



# MENGENAL DIRI

# Tujuan Pembelajaran

Mengidentifikasi kepribadian, kekuatan, dan kelemahan diri sendiri



Merefleksikan pengalaman dalam hidupnya yang bisa dan tidak bisa berubah.

Mengembangkan sikap jujur, terbuka, dan percaya diri

# Lalu “Siapakah Aku?”





Sebagian besar manusia berjuang untuk menemukan makna hidupnya. Manusia selalu terikat dengan alasan dan tujuan. Ia harus **mempunyai alasan untuk hidup**. Itulah mengapa manusia mempertanyakan keberadaannya sendiri.

Pengenalan diri adalah bagian dari pencarian akan “ untuk apa saya hidup, mengapa saya hadir di bumi ini”.

# JENDELA JOHARI



Joseph Luft



Harry Ingham

**Salah satu Teknik untuk membantu orang lebih memahami diri sendiri adalah teknik jendela Johari.**

**Diciptakan oleh 2 orang psikolog Amerika. Joseph Luft dan Harrington Ingham.**

# Konsep Jendela Johari

Orang Lain  
Melihat

Orang Lain  
Tidak Melihat

Saya Melihat

Saya Tidak Melihat

## 1 Jendela Terang

Merupakan keadaan yang dapat dilihat oleh siapapun.

## 2 Jendela Buta

Dimana orang lain melihat tetapi saya tidak melihat

## 3 Jendela Rahasia

Dimana saya melihat namun orang lain tidak melihat

## 4 Jendela Misteri

Dimana hal yang kita dan orang lain belum tahu, misalnya **Bakat** atau minat yang belum dieksplorasi

# Definisi Kepribadian



**" Organisasi dinamis dalam diri seseorang sebagai sistem psiko-fisik yang menentukan caranya yang unik dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. "**

**~Gordon Allport**

# Faktor Pembentuk Kepribadian

Lingkungan dimana  
seseorang tumbuh dan  
dibesarkan

Lingkungan



Genetika  
kepribadian  
dipengaruhi oleh  
keturunan

Genetika



Pemaknaan tentang diri  
atau tentang apa yang  
dialaminya

Pemaknaan

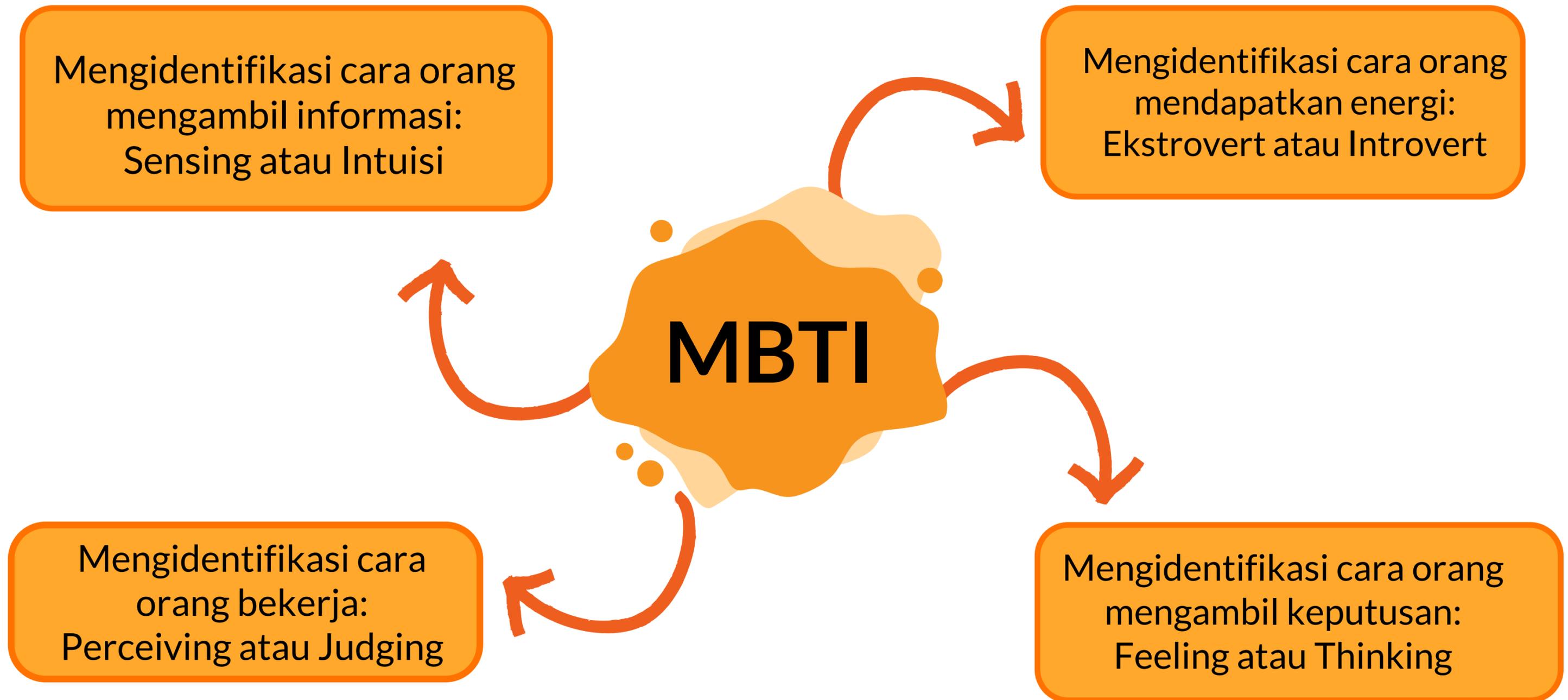


# Kategorisasi Kepribadian Menurut Carl Gustav

Mengidentifikasi dari cara orang mendapatkan energi:



# Kategorisasi Kepribadian Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) Menurut Chaterine dan Isabel Myers



# Kategorisasi kepribadian Teori temperamen oleh Hippocrates dan Galenus :



**Phlegmatis** adalah orang yang tenang, setia dan enggan dengan perubahan.



**Melankolis** adalah orang yang perfeksionis, serius dan penuh kewaspadaan.

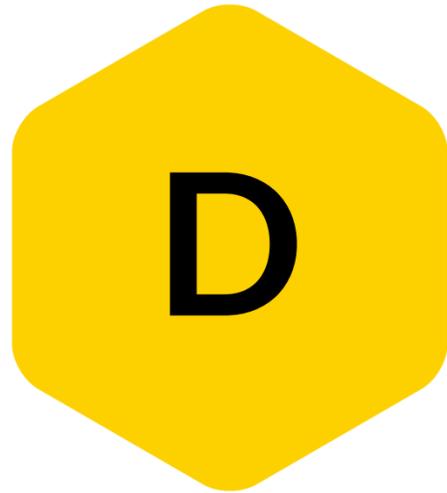


**Koleris** adalah orang yang berorientasi pada tujuan, tegas dan sistematis.



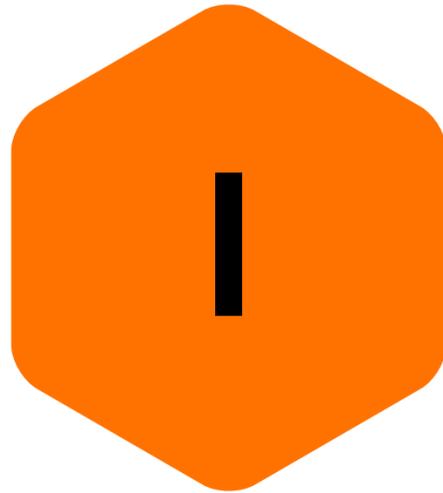
**Sanguin** adalah orang yang spontan, ceria dan persuasive.

## Kategorisasi Kepribadian DISC oleh William Moulton Taurston



Dominan = Koleris

- Pemegang kendali, berkemauan keras, tekun, tegas, produktif.
- Ramah, optimis.



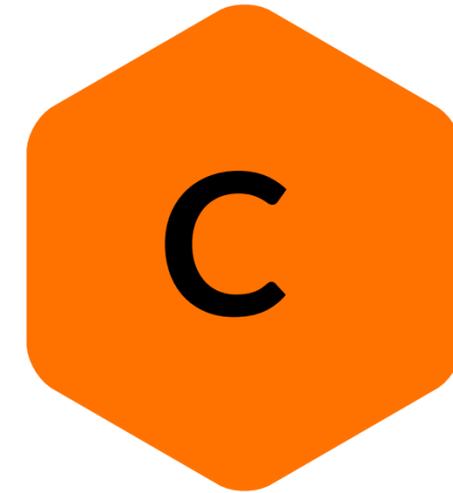
Influence = Sanguin

- Banyak bicara, bersahabat, senang mendukung orang lain.
- Ramah, optimis.



Steady = Plegmatis

- Tenang, tidak menyukai perubahan yang cepat, sabar, dan setia.

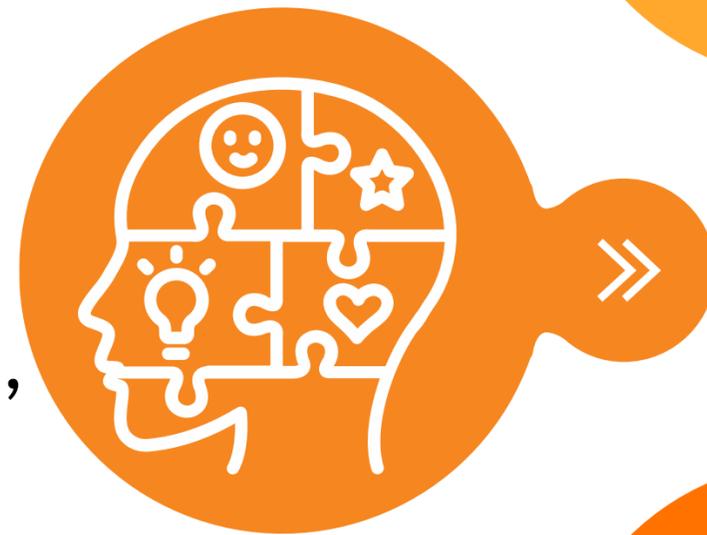


Compliance = Melankolis

- Serius, pemikir, perfeksionis, detil, akurat.
- Tidak bertindak sebelum ada informasi yang kuat, konservatif.

# DOMINAN

Karakteristik:  
memegang kendali,  
kemauan keras, tekun,  
tegas, produktif



Kelemahan: pemaksa, tidak mau mendengar, ego tinggi, tidak sabar, ambisius



Kelebihan:  
bertanggung jawab



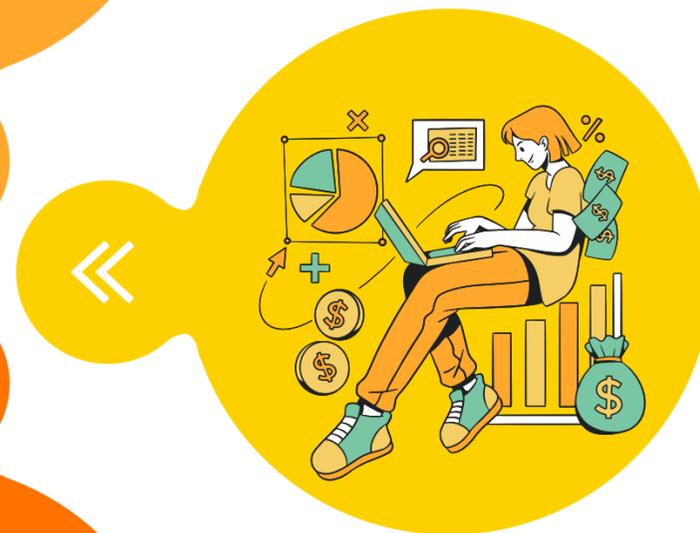
Cocok untuk pekerjaan atau aktivitas yang memiliki target yang jelas.

# ***INFLUENCE***

Karakteristik: ramah, banyak bicara, optimis, bersahabat, senang mendukung orang lain



Kelemahan: sulit tenang, tidak teratur, susah diandalkan, mudah percaya orang



Kelebihan: persuasif



Unggul terkait memasarkan barang, mempengaruhi orang.

# STEADY

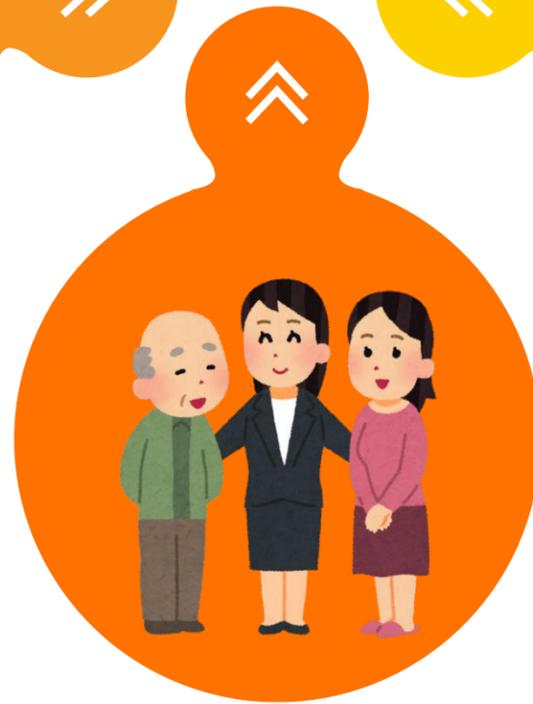
Karakteristik: tenang,  
tidak menyukai  
perubahan cepat, sabar,  
setia



Kelemahan: tidak menyukai  
tantangan dan konflik



Kelebihan:  
pendengar baik,  
pendamping yang  
tenang



Cocok sebagai pekerja sosial atau bersifat  
administratif.

# Compliance

Karakteristik: serius, pemikir, perfeksionis, detil, akurat, konservatif



Kelemahan: terlalu berhati-hati, terlalu serius, curiga berlebih

Kelebihan: tidak akan bertindak sebelum ada informasi kuat

Cocok untuk mendesain, evaluasi program, memperbaiki peralatan.

# Menerima dan Mengembangkan Diri

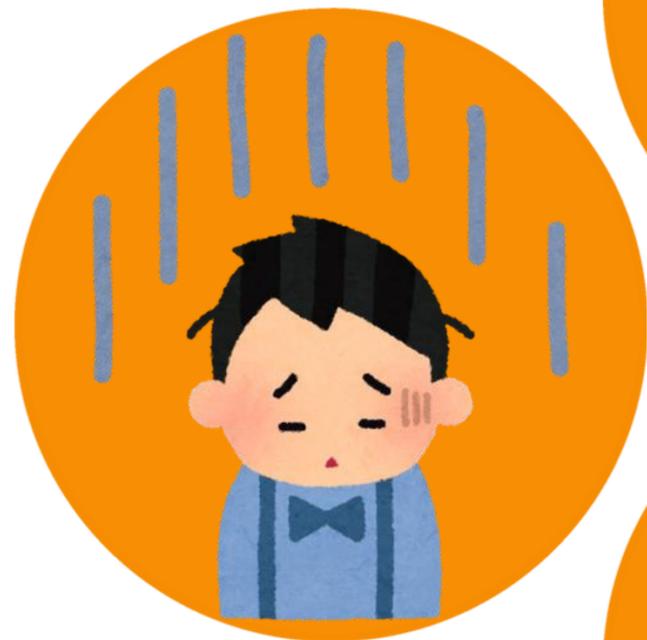
Pengenalan diri adalah awal untuk pertumbuhan dan pengembangan diri.



Pengembangan tanpa penerimaan diri berujung pada rasa frustrasi.



Pengenalan tanpa penerimaan diri menghasilkan kemarahan dan kekecewaan diri.



Pengembangan dan penerimaan diri adalah suatu proses yang silih berganti.



# Penerimaan Diri



"Penerimaan seseorang atas semua hal yang telah melekat dan menjadi atribut dirinya, baik itu sisi positif maupun negative." (*Morgando*)



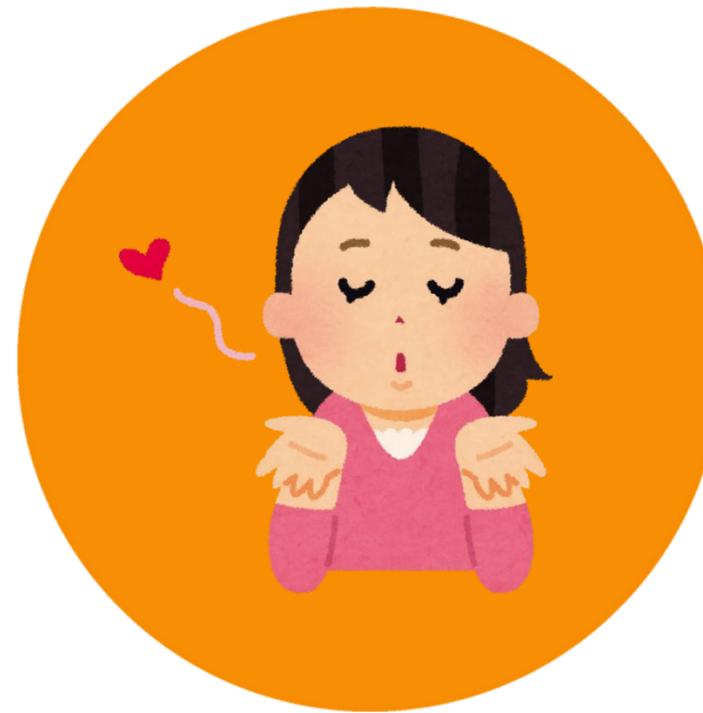
# Dampak Penerimaan Diri



Tidak menyerah  
terhadap  
kekurangan



Mampu memilih mana  
yang perlu diabaikan dan  
mana yang perlu  
diperbaiki



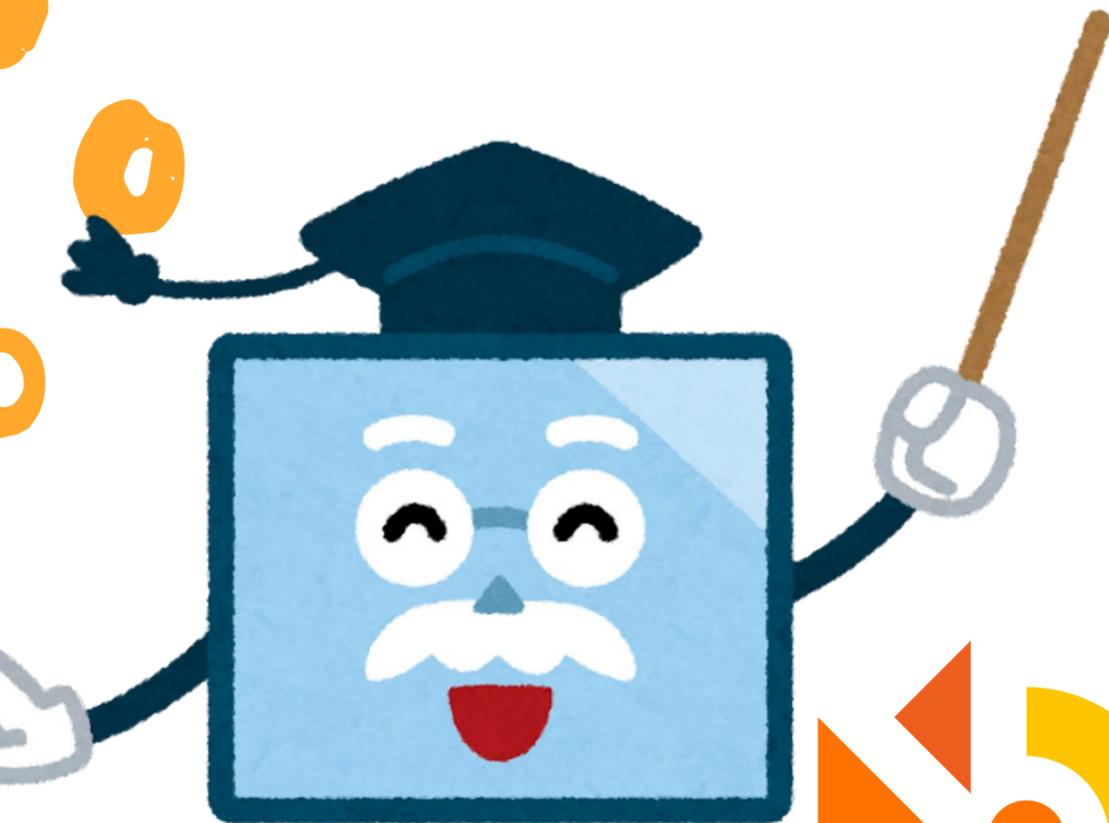
*Self-love*



Mampu mengenal hal  
apa yang dapat  
dikembangkan dan hal  
apa yang harus  
diterima dengan  
bijaksana

# Pengembangan Diri

Pengembangan diri adalah usaha yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas dan kapasitas diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya sehingga mengalami pemenuhan dan aktualisasi diri



# Cara Mengenal Potensi Diri



**Kenali Diri**



**Tetapkan cita - cita**



**Mempelajari berbagai ilmu baru**



**Terbuka terhadap kritik dan masukan yang membangun**



**Jejaring relasi untuk pengembangan diri**



**Mencari mentor**

**World Vision**

INDONESIA

Wahana Visi Indonesia bermitra dengan World Vision yang mendukung KOICA PMC Project yang bertujuan untuk meningkatkan Rehabilitasi Sosial bagi Remaja Rentan di Indonesia yang di inisiasi oleh Korea Institute for Development Strategy (KDS). ReBach Internasional dan World Vision Korea dan didanai oleh Korea Cooperation Agency (KOICA)

**KOICA**  
Korea International  
Cooperation Agency

**KDS** Korea Institute for  
Development Strategy

**RE:BACH**  
international

**World Vision**



Wahana Visi Indonesia

[www.wahanavisi.org](http://www.wahanavisi.org)



@wahanavisi\_id