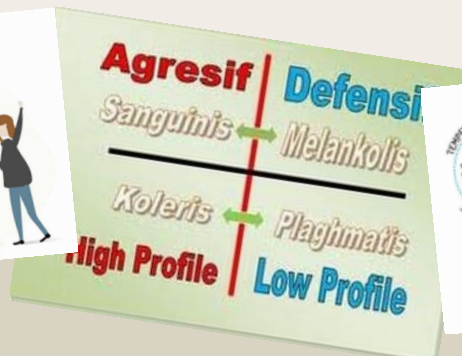


KONSEP KEPRIBADIAN

Dewi Novita Sari, M.Psi., Psikolog



KOMPONEN yang dipelajari dalam TEORI KEPRIBADIAN

1. **Personality structure ;**
 - traits type, personal construct
2. **Motivation ;**
 - process aspects ---- dinamika kepribadian, power, effort, energy
3. **Personality development ;**
 - developmental concept artinya struktur dan motivasi berubah dari masa bayi sampai tua.
 - Faktor determinan (penyebab) : internal eksternal



PERSONALITY

Kepribadian (personality) : berasal dari kata latin, yaitu “pesona”, yang mulanya ini menunjuk pada topeng yang biasa digunakan pemain sandiwarra dalam memainkan perannya.

Allport : kepribadian sesuatu yang terdapat dalam diri individu yg membimbing dan memberi arah kepada seluruh tingkah laku individu yang bersangkutan.

Faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepribadian :

Faktor Genetik (Bawaan)

Faktor Lingkungan



Interaksi antara genetik dan lingkungan

Teori-teori Kepribadian

01

Teori
kepribadian
Psikoanalisa

02

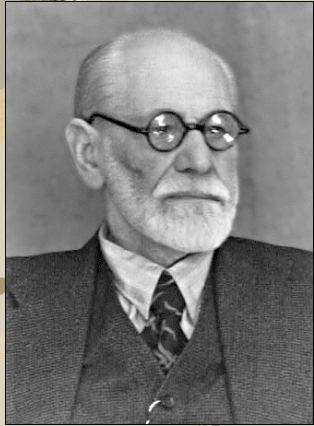
Teori
kepribadian
trait (sifat)

03

Teori
kepribadian
Behaviorisme

04

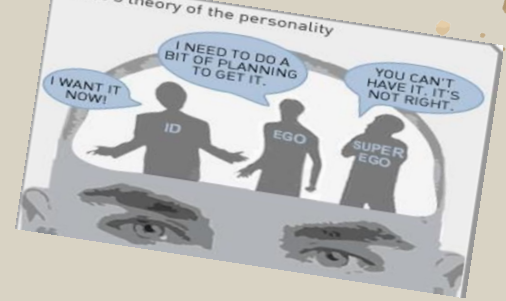
Teori
Kepribadian
Kognitif



1. Teori Kepribadian Psikoanalisa

- Sigmund Freud
- Dilahirkan di Moravia 6 Mei 1856 dan meninggal di London tanggal 23 September 1939
- Pendidikan :
 - Universitas Wina 1873-11. spesialisasi dokter ahli saraf dan penyakit jiwa (psikiater)
 - Tahun 1895 belajar terapi histeri pada Jean Charcot di Paris
 - Tahun 1895 kembali ke Wina dan bekerja sama dengan dr. Yoseph metode asosiasi bebas

Struktur Kepribadian



1. Alam Tidak Sadar (Unconscious)

- Id (Das Es)
- Prinsip kesenangan (Pleasure Principle)
- Tidak senang untuk di ubah



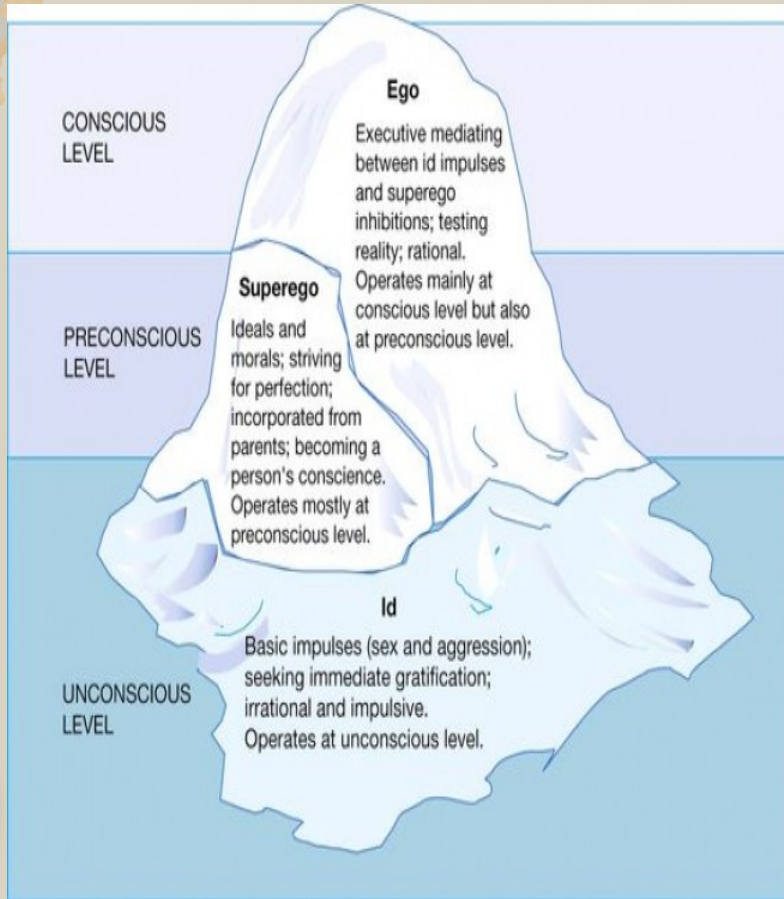
2. Alam Sadar (Conscious).

- Ego (Das Ich)
- Prinsip kenyataan (Reality Principle)



3. Alam Bawah Sadar (Preconscious).

- Super Ego (Das ber Ich)
- Prinsip Moralitas dan idealis
- Bersifat aspek2 moral dan ideal



MEKANISME PERTAHANAN DIRI

REPRESI

Penekanan/sarana pertahanan yg bisa mengusir pikiran atau perasaan yang menyakitkan dan mengancam agar tidak keluar dari kesadaran. Menjauhkan impuls atau harapan yang dapat diterima dari kesadaran

PROYEKSI

Pengalihan dorongan, sikap atau tingkah laku yang menimbulkan kecemasan pada orang lain.

Pembentukan Reaksi

Mekanisme pertahanan diri agar dorongan yang ditekan bisa disadari dengan cara menyembunyikan diri dalam selubung yg sama sekali bertentangan dg bentuk semula.

MEKANISME PERTAHANAN DIRI

Fiksasi (Fixation)

Berhenti pada satu tahap perkembangan tertentu

Regresi

Mundur pada tahap perkembangan sebelumnya.

Rasionalisasi

Mekanisme pertahanan diri dgn menjelaskan perilaku atau perasaan yg tidak dapat diterima secara rasional untuk menghindari alasan sebenarnya dari perilaku tersebut. Memberikan alasan yg masuk akal untuk perbuatan yg tidak dapat di terima ego.

Displacement

Mengalihkan respon emosional dari objek yang mungkin berbahaya ke suatu objek pengganti yang lebih memungkinkan.

MEKANISME PERTAHANAN DIRI

Fantasi

Seseorang yang menghadapi konflik menarik diri dengan berkhayal/berfantasi (melamun).

Denial

Paling sering dilakukan oleh individu. Penyangkalan untuk melindungi ego dari hal-hal yang tidak bisa di atasi (rasa sakit, penolakan, kecemasan).

Introyeksi

Dimana seseorang meleburkan sifat-sifat positif orang lain ke dalam egonya sendiri.

Sublimasi

Untuk mencegah dan meredakan kecemasan dengan cara mengubah dan menyesuaikan dorongan-dorongan yang menjadi penyebab kecemasan ke dalam bentuk tingkah laku yang dapat di terima oleh masyarakat.

Teknik utama dalam terapi Psikoanalisa

Asosiasi bebas
(free
association)



Klien mencoba mengatakan apapun yang muncul dalam pikirannya tanpa sensor

Analisis mimpi
(dream analysis)



Berdasar asumsi bahwa dalam keadaan tidur pertahanan diri melemah, makna simbolik isi mimpi memberikan petunjuk mengenai konflik yang ditekan



Interpretasi
(Interpretation)



Analisis menunjukkan kepada klien makna sebenarnya beberapa perilaku klien

2. Teori Kepribadian Trait

- Trait theory
- Gordon Allport
- Dikembangkan lagi : raymond B. Cattel dan Hans J. Eysenck
- Lahir di Indiana, bungsu dari 4 bersaudara (laki laki semua)
- Merasa berbeda dari saudara yang lain (minat dan permainan)
- Masuk PT ikut kakak tertua (Floyd) di Harvard * Floyd Psikologi Sosial, Gordon merasa sebagai outsider pada area ini, lebih minat bidang kajian Personality (padahal bidang ini tidak ada jurusan yang berdiri sendiri dan kurang pamor dibandingkan Psikologi Sosial)

- Menyelesaikan program doctor pada bidang personality, mengajar bidang ini (sebagai pengajar yang pertama kali memberi materi kepribadian pada level undergraduate * sekarang menjadi materi yang dipersyaratkan harus diberikan di psikologi
- Sebelum lulus PT , Allport bertemu dengan Sigmund Freud * berdiskusi tentang the unconscious and its effect on personality. Setelah pertemuan dan ditanya oleh Freud tentang unconscious motives,

Teori Trait



- Didasarkan pada asumsi:
- trait : pola konsisten dari pikiran, perasaan atau tindakan yang membedakan seseorang dari yg lain * trait relatif stabil dari waktu ke waktu dan trait konsisten dari situasi ke situasi.



Kecenderungan yang menetap selama kehidupan, dapat berubah karena :

- adanya proses adaptif
- adanya perbedaan kekuatan
- kombinasi dari trait yg ada.

GORDON ALLPORT :

Teori Disposisional dan Kepribadian

Kriteria dasar *trait theory*:

- Lebih dari sekedar eksistensi nominal, melainkan hal yang non fiktif.
- Lebih umum dari kebiasaan.
- Bersifat dinamis atau minimal menentukan perilaku.
- Eksistensinya bisa dilihat secara empiris.
- Relatif bebas atau terpisah dari karakter lain.
- Tidak sinonim dengan penilaian moral atau sosial.
- Punya aspek universal dan keunikan.

GORDON ALLPORT :

Teori Disposisional dan Kepribadian

Dua Jenis Traits:



Common trait =
dimensional/nomothetic traits

- Karakteristik yang kurang lebih sama dengan sejumlah orang lain/ dengan kultur tertentu

TERDIRI DARI :

- a. Cardinal dispositions
- b. Central dispositions
- c. Secondary dispositions

Individual traits =
morphological traits/personal dispositions /idiografik

- dit murni dari neurofisis yang mengarahkan, menuntun, dan memotivasi aksi spesifik dalam penyesuaian diri





Pribadi Dewasa



- Sense of Self yang luas wawasannya.
- Kapabilitas melakukan interaksi yang hangat.



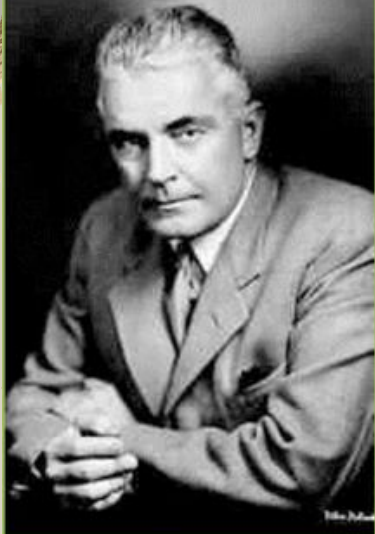
- Memperlihatkan emosi positif dan keterbukaan.
- Berpikir rasional.



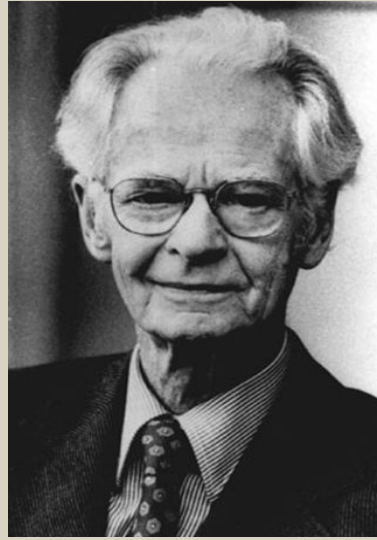
- Mengetahui kekuatan dirinya, tidak kaku dan bersifat humori.
- Membentuk falsafah hidup.

3. *TEORI KEPRIBADIAN BEHAVIORISME*

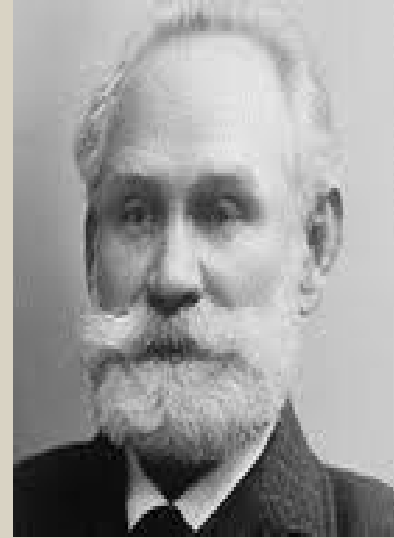
- Belajar * perubahan tingkah laku akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon (S-R).
- Penting * dalam belajar adalah input berupa stimulus dan output berupa respon.
- Faktor yang berperang yaitu adanya Reinforcement (memperkuat timbulnya respon agar bertahan lebih lama).



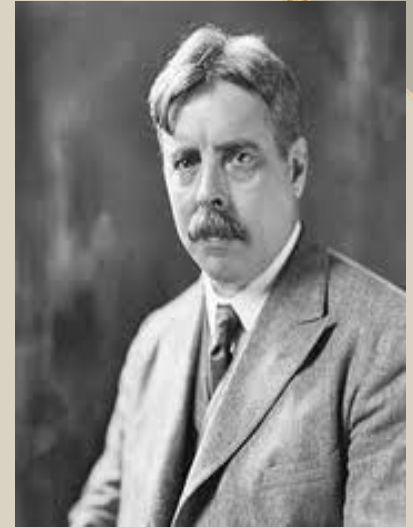
John R Watson
(Behaviorisme
Klasik)



Burrhus Frederic
Skinner
(Operant
Conditioning)



Ivan Pavlov
(Classical
Conditioning)



Edward L.
Thorndike
(Law of Effect)

TEORI BEHAVIORISME

- Objek utama : perilaku.
- Tidak meyakini adanya mental, kesadaran pada diri individu.
- Meyakini yg dimiliki manusia : raga, fisik, badan dan refleks (perilaku).
- Konsep belajar : memperbanyak refleks yang dibawa sejak lahir melalui kondisioning.

John R. Watson
(Behaviorisme Klasik)

TEORI BEHAVIORISME

- Tingkah laku sepenuhnya ditentukan oleh stimulus tidak ada faktor perantara lainnya.
- Respon yang dimaksud Skinner adalah respon terkondisi (respon operant), sedangkan stimulusnya adalah stimulus operant.
- 3 syarat terjadinya interaksi antar organisme dgn lingkungan :
 - . - ketika respon terjadi.
 - respon itu sendiri.
 - konsekuensi penguatan respon

B. F. Skinner
(*Operant Conditioning*)

TEORI BEHAVIORISME

- Perilaku semua organisme terjadi secara refleks dan dibatasi oleh rangsangan yg sederhana dan bersifat mekanis.
- Konsep belajar : belajar tanda (tanda, kode, sinyal yg mempunyai arti terhadap apa yg diharapkan).
- Contohnya :
 - selama kondisi : CS * diikuti oleh daging *CR (Air liur).
 - sesudah kondisi : CS * CR (air liur).
- Sehingga terlihat bahwa terjadinya perilaku sebagai hasil dari suatu pengalaman.

Ivan Pavlov
(Classical Conditioning)


TEORI BEHAVIORISME

- Perilaku ditentukan secara refleks oleh stimulus yg ada di lingkungan dan bukan oleh pikiran yg tidak sadar.
- Tiga hukum dalam proses belajar :
 - hukum latihan
 - hukum pengaruh
 - hukum kesiapan
- Latihan dapat menguatkan hubungan S-R
- Kekuatan hubungan S-R dipengaruhi oleh tenaga dan lamanya waktu latihan.


Edward L. Thorndike
(*Law of Effect*)

4. *Teori Kepribadian Kognitif*

- George A. Kelly
 - Lahir di Perth tahun 1905.
 - Ahli fisika, matematika, sosiologi, pendidikan dan psikologi klinis.
 - Teori kepribadian Kelly memiliki dasar terkait dengan pikiran individu (kognitif)
 - Menekankan pada cara seseorang dalam mengkonstruksi, mengontrol dan meramalkan peristiwa di sekitarnya.
- Individu mengamati seluruh kejadian dalam hidup dan menerjemahkannya.
 - Teori kepribadian Kelly memiliki dasar terkait dgn pikiran individu/ kognitif.
 - Proses kognitif merupakan pusat kepribadian, emosi dan perilaku dipengaruhi oleh kognisi.



Struktur Kepribadian Kelly

- Variabel struktural kunci dlm teori kepribadian kelly : *konstruk personal*.
 - Konstruk (construct) : konsep yang digunakan untuk menginterpretasikan atau menerjemahkan hal-hal di sekitar.
- Ada 2 tipe konstruk:
 - Verbal Construct
 - Preverbal Construct
- 

REFERENSI



- Hall, C. S & Lindzey, G. (1999). *Teori-teori sifat dan behavioristik*. (terjemahan: Drs. Yustinus MSC). Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Skinner. (1996). A guide to Constructs of Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (3), 549-570.
- Feist, J & Feist, G. J. 2009. *Theories of Personality*. New York; Mc. Graw Hill Companies.
- Suryabrata, S. (2003). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.





THANKS!

Paradigma Kepribadian : TRAIT

Dewi Novita Sari, M.Psi., Psikolog



Pengagas Kepribadian Trait



Teori trait dimunculkan pertama kali oleh :
“Gordon W. Allport”.

Dua ahli lain yang megembangkan teori ini :
Raymond B. Cattell
Hans J. Eysenck

Pengagas Kepribadian Trait



“Gordon W. Allport”

Kepribadian : organisasi dinamis dalam individu sebagai sistem psiko phisis yang menentukan caranya yang khas dalam menyesuaikan diri thp lingkungan.

Organisasi dinamis : Kepribadian selalu berkembang dan berubah-ubah.

Psiko phisis : kepribadian bukan semata-mata mental dan bukan semata-mata neural (sistem saraf). Organisasi yang meliputi kerja tubuh dan jiwa.

Teori Trait And Factor

Istilah “TRAIT

Istilah “trait” itu sendiri merujuk pada karakteristik individu yang dapat diukur melalui tes.



Faktor

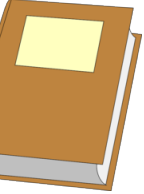
Factor “merujuk pada karakteristik yang dibutuhkan untuk penampilan kerja yang sukses.



kesimpulan

Jadi trait and factor * merujuk pada penilaian karakteristik individu dan pekerjaan.





Teori Kepribadian Trait



1



Type

Pengelompokan
bermacam-macam trait



2



Trait

struktur mental yang diperoleh
dari tingkah laku yang diamati
untuk menenangkan
keteraturan dan konsistensi
tingkah laku.



Asumsi Teori Trait

- Trait merupakan pola konsisten dari pikiran perasaan atau tindakan yg membedakan seseorang dari yang lain, sehingga:
 - Trait relatif stabil dari waktu ke waktu.
 - Trait konsisten dari situasi ke situasi.
- Trait merupakan kecenderungan dasar yang menetap selama kehidupan, namun karakteristik tingkah laku dapat berubah karena :
 - Adanya proses adaptif.
 - Adanya perbedaan kekuatan.
 - Kombinasi dari trait yang ada.
- Manusia memiliki macam/jenis potensi yg sama ketika dilahirkan, namun dgn tingkah kualitas yg berbeda.
- Ketika potensi itu aktual dalam kepribadian, maka tampak bahwa tidak ada dua orang yg memiliki kepribadian yg sama.
- Trait membuat kategori-kategori, menempatkan orang dalam tipe tertentu, memilih unsur pembeda yang fungsional dan mengabaikan unsur pembeda yang tidak perlu.

Trait Conceptions of Personality

- Kepribadian ini terdiri dari : trait dan tipe (type).
- Trait dijelaskan sebagai susunan teoritis yang menggambarkan dimensi dasar dari kepribadian.
- Trait menggambarkan ketetapan respon individu dalam menghadapi suatu situasi yang berbeda-beda.
- Trait merupakan disposisi untuk berperilaku dalam cara tertentu, seperti yang tercermin dalam perilaku seseorang pada berbagai situasi.



Kepribadian Watak dan Temperament

Watak/Karakter

- ∇ Mempunyai arti normatif.
- ∇ **Watak/karakter** : kepribadian yang dinilai.
- ∇ **Watak/karakter** : bagian dari kepribadian/cap yang diberikan oleh orang lain.

Temperament

- ∇ Gejala karakteristik yg sifat emosi individu, diantaranya; mudah tidaknya kena rangsangan emosi, kekuatan serta kecepatan dlm bereaksi, kualitas kekuatan suasana hati.
- ∇ Gejala ini tergantung dari faktor konstitusional dan berasal dari keturunan.





TEORI Faktor :

“Raymond B. Cattell”

- ∇ Lahir di Inggris 20 Maret 1905.
 - ∇ Masa kecil menikmati hidup, menjadi serius ketika sebelah rumahnya dijadikan RS korban perang.
 - ∇ Cerdas dan sering menerima beasiswa.
 - ∇ Menulis lebih cepat dari pada orang membaca (lebih dari 50 buku dan 500 artikel).
 - ∇ BSc dibidang kimia, Phd dibimbing oleh Charles Spearman.
 - ∇ Bertemu dgn banyak ahli psikologi (Thorndike, Hall, Allport, Murray, dll).
-
- ∇ Tujuan mempelajari kepribadian : untuk memprediksi perilaku (apa yang akan dilakukan oleh individu dalam merespon suatu stimulus spesifik).



Lanjutan :

- ∇ Cattell percaya bahwa mungkin untuk mencoba mengubah kepribadian individu sebelum mengetahui detailnya lebih luas apa yang akan diubah.
- ∇ Pendekatan Cattell: lebih kepada orang normal yang diteliti dgn ilmiah melalui observasi perilaku secara terus menerus dan mengumpulkan data setiap individu. Lebih dari 50 pengukuran yang digunakan Cattell untuk mengumpulkan data subjeknya.
- ∇ Alat yang digunakan oleh Cattell adalah berbentuk kuesioner, tes obyektif, observasi, dan rating perilaku yang terjadi dalam situasi nyata.





Kategori Trait (Cattell) :

A. Berdasarkan Kepemilikan

- o *Common Trait* (Trait Umum) : Sifat yg dimiliki oleh semua individu.
- o *Unique Trait* (Trait Khusus) : Sifat yg dimiliki oleh masing-masing individu/khas.

B. Berdasarkan Kedalaman

- o *Surface Trait* : Kelompok variabel yang tampak.
- o *Source Trait* : Variabel yg mendasari berbagai manifestasi yang tampak.



A. Berdasarkan Kepemilikan



- ▣ *Common Trait* :
Trait yg dimiliki oleh semua dalam tingkatan tertentu. Misalnya :
Inteligensi, introversi.
- ▣ *Unique Trait* :
Trait yg dimiliki oleh satu orang saja (bisa juga dimiliki oleh beberapa orang dengan kombinasi antar trait yg berbeda). Dipengaruhi oleh sikap dan minat.



B. Berdasarkan Kedalaman

- ▣ **Surface Trait :**
Serangkaian karakteristik kepribadian yg berhubungan dgn yg lain tetapi tidak membentuk satu faktor karena tidak ditentukan oleh satu sumber yg sama.

Surface trait lebih berarti dan diakui dr pd *source trait*, karena dpt langsung disaksikan dari observasi yg sederhana. Namun sebenarnya *source trait* lah yg mendasari perilaku.

- ▣ **Source Trait :**
Komponen dasar kepribadian (faktor/trait) *diidentifikasi memakai analisis faktor.

Surface trait terbagi menjadi 2



- Constitutional Trait :** berasal dari internal individu (bukan bawaan, tp proses fisiologis), Ex. Penggunaan alkohol akan mempengaruhi perilaku individu (sembrono, banyak bicara, mengeluarkan kata kotor).
- Environmental Trait :** berasal dari pengaruh lingkungan fisik & sosial. Ex. Trait individu yg hidup di lingkungan militer & individu di lingkungan kesenian.



berdasarkan Modalitas Ekspresi, sifat diklasifikasikan :

1. *Dynamic Trait*

- o Apabila ekspresi sifat tsb berhubungan dgn perbuatan untuk mencapai sesuatu tujuan.
- o * Motivasi atau pendorong tingkah laku
- o Ex. Dorongan, minat, dan ambisi menguasai sesuatu.

2. *Ability Trait*

- o Apabila ekspresi sifat tsb berhubungan dgn efektif tidaknya individu dalam mencapai tujuan tersebut.
- o * sifat-sifat yg menentukan keefektifan individu dalam mencapai tujuan.
- o Ex. Inteligensi.



3 sumber data utama untuk mengetahui kepribadian :

LIFE RECORD (Data L):

Catatan ttg riwayat hidup/tingkah laku seseorang di masyarakat. Ini dibuat oleh guru atau orang yg mengenal individu dalam berbagai situasi nyata.



TES OBYEKTIF (Data T):

Penciptaan situasi khusus dimana tingkah laku seseorang dapat diskor secara obyektif * situasi dpt berupa tugas tertulis atau penggunaan berbagai macam peralatan.

SELF RATING

QUETIONNAIRE (Data Q):
Pernyataan/penilaian orang bersangkutan ttg tingkah lakunya sendiri.





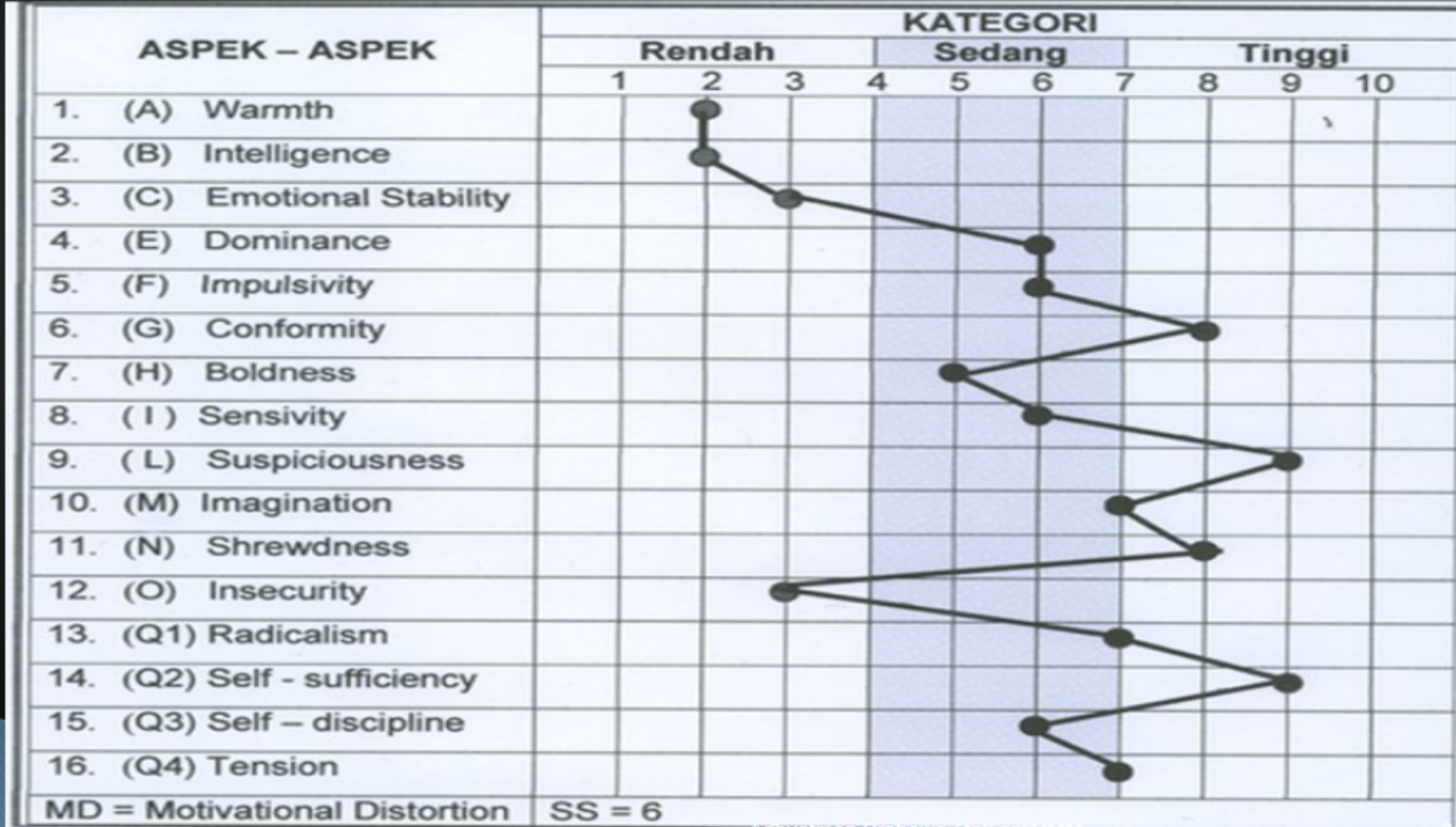
16 Personality Factors

- *Bipolar dimensions of personality:*
 - *Warmth*
 - *Reasoning*
 - *Emotion Stability*
 - *Dominance*

1. *Warmth*
2. *Intelligence*
3. *Emotional stability*
4. *Dominance*
5. *Impulsivity*
6. *Conformity*
7. *Boldness*
8. *Sensitivity*
9. *Suspiciousness*
10. *Imagination*
11. *Shrewdness*
12. *Insecurity*
13. *Radicalism*
14. *Self – sufficiency*
15. *Self- discipline*
16. *Tension*



Contoh Kasus 1



Kelebihan dan Kekurangan 16 PF

KELEBIHAN



Tes yang sederhana untuk mengungkapkan kepribadian seseorang.



Adanya Motivational Distorsion (MD)

KEKURANGAN



Tidak bebas budaya.



Banyak menggunakan istilah baru, aneh, sehingga membingungkan testee.



Tidak mengungkapkan faktor herediternya.

TEORI KEPRIBADIAN BERKEMBANG : “Big five Personality”

Five Factor Model



Suatu pendekatan yang digunakan dalam psikologi untuk melihat kepribadian manusia melalui trait yang tersusun dalam lima faktor domain kepribadian yang telah dibentuk dengan menggunakan analisis faktor.



Biografi

“Robert R. McCrae”

- ∇ Lahir 28 April 1949 di Marryville Missouri.
- ∇ Michigan State University * Filsafat* Tidak suka karena kurang ilmiah.
- ∇ S2 Psikologi * Tertarik dgn karya Raymond B. Cattell (Analisis faktor).
- ∇ Mempelajari ttg sifat secara diam-diam akrena pada masa itu teori sifat banyak ditentang.



Biografi

“Paul T. Costa, Jr”

- ∇ lahir 16 September 1942 di Franklin.
- ∇ University of Chicago * Sejak awal sudah berminat di bidang psikologi.
- ∇ Bertemu dgn Mc Crae dan melakukan penelitian mengenai SIFAT.
- ∇ Kolaborasi keduanya menghasilkan banyak hasil penelitian, buku dan lebih dari 200 artikel mengenai kepribadian.

Penemu Lima Faktor

- ∇ Berawal dari model 3 Faktor : Neurotism, Extravertion, Openness.
- ∇ MBTI : Myers Briggs Type Indicators.
- ∇ Eysenck Persoality Inventory.
- ∇ Cattell : 16 PF.





- √ Studi sifat pertama kali dirintis oleh Allport dan Odbert pada tahun 1930 an.
- √ Dilanjutkan oleh Cattell pada tahun 1940 an.
- √ Kemudian Tupes, sCristal dan Norman di tahun 1960 an.
- √ Diakhir tahun 1970 an sampai awal tahun 1980 an Costa dan Mc Crae membangun taksonomi tentang sifat-sifat kepribadian.

Sejarah Big Five

- √ Hanya fokus pada dua dimensi yaitu neurotism dan ekstraversi saja.
- √ Kemudian ditemukan faktor ketiga yaitu keterbukaan thp pengalaman (*Openness to experience*).
- √ Tahun 1985 mereka menemukan tentang *big five* (lima faktor kepribadian) dgn penambahan faktor kebersetujuan (*Agreeableness*) dan Kenuranian (*Conscientiousness*).

TEORI KEPRIBADIAN BERKEMBANG :

“Big five Personality”

Lima trait kepribadian tersebut :

- *Extraversion (E)*
- *Agreeableness (A)*
- *Conscientiousness (C)*
- *Neuroticism (N)*
- *Openness To Experiences (O)*

Big five ini adalah universal untuk spesies manusia, sebab lima faktor ini selalu ditemukan dalam rating sifat orang-orang di budaya Amerika Utara, Asia, Spanyol-Amerika, dan Eropa.





“Big Five Personality”

Extraversion (N)

- ✓ Faktor dominan-patuh.
- ✓ Faktor ini merupakan dimensi yg penting dalam kepribadian, dimana extraversion dpt memprediksi byk tingkah laku sosial.
- ✓ Dicitrakan dgn afek positif seperti memiliki antusiasme yg tinggi, senang bergaul, memiliki emosi yg positif, energik, tertarik dgn byk hal, ambisius, workaholic dan ramah.

✓ Skor tinggi

- Mudah bergabung
- Aktif bicara
- Bersemangat
- Humoris
- Penuh perhatian

✓ Skor Rendah

- Cuek
- Menyendiri
- Pendiam
- Serious
- Pasif



Agreeableness

- ✓ Faktor *Social adaptability* atau *likability*.
- ✓ Mengindikasikan seseorang yang ramah, memiliki kepribadian yang selalu mengalah, menghindari konflik dan memiliki kecenderungan untuk mengikuti orang lain.
- ✓ Jika skor agreeableness **tinggi** : seseorang yg memiliki value suka membantu dan penyayang.
- ✓ Jika skor agreeableness **rendah** : cenderung lebih agresif dan kurang kooperatif.
- ✓ Namun, ditemukan pula sedikit konflik pada hubungan interpersonal org yg memiliki agreeableness tinggi, dimana ketika berhadapan dgn konflik, self esteem mereka akan cenderung menurun.

✓ Skor tinggi

- Berhati lembut
- Mudah percaya
- Murah hati
- Pendamai
- Pemaaf
- Baik hati

✓ Skor Rendah

- Kejam
- Pelit
- Penentang
- Selalu mengkritik
- Mudah terluka





Conscientiousness (C)

- ✓ Disebut juga dgn *dependability*, *impulse control*, dan *will to achieve*, yang menggambarkan perbedaan keteraturan dan *self discipline* seseorang.
- ✓ Conscientiousness mendeskripsi kontrol thp lingkungan sosial, berpikir sebelum bertindak, menunda kepuasan, mengikuti peraturan dan norma, terencana, teroganisir, dan memprioritaskan tugas.
- ✓ Sisi negatifnya menjadi sangat perfeksionis, kompulsif, workaholic, membosankan.
- ✓ Jika skor **rendah** menunjukkan sikap ceroboh, tidak terarah serta mudah teralih perhatiannya.



✓ Skor tinggi

- Peka
- Pekerja keras
- Teratur/tertib
- Tepat waktu
- Ambisius
- Tekun

✓ Skor Rendah

- Bebal
- Malas
- Tidak teratur
- Selalu terlambat
- Tidak kearah tujuan
- Mudah menyerah



Neuroticism (N)

- ✓ Menggambarkan seseorang yg memiliki masalah dgn emosi yg negatif seperti rasa khawatir dan rasa tidak aman.
- ✓ Secara emosional mereka labil.
- ✓ Memiliki kesulitan dlm menjalin hubungan & berkomitmen.
- ✓ Individu yg memiliki neuroticism **tinggi** : kepribadian yg mudah mengalami kecemasan, rasa marah, depresi dan memiliki kecenderungan emotionally reactive.
- ✓ Jika skor neuroticism **rendah** : cenderung akan lebih gembira dan puas thp hidup dibandingkan dgn seseorang yg memiliki tingkat neuroticism tinggi.

✓ Skor tinggi

- Cemas
- Temperamental
- Mengasihani diri
- Emosional
- Rentan

✓ Skor rendah

- Tenang
- Lembut
- Puas diri
- Nyaman
- Stabil



Openness (O)



- ✓ Mengacu pada bagaimana seseorang bersedia melakukan penyesuaian pd suatu ide atau situasi yg baru.
- ✓ Mempunyai ciri-ciri mudah bertoleransi, kapasitas untuk menyerap informasi, fokus dan mampu untuk waspada pada berbagai perasaan, pemikiran dan impulsivitas.
- ✓ Membangun pertumbuhan pribadi.
- ✓ Jika skor openness **tinggi** : individu yg memiliki penuh imajinasi, *broadmindedness* dan penuh ide-ide kreatif.
- ✓ Jika skor openness **rendah** : individu yang memiliki pemikiran sempit, tidak menyukai adanya perubahan dan kurang kreatif.



✓ Skor tinggi

- Imajinatif
- Kreatif
- Orisinil
- Menyukai keragaman
- Penuh rasa ingin tahu

✓ Skor rendah

- Tidak kreatif
- Menyukai rutinitas
- Kurang kreatif
- Tidak mau tahu



HAL PENTING: penjelasan teoritis mengenai taksonomi kepribadian, yang didalamnya membuat lima faktor atau domain. teori kepribadian lima faktor merupakan salah satu perspektif yang mencoba menjelaskan big five melalui pengukuran (angket/kuesioner).

REFERENSI

- Hall, C. S & Lindzey, G. (1999). *Teori-teori sifat dan behavioristik*. (terjemahan: Drs. Yustinus MSC). Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Skinner. (1996). A guide to Constructs of Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (3), 549-570.
- Feist, J & Feist, G. J. 2009. *Theories of Personality*. New York; Mc. Graw Hill Companies.
- Suryabrata, S. (2003). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.



TERIMA KASIH

Paradigma *Cognitive* & *Behavioristic*



Paradigma Psikologi Belajar

01 Behavioristik :

- o Manusia diperlakukan sbg makhluk yg pasif, mekanis dan dipengaruhi oleh lingkungan (eksternal).
- o Proses belajar terdiri dr pembahasan ttg hubungan S&R*belajar terbentuk hubungan S & R.
- o Kurang melibatkan pikiran dr manusia.

02 Kognitif

- o Manusia dipandang lebih aktif shg lebih bebas menentukan perolehan pengetahuan atau pengalaman.
- o Belajar merupakan perubahan struktur kognitif.

Paradigma Psikologi Belajar

03 Neurofisiologis

Belajar berarti membuat hubungan antar syaraf.

04 Humanistik

- o Pemahaman baru yg lahir sebagai reaksi atas teori-teori behavioristik dan psikoanalisa
- o Belajar berarti bagaimana “memanusiakan” manusia. Bagaimana membuat manusia lebih berarti dan bermakna.

Pandangan Behavioristik Terhadap Manusia & Pengetahuan

1. Teori behavioristik* proses belajar serta peranan lingkungan yang merupakan kondisi langsung dalam belajar untuk menjelaskan perilaku.
2. Semua bentuk tingkah laku manusia* Hasil belajar yang bersifat mekanistik lewat proses penguatan (positif/negatif).
3. Pendekatan behavioristik terhadap kepribadian memiliki 2 asumsi dasar, yaitu :
 - ▣ Perilaku harus dijelaskan dalam pengaruh sebab akibat lingkungan terhadap diri individu.
 - ▣ Pemahaman terhadap manusia harus dibangun berdasarkan riset ilmiah objektif (dikontrol dengan seksama dalam eksperimen laboratorium).



Teori Behavioristik

1. Mementingkan faktor lingkungan.
2. Menekankan pada tingkah laku yang tampak dengan mempergunakan metode obyektif.
3. Sifatnya mekanis.
4. Mementingkan masa lalu

Teori Behavioristik



- Belajar * Perubahan perilaku yg dapat diamati, diukur dan dinilai secara konkret.
- Perubahan terjadi melalui rangsangan (stimulus) yang menimbulkan hubungan perilaku reaktif (respon) berdasarkan hukum-hukum mekanistik.
- Stimulus * suatu perubahan dari lingkungan eksternal yang menjadi tanda untuk mengaktifkan organisme untuk beraksi atau berbuat.
- Respon * akibat atau dampak, berupa reaksi fisik terhadap stimulus.
- Belajar (Thorndike) * peristiwa terbentuknya asosiasi-asosiasi antara peristiwa yang disebut stimulus (S) dengan respon (R).



Teori Behavioristik (Thorndike)

- Pencetus : Edward Lee Thondike (1874-1949).
- Pendapat Thondike :
 - * Antara kesan indrawi dan dorongan untuk bertindak membentuk ikatan atau koneksi.
 - * Fokus tidak hanya pada kondisi stimulus & kecenderungan utk bertindak, tp jg bagaimana mengendalikan stimulus & respon secara bersama (dihubungkan dgn ikatan syaraf).
 - * Teori ini, belajar pd hewan & manusia pd dasarnya berlangsung menurut prinsip yg sama.
 - * Dasar terjadinya belajar* pembentukan asosiasi (*connection*) antara kesan dengan kecenderungan utk bertindak (*impulse to action*).

Teori Behavioristik (Thorndike)

- Hukum kesiapan (**law of readiness**) : semakin siap suatu organisme memperoleh suatu perubahan tingkah laku, maka pelaksanaan tingkah laku tersebut akan menimbulkan kepuasan individu sehingga asosiasi cenderung diperkuat.
- Hukum latihan (**law of exercise**) : semakin sering tingkah laku itu diulang/dilatih/digunakan, maka asosiasi tersebut akan semakin kuat.
- Hukum akibat (**law of effect**) : hubungan stimulus respon cenderung diperkuat bila akibatnya menyenangkan dan cenderung diperlemah jika akibatnya tidak memuaskan.



Teori Behavioristik (Thorndike)

01

The Law of Readiness :

- ketika unit konduksi siap untuk dihubungkan, maka hubungan itu akan berhasil dgn baik.
- Jika unit konduksi siap dihubungkan, kemungkinan untuk tidak dihubungkan kecil.
- Jika unit konduksi tidak siap dihubungkan tetap dipaksa untuk dihubungkan, maka koneksi/hubungannya pun terganggu.

02

Aplikasi dlm perilaku :

- Ketika seseorang siap utk berperilaku yg diharapkan, maka kemungkinan perilaku itu akan muncul lebih besar.
- Ketika seseorang siap utk berperilaku yg diharapkan, maka kemungkinan perilaku itu tidak muncul lebih kecil.
- Ketika seseorang tidak siap utk berperilaku yg diharapkan & dipaksa untuk melakukan, maka perilaku yg diharapkan muncul pun terganggu.

Lanjutan

The Law of Exercise :

- Koneksi antara S & R diperkuat jika keduanya digunakan (law of use).
- Koneksi antara S & R akan diperlemah jika latihan tidak dilanjutkan atau kedua ikatan syaraf tidak digunakan (law of disuse).

“Semakin dilatih, hubungan semakin kuat”.

The Law of Effect :

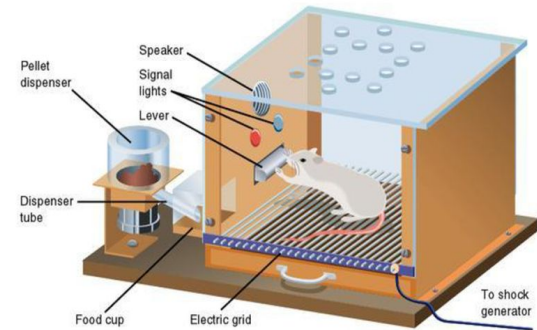
- Penguatan atau pelemahan koneksi antara S & R merupakan hasil dr konsekuensi respon.
- Multiple Response* Trial & Error :
 1. Set of Attitude : kondisi temporer (lapar, lelah, kondisi emosi yg menentukan hasil belajar dpt tercapai/tdk, menyenangkan/tidak menyenangkan).
 2. Prepotency of Elements : kompleksitas lingkungan tdk semua kita respon, tetapi kita akan memilihnya. Tergantung bagaimana perhatian kita & respon apa yg melekat dgn hal yg kita perhatikan.



Teori Behavioristik (Skinner)

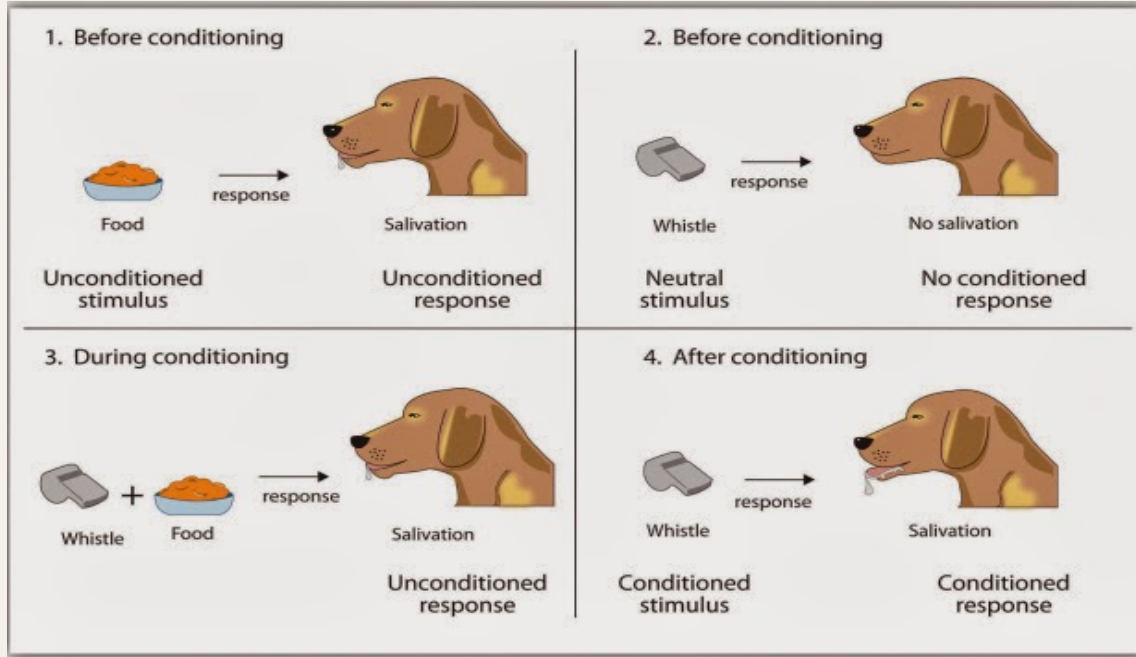
- Skinner menganggap reward dan reinforcement merupakan faktor penting dalam belajar.
- Operant conditioning sebagai suatu proses penguatan perilaku operant yg dapat mengakibatkan perilaku tersebut dapat diulang kembali atau menghilang sesuai keinginan.

Operant Conditioning Chamber



[Conditioning](#)

Teori Behavioristik (Ivan Pavlov)



Pengkondisian Klasik: tipe pembelajaran dimana suatu organisme belajar utk mengatikan atau mengasosiasikan stimulus. **Hasil akhirnya:** menimbulkan perilaku baru.

Aplikasi Behavioristik dalam Pembelajaran

- Pengetahuan : objektif, pasti, tetap.
- Belajar : perolehan pengetahuan.
- Mengajar : memindahkan pengetahuan ke orang yg belajar.
- Si belajar : diharapkan memiliki pemahaman yg sama dengan pengajar terhadap pengetahuan yg dipelajari.
- Segala sesuatu yang ada di alam telah terstruktur, teratur, rapi.



Behavioristik Vs Kognitif

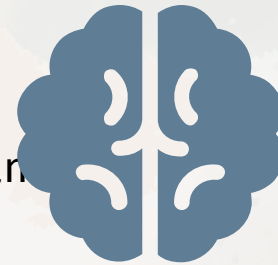


Teori Belajar behavioristik menekankan pada pengertian belajar merupakan perubahan tingkah laku, sehingga hasil belajar adalah sesuatu yg dapat diamati dgn indra manusia langsung tertuang dalam tingkah laku.

Teori kognitif lebih menekankan pada prose belajar merupakan suatu proses yang terjadi dalam akal pikiran manusia.

Teori Belajar kognitif :

- Proses internal dalam berpikir* proses pengolahan informasi* menentukan perilaku seseorang.
- Perilaku bukan ditentukan oleh jenis/cara pemberian stimulus melainkan dari pengolahan informasi utk merespon stimulus dari luar.
- Cara seseorang dlm menggunakan pikirannya utk belajar, mengingat dan menggunakan pengetahuan secara efektif.

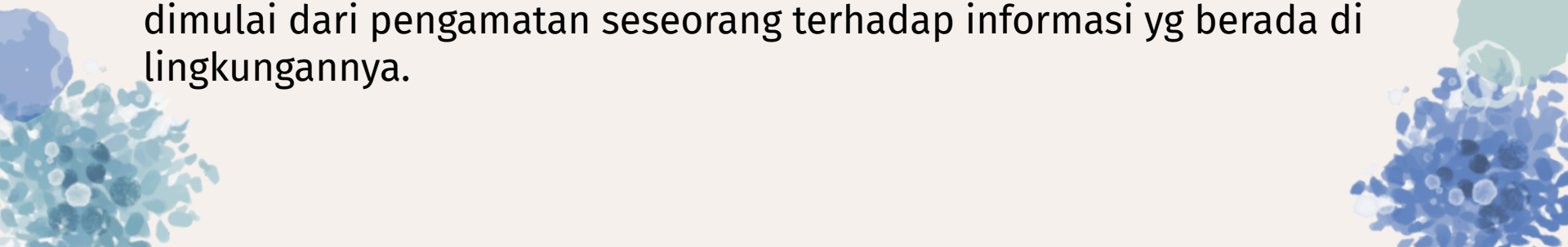




Kepribadian Kognitif

Kognitif: Potensi intelektual yg terdiri dari tahapan (pengetahuan, pemahaman, penerapan, sintesa, evaluasi).

Kognitif: persoalan yg menyangkut kemampuan rasional (akal).

- Menekankan bagaimana proses atau upaya utk mengoptimalkan kemampuan aspek rasional yg dimiliki oleh orang lain.
 - Proses utk mengetahui sesuatu atau belajar yg dipandang sebagai usaha utk memahami sesuatu.
 - Teori kognitif berhubungan dgn pemrosesan informasi karena setelah proses pembelajaran ada proses pengolahan informasi di dalam otak manusia yg dimulai dari pengamatan seseorang terhadap informasi yg berada di lingkungannya.
- 

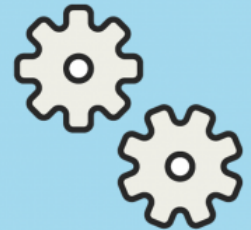
Paradigma kognitif

Pikiran dan keyakinan seseorang menjadi kunci memahami tingkah laku, ingatan, pikiran dan keyakinan seseorang.

Ketika mengatasi masalah, penekanannya bukan hanya pada “ada masalah dgn pikiran kita” tetapi juga berusaha mengungkapkan bahwa cara pandang seseorang mencerminkan bagaimana dunia itu bergerak dan otaknya bekerja dgn baik.

Fungsi terapi kognitif:

- mendorong orang utk berpikir baik ttg dirinya.
- mendorong memilih lingkungan yg tepat utk dirinya.



Paradigma Behavioristik

- Erat hubungannya dgn pengkondisian.
- Manusia adalah mesin.
- Erat kaitannya dgn teori belajar* Perubahan tingkah laku (pengembangan dan tingkah laku baru) merupakan proses belajar.
- Faktor pendorong agar orang mau berubah tingkah lakunya adalah dgn pemberian reinforcement (penguatan, baik negatif/positif).
- Modifikasi perilaku* management reinforcement.

referensi

Atkinson, Rita L., dkk. (1999). Pengantar Psikologi jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Dakir. (1993). Dasar-dasar Psikologi. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

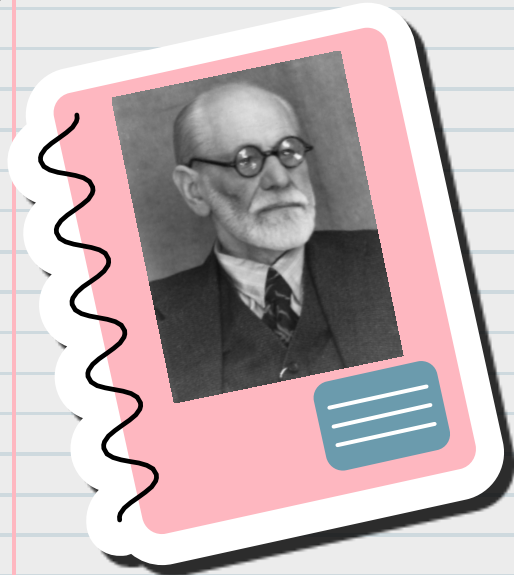
Friedman, S. Howard. (2008). Teori Klasik dan Riset Modern. Jakarta : Erlangga.

Terima kasih



Paradigma Kepribadian: Psychoanalytic

Dewi Novita Sari, M.Psi., Psikolog

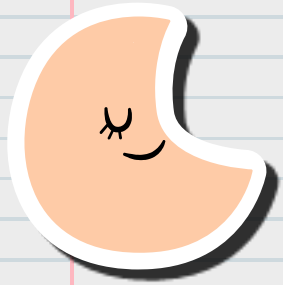




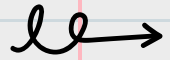
↳ Paradigma ??

- Model atau cara pandang terhadap suatu persoalan yang didalamnya terdapat sejumlah asumsi tertentu, teori tertentu, metode tertentu dan pemecahan masalah tertentu.
- Paradigma yang satu dengan paradigma yang lainnya tidak dapat disamakan maupun dipersatukan, tetapi hanya dapat diperbandingkan.



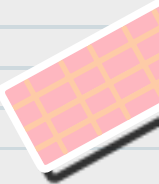


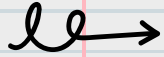
☆ Psychoanalytic Approach



- Dikembangkan oleh Sigmund Freud (1856-1939).
- Dijuluki dengan bapak psikoanalisis.
- Psikoanalisis mempunyai latar belakang ilmu kedokteran (Freud * dokter penyakit jiwa).

- Belajar pada Charcot (1894) * Terapi penyakit histeria dengan metode "Hipnosa".
- Belajar pada Breuer (1895) * Terapi penyakit histeria dengan metode "Asosiasi Bebas".
- Dari pengalaman terapeutik di susun teori psikoanalisis.
- Psychoanalysis merupakan jenis terapi psikis dan juga teori kepribadian.

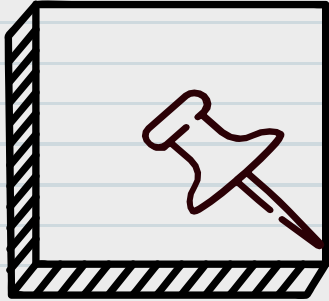




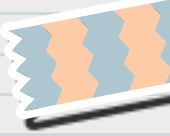
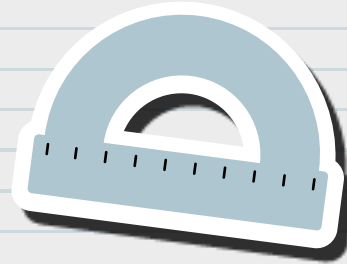
Lanjutan.. Psychoanalytic Approach

- Pendekatan psikoanalisis = Psikodinamika.
- Teori ini mementingkan aspek dinamis : sebab-sebab terjadinya proses psikis.
- Berdasarkan pengamatan bahwa individu seringkali tidak menyadari faktor-faktor yang menentukan emosi dan tingkah laku mereka.
- Konsep dasar Freud : Instink.
 - Instink * representasi psikologis dari kebutuhan ragawi, untuk memenuhi fisiologis.

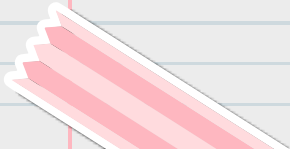
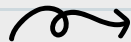
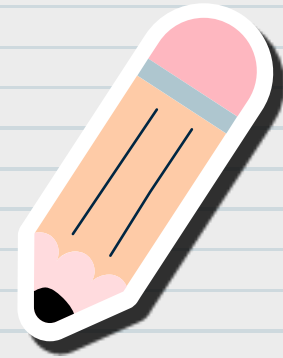




Metode Psikoanalisis



Pendekatan ini menyembuhkan klien dengan menggunakan teknik analisis mendalam yg bertujuan untuk menggali pengalaman masa lalu seseorang.



Dasar Teori Psikoanalisis

01

Dasar kepribadian seseorang diperoleh sejak masa kecil.

02

Kejadian masa kecil/masa lalu menjadi bagian dari ketidaksadaran.

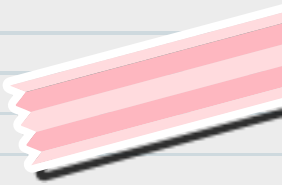
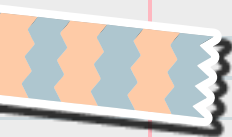
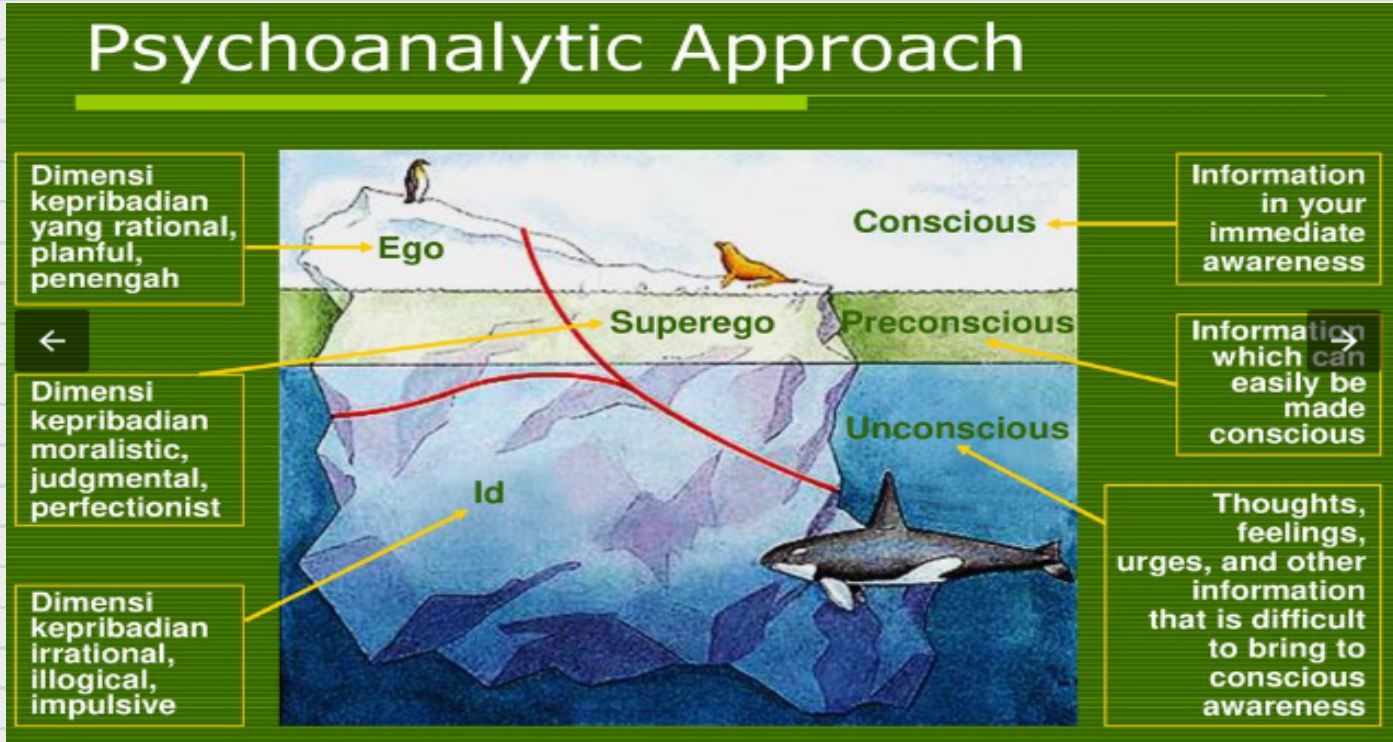
03

Gangguan jiwa terjadi akibat pertentangan antara id (dorongan insting) dan Super Ego (Dorongan untuk mengikuti norma masyarakat).

04

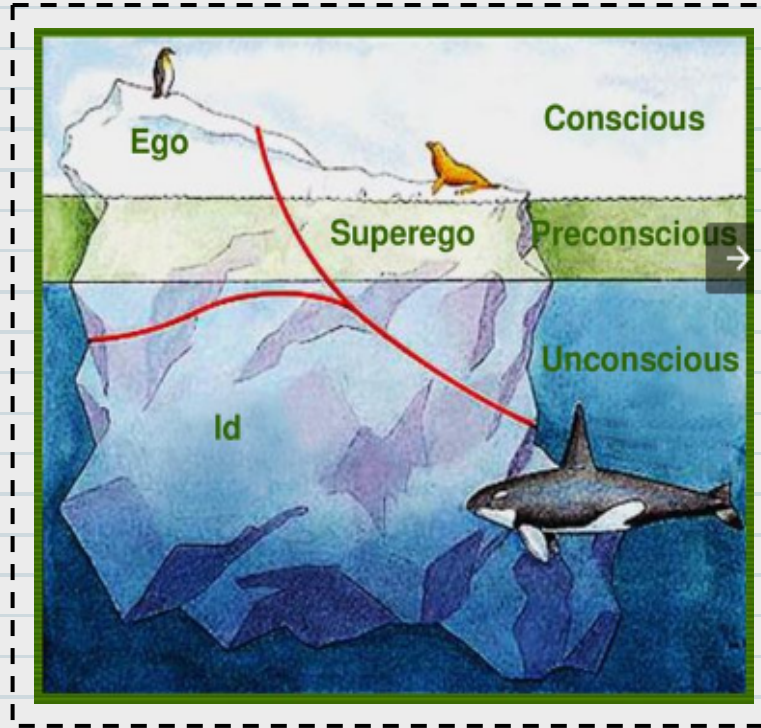
Pengalaman masa mendatang hanya pengulangan dari pengalaman masa lalu.

Psychoanalytic Approach



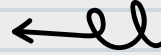
Psychoanalytic Approach

Preconscious :
"Segala sesuatu yang membutuhkan sedikit usaha untuk dibawa kedalam kesadaran".



Consciousness :
"Segala sesuatu yang kita sadar".

Unconscious :
"Segala sesuatu yang sukar sekali muncul ke dalam kesadaran".



↳ Divisions of the Mind °



- id (Das Es) : dibawa sejak lahir.
- Bekerja menurut prinsip kesenangan.
- memiliki 2 proses :
 - Tindakan refleks (otomatis).
Ex: mengejapkan mata.
 - Proses primer (penurunan ketegangan dgn cara membentuk khayalan ttg objek yg dapat menghilangkan ketegangan. Ex: ketika lapar kita akan membayangkan makanan.



- Super ego (Das Uber ich)
- Hasil interaksi dgn dunia sekitarnya.
- internalisasi nilai dan moral dari lingkungan sosial.

- Ego (Das ich)
- Paham antara realitas dan logika.
- Mediator antara id dan superego.
- berfungsi untuk menunda pemuasan sesuai situasi.

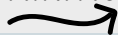


Karakteristik Instink

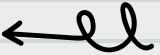


Konsep dasar : instink * representasi psikologis dari kebutuhan ragawi, untuk memenuhi kebutuhan fisiologis.

- Sumber : kondisi jasmani yg merasakan adanya kebutuhan.
- Tujuan : menghilangkan rangsangan atau tegangan yg dirasakan oleh Id dan Ego.
- Objek : segala sesuatu yg harus dilakukan untuk memenuhi kebutuhan/dapat meredakan ketegangan. Ex: benda, tindakan atau kondisi yg dapat memberikan kenikmatan atau kepuasan.



Penggolongan Instink



Freud membagi instink menjadi 2 kategori :

1. Life instink (Instink Hidup).
Ex: lapar, haus, sex.
2. Death instink (Instink Mati).
Ex: instink merusak atau dorongan agresif.



Kecemasan

• Tiga macam kecemasan :

1. Kecemasan Realitas

Takut bahaya dari luar yg bersifat nyata.

2. Kecemasan Neurotik

Ketakutan bila insting lepas dari kendali.

3. Kecemasan Moral

Kecemasan karena tekanan dari super ego/ego karena telah/melakukan tindakan yang melanggar moral.

• Kecemasan **berfungsi** : sebagai peringatan bagi individu agar mengetahui adanya bahaya yg sedang mengancam sehingga dapat mempersiapkan langkah-langkah.

Mekanisme Pertahanan Ego



- Kecemasan yg tinggi dapat mengganggu individu, maka ego menjalankan mekanisme pertahanan.
- EDM : Strategi yg digunakan individu untuk mencegah kemunculan terbuka dari dorongan-dorongan Id maupun utk menghadapi tekanan super ego dgn tujuan kecemasan dpt dikurangi.



Macam-macam EDM

1. Represi :

- ü Mekanisme paling utama
- ü Menekankan dorongan ke alam tak sadar, namun tetap beresiko krn dorongan bersifat aktif.
- ü Butuh energi utk menahan, bila tidak terkendali dpt menimbulkan tingkah laku neurotik, penyakit penyimpangan seksual.



↳ Lanjutan



2. Proyeksi

ü Pengalihan dorongan, sikap, tingkah laku yg menimbulkan kecemasan kepada orang lain.

3. Displacement

ü Pengungkapan dorongan yg menimbulkan kecemasan kepada objek/individu yg kurang berbahaya.
Ex: jengkel kepada pimpinan * Merusak perabot rumah.



4. Rasionalisasi

Upaya individu memutarbalikkan kenyataan dalam hal ini kenyataan yg mengancam ego melalui alasan yg seakan masuk akal sehingga tidak lagi mengancam ego. Ex: senang pada seorang gadis * ditolak (kecewa), lalu mengatakan * gadis itu tidak menarik.



Lanjutan

5. Reaksi Formasi

- ü Menggantikan dorongan yang ditekan dengan kebalikannya dalam kesadaran.
- ü Menyembunyikan motif dan perasaan. Ex: jengkel pada anak * ingin memukul, tetapi yang dilakukan * memeluk dengan erat.

6. Sublimasi

- ü Mengubah/menyesuaikan dorongan yang menjadi penyebab kecemasan ke dalam bentuk tingkah laku yang dapat diterima oleh masyarakat. Ex: emosi tinggi, perilaku agresif * menjadi petinju.

7. Regresi

- ü Individu kembali ketaraf perkembangan yg lebih rendah utk menghindari diri dari kenyataan.
- ü Biasanya terjadi pada anak-anak.

8. Fiksasi

- ü Terhenti pada suatu tahap perkembangan karena individu tidak siap menghadapi tahap perkembangan selanjutnya yg mengandung kecemasan. 😊
- ü Banyak terjadi pada remaja.

Lanjutan

9. Introyeksi

- ü Berusaha mengikuti sifat, tipe, gaya berpakaian orang yang disukai/dikagumi

10. Denial

- ü Paling sering dilakukan.
- ü Penyangkalan terhadap hal2 yang menyakitkan utk melindungi ego.

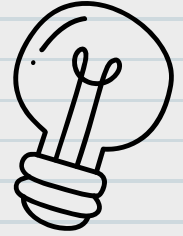
11. Fantasi

- ü Berkhayal tentang apa yang terjadi.
- ü Jika dilakukan dgn pengendalian yg baik, bisa menjadi strategi dalam menyelesaikan masalah.





Sifat umum EDM



Cara-cara irasional untuk menghadapi kecemasan: mengaburkan, menyembunyikan, menolak kenyataan, merintangi perkembangan rohaniah.

Dapat mengurangi efektivitas ego, bertahan = butuh energi, sehingga dapat mengurangi kepekaan dan penyesuaian diri.

Dalam keadaan ideal EDM akan dibuang dan digantikan dengan cara-cara yg realistis.





Hal penting :

Perkembangan Kepribadian



- Teori psikoanalisa tentang perkembangan kepribadian : Tahap-tahap perkembangan berkaitan dgn daerah pada bagian tubuh tertentu yg peka bisa mendatangkan kenikmatan bila dirangsang (oral, anal, phalik).



Tahap perkembangan :
oral * Anal * Phalik * Laten *
Genital



Perkembangan Kepribadian



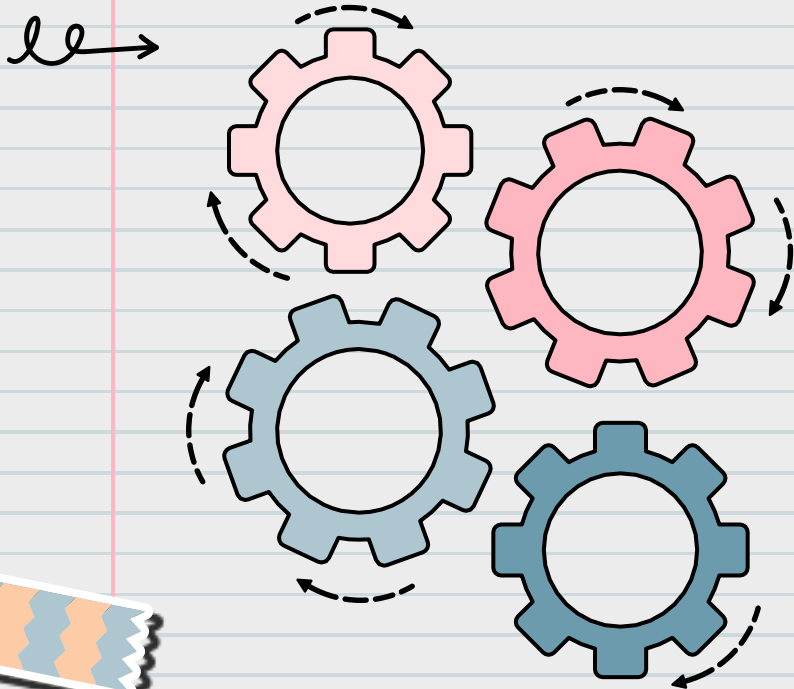
- q Tahap Oral (0-1 Tahun)
 - Bayi mendapatkan kepuasan melalui mulutnya (Menggigit, Menelan, Mengunyah).
 - Ex: rasa lapar * Rangsangan luar.
 - Menelan sesuatu * Kepuasan.
- q Tahap Anal (1- 2 atau 3 Tahun)
 - o Kepuasan * mengeluarkan kotoran dan kencing.
 - o mulai menerapkan toilet training.
 - o Pada tahap ini bayi mulai merasakan tekanan atau aturan dari luar dan belajar untuk menunda kenikmatan yg ingin ia peroleh.
 - o Pengaruh dalam pembiasaan akan kebersihan dapat mempunyai pengaruh pada sifat-sifat kepribadian (pengendalian diri).

Tahap Phalik (6-7 Tahun)

- Zona erotik adalah genital.
- Kenikmatan yang diperoleh * Perasaan seksual dan agresivitas yg berkaitan dgn berfungsinya organ-organ genital pd tubuhnya.
- Adanya perkembangan pada laki2 * Oedipus Complex.
- Adanya perkembangan Electra Complex pada anak perempuan. Ex: kecenderungan anak perempuan menyukai ayahnya.
- Kenikmatan dunia fantasi yg menyatakan aktivitas auto erotik bagi berkembangnya Oedipus Compleks.
- Oedipus Complex : Suatu kecenderungan anak laki2 menyukai ibunya sendiri dan merasa cemburu apabila ayahnya mendekati ibunya.



Perkembangan Kepribadian : Lanjutan...

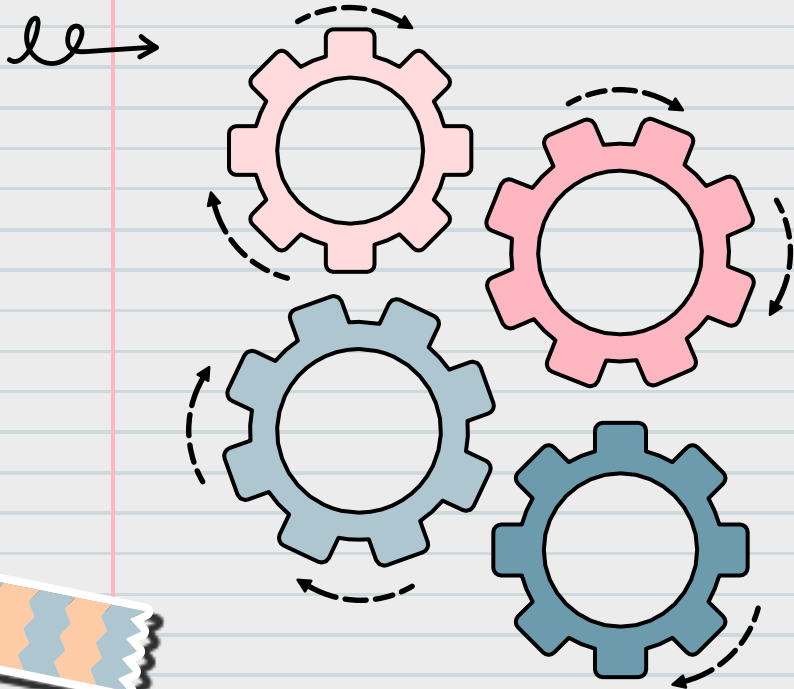


Tahap Laten (7-12 Tahun)

- Tahap ini freud yakin bahwa dorongan seksual yg telah tumbuh pd masa phalik akan ditekan/direpres sedemikian rupa demi kelancaran proses belajarnya.
- Tahap ini berlangsung hingga masa pubertas dimulai.
- Mulai tertarik pada hubungan atau interaksi sosial.
- Membangun hubungan dengan teman sebaya.



Perkembangan Kepribadian : Lanjutan...



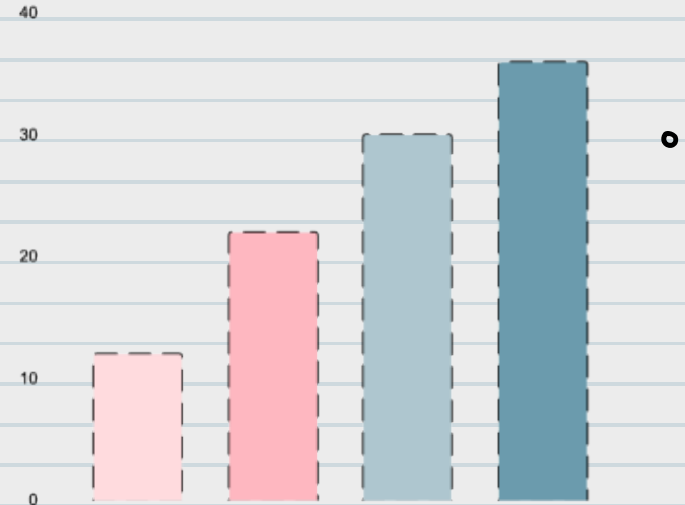
- Tahap Genital (> 12 Tahun keatas).
- * Mulai pada usia pubertas ketika dorongan seksual sangat terlihat jelas.
- * Mulai tertarik dgn hubungan atau interaksi lawan jenis (berpacaran).
- * Hasrat seksual yang di pendam akan muncul.



Bentuk Terapi ←

Asosiasi Bebas

- o Metode pertama yang menjadi terapi dan paling di gemari freud untuk mengatasi histeria* Hipnosa.
- o Hipnosa : pengalaman trauma bisa di ungkap dlm keadaan tidak sadar.
- o Berkembangnya waktu menggunakan metode katarsis atau pengobatan dgn berbicara (secara sadar). Klien diminta utk mengemukakan secara bebas hal apa saja yg terlintas dalam pikirannya saat itu. (menggali ingatan/pengalaman traumatik.

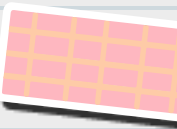


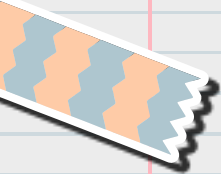
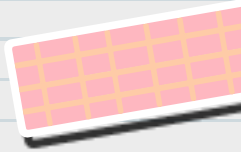


- Analisis Mimpi

- isi mimpi merupakan simbol dari keinginan/pengalaman yg direpres di alam tdk sadar. Mimpi sebagai jalan utama menuju alam tak sadar.

- Dari mimpi kita bisa mengetahui keinginan yg direpres si pemimpi.





Terima kasih



Carakteristika Personality

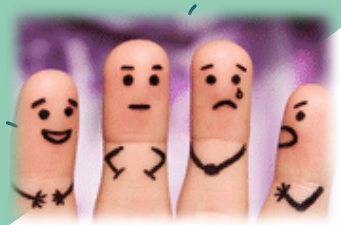
Dewi Novita Sari, M.Psi., Psikolog





Kepribadian

“Setiap orang memiliki respon berbeda ketika menghadapi suatu masalah. Hal ini membuat setiap individu unik. Karakteristik unik dan berbeda ini yang dinamakan “Kepribadian”.



Karakteristik Kepribadian



1. Kepribadian menggambarkan perbedaan individu.
 - sikap manusia dapat dianggap sebagai suatu kepribadian yang berbeda jika sifat tersebut menyebabkan ia berperilaku berbeda dengan orang lain.
2. Kepribadian menunjukkan konsistensi dan berlangsung lama.
 - karakteristik individu terbentuk sejak kecil sehingga sulit untuk dirubah ketika karakteristik ini telah melekat kuat (perilaku konsisten sepanjang waktu).
3. Kepribadian dapat berubah.
 - Kepribadian bersifat permanen dan konsisten, namun bukan berarti tidak bisa berubah. Situasi yang mengubah seseorang mengubah kepribadiannya.





Tempramen s atak/Karakter

Tempramen

- ▣ Dibawa sejak lahir
- ▣ Tempramen : bagaimana seseorang bereaksi terhadap dunia diluar dirinya
- ▣ Tidak dapat diubah, namun dapat dikelola dan diarahkan
- ▣ Apabila diarahkan dgn tepat dpt mengasah keterampilan interpersonal dan interaksi yg positif

Watak

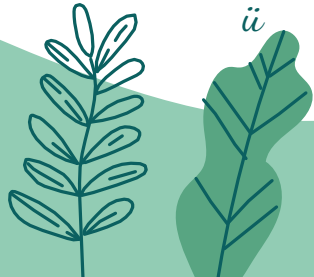
- ▣ Pikiran, perasaan dan perilaku pada diri individu yg dibentuk oleh kebiasaan
- ▣ Tumbuh seiring proses perkembangan namun dipengaruhi sosialisasi, pendidikan dan lingkungan
- ▣ Sifat dan perilaku yg ditumbuhkan misalnya kejujuran, integrasi dan empati

iri-iri Kepribadian

A. Kepribadian yang Sehat



- ü Mampu menilai sesuatu secara realistis.
- ü Mampu menilai prestasi yg diperoleh secara realistis.
 - ü Menerima tanggung jawab
 - ü Mandiri
 - ü Dapat mengontrol emosi.
 - ü Berorientasi tujuan
 - ü Bahagia



anjutan ...



. Kepribadian ang tidak Sehat

- ü Mudah marah
- ü Menunjukkan kecemasan
- ü Sering tertekan
- ü Kejam/suka mengganggu orang lain.
- ü Biasa berbohong.
- ü Hiperaktif.
- ü Otoritas.
- ü Senang mengkritik.
- ü Sulit tidur.
- ü Kurang memiliki rasa tanggung jawab.
- ü Sering mengalami pusing.
- ü Kurang bergairah.



Tipe Kepribadian Manusia

Tahukah anda?

Dalam psikologi, ada "4 tipe kepribadian manusia menurut Immanuel Kant



Melankolis

- Penuh pikiran
- Setia
- Tekun

Plegmatis

- Ramah -
- Sabar -
- Puas -



Sanguinis

- Spontan
- Lincah
- Periang

Koleris

- Suka Petualangan -
- Persuasif -
- Percaya Diri -



Anda
TERMASUK
yang
Mana



macam-macam kepribadian

follow @triyegawipandora.wordpress.com



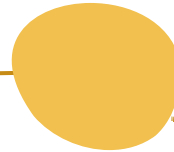
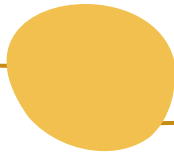


Kamu yang mana

MAKS

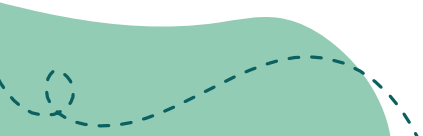


KS



SAS

PMATS



TP KPADA

- Kepribadian manusia terbentuk dari banyak sekali komponen (sifat).
- Setiap orang memiliki kepribadian yg susunan komponennya berbeda dgn orang lain, karena itu setiap orang memiliki kepribadian yg berbeda dgn orang lain.
- Untuk memudahkan kepribadian seseorang, maka dikelompokkan menjadi 4 jenis tipe kepribadian :
 - Sanguinis yang populer
 - Melankolis yang sempurna
 - Koleris yang kuat
 - Phlegmatis yang damai

lanjutan Tipe Kepribadian

- ▣ Individu **Sanguinis** (orang darah ringan):
bersifat spontan, lincah, periang, optimis, ekstrovert, tetapi suka pamer dan suka memerintah.
- ▣ Individu **Melankolis** (orang darah berat):
bersifat penuh pemikiran, setia, tekun, analitis, tetapi kdg pesimis dan introvert.
- ▣ Individu **Koleris** (orang darah panas) :
bersifat suka berpetualang, persuasif dan percaya diri, tetapi keras kepala dan kurang simpatik.
- ▣ Individu **Phlegmatis** (orang darah dingin) :
Bersifat ramah, sabar, puas, dan diplomatis, tetapi kurang bersemangat (santai), tidak mudah marah.

Penting Tipe Kepribadian individu



Setiap kepribadian memiliki kekuatan dan kelemahan.

Semua jenis kepribadian diperlukan dalam setiap sistem sosial/organisasi.

Kepribadian sebagai totalitas sifat-sifat yang dimiliki oleh seseorang tidak bisa disebut baik atau jelek.



Kekuatan dan kelemahan tipe-tipe kepribadian



Sanguinis

- Suka bicara
- Antusias dan ekspresif
- Ceria dan penuh rasa ingin tahu
- Mudah berubah (banyak kegiatan/keinginan)
- Senang berkumpul
- Umumnya hebat di permukaan
- Mudah berteman dan menyukai orang lain
- Senang dengan pujian dan ingin menjadi perhatian
- Menyenangkan dan dicemburui orang lain
- Mudah memaafkan dan tidak menyimpan dendam
- Mengambil inisiatif/menghindar dari hal-hal atau keadaan yang membosankan
- Menyukai hal-hal spontan.

Kekuatan



Sanguinis

- Suara dan tertawa yg keras
- Membesar-besarkan suatu hal/kejadian
- Susah utk diam
- Mudah ikut-ikutan atau dikendalikan oleh keadaan atau orang
- Sering minta persetujuan, termasuk hal-hal sepele
- Rentang konsentrasi pendek dan pelupa
- Dalam bekerja lebih suka bicara dan melupakan kewajiban
- Mudah berubah-ubah
- Susah datang tepat waktu
- Prioritas kegiatan kacau
- Mendominasi percakapan, suka menyela dan susah mendengarkan dgn tuntas
- Sering mengambil permasalahan orang lain, menjadi seolah-olah masalahnya
- Egois
- Sering beralih

Kelemahan



Sanguinis di “pekerjaan” :

- sukarelawan untuk tugas
- memikirkan kegiatan baru
- kreatif & inovatif
- Punya energi & antusiasme
- mengajak orang lain utk ikut serta
- Mempesona orang lain utk bekerja

Sanguinis “sebagai orangtua” :

- Membuat rumah menyenangkan
- Disukai teman anak-anak
- Mengubah bencana menjadi humor

Sanguinis “Sebagai Teman” :

- mudah berteman
- Mencintai teman
- Suka dipuji
- Tampak menyenangkan
- Dicemburui orang lain
- Bukan pendendam
- Suka kegiatan spontan

Sifat Khas Golongan “Sangunis” secara tempramen

- ▣ Suasana perasaannya selalu penuh harap, segala sesuatu pada suatu waktu dipandang penting, tetap sebentar kemudian tidak dipikirkannya lagi.
- ▣ Dgn senang menolong orang lain, tapi tidak bisa dijadikan sandaran.
- ▣ Dalam pergaulan peramah dan periang.
- ▣ Mudah bosan, tetapi utk bermain atau liburan tidak pernah mau berhenti.
- ▣ Terkadang berjanji jarang utk menepatinya.
- ▣ Masuk dalam tempramen “perasaan”.







Melankolis

- ü Analisis mendalam dan penuh pikiran
- ü Serius dan bertujuan, serta berorientasi pd jadwal
- ü Artistik, musikal dan kreatif
- ü Sensitif
- ü Mau mengorbankan diri
- ü Standar tinggi/perfeksionis
- ü Senang perincian, tekun, tertib dan serba teratur

Kekuatan



- ü Hemat
 - ü Melihat masalah & mencari solusi secara kreatif
 - ü Kalau sudah mulai dituntaskan
 - ü Berteman dgn hati2
 - ü Puas dibelakang layar, menghindari perhatian
 - ü Mau mendengarkan keluhan, setia dan mengabdikan
 - ü Sangat memperhatikan orang lain
- 
- 



Melankolis

- Cenderung melihat masalah dari sisi negatif (murung dan tertekan)
- Mengingat yg negatif dan pendendam
- Mudah merasa bersalah
- Lebih menekankan pada cara daripada tercapainya tujuan
- Tertekan pada situasi berubah-ubah
- Melewatkan banyak waktu utk menganalisa dan merencanakan

Kelemahan

- Standar yg terlalu tinggi
 - Sulit bersosialisasi (cenderung pilih2)
 - Tukang kritis, tetapi sensitif terhadap kritik/ yg menentang dirinya
 - Sulit mengungkapkan perasaan
 - Rasa curiga
 - Memerlukan persetujuan
- 
- 

Melankolis “**sebagai orangtua**” :

- ü Menerapkan standar tinggi
- ü Ingin segalanya dilakukan dengan benar
- ü Menjaga rumah selalu rapi
- ü Merapikan barang anak-anak
- ü Mengorbankan keinginan sendiri utk yg lain
- ü Mendorong inteligensi dan bakat.

Melankolis “**dipekerjaan**” :

- ü Berorientasi jadwal
- ü Perfeksionis, standar tinggi
- ü Sadar perincian
- ü Gigih dan cermat
- ü Tertib dan terorganisasi
- ü Teratur dan rapi
- ü Ekonomis
- ü Menyelesaikan apa yg sudah dimulai
- ü Suka diagram, grafik, bagan, daftar

Melankolis “**sebagai teman**” :

- ü Hati-hati dalam berteman
- ü Menghindari perhatian
- ü Setia dan berbakti
- ü Mau mendengarkan keluhan
- ü Bisa memecahkan masalah orang lain
- ü Sangat memperhatikan org lain
- ü Gampang terharu
- ü Mencari teman hidup ideal



Sifat Khas olongan “Melankolis” seara tempramen

- ▣ Semua hal yg berkaitan dgn dirinya dipandang penting dan selau disertai dgn prasangka atau kebimbangan.
- ▣ Perhatian selalu tertuju pada kesukaran-kesukaran.
- ▣ Tidak mudah membuat janji, karena dia berusaha akan selalu menepatinya; hal ini dilakukan tidak atas dasar pertimbangan moral melainkan karena mengganggu jiwanya ketika itu tidak ditepati. Hal ini juga menyebabkan dia kurang percaya dan tidak mudah menerima keramahan orang lain.
- ▣ Suasana perasaan umumnya juga bertentang dgn suasana perasaan sanguinis, sehingga terkadang kurang dapat melihat kesenangan orang lain.
- ▣ Masuk dalam tempramen “perasaan”.

Koleris



- ü Senang memimpin, membuat keputusan, dinamis dan aktif
- ü Sangat memerlukan perubahan dan harus mengoreksi kesalahan
- ü Berkemauan keras dan pasti utk mencapai sasaran/target
- ü Bebas dan mandiri
- ü Berani menghadapi tantangan dan masalah
- ü Optimis

Kekuatan


- ü Punya visi ke depan
- ü Unggul dalam keadaan darurat
- ü Mencari pemecahan praktis dan bergerak cepat
- ü Membuat dan menentukan tujuan
- ü Terdorong oleh tantangan
- ü Tidak begitu perlu teman
- ü Mau memimpin dan mengorganisasi

Koleris



Kelemahan

- ü Tidak sabaran dan cepat marah
- ü Senang memerintah
- ü Terlalu semangat/susah utk santai
- ü Tidak simpatik
- ü Terlalu kaku dan kuat
- ü Tidak suka yg sepele atau bertele-tele
- ü Sering membuat keputusan tergesa-gesa

- ü Memanipulasi dan menuntut oranglain, cenderung memeralat orang lain
 - ü Menghalalkan segala cara demi tercapainya tujuan
 - ü Workaholic
 - ü Sulit mengakui kesalahan dan meminta maaf
 - ü Tidak populer
- 

Koleris “di pekerjaan” :

- Berorientasi target
- Melihat seluruh gambaran
- Terorganisasi dgn baik
- Mencari pemecahan praktis
- Bergerak cepat utk bertindak
- Mendelegasikan pekerjaan
- Menekankan pada hasil
- Membuat target
- Merangsang kegiatan
- Berkembang karena saingan

Koleris “sebagai orangtua:

- memberikan kepemimpinan yg kuat
- Menetapkan tujuan
- Memotivasi
- Mengorganisasikan rumah tangga

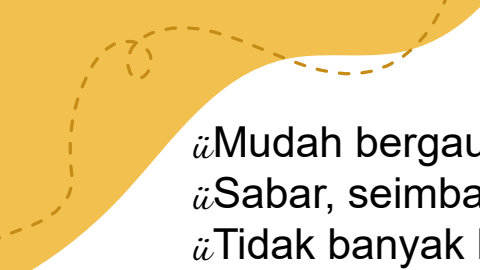

Koleris “sebagai teman” :

- Tidak terlalu perlu teman
- Lebih suka bekerja sendiri
- Unggul dalam keadaan darurat
- Menyukai percakapan mendalam



Sifat Khas olongan “Koleris” seara tempramen

- Lekas terbakar tetapi juga lekas padam atau tenang, tanpa membenci.
 - Tindakan cepat tapi tidak konstan.
- Selalu sibuk tetapi dalam kesibukannya itu dia lebih suka memerintah daripada mengerjakan sendiri.
- Nafsunya ialah mengejar kehormatan, suka sibuk dimata orang banyak dan suka dipuji secara terang-terangan.
 - Suka pada sikap semu dan formal
- Suka bermurah hati utk melindungi, tetapi ini dilakukan bukan karena dia sayang kepada orang lain melainkan kaena sayang kepada dirinya sendiri (karena akan mendapatkan penghargaan).
- Dalam berpakaian selalu cermat dan rai, agar terlihat lebih pintar dr pada sebenarnya.
 - Masuk dalam tempramen **kegiatan**.

- 
- 
- Mudah bergaul, santai, tenang dan teguh
 - Sabar, seimbang dan pendengar yg baik
 - Tidak banyak bicara dan bijaksana
 - Simpatik dan baik hati (sering menyembunyikan emosi)
 - Kuat dibidang administrasi
 - Penengah masalah yg baik
 - Berusaha menemukan cara termudah

- Baik dibawah tekanan
- Menyenangkan dan tidak mudah tersinggung
- Rasa humor yg tajam
- Senang melihat dan mengawasi
- Berbelaskasih dan peduli
- Mudah diajak rukun dan damai

Kekuatan



Phlegmatis



Kelemahan

- Kurang antusias, terutama terhadap perubahan/kegiatan baru
- Takut dan khawatir
- Menghindari konflik dan tanggung jawab
- Keras kepala, sulit berkompromi (merasa benar)
- Terlalu pemalu dan pendiam

- Humor kering dan mengejek
- Kurang berorientasi pada tujuan
- Sulit bergerak dan kurang memotivasi diri
- Lebih suka sebagai penonton daripada terlibat
- Tidak senang didesak-desak
- Menunda-nunda / menggantung masalah

Phlegmatis

Plegmatis “sebagai orang tua” :

- üMenjadi orangtua yg baik
- üMenyediakan waktu bagi anak-anak
 - üTidak tergesa-gesa
- üBisa mengambil hikmah setiap kejadian buruk
 - üTidak mudah marah

Plegmatis “di pekerjaan” :


- üCakap dan mantap
- üDamai dan mudah sepakai
- üPunya kemampuan administratif
 - üMenjadi penengah masalah
 - üMenghindari konflik
 - üBaik di bawah tekanan

Plegmatis “sebagai teman” :

- üMudah diajak bergaul
 - üMenyenangkan
- üTidak suka tersinggung
 - üPendengar yg baik
 - üSelera humor tinggi
- üPunya banyak teman
- üPunya belas kasih dan perhatian



Sifat Khas olongan “Phlegmatis” seara tempramen

- ▣ Lambat dalam bergerak, tetapi jika sudah bergerak maka akan tahan lama.
 - ▣ Tidak mudah marah
 - ▣ Cocok utk tugas ilmiah
 - ▣ Bukan pemalas, hanya saja butuh waktu lama utk memulai
 - ▣ Terkadang tidak peka
 - ▣ Tidak iri dengan orang lain
 - ▣ Masuk dalam tempramen “kegiatan”.
- 

Alat Tes Kepribadian

- **Kuder**: mengungkap minat individu pada area kerja yg diurutkan dari yg paling disukai hingga paling tidak disukai
- **MBTI (Myers-Briggs Type Indicators)**
- **TAT (Thematic Apperception Test)** untuk memproyeksikan hal-hal yg tidak bisa dilihat melalui alat tes yg lebih terstruktur. Klien akan diminta utk mendeskripsikan pikiran dan perasaan karakter yg ada di dalam gambar.
- **Rorschach**: awalnya utk pasien skizofrenia (meginterpretasikan apa yg mereka lihat dgn cara yg berbeda), ada tidaknya kelainan mental.
- **Warteg**: klien diminta utk melanjutkan stimulus gambar yg sudah tersedia.
- **WAIS / WISC**



“agaimana memahami orang lain,
dengan memahami diri kita sendiri”.

lorene ittauer

Terima Kasih 🙏



Tugas ndividu

Mengidentifikasi tipe kepribadian diri sendiri.

Dikumpulkan pada :
Hari Minggu, 27 Oktober 2024
Melalui link gdrive



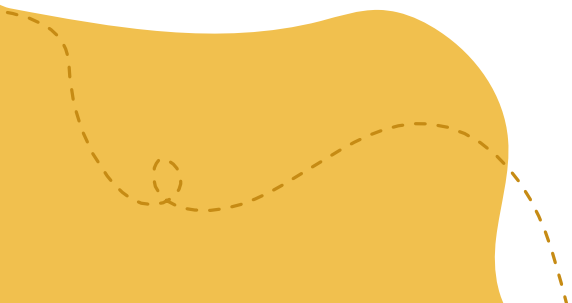
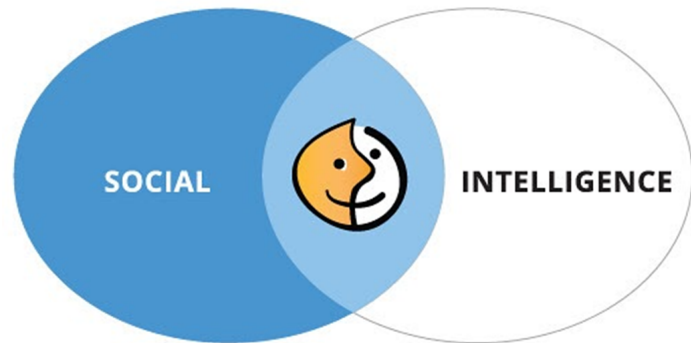


Pengembangan Kepribadian ::
Kecerdasan Social
&
Adversity Quotient :
Sukses Menghadapi Tantangan

Dewi Novita Sari, M.Psi., Psikolog



Kecerdasan Sosial



Definisi Sosial ntelligene

Diartikan sebagai kemampuan dan keterampilan seseorang dalam menciptakan relasi, membangun relasi dan mempertahankan relasi sosialnya sehingga kedua belah pihak berada dalam situasi saling menguntungkan.

Definisi menurut Para ahli :



Menurut Buzan :

ukuran kemampuan diri seseorang dalam pergaulan di masyarakat dan kemampuan berinteraksi social dgn orang-orang di sekitar dan disekelilingnya.

Stephen Jay Could :

kemampuan untuk memahami dan mengelola hubungan manusia.



Komponen dan Indikator Social Intelligence



S nternal :

- ü Keinginan untuk bersosial dari dalam diri.
- ü Menjalin hubungan yg baik dgn orang lain.
- ü Mengorbankan kepentingan diri demi orang lain.



S ksternal :

- ü Adanya pengaruh untuk bersosialisasi.
- ü Menyelesaikan permasalahan dalam berinteraksi social.
- ü Bersosial karena adanya factor yang lain (supaya mendapat sanjungan dan pujian dari orang lain).



Adversity Quotient :
**Sukses Menghadapi
Tantangan**

AQ



Apa itu A

- AQ : suatu prinsip dasar untuk sukses. Kemampuan untuk bertahan ditengah halangan dan rintangan.
- Melihat sebuah pencapaian cita-cita seperti seorang pendaki yang berjalan menempuh puncak kesuksesan.



PTA A



AQ menunjukkan seberapa baik individu dapat bertahan menghadapi kesulitan dan mengatasi kesulitan tersebut.



AQ merupakan alat ukur yg dapat memprediksi siapa yg mampu mengatasi kesulitan dan siapa yang akan jatuh.



Climbers



Campers



Quitters

TP MASA MT A



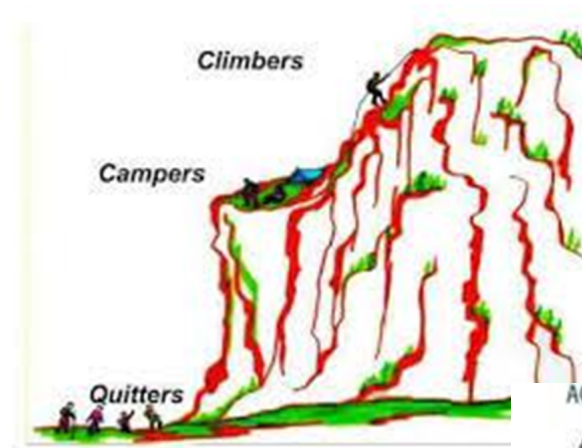
The uitter



The amper



The limber



The quitter

- Individu yg menghentikan, mengabaikan dan meninggalkan yg ditawarkan oleh kehidupan.
- Individu memilih jalan yg datar dan relative mudah.
- Individu sewaktu-waktu menoleh ke atas, kedepan, dan mengatakan “**seandainya dulu aku.....**”
- Individu sering sinis, murung, frustrasi dan apatis atau pasrah.

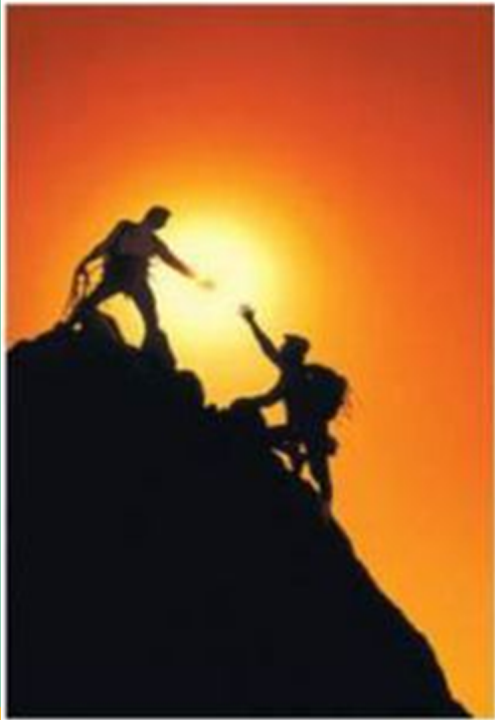


TAMP

- q Individu adalah orang-orang yg pada waktu mendaki kehidupan merasa bosan, lelah dan mencari tempat yg datar utk beristirahat.
- q Individu mendaki cukup tinggi dan telah mengeluarkan energy untuk mengatasi hambatan-hambatan dalam pencapaian prestasinya.
- q Individu menunjukkan semangat berprestasi, inisiatif, dan beberapa usaha yg membuat mereka merasa lebih aman.
- q Individu tidak akan mengambil resiko utk dipecat.
- q Individu menjadi merasa terancam oleh sejumlah orang yg melakukan prestasi.



Camper



Climbers

The limber

Individu yg menjalani hidupnya secara lengkap. Merasa yakin bahwa sukses ini tidak ada akhirnya. Kadang juga merasa bosan, lelah, sakit hati/ragu-ragu, sehingga merasa perlu “jeda” utk memulihkan kondisinya tetapi buka utk berhenti.

Individu tidak berhenti pada gelar atau jabatan saja, tetapi mereka terus mencari cara utk berkontribusi bagi orang lain dan mengembangkan pada nilai-nilai yg lbh tinggi (ibadah).



Mengembangkan A

1. Tekadkan dan komitmen terhadap suatu tujuan/sasaran/kesuksesan.
2. Hadapi rintangan, jangan menghindar.
3. Jadilah pro-aktif mengendalikan rintangan dgn LEAD, yaitu:
 - L**istened
 - E**xplore
 - A**nalyze
 - D**o
4. Bila sudah mentok, istirahatlah dan asah kembali kemampuan.





“Kamu pasti tau apa yang harus kamu perjuangkan utk dirimu, tetaplah jadi bagian yg tumbuh lebih baik setiap hari dan berterima kasih kepada diri sendiri sudah bertanggung jawab terhadap pilihanmu dengan baik”



Terima kasih





Pengembangan Kepribadian : Kecerdasan Emosi & *Kecerdasan Spiritual*

Dewi Novita Sari., P.Si, M.Psi., Psikolog





"KECERDASAN EMOSI"



PENGANTAR

IQ

Kemampuan intelektual, analisa, logika dan rasio.

EQ

Kemampuan mendengar suara hati sebagai sumber informasi.
(hubungan manusia dgn manusia lain).

SQ

Kemampuan memberi makna puncak spiritual.
(hubungan manusia dgn Tuhan nya).



PERBEDAAN IQ DAN EQ



IQ

IQ Relatif Permanen.
Logika dan analisis.
Fungsinya sebagai pemecahan masalah.
IQ bersifat genetic dioptimalkan oleh lingkungan.



EQ

Pengembangan EQ usaha seumur hidup.
Titik berat pada emosi dan biologi.
Fungsinya mengatasi masalah emosional dan social
(pengendalian marah, motivasi, mempertahankan relasi).
EQ dipengaruhi oleh pola asuh orgtua & lingkungan.





01.

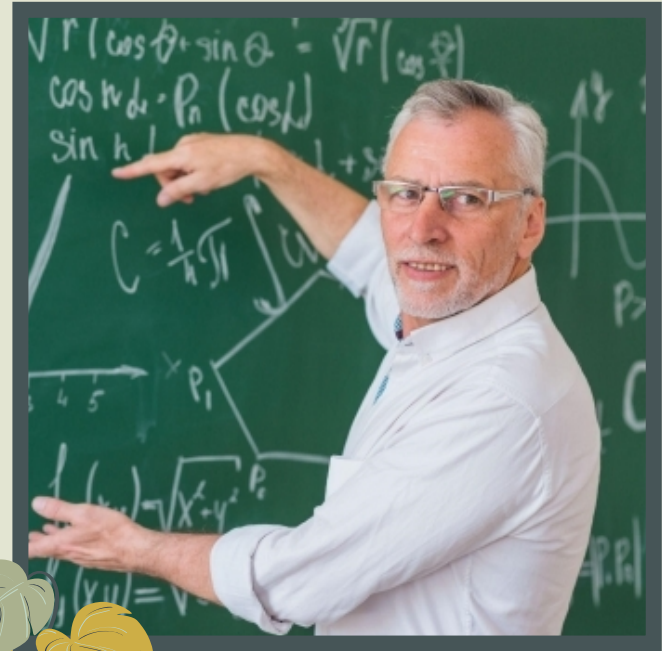
EQ

Kemampuan mengenali dan mengelola perasaan sendiri dan orang lain serta menggunakan perasaan-perasaan itu utk memadukan pikiran dan tindakan.



Pria ber IQ Tinggi :

1. Penuh ambisi dan produktif.
2. Tekun.
3. Cenderung bersikap kritis dan meremehkan.
4. Pilih-pilih
5. Kurang ekspresif.
6. Terkesan menjaga jarak.
7. Secara emosional membosankan dan dingin.



Wanita ber IQ Tinggi



1. Mempunyai keyakinan intelektual yg tinggi.
2. Cenderung menjaga diri.
3. Mudah cemas.
4. Gelisah.
5. Mudah merasa bersalah.
6. Ragu-ragu dalam mengungkapkan kemarahannya secara terbuka.





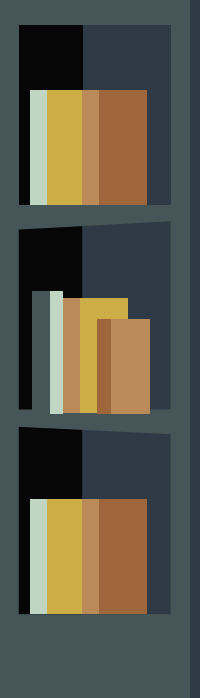
Pria ber EQ Tinggi

1. Secara social mantap.
2. Mudah bergaul.
3. Tidak mudah gelisah & takut.
4. Bertanggung jawab.
5. Humoris.
6. Bermoral.
7. Simpati dan hangat dlm hubungan.
8. Kehidupan emosionalnya stabil.
9. Nyaman dgn dirinya dan orang lain.



Wanita ber EQ Tinggi

1. Tegas dan berani mengungkapkan perasaannya secara langsung dan wajar.
2. Berpikir positif, mudah bergaul dan ramah.
3. Mudah menerima orang baru.
4. Nyaman dgn dirinya, ceria, terbuka thp pengalamannya dan spontan.



5 hal Ranah EQ



Intra Personal

- o Inner Self (diri terdalam)
 - Seberapa puas thp diri sendiri dan prestasinya dalam hidup.
 - Sukses dalam ranah ini berarti bisa hidup, bekerja
 - mandiri dan memiliki rasa percaya diri.



Inter Personal

- * Empati
- * Tanggung jawab
- * Hubungan antar pribadi



Penyesuain Diri

- * Pemecahan masalah
- * Sikap fleksible

Pengendalian Stress

- * Ketahanan menghadapi stress
- * Pengendalian impuls (dorongan, stimulus).

Suasana Hati

- * Optimis, bersikap positif & realistis.
- * Mensyukuri kehidupan
- * Menyuki diri sendiri dan orang lain.

Komponen Pembentuk EQ



Peranan Kecerdasan Emosi

- * EQ berkaitan langsung dgn integritas & keunggulan pribadi seorang pemimpin yang harus dikembangkan sejak dini dlm lingkungan keluarga, sekolah, dan tempat kerja secara menyeluruh dan berkesinambungan.
- * Integritas kepemimpinan dlm membangun “civil society”.

Pribadi yg unggul :

- kemampuan melihat trend
- kemampuan melakukan inovasi perilaku
- kemampuan memupuk keunggulan pd tingkat perorangan, kelompok, organisasi.



Dampak Kepribadian Terhadap EQ

Gaya belajar pribadi (Learning Style) .

Aplikasi gaya belajar dan EQ

- Paradigma pribadi (pandangan)
- Pengkondisian pribadi (pengharapan , visi , lingkungan)
- Kepemimpinan diri (kendali , misi , norma , perilaku)
- Pengelolaan diri (karakter)





Strategi EQ dalam Lingkup Tugas



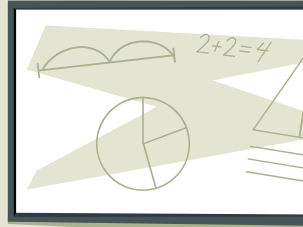
* Rahasia PMHTM
(Pikiran, Mata, Hidung, Telinga,
Mulut)

* Keterampilan EQ demi
keberhasilan di tempat kerja.





Rahasia PMHTM : Kerjasama Panca indera dan Mental



Pikiran

Apa yang kita pikirkan tentang diri kita dapat meningkatkan atau mengurangi potensi kita.

Mata

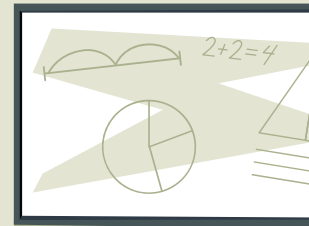
Dapat memberikan kejelasan dan focus pada suatu situasi.

Hidung

Merasakan kebaikan dan keburukan indra penciuman kita, sering tidak kita perhitungkan.



Rahasia PMHTM : Kerjasama Panca indera dan Mental



Telinga

Memungkinkan kita mendengar, namun benarkah kita mendengarkannya ?

Mulut

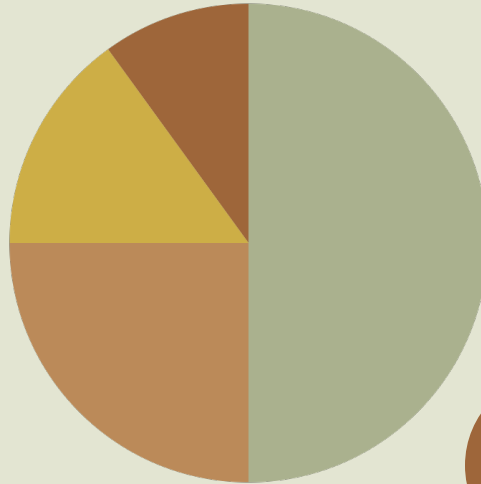
Apa yang diucapkan dapat menentukan kita benar atau salah.



Keterampilan EQ: demi keberhasilan di Tempat Kerja

Menunda
Kepuasan

Disiplin Diri



Latihan
Komunikasi

Mendengarkan
sebagai Jantung
komunikasi

Follow the link in the graph to modify its data and then paste the new one here. [For more info, click here](#)

Contoh Organisasi Yang Tidak Memiliki EQ :



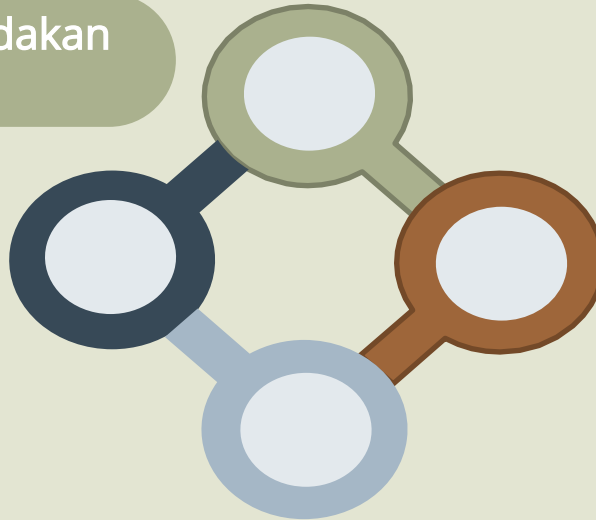
- ü Mitra kerja tdk bekerjasama saling membantu.
- ü Manajer mengumbar amarahnya.
- ü Tidak mengakui kerja keras hanya mengkritik kesalahan.
- ü Tertekan dan bosan.
- ü Pegawai saling merendahkan usaha masing-masing.



Hambatan Dalam Membangun EQ

Perasaan dan tindakan tidak sehat

Tidak membiarkan sesuatu berlalu.



Kerangka berpikir yang kadang menghancurkan hubungan.

Rasa tidak aman dan terancam.

“KECERDASAN SPRITUAL”



Spiritual Quotient (SQ)

- Kecerdasan yg menyangkut moral yg mampu memberikan pemahaman yg menyatu utk membedakan sesuatu yg benar dgn yg salah
- SQ menjadikan manusia yg utuh secara intelektual, emosional dan spiritual.
- SQ mengintegrasikan semua kecerdasan.
- SQ memungkinkan menemukan cara pengungkapan melalui agama formal, walaupun beragama tidak menjamin SQ tinggi.
- Hakekat : kecerdasan utk menghadapi dan memecahkan masalah. Jika SQ berkembang dgn baik dpt menjadikan seseorang memiliki “makna” dlm hidupnya.
- Kesimpulan : kecerdasan jiwa dlm memaknai hidup yg dpt membantu seseorang dpt membangun dirinya utk tumbuh, berkembang dan seimbang.

Dimensi Kompetensi Spiritual :

- Bersumber dgn nilai-nilai spiritual keagamaan dan kepercayaan dlm kaitannya dgn pengabdianya kepa Tuhan Yang Maha Esa.
- Membentuk sikap mental bahwa bekerja adalah bagian dari amal ibadah kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- Aplikasinya di pekerjaan tercermin dlm bentuk disiplin, dedikasi, integritas, loyalitas, etos kerja dan motivasi kerja.
- Kompetensi spiritual sebagai kemampuan dlm membaca dan melaksanakan perintah Tuhan.





*ketika kamu
mengerjakan/menyelesaikan
sesuatu anggap lah itu sebagai
karya indah yg telah kamu
hasilkan, jangan lupa memberi
ucapan selamat kepada diri
sendiri.*

TERIMA KASIH

