

Ellaine Juvina

Portfolio Asesmen II-2100 KIPP

18224071 Ellaine Juvina

2025-10-18

Table of contents

1 Ellaine Juvina	4
2 Peta Diri (The Blueprint)	5
2.1 Siapa Ellaine Juvina?	5
2.1.1 Latar Belakang Utama	5
2.2 Prinsip Kunci (Sang Assessor)	5
2.3 Etos Kerja dan Komunikasi	6
2.4 Visi ke Depan	6
3 Kisah yang Membentuk Diri Anda: Mengenal Kekuatan Identitas Naratif	8
3.0.1 1. Tiga Lapisan Diri Anda: Di Mana Cerita Hidup Anda Berada?	8
3.0.2 2. Pola-Pola Kisah Kehidupan: Apa yang Membuat Sebuah Cerita Bermanfaat?	9
3.0.3 3. Seni Memberi Makna: Kekuatan Super Anda dalam Bernalar	10
3.0.4 4. Mulai Menulis Ulang Kisah Anda: Dua Langkah Praktis . .	11
3.0.5 5. Kesimpulan: Kisah Anda Adalah Perjalanan yang Terus Berlanjut	12
4 My Songs for You	13
5 My Stories for You	14
6 My Shapes	15
7 My Personal Reviews	16
8 My Concepts	17
9 My Opinions	18
10 My Innovations	19
11 My Knowledge	20
12 My Professional Reviews	21
13 Summary	22

1 Ellaine Juvina

Portfolio Asesmen dan Jejak Diri

2 Peta Diri (The Blueprint)

Aucloire hadir sebagai pemandu Anda untuk memahami narasi, etos kerja, dan visi dari individu di balik platform ini: **Ellaine Juvina**. Tugas Aucloire adalah menyajikan Ellaine dari sudut pandang yang jernih, menekankan pada prinsip yang ia bawa saat berinteraksi, berproses, dan memimpin.

2.1 Siapa Ellaine Juvina?

[cite_start]Ellaine adalah seorang mahasiswi **Sistem dan Teknologi Informasi (S-1) semester 3 di Institut Teknologi Bandung (STEI-K) angkatan 2024**[cite: 488, 493]. Dalam dunia yang didominasi data, ia menemukan minat utama pada **Data Engineering** dan **Project Management**, melihatnya sebagai kombinasi ideal antara logika teknis dan aplikasi strategis di dunia nyata. [cite_start]Ia juga merupakan alumni **SMAS Methodist-2 Medan**[cite: 489].

2.1.1 Latar Belakang Utama

Kategori	Detail
Pendidikan	[cite_start]S-1 Sistem dan Teknologi Informasi, ITB [cite: 488]
Bidang Minat	[cite_start]Data Engineering, Project Management [cite: 438]
Keunggulan DISC	[cite_start]Assessor (Mampu menyeimbangkan People & Detail Orientation) [cite: 383, 384]

2.2 Prinsip Kunci (Sang Assessor)

[cite_start]Ellaine mendefinisikan diri melalui prinsip yang didasarkan pada kemampuan langka untuk menyeimbangkan orientasi terhadap orang dan detail, yang dikenal sebagai gaya DISC **Assessor**[cite: 383, 399].

Tiga prinsip yang menggerakkan dirinya adalah:

- [cite_start]**Pragmatis:** Ellaine berorientasi pada hasil (**outcome-driven**)[cite: 390]. [cite_start]Ia mencari solusi yang paling efisien, fokus pada **bottom-line results** [cite: 97][cite_start], dan skeptis terhadap ide-ide yang ia anggap tidak praktis atau hanya berdasarkan teori tanpa hasil nyata[cite: 90, 395].
- [cite_start]**The Bridge:** Sebagai seorang *Assessor*, Ellaine secara alami menjadi **embatan komunikasi**[cite: 422]. [cite_start]Ia unggul dalam **menjelaskan strategi** dan mengomunikasikan visi dengan menciptakan “gambar mental” bagi audiensnya[cite: 52, 401].
- [cite_start]**Ambisius Progresif:** Ellaine memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai otoritas dan pengakuan (**Power & Economic**)[cite: 389]. [cite_start]Ia adalah individu yang kompetitif, ingin **melampaui orang lain dalam penghargaan** [cite: 98, 100][cite_start], serta menghargai kebebasan dan otonomi (**Individualistic**)[cite: 392, 393].

2.3 Etos Kerja dan Komunikasi

[cite_start]Dalam setiap kegiatan kepemimpinan, seperti mengarahkan proyek **Jatrix** atau mengelola database di **IEEE ITB Student**[cite: 452, 447], Ellaine mempraktikkan proses yang terstruktur.

- [cite_start]**Menghargai Struktur:** Ia menyukai ketertiban, struktur, dan aturan yang jelas (**Regulatory**)[cite: 394]. [cite_start]Ia adalah pemikir *black-and-white* yang berusaha bekerja dalam batas-batas yang ditetapkan[cite: 137, 134].
- **Kejelasan Komunikasi:** Saat berinteraksi, ia berusaha memandang situasi dari sudut pandang orang lain, mengajukan klarifikasi, dan tidak terburu-buru menyimpulkan [dilihat dari contoh teks Muhammad Rafi Dhiyaulhaq].
- [cite_start]**Kepemimpinan yang Mengarah:** Assertivitasnya digunakan untuk menjaga proyek tetap pada jalurnya, namun ia perlu memastikan kritik yang disampaikan dilembutkan dengan solusi untuk menghindari friksi dalam tim[cite: 423].

2.4 Visi ke Depan

Tujuan utama *website* ini, selaras dengan kompetensi *Assessor* Ellaine, adalah **Menciptakan Bridge** antara Kemampuan Teknis Data dan Kepemimpinan Proyek untuk Menarik Peluang Kolaborasi Strategis.

[cite_start]Ellaine berada di titik *sweet spot* dalam memimpin inisiatif kompleks di mana **keterlibatan manusia dan standar kualitas yang tinggi diperlukan**[cite: 434]. [cite_start]Audience akan memandu Anda dalam menelusuri portofolio teknis dan organisasional Ellaine

Jovina, yang merupakan bukti nyata dari perpaduan langka antara **People Skills** dan **Detail Awareness**[cite: 28].

3 Kisah yang Membentuk Diri Anda: Mengenal Kekuatan Identitas Naratif

Manusia adalah pencerita alami. Sejak zaman dahulu, kita selalu berusaha memahami kecacauan hidup dengan merangkainya menjadi sebuah cerita. Para ahli bahkan menyebut kita sebagai “organisme pencerita” (*storytelling organisms*) yang menjalani “kehidupan yang penuh cerita” (*storied lives*) (2). Proses ini bukanlah sekadar menyusun fakta, melainkan sebuah proses aktif untuk menciptakan makna.

[Hayu dengar poscastnya](#)

Kisah personal yang terus berkembang inilah yang disebut para psikolog sebagai “**identitas naratif**”—sebuah cerita yang kita bangun untuk memahami keberadaan kita, dengan menghubungkan masa lalu, masa kini, dan masa depan kita menjadi satu kesatuan yang utuh (3, 8). Cerita batin ini adalah proses *penciptaan diri* yang aktif, bukan sekadar menceritakan ulang kejadian. Kisah inilah yang menjawab pertanyaan-pertanyaan paling mendasar: “Siapa saya? Bagaimana saya sampai di sini? Ke mana saya akan pergi?” (5, 6).

3.0.1 1. Tiga Lapisan Diri Anda: Di Mana Cerita Hidup Anda Berada?

Psikolog Dan P. McAdams membagi kepribadian manusia ke dalam tiga tingkatan yang berbeda. Identitas naratif merupakan tingkatan tertinggi dan paling personal, yang menyatukan semua bagian lain dari diri kita (8).

- **Level 1: Sifat Dasar** Ini adalah ciri-ciri umum kepribadian kita yang cenderung stabil, seperti apakah kita seorang *introvert* atau *ekstrovert*.
- **Level 2: Kepedulian Pribadi** Ini mencakup hal-hal yang lebih spesifik seperti tujuan hidup, nilai-nilai yang kita pegang, dan keyakinan kita.
- **Level 3: Identitas Naratif** Inilah kisah hidup yang kita ciptakan untuk mengikat Level 1 dan 2 menjadi sebuah narasi yang koheren dan bermakna. Ini adalah cerita tentang “diri” kita.

Wawasan paling memberdayakan dari konsep ini adalah: meskipun kita mungkin tidak dapat dengan mudah mengubah sifat dasar kita (Level 1), kita *memiliki kekuatan* untuk belajar mengubah cerita yang kita sampaikan tentang hidup kita (Level 3). Perubahan narasi ini terbukti memiliki dampak besar pada kesejahteraan dan kebahagiaan kita (9).

Namun, tidak semua cerita diciptakan sama. Mari kita lihat pola-pola naratif yang dapat membuat sebuah kisah hidup menjadi lebih memberdayakan.

3.0.2 2. Pola-Pola Kisah Kehidupan: Apa yang Membuat Sebuah Cerita Bermanfaat?

Penelitian menunjukkan bahwa tidak semua cerita yang kita bangun sama-sama bermanfaat bagi kesehatan mental kita (4). Beberapa tema naratif secara konsisten terhubung dengan kehidupan yang lebih sejahtera dan berkembang.

3.0.2.1 Penebusan vs. Kontaminasi: Mengubah Penderitaan Menjadi Kekuatan

Salah satu pola naratif yang paling penting adalah cara kita membingkai peristiwa sulit.

Cerita Penebusan (Redemption Story) adalah narasi yang bergerak dari situasi negatif ke hasil yang positif (misalnya, kegagalan yang memberikan pelajaran berharga, atau penderitaan yang melahirkan kekuatan baru). Pola ini sangat kuat kaitannya dengan kebahagiaan, kepuasan hidup, dan resiliensi (7).

Cerita Kontaminasi (Contamination Story) adalah kebalikannya. Cerita ini dimulai dari peristiwa baik yang kemudian berubah menjadi buruk. Kisah semacam ini seperti “tumpahan minyak yang meracuni air,” menjebak sang pencerita dalam rasa sakit dan putus asa (3, 11).

3.0.2.2 Agensi vs. Kepasifan: Menjadi Pahlawan dalam Kisah Anda

Pola penting lainnya adalah peran yang kita ambil dalam cerita kita sendiri.

Agensi (Agency) adalah ketika kita menampilkan diri sebagai aktor utama dalam cerita kita—seseorang yang secara aktif membuat keputusan, mengambil tindakan, dan mengatasi rintangan. Mengembangkan rasa agensi dalam cerita hidup adalah salah satu prediktor terkuat untuk perbaikan dalam terapi (3, 7).

Kepasifan (Passivity) ditandai dengan perasaan menjadi korban keadaan. Dalam narasi ini, peristiwa seolah-olah “terjadi begitu saja pada” sang pencerita, yang digambarkan sebagai korban pasif dari takdir atau tindakan orang lain (8).

Tabel berikut merangkum tema-tema naratif yang membangun dan merusak, beserta dampaknya bagi kesejahteraan kita.

Pola Naratif	Dampak Psikologis
Pola Naratif yang Membangun (Generative Themes)	

Penebusan (Negatif → Positif)	Meningkatkan kebahagiaan, kepuasan hidup, resiliensi, dan <i>generativitas</i> (keinginan untuk berkontribusi pada kesejahteraan generasi mendatang) (4, 7).
Agensi (Diri sebagai Aktor Efektif)	Meningkatkan kepercayaan diri, kesehatan mental, dan merupakan prediktor kuat perbaikan dalam terapi (7).
Koneksi (Hubungan & Rasa Memiliki)	Meningkatkan kesejahteraan, mengurangi rasa kesepian, dan memberikan rasa memiliki tujuan hidup yang lebih besar (8).
Pola Naratif yang Merusak (Disruptive Themes)	
Kontaminasi (Positif → Negatif)	Menurunkan kesejahteraan, menyebabkan depresi, keputusasaan, dan perasaan terperangkap dalam pengalaman negatif (3).
Kepasifan (Diri sebagai Korban)	Menimbulkan perasaan menjadi korban, demotivasi, rasa tidak berdaya, depresi, dan hasil kesehatan mental yang buruk (8).
Isolasi (Terputus dari Orang Lain)	Menyebabkan kesepian, keputusasaan, kurangnya dukungan sosial, dan meningkatkan kerentanan terhadap gangguan psikologis (8).

Lalu, bagaimana pikiran kita menciptakan pola-pola naratif ini? Jawabannya terletak pada sebuah proses kognitif yang luar biasa.

3.0.3 3. Seni Memberi Makna: Kekuatan Super Anda dalam Bernalar

Pikiran kita memiliki “mesin pembuat makna” yang disebut **penalaran otobiografis** (*autobiographical reasoning*). Inilah kemampuan kognitif yang memungkinkan kita menghubungkan peristiwa-peristiwa dalam hidup dengan identitas diri kita dan memahami signifikansinya (10).

Tanpa penalaran ini, hidup kita hanyalah daftar kejadian. Dengan penalaran ini, hidup kita menjadi sebuah cerita yang bermakna.

Temuan paling penting dari psikologi naratif adalah ini: **kemampuan kita untuk memaknai peristiwa sulit secara positif (misalnya, menemukan hikmah atau pelajaran) lebih berpengaruh pada kesejahteraan kita daripada peristiwa itu sendiri** (10). Ini bukan sifat bawaan, melainkan sebuah keterampilan yang bisa dipelajari dan dilatih.

Memahami hal ini memberi kita kekuatan. Langkah-langkah berikutnya adalah latihan praktis untuk mengasah ‘mesin pembuat makna’ ini dan menjadi penulis yang lebih sadar atas kisah hidup kita sendiri.

3.0.4 4. Mulai Menulis Ulang Kisah Anda: Dua Langkah Praktis

Meskipun kita tidak bisa mengubah masa lalu, kita memiliki kekuatan luar biasa untuk mengubah *cerita* yang kita sampaikan tentang masa lalu itu (29). Berikut adalah dua langkah praktis yang terinspirasi dari Terapi Naratif untuk memulai proses ini.

3.0.4.1 Langkah 1: Pisahkan Diri Anda dari Masalah

Teknik ini disebut **eksternalisasi masalah**. Caranya adalah dengan mengubah cara kita berbicara tentang masalah kita.

Misalnya, alih-alih berpikir, “*Saya adalah orang yang pencemas*,” coba bingkai ulang menjadi, “*Saya adalah orang yang sedang berhadapan dengan pengaruh kecemasan*” (35).

Pergeseran bahasa yang sederhana ini menciptakan jarak psikologis. Masalah tidak lagi menjadi bagian inti dari identitas Anda, melainkan sesuatu di luar diri Anda yang bisa diamati, dipahami, dan dihadapi. Ini membuat masalah terasa jauh lebih bisa dikelola.

3.0.4.2 Langkah 2: Temukan “Momen Berkilau” Anda

Setelah Anda memisahkan diri dari masalah, langkah selanjutnya adalah mencari bukti yang bertentangan dengan “cerita yang penuh masalah” tersebut. Dalam Terapi Naratif, ini disebut *unique outcomes* atau yang bisa kita sebut **momen berkilau** (*sparkling moments*).

Ini adalah momen-momen, sekecil apa pun, di mana masalah tersebut tidak berkuasa atas diri Anda. Tanyakan pada diri Anda:

“Ingatkah saat di mana ‘Si Pengkritik’ dalam diri Anda muncul, tetapi Anda tetap berhasil bertindak dengan percaya diri?” (36)

Atau, “Apakah ada momen ketika ‘rasa malas’ mencoba mengambil alih, tetapi Anda tetap berhasil menyelesaikan tugas itu?”

Momen-momen berkilau ini adalah bukti nyata dari kekuatan, nilai, dan ketahanan Anda. Mereka adalah bahan mentah yang dapat Anda gunakan untuk mulai menenun sebuah cerita baru yang lebih kuat dan lebih memberdayakan.

3.0.5 5. Kesimpulan: Kisah Anda Adalah Perjalanan yang Terus Berlanjut

Pada akhirnya, kita semua adalah penulis kisah hidup kita sendiri. Cerita yang kita sampaikan kepada diri kita sendiri secara aktif menciptakan realitas kita (5). Kisah hidup yang sehat ditandai oleh tema-tema penebusan, di mana kesulitan diubah menjadi pertumbuhan, dan agensi, di mana kita menjadi pahlawan dalam perjalanan kita sendiri.

Tujuannya bukanlah untuk menulis sebuah cerita yang “sempurna” dan tanpa cela. Tujuannya adalah untuk menumbuhkan keberanian untuk terus menulis, terus mencari makna, dan menjadi penulis sebuah kisah hidup yang berani, jujur, dan layak untuk diceritakan.

4 My Songs for You

Post Wedding Kawah Putih Lirik by Armein Z. R. Langi Music: SUNO

<https://youtu.be/KWthElmJ9mY?si=iUV8Ghhj0R3gKQyZ>

Why am I singing for you? [River in my Mind](#)

Falling in love everyday [Heaven on Earth](#)

5 My Stories for You

A story about my oldest daughter [Gaun Pemngantin Gladys](#)

A message to my daughter [The Child Who Learned to Walk at the Disneyland](#)

A story for my students [Fly Eagle Fly](#)

A (true) story for my teachers [Sang Mahaguru, Sang Mahaputera](#)

Teasing story https://www.youtube.com/watch?v=Dg_4PbBlBf4

6 My Shapes

7 My Personal Reviews

Berikut cara saya melakukan review **Menilai dan Mengevaluasi Esai Berdasarkan Rubrik**

8 My Concepts

Mau hidup epik ? *Write your Life Story*

Apa itu berkonsep?

https://youtu.be/QVfUIVBO80U?si=yM6q_rwV9rcDBbu7

9 My Opinions

SApa itu beropini? [Opini Berpengaruh](#)

Bagaimana menjaadi menarik? [Menjadi Menarik](#)

10 My Innovations

11 My Knowledge

Cara saya mengkomunikasikan sebuah pengetahuan sebagai petunjuk bagi orang lain 1) saya tulis **makalah sebagai bahan utama** 2) lalu saya buat **transkrip ucapan lisan** 3) kemudian saya kembangkan **slide pendukung trnskrip** 4) lalu saya memproduksi video audio visual <https://youtu.be/ZbghfMvnPZc> <https://youtu.be/ZbghfMvnPZc>

12 My Professional Reviews

Untuk melakukan review, seperti pada pendekatan AI, kita membutuhkan rubrik - Rubrik Kisah
- Rubrik Konsep - Rubrik Opini

13 Summary

In summary, this book has no content whatsoever.

References