMPLE INTERPRETATION

PERILAKU TIPE MANUSIA (antara lain)

EKSTROVERT (E): AKTIF, SIBUK, SOSIALITAS TINGGI, OBJEKTIF, BICARA BANYAK, PENUH PERCAYA DIRI, GAMPANG MENGUNGKAPKAN DIRI

INTROVERT (I): REFLEKTIF, SERIUS, PENDIAM, SUKA MENYELIDIKI, INDEPENDEN SUBJEKTIF, SENANG SENDIRIAN, SULIT MENGUNGKAPKAN DIRI, HATI-HATI, TELITI, SENANG BEKERJA SENDIRI, BERPIKIR SEBELUM MEMULAI

PENGINDRA/SENSING(S): SENANG DENGAN HAL YANG PRAKTIS, GAMPANG

INTUITIF (N) : SUKA BERIMAJINASI, SUKA MERAMAL, SELALU BERPIKIR TENTANG AMSA DEPAN, SUKA BERFANTASI, TIDAK SABAR DENGAN RUTINITAS.

PEMIKIR/THINKING(T): KURANG HUMAN , BERPIKIR LOGIS, CENDERUNG MENGKRITIK, SANGAT TELITI, DINGIN, KURANG MEMPERHATIKAN PERASAAN

PERASA/FEELING(F): PUNYA PERHATIAN THD SESAMA MANUSIA, HANGAT, BERSAHABAT MENJAUHKAN DIRI DARI PERTENTANGAN, SUKA HARMONI, BAIK DENGAN ORANG LAIN

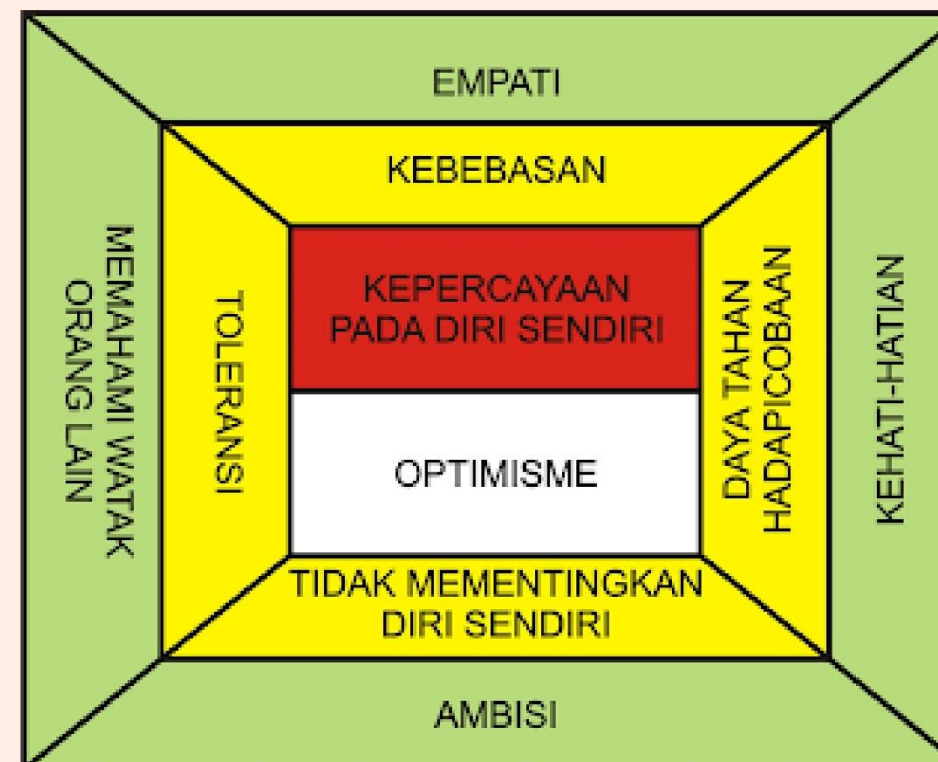
PENILAI/JUDGING(J): KARAKTER SISTEMATIS, RAPI KURANG LUEWS, BERTANGGUNG JAWAB, TEGAS

PENGAMAT/PERCEIVING(P): TOLERAN, TERBUKA, GAMPANG MENYESUAIKAN DIRI, SPONTAN LUEWS SEMANGAT INGIN TAHU TINGGI, SEMANGAT HIDUP YANG OPTIMIS, MENERIMA ORANG LAIN APA ADANYA.

KEPRIBADIAN TERDIRI DARI BERBAGAI SIFAT-SIFAT YANG DISEBUT STRUKTUR KEPRIBADIAN

STRUKTUR KEPRIBADIAN TIDAK BERDIRI SENDIRI TETAPI SALING MEMEPENGARUHI DAN KETERGANTUNGAN SATU SAMA LAIN

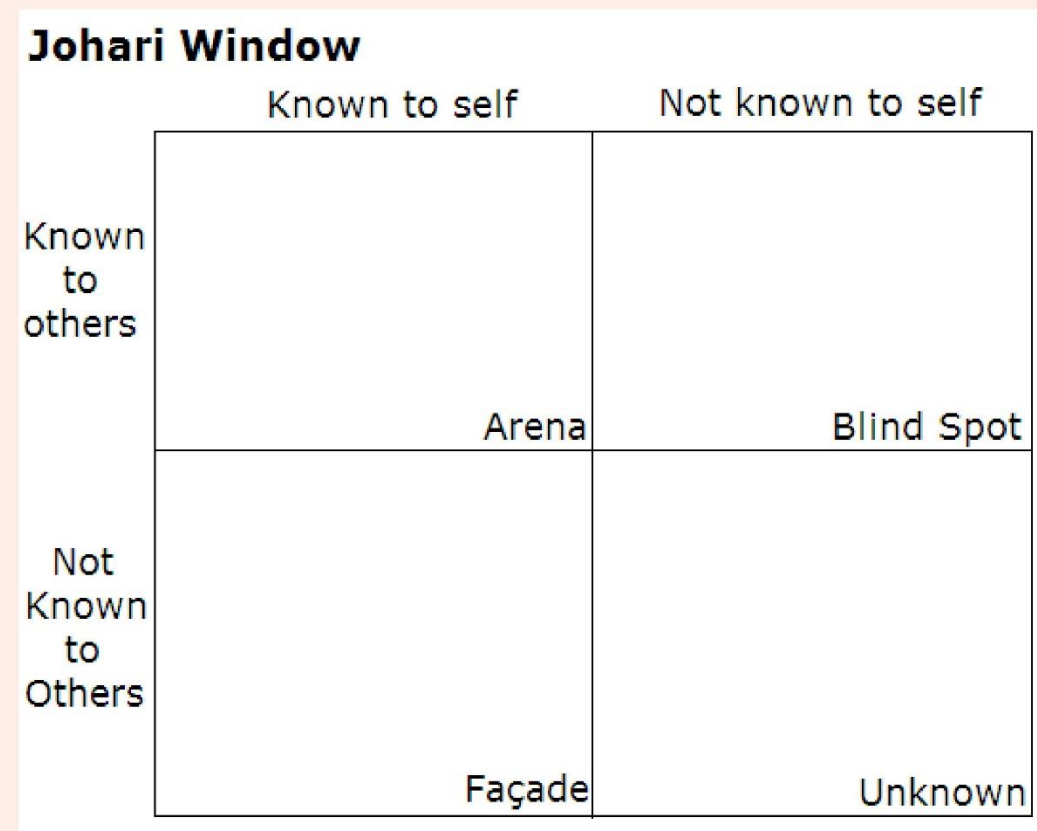
DIAGRAM SIFAT KEPRIBADIAN



B. MENGENAL ORANG LAIN

- TUJUANNYA adalah memahami potensi diri orang lain dengan segala kekurangan dan kelebihan darinya sehingga dalam pergaulan tercipta suasana yang harmonis.
- Prinsip dasar hidup adalah kita harus bermakna/bermanfaat untuk diri sendiri/keluarga, orang lain, dan lingkungan.
- Teknik:
 - Berani menilai diri sendiri (introspeksi).
 - Menilai orang lain secara objektif (positif thinking).
 - Menerima feed back/umpan balik dari orang lain.

JOHARI WINDOWS (KEPRIBADIAN UMPAN BALIK)



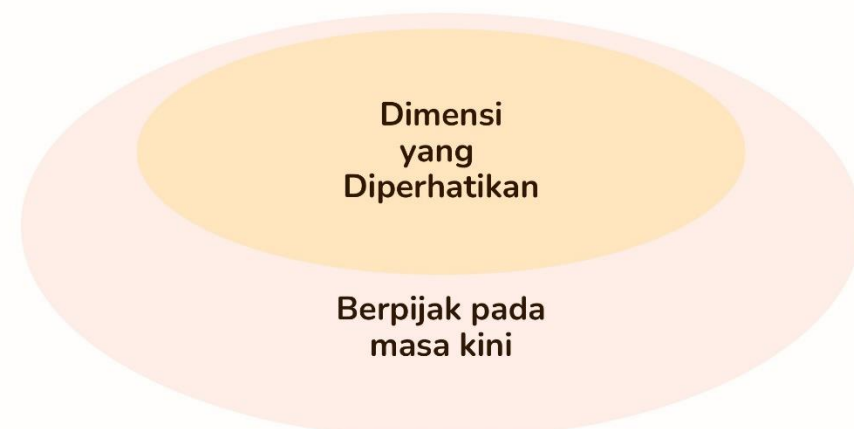
- YANG IDEAL --> JENDELA (OPEN AREA)
- SEMAKIN MATANG SESEORANG MAKA JENDELA INI HARUS SEMAKIN BESAR (MENEKAN II - III - IV)
- KUNCINYA MAMPU MENGEMBANGKAN POTENSI DIRINYA

Manfaat Mengenal Orang Lain (MOL)

- Untuk membangun kerja yang harmonis antara seseorang dengan orang lain dalam pergaulan atau dalam organisasi dan hal ini akan mendorong terwujudnya komunikasi yang efektif.
-
- Akan terjadi hubungan yang harmonis antar anggota dalam organisasi, yang dampaknya akan menumbuhkan atmosfir yang kondusif dan akan mendorong kerja organisasi menjadi produktif.

B. MANAJEMEN WAKTU

Pengertian Manajemen Waktu



Harian
Mingguan
Bulanan
Tahunan

Merencanakan waktu:

- Apa yang akan dicapai
- Apa yang akan dilakukan
- Dapat 1, 3, atau 5 tahun

Mengelola waktu

- Menetapkan dan mengendalikan sasaran
- Kegiatan jangka pendek
 - Pengembangan teknik antisipatif
 - Penjadwalan
 - Optimasi penggunaan sumber
 - Konsolidasi
 - Penentuan prioritas

Manajemen Waktu

Inti Pengelolaan waktu:

1. Mengelola diri sendiri -> tujuan
2. Mengendalikan kegiatan harian secara efektif
3. Mengelola krisis dan keadaan darurat
4. Mencari peluang untuk saving waktu

Sangat penting skala prioritas kegiatan

1. Kegiatan yang penting
2. Kegiatan yang tidak penting
3. Kegiatan yang berperan sebagai pendukung

1. IDENTIFIKASI KEGIATAN PRIORITAS (A.B.C)
2. JUMLAH WAKTU UNTUK SELURUH KEGIATAN (A, B, C)
3. MENGAJI ULANG MASING-MASING KEGIATAN (A, B, C)

a. APA TUJUAN?

- i. SIAPA YANG MELAKUKAN
- ii. PENDELEGASIAN WAKTU
- iii. PENJADWALAN KEGIATAN
- iv. PENGHITUNGAN WAKTU



PRIORITAS KAJIAN ULANG

DISTRIBUSI WAKTU

DISTRIBUSI WAKTU

PENGEMBANGAN

- Waktu untuk atasan (superior time)
- Waktu untuk organisasi (organizational time)
- Waktu untuk kolega (co-worker time)

Waktu untuk anda (your time)

Tujuan

Untuk mendistribusikan waktu yang dimiliki guna keperluan kepentingan atasan-organisasi-kolega-diri yang efektif dan efisien

Memupuk saving/tabungan/kelebihan waktu untuk diri anda tanpa mengesampingkan tugas kegiatan, pekerjaan dan waktu untuk atasan, organisasi dan relasi anda



**POTENSI DIRI
(POWER)**



KEMAMPUAN DASAR (TINGKAT IQ -
KEMAMPUAN ABSTRAKSI - LOGIKA -
DAYA TANGKAP)

SIKAP KERJA (KETEKUNAN -
KETELITIAN - TEMPO KERJA - DAYA
TAHAN TERDHADAP STRES)

KEPRIBADIAN

- POLA ROHANI - MENTAL - EMOSIONAL - SOSIAL
YANG DITATA DALAM CARA KHAS MENJADI
WUJUD TINGKAH LAKU MENYELURUH SEMUA
KEMAMPUAN - PERBUATAN SESEORANG BAIK
JASMANI - DALAM USAHA MENJADI MANUSIA
SEPERTI YANG DIKEHENDAKI

PENGGUNAAN WAKTU

CIRI-CIRI ORANG YANG EFEKTIF DALAM MENGGUNAKAN WAKTU (MENURUT STEVEN R. COVEY)

1. Bertindak Proaktif
2. Memulai segala sesuatu dengan melihat apa akhirnya
3. Mendahulukan hal yang utama
4. Berprinsip "Sama-sama menang"
5. Berusaha memahami dulu sebelum minta dipahami
6. Berusaha mewujudkan "sinergi"
7. Mengasah diri terus-menerus.

Waktu itu sangat berharga dan setiap orang memiliki jumlah yang sama untuk itu tergantung pada penggunaannya sehingga dapat efektif atau justru pemborosan.

CARA MENGHEMAT WAKTU

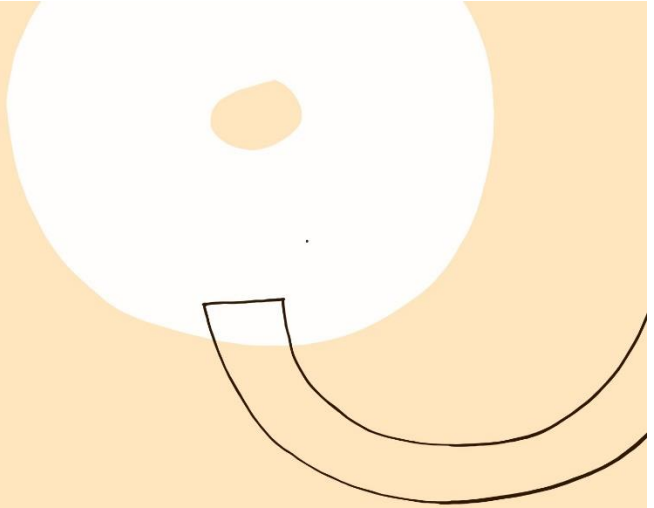
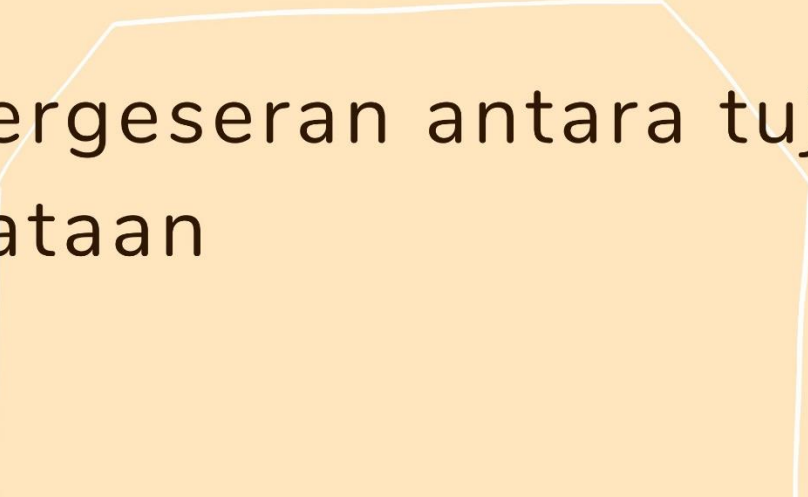
1. BUAT DAFTAR TUGAS YANG HARUS SELESAI HARI INI
2. BUAT DAFTAR TUGAS YANG HARUS SELESAI DALAM WAKTU TERBATAS
3. JIKA MENINGGALKAN MEJA TULIS APA YANG AKAN DILAKSANAKAN (7 TUGAS JUMLAH MAX YANG MUDAH DIINGAT)

- MENDELEGASIKAN PEKERJAAN
 - MEMILIH ORANG YANG TEPAT
 - MENJELASKAN RINCI TUGAS YANG DIDELEGASIKAN
 - PRIORITAS TUGAS YANG DIDELEGASIKAN
 - PASTIKAN MANDAT UNTUK ORANG TERSEBUT
 - TUNUKAN TUGAS ITU SANGAT DIINGINKAN
 - SECARA TERATUR PANTAU PERKEMBANGAN
- KERJASAMA YANG EFEKTIF
- KOMUNIKASI EFEKTIF



C. MANAJEMEN STRES

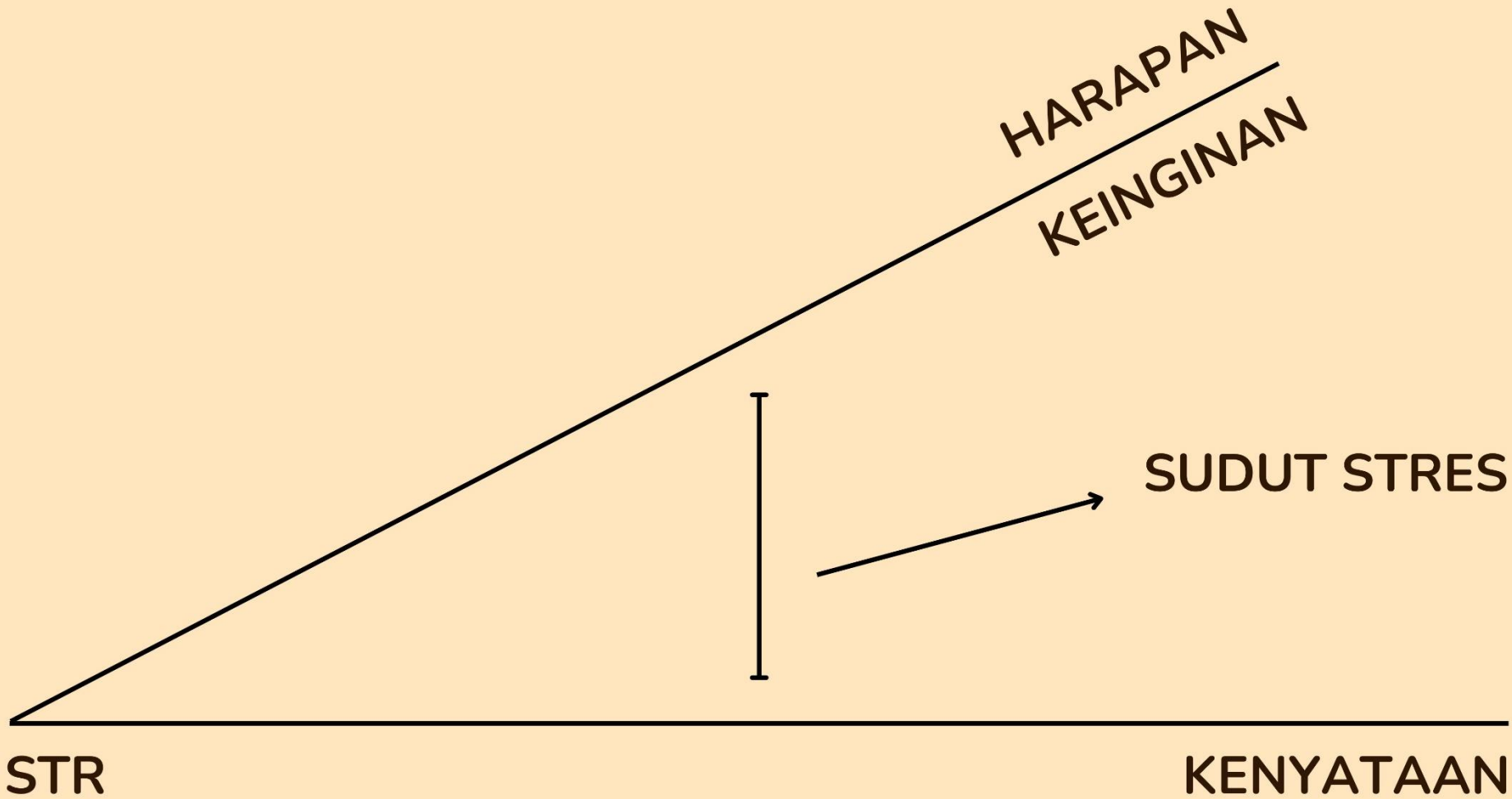
STRESS??? APAKAH ITU??

- Dia selalu datang kapan saja, dimana saja, siapa saja, kapan saja
 - Tidak ada kehidupan tanpa masalah/persoalan karena hidup itu sendiri adalah dinamis dan selalu mengalami perubahan.
 - Stres terjadi karena ada pergeseran antara tujuan dan harapan dengan kenyataan
- 
- 

PENGERTIAN, SUMBER, GELAJA DAN AKIBAT STRES

- Pengertian stres: Tekanan (KBBI), Segala sesuatu yang bersifat bahaya (Dr. Sidharta), Tension/conflict(Boston Norman Munn), Tekanan pada seseorang yang membuat menderita secara fisik dan kejiwaan (Martin Lukas dan Kim Wilson)
- Sumber Stres: Intern (Keuangan, pribadi, pekerjaan, keluarga), Extern (Faktor yang berhubungan dengan lingkungan kita, suasana kerja, kepadatan, dan polusi di jalan raya).

RUMUS STRES





STRES DALAM FUNGSI



- RUMUS STRES
- (Dr. Hasan dan Dr. Husin, Phsychiater)

- Stres = f, (Psy), (Em), (E), (Sos), (Spi)
- Psy (Fisik)
- Em (Emosi)
- E (Ekonomi)
- Sos (Sosial/lingkungan)
- Spi (Spiritual)

- **KELIMA FUNGSI INI HARUS SEHAT/PRIMA/CERDAS**





TEKNIK PENGENDALIAN STRES YANG EFEKTIF

1. Lakukan sesuatu yang membutuhkan kekuatan fisik dan dapat menimbulkan semangat yang positif
 2. Latihan jasmani
 - a. Menarik nafas
 - b. Relaksasi Otot
 - c. Relaksasi Mental
 3. Keluarkan perasaan anda secara positif
 4. Waktu bersedih dibatasi
 5. Musik dan bacaan
 6. Hindari alkohol dan rokok berlebihan
 7. Meditasi - bersila kepada diri sendiri
 8. Mengendalikan kondisi yang menyebabkan stress
 9. Hindari pelampiasan yang negatif
 10. dll.
- 
- 

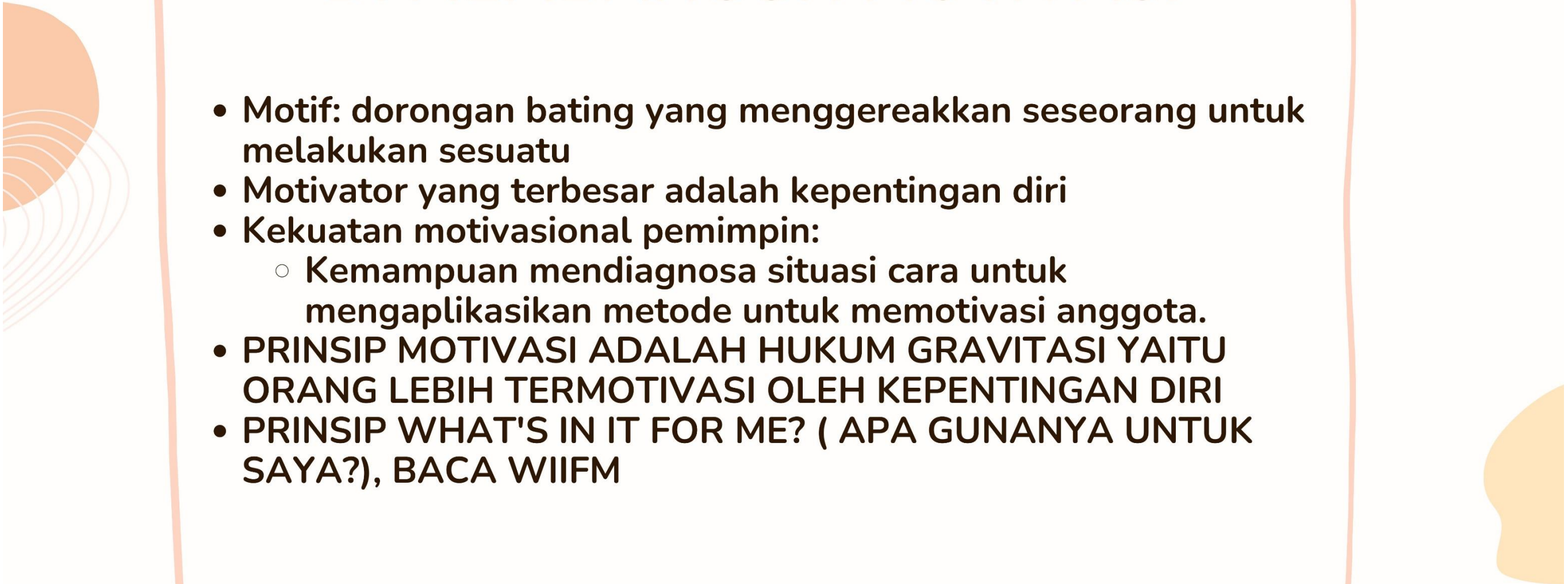


PENGELOLAAN STRES YANG EFEKTIF

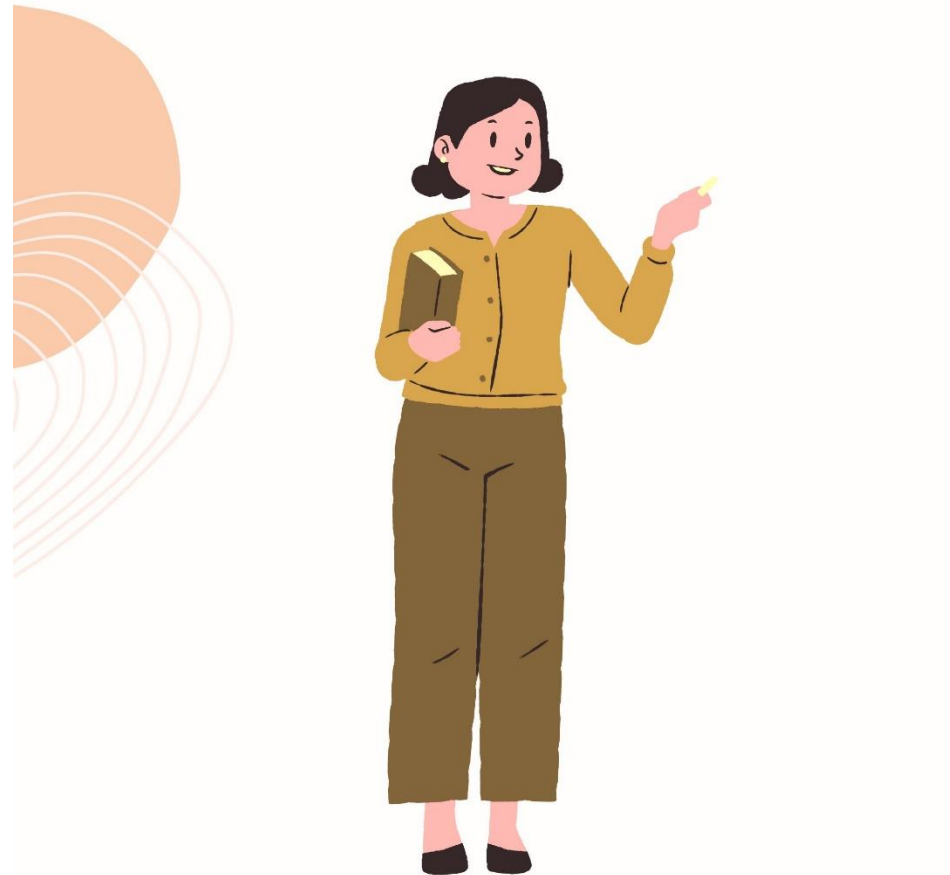
- 1. KOMUNIKASI DENGAN BAHASA CINTA KASIH**
 - 2. CERDASKAN DIRI ANDA SENDIRI, TERUTAMA EQ DAN SQ, MELALUI:**
 - a. SADAR DIRI**
 - b. ATUR DIRI**
 - c. MOTIVASI**
 - d. EMPATI**
 - e. SOSIALISASI DIRI**
 - 3. MANAJEMEN WAKTU**
 - 4. MEMBANGUN EKONOMI KELUARGA YANG SEHAT**
 - 5. ATAU KELELAHAN SYARAF**
- 
- 



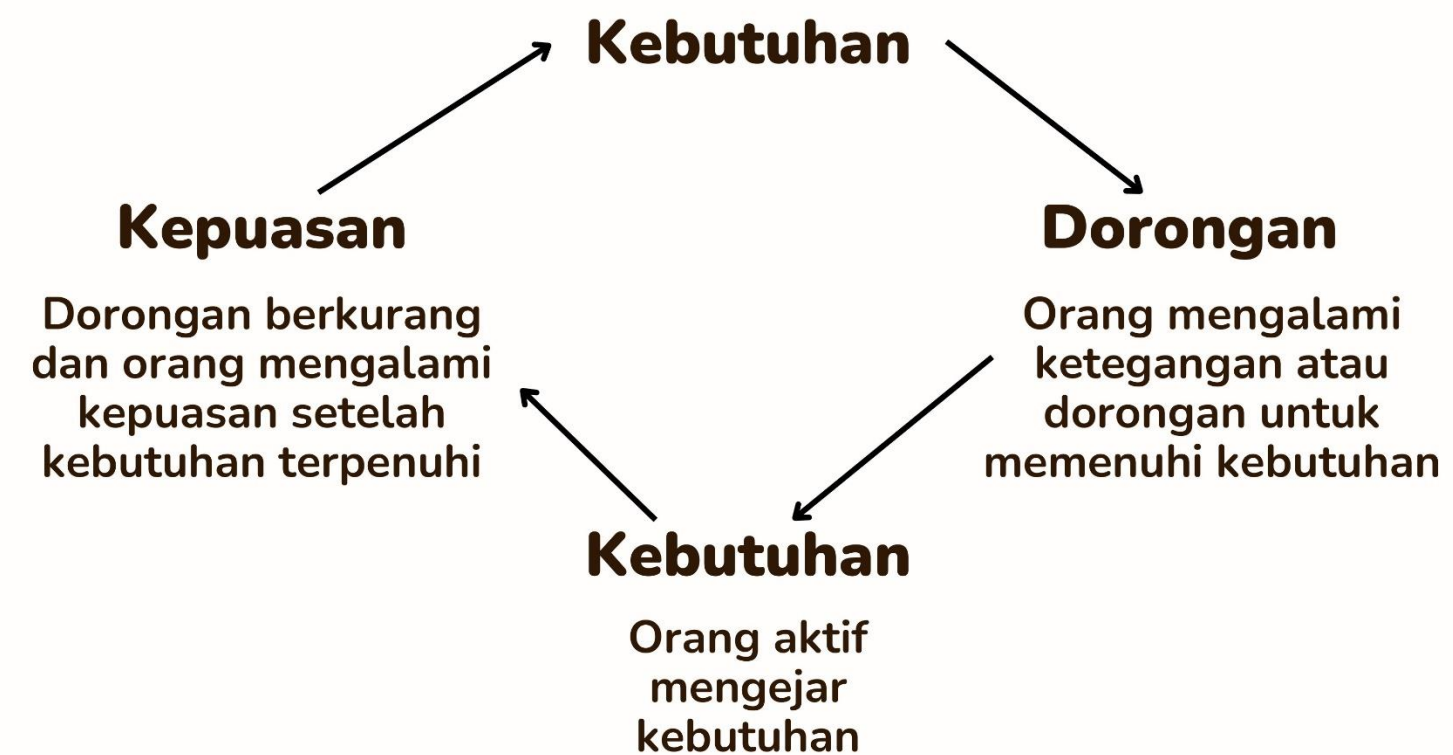
D. MEMBANGUN MOTIVASI

- **Motif: dorongan bating yang menggereakkan seseorang untuk melakukan sesuatu**
 - **Motivator yang terbesar adalah kepentingan diri**
 - **Kekuatan motivasional pemimpin:**
 - **Kemampuan mendiagnosa situasi cara untuk mengaplikasikan metode untuk memotivasi anggota.**
 - **PRINSIP MOTIVASI ADALAH HUKUM GRAVITASI YAITU ORANG LEBIH TERMOTIVASI OLEH KEPENTINGAN DIRI**
 - **PRINSIP WHAT'S IN IT FOR ME? (APA GUNANYA UNTUK SAYA?), BACA WIIFM**
- 

ORANG BUTUH SESUATU, MENGAPA???



- Ide sentral adalah kebutuhan yang belum terpuaskan akan memotivasi kita sampai kebutuhan itu terpuaskan, dan kita akan mencari kepuasan yang lebih besar lagi.
- Penjelasan ini dapat diterangkan teori LINGKARAN KEBUTUHAN



Dalam merespon stimulus/informasi
Tipologi Manusia terbagi:
terdiri dari gabungan E/I - S/N - T/F - P/J
Misal ESTP atau ISTJ

HIRARKI KEBUTUHAN MANUSIA DARI MASLOW





III. KONSEP DIRI-CITRA DIRI-JATI DIRI

1. APA ITU KONSEP DIRI?
2. MENGAPA KITA PERLU MEMAHAMINYA?
3. APAKAH ADA MANFAATNYA UNTUK HIDUP KITA?
4. BAGAIMANA CARA MENINGKATKAN KONSEP DIRI?

KONSEP DIRI

citra diri-jati diri:

1. CARA SESORANG MEMANDANG DIRI SIAPA SAYA MENURUT PIKIRAN SAYA, DALAM PERGAULAN MASYARAKAT DAN LINGKUNGANNYA

2. SIFAT BAWAAN SEBAGAI KARUNIA TUHAN YANG KUASA UNTUK APA DILAHIRKAN, APA ARTI KEHIDUPAN BAGAIMANA YANG BERMAKNA

MENURUT LA ROSE ADA 3 GOLONGAN MANUSIA:

1. GOLONGAN MENYERAH TOTAL: GAMPANG MENYERAH SEBELUM BERUSAHA

2. GOLONGAN TIDAK MENYERAH TOTAL: MAU BEKERJA, PUNYA CITA-CITA, TAPI TIDAK MAU BEKERJA LEBIH KERAS, CENDERUNG MENYERAH.

3. GOONGAN YANG TIDAK PERNAH MENYERAH, TIDAK MEMBIARKAN PERASAAN PUTUS ASA HIDUP SEBAGAI TANTANGAN, INGIN BERHASIL MEMILKI PRIBADI BERKUALITAS.

MENURUT JOHN ROBERT POWER: ADA 4 KELOMPOK GOLONGAN MANUSIA:

1. PENONTON

2. OBJEK

3. ORANG BUTA

4. PELAKU: MENANG ATAU KALAH

Pengembangan Kepribadian (Alur Pikir)



KONSEP DIRI

**CARA PANDANG TENTANG DIRINYA DENGAN MEMPERHATIKAN LINGKUNGAN YANG ADA DI SEKITAR.
KONSEP DIRI SAMA DENGAN KEYAKINAN DIRI-JATI DIRI- ATAU CITRA DIRI**

CARA PANDANG TENTANG DIRINYA DENGAN MEMPERHATIKAN LINGKUNGAN YANG ADA DI SEKITAR.

SIAPA SAYA SEBENARNYA: Ada visi dan misi, ada motivasi, ada kebutuhan, memiliki potensi diri baik yang pos, maupun yang neg.

YANG MENDASARI KONSEP DIRI:

- **NILAI/VALUE :** Tata nilai yang akan dikembangkan/pedoman bagi semua tindakan
- **ETIKA:** Pedoman prinsip-prinsip moral yang menentukan standar baik/buruk atau benar/salah dalam perilaku dan menjadi penuntun individu atau sekelompok.

CITRA DIRI POSITIF

1. KATA/JANJI DAPAT DIPEGANG
2. HINDARI SIKAP ANGKER
3. PUNYA TUJUAN HIDUP POSITIF
4. TIDAK KIKIR MEMBERI PUJIAN
5. NIAT DAN MEMIKIRKAN POSITIF
6. SELALU INGAT NAMA YANG DIKENAL
7. BERI DOROGNAN PADA ORANG LAIN
8. TERBUKA
9. SUPEL
10. TANGGAP BERUSAHA MEMAHAMI

KONSEP DIRI DAPAT DITINGKATKAN

MELALUI:

1. PENAMPILAN

- a. MORAL SOSIAL AGAMA
- b. PANDANGAN HIDUP YANG OPTIMIS
- c. KEMAMPUAN OTAK (PENGETAHUAN-KETERAMPILAN-DAN PERILAKU)
- d. PENAMPILAN LAHIRIAH (SIKAP - EKSPRESI MUKA - KESEHATAN - BERSIH - RAPI)

2. ETIKET TATA CARA PERGAULAN YANG BAIK ANTARA SESAMA MANUSIA AGAR BERMANFAAT

- a. DISENANGI DALAM PERGAULAN
- b. PERCAYA DIRI MENGHADAPI SEMUA LAPISAN MASYARAKAT
- c. CITRA DIRI LEBIH POSITIF
- d. MEMBANTU TERWUJUDNYA KOMUNIKASI EFEKTIF

WATAK YANG PERLU DIKEMBANGKAN

1. FLEKSIBEL
2. KETERBUKAAN
3. KETEGASAN
4. BERENCANA
5. PERCAYA DIRI/MANDIRI
6. TOLERANSI
7. DISIPLIN
8. BERANI AMBIL RESIKO: MASA DEPAN DAN PENYELESAIAN TUGAS
9. ORIENTASI
10. BERTAKWA

IV. HAMBATAN PENGEMBANGAN POTENSI DIRI



- 1. Ketidakmampuan mengatur diri (melalaikan kesehatan, bekerja melebihi jam kerja, hidup tidak teratur, merasa lemah diri, dll)**
- 2. Nilai pribadi yang tidak jelas (bertindak berbeda dengan nilai yang dianut, sikap pasif, menghindari umpan balik, menghindari tanggungjawab, dll.)**
- 3. Tujuan pribadi yang tidak jelas (tidak mengukur kemampuan menghindari resiko, hidup tidak mempunyai tujuan yang jelas, cenderung mengubah arah, dll.)**
- 4. Pribadi yang kerdil (menghindari tanggungjawab, menghindari tantangan, tidak menguji diri, mengabaikan perkembangan profesinya, dll.)**
- 5. Kemampuan yang tidak memadai untuk memecahkan masalah (mempunyai masalah yang tidak terselesaikan menggunakan teknik yang tidak tepat, pendekatan yang tidak sistematis, dll.)**

IV. HAMBATAN PENGEMBANGAN POTENSI DIRI

6. Kreativitas rendah (cenderung menghindari resiko, tidak belajar dari kesalahan, puas dengan kedudukan yang ada, tidak yakin akan kemampuan sendiri)
7. Wibawa rendah (merasa kurang dihargai, kurang dapat mengungkapkan pendapat citra diri rendah, tidak mampu mengatur diri dan tidak dapat mengatur orang lain, tidak memberi kesan pada orang lain)
8. Kemampuan manajerial rendah (kurang dapat menganalisis kemampuan sendiri, menciptakan suasana kereja yang tidak kondusif, memainkan peran manipulasi)
- 9 Kemampuan menyelia rendah (lalai memberikan pandangan positif kepada anak buah)
10. Kemampuan latih rendah (tidak memandang penting soal pelatihan, tidak memberikan tugas yang memberikan tantangan).
11. Kemampuan membina tim rendah (tidak memiliki kharisma, kemampuan memimpin rendah, kurang memperhatikan kemajemukan tim).





V. PENGEMBANGAN DIRI DAN AKTUALISASI

- 1. TULISKAN POTENSI POSITIF MANA YANG AKAN DIKEMBANGKAN UNTUK KURUN WAKTU DUA TAHUN MENDATANG**
 - 2. APA YANG MENGHAMBAT USAHA ANDA DALAM MENGEMBANGKAN POTENSI POSITIF ANDA?**
 - A. DARI DALAM DIRI ANDA?**
 - B. DARI LINGKUNGAN KELUARGA?**
 - DARI LINGKUNGAN TEMPAT TUGAS?**
- 
- 



CIRI-CIRI ORANG YANG MAMPU MENGEMBANGKAN POTENSI DIRI

1. CEPAT DAPAT MENYESUAIKAN ATAU ADAPTIF KEPRIBADIANNYA DENGAN KEPRIBADIAN ORANG YANG DIHADAPI.
 2. PAHAM DIRINYA SELAIN MEMILIKI KEKUATAN TAPI JUGA MEMILIKI KELEMAHAN DAN DAPAT MEMAHAMI JUGA BAHWA ORANG LAIN JUGA MEMILIKI KEKUATAN DAN KELEMAHAN
 3. TIDAK PERNAH MENYALAHKAN ORANG LAIN KARENA PERBEDAAN KEPRIBADIAN
 4. KEKUATAN KEPRIBADIAN MENGHASILKAN ORANG YANG POSITIF THINKING (**FLORENCE LITTUER, PERSONALITY PLUS 1996**)
- 
- 



TERIMA KASIH!!

Thank you for participating!



DAFTAR PUSTAKA

- **Adi W. Gunnawan, Born to be A Genius, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta 2003**
- **Alwisol , Psikologi Kepribadian, UMM Press, 2006**
- **Carol S Dweck, PH.D, Change your mindset change our life, Serambi Ilmu Semesta, Jakarta, 2006**
- **Florence Littaeur, Personality Plus, Binarupa aksara, Jakarta 1996**
- **Peter Lauster, Tes Kepribadian, Gaya Media Pratama, Jakarta 2004**
- **Ladislaus Naisaban, Psikologi Jung, Tipe Kepribadian Manusia dan Rahasia Sukses dalam Hidup, Grasindo, 2003**
- **Sampara Lukman dan Sugiyanto, Pengembangan Pelaksanaan Pelayanan Prima, Modul LAN RI, 2003**
- **Suparno, Manajemen Kepribadian, Pilar Multisindo, 2004**
- **Taufik Bahudin, Brainware Management, generasi kelima, Management SDM, Media Komputindo, Jakarta 2003**
- **Wahyu Suprpti dan Sri Ratna, Pengembangan Potensi Diri, modul LAN RI, 2003**

-END-