


# MODUL BIMBINGAN KLASIKAL UNTUK MENINGKATKAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING



- Self - Accepted
- Positive Relations with Others
- Autonomy
- Environmental Mastery
- Purpose in Life
- Personal Growth

BIMBINGAN & KONSELING  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR



# Topic 3

---

## economy

## TUJUAN PEMBELAJARAN

- Peserta didik mampu memahami konsep dari Otonomi dalam Psychological Well Being
- Peserta Didik mampu memahami hal yang harus dilakukan untuk menjadi pribadi yang otonomi

## CAPAIAN PEMBELAJARAN

- Peserta Didik memahami konsep dari Otonomi dalam Psychological Well Being
- Peserta Didik memahami hal yang harus dilakukan untuk menjadi pribadi yang Otonomi

## POKOK BAHASAN

- Mandiri
- Percaya Diri

## PEMBAHASAN

Menurut Lopez (Yuliani & Irma, 2018) Otonomi mengacu pada individu yang memiliki keyakinan tentang dirinya dan mampu hidup mandiri. Sedangkan menurut Prameswari & Muhid (2022) Pribadi yang otonomi adalah Individu yang dapat menguasai tekanan sosial yang terjadi dihidupnya dengan bertindak dan berpendirian sesuai dengan kepercayaan dan mengevaluasi berdasarkan standar pribadi.

### 1. Mandiri

Menurut Hurlock (Suryanti & Utami, 2021) Kemandirian adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan dirinya sendiri dan tidak bergantung pada orang lain. Orang yang mandiri pasti akan melakukan atau mengerjakan sesuatu dengan kemampuannya sendiri serta tidak bergantung pada orang lain.

Beberapa hal yang mempengaruhi kemandirian seseorang diantaranya adalah pengaruh lingkungan, pendidikan di sekolah dan keluarga, pergaulan sosial dan



pengaruh diri sendiri. Karakteristik pribadi yang mandiri adalah sebagai berikut:

- Memiliki sifat mental yang baik
- Berani dan mampu menyelesaikan persoalan yang dihadapi
- Bertanggung jawab terhadap konsekuensi dari perilakunya
- Berinisiatif dan inovatif
- Memiliki jiwa percaya diri untuk membangun kemajuan diri sendiri.

Beberapa alasan pentingnya individu memiliki kemandirian antara lain:

- Berani Bertindak
- Berani Bertanggung Jawab
- Menumbuhkan Kepercayaan Diri
- Meningkatkan Kreativitas dan Inovasi

## 2. Percaya Diri

Rasa percaya diri (self confidence) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Kepercayaan diri adalah suatu sikap dan keyakinan pada diri sendiri akan kemampuan yang dimilikinya dan muncul karena adanya sikap positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak perlu ragu-ragu dan merasa minder dalam mengambil keputusan dan tidak terpengaruh oleh orang lain (Rais, 2022).

Menurut Nurika & Asyanti (Rais, 2022) ciri-ciri remaja yang percaya diri yaitu:

- Percaya pada kemampuan sendiri
- Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan
- Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri
- Berani mengungkapkan pendapat.

Remaja yang memiliki sifat percaya diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan teman-temannya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir

postif dalam pengambilan keputusan, sebaliknya remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk berkomunikasi, berpendapat, dan akan merasa bahwa dirinya tidak dapat menyaingi remaja yang lain

