

BAHAN AJAR

PENGENALAN POTENSI DIRI

**DIKLATPIM TINGKAT IV
ANGKATAN CIII**

Ir. Sri Sayekti, M.Sc

NIP. 19630304 198703 2 002

PUSDIKLAT-BPS, 2019

A. Latar Belakang

Beberapa ahli dalam bidang manajemen mengatakan bahwa “inti dari manajemen adalah kepemimpinan”. Ini berarti bahwa manajemen akan berhasil mencapai sasarannya apabila digerakkan oleh seorang pemimpin yang handal. Handal dalam arti memiliki kompetensi dalam memimpin, memiliki kecerdasan emosional serta kecerdasan spiritual. Ini berarti bahwa sebelum seorang pemimpin dapat menggerakkan roda organisasi, maka ia harus mampu menggerakkan roda dirinya sendiri. Untuk itu maka diperlukan kemampuan untuk mengelola dirinya sendiri serta mengembangkan potensi-potensi yang ada pada dirinya, sebelum mengembangkan potensi orang lain dan potensi organisasi. Karya tulis ini akan memandu untuk menggali potensi-potensi diri, strategi pengembangan potensi diri serta membuat rancangan pengembangan potensi diri.

B. Konsepsi Dasar Pengembangan Potensi Diri

1. Pengertian Pengembangan Potensi Diri

Potensi berasal dari bahasa Inggris “*to potent*”, yang berarti kekuatan (*powerfull*). Setiap individu pada hakekatnya memiliki suatu potensi yang dapat dikembangkan, baik secara individu maupun kelompok melalui latihan-latihan. Adapun jenis-jenis potensi tersebut menurut beberapa sumber diklasifikasikan menjadi sebagai berikut :

a. Potensi Fisik

Potensi fisik seseorang perlu dipelihara secara efektif. Pemeliharaan ini mencakup pola makan yang seimbang, istirahat dan relaksasi yang memadai dan berolahraga secara teratur. Potensi ini sangat diperlukan oleh seorang pemimpin dalam melakukan penyeimbangan dengan potensi-potensi yang lain. Jika potensi ini terganggu maka akan dapat berpengaruh terhadap potensi-potensi lainnya, meskipun tidak menutup kemungkinan masih dijumpai orang yang potensi fisiknya tidak sempurna namun sukses.

b. Potensi Mental Intelektual

Istilah lain dari potensi ini adalah *Intelligence Quotient* (IQ). Potensi ini berfungsi memecahkan masalah-masalah yang sifatnya kognitif, antara lain menganalisis masalah, membuat perencanaan, membuat karya ilmiah/karya tulis dan sebagainya. IQ bersifat *genetic*, dalam arti lebih banyak dipengaruhi oleh faktor bakat daripada lingkungan, namun dalam pengoptimalannya sangat dipengaruhi oleh faktor

lingkungan. Aspek-aspek IQ antara lain taraf kecerdasan, daya nalar/logika berpikir, daya mengingat, daya antisipasi, kemampuan memahami konsep bahasa, kemampuan memahami konsep hitungan, kemampuan analisa sintesa, daya bayang ruang dan kreativitas. Prof. DR. Howard Gardner dalam bukunya "*Multi Intelligence*", menyatakan bahwa potensi ini diklasifikasikan ke dalam 3 jenis, yakni potensi matematik, potensi linguistik dan potensi visual/spatial. Peningkatan potensi ini dapat dilakukan melalui pendidikan yang berkesinambungan, pengasahan dan perluasan pikiran yang terus menerus. Di samping itu dapat juga melalui kegiatan pembiasaan pembuatan jurnal, menulis, memecahkan masalah-masalah, menghitung dan lainnya.

c. Potensi Sosial Emosional

potensi sosial emosional sering juga disebut *Emotional Intelligence (EI)*. Potensi ini berfungsi untuk memecahkan dan mengatasi masalah-masalah emosional dan sosial. Seperti mengendalikan amarah, membina dan mempertahankan relasi dengan orang lain, bertanggungjawab, merealisasikan motivasi berprestasinya. *EI* lebih banyak dipengaruhi oleh pola asuh orang tua dan lingkungan.

d. Potensi Spiritual

Dimensi spiritual seseorang merupakan titik sentral pribadinya, merupakan komitmen individual terhadap sistem nilainya. Dimensi ini merupakan sumber spiritual yang mengangkat semangat seseorang dan mengikatnya pada kebenaran tanpa waktu. Setiap orang berbeda cara mengembangkannya. Dimensi spiritual sering disebut dengan *Spiritual Intelligence (SI)*. *Spiritual Quotient* merupakan kecerdasan yang bertumpu pada bagian yang bertumpu pada bagian dalam diri kita yang berhubungan dengan kearifan di luar ego, atau jiwa sadar. Lebih lanjut dikatakan oleh Sinetar bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang mendapat inspirasi, dorongan dan efektivitas yang terinspirasi Theis-ness (Penghayatan Ketuhanan).

Pengembangan potensi diri adalah suatu usaha atau proses yang terus menerus ke arah penguasaan pribadi, sehingga dapat mendorong dan meningkatkan pertumbuhan pribadi demi kemauan belajar, yang akhirnya membentuk pribadi yang mantap dan sukses. Pribadi yang mantap memiliki arti pribadi yang dewasa secara mental. Sedangkan pribadi yang sukses memiliki arti mampu tampil sebagai pemenang dengan mengalahkan semua unsur negatif yang ada dalam diri seseorang atau dalam diri sendiri. Selain itu, yang disebut dengan sukses adalah keberhasilan mencapai target. Target tersebut baik berupa kekayaan, kekuasaan, kepandaian, ketampanan/kecantikan dan sebagainya. Dengan demikian dapat dikatakan sukses merupakan target yang terus bergerak setahap demi setahap, tidak akan

dapat dicapai sepenuhnya dan tidak akan pernah puas, karena bila kompetensi seseorang meningkat maka target akan semakin tinggi. Menurut Aa Gym, ciri-ciri pribadi yang sukses adalah : terencana, terampil, tertib, tegar dan tawadhu.

Lembar Kerja 1

APAKAH ANDA TERLAHIR SEBAGAI PEMIMPIN?

Tuliskan jawaban anda salah satu A/B/C dari setiap pertanyaan berikut berdasarkan hasil pendapat/penilaian pribadi Saudara :

Pertanyaan	A (Ya)	B(Tidak)	C(Ya dan Tidak)
1. Apa anda tipe orang yang disegani oleh teman temanmu?			
2. Apakah anda sering dimintai bantuan oleh temanmu saat mereka tengah kesulitan mengerjakan tugas?			
3. Saat punya banyak waktu luang, pernahkah anda membantu temanmu yang sedang sibuk?			
4. Apakah anda termasuk orang yang sering menyampaikan saran dan masukan bagi perusahaan?			
5. Apakah anda sering mempersingkat waktu istirahat untuk segera kembali melakukan pekerjaanmu?			
6. Apa anda tipe orang yang suka menawarkan diri untuk bertanggung jawab atas sebuah pekerjaan?			
7. Apa anda tipe orang yang takut berbuat salah sehingga harus memeriksa pekerjaanmu terlebih dahulu sebelum diserahkan pada pemimpin?			
8. Pernahkah anda dimintai pendapat oleh pimpinan mengenai kemampuan bekerja temanmu?			
9. Apa anda tertarik berbisnis dan berusaha mencari informasi meski tak ada kaitannya dengan pekerjaanmu?			
10. Apa anda tetap berhubungan dengan teman temanmu diluar jam kantor?			
11. Apa anda tipe orang yang suka mengambil cuti?			
12. Apa anda menghabiskan jam istirahat bersama teman teman kerjamu?			

13. Menurutmu, pelukah meningkatkan kualitas dalam bekerja?			
14. Apa anda tipe orang yang senang bisa menyelesaikan sendiri masalah yang anda alami saat bekerja?			
15. Saat perusahaan tempatmu sedang ada dalam masalah, akankah anda bertahan?			
16. Pernahkah anda mencari informasi di surat kabar atau media lainnya yang memberitakan perusahaan atau pimpinan anda?			
17. Apa anda akan menegur temanmu yang bermain ponsel saat sedang bekerja?			
18. Tertarikah anda mempelajari pekerjaan temanmu sehingga saat dibutuhkan anda bisa mengerjakannya?			
19. Apa teman-temanmu berasal dari berbagai macam suku?			
20. Apa anda tipe orang yang suka menyalurkan hobi atau kegemaranmu?			
21. Apa anda menguasai Bahasa Indonesia dan bahas asing lainnya dengan baik dan benar?			
22. Apa anda merasa senang saat bisa mengerjakan pegawai baru atau magang di perusahaanmu?			
23. Saat menemui kendala dalam penerapan sistem baru di perusahaan, apa anda melaporkan dan membahasnya bersama pimpinan?			
24. Apa anda tipe orang yang sabar saat menghadapi Kelambanan temanmu?			
25. Apa anda selalu datang dan pulang bekerja tepat waktu?			

APAKAH ANDA PERCAYA DIRI?

Sumber : Dorothy Mc Coy, Kepribadian Plus, 2011: 180

Petunjuk Pengisian : Bacalah pernyataan berikut ini dengan seksama, dan berilah tanda silang (X) di dalam kotak sesuai dengan pendapat anda. Jawablah dengan jujur, dengan kriteria sebagai berikut :

Nilai 1 untuk pendapat SANGAT SETUJU

Nilai 2 untuk pendapat SETUJU

Nilai 3 untuk pendapat SANGAT TAK SETUJU

NO	PERNYATAAN	SS	S	STS
1	Saya sering merasakan kesadaran diri tanpa alasan yang jelas.			
2	Kadang-kadang saya ingin tahu apa yang dipikirkan teman dan rekan kerja yang tentang saya.			
3	Saya ragu ketika saya menentukan tujuan untuk diri saya sendiri.			
4	Jika seseorang meminta saya keluar dari zona nyaman saya, merasa ketakutan.			
5	Ketika saya berbincang-bincang dengan seseorang, saya mengevaluasi semua yang saya katakan			
6	Saya benar-benar ingin orang-orang menyukai saya, dan kadang-kadang saya merasa berperilaku seperti bukan saya.			
7	Saya tidak menganggap saya sendiri sebagai orang yang ceria			
8	Jika saya berada di restoran dan pesanan saya tidak sesuai, saya tidak mengatakan apa-apa, lebih baik saya makan apa yang dihidangkan			
9	Saya ingin berbicara dalam rapat dan mengutarakan pandangan saya, tetapi sepertinya saya tidak bisa melakukannya.			
10	Saya tidak suka orang melihat pekerjaan saya dari belakang bahu saya.			

11	Saya sepertinya selalu mengatakan,"maafkan saya".			
12	Lebih baik saya ditarik dan di potong-potong daripada memberikan presentasi di depan umum			
	Jumlah :			

Lembar Kerja 2

Apakah anda menggunakan kemampuan befikir lateral?

Petunjuk pengisian : Jawablah setiap pernyataan atau pertanyaan dengan memilih satu dari tiga alternative respon yang tersedia paling sesuai dengan diri anda dengan memberikan tanda (x) pada jawaban yang sesuai dengan diri anda.

NO	PERTANYAAN	A	B	C
1	Mana yang paling menggambarkan diri anda ?	intuitif	impulsif	Intelektual
2	Dengan mana anda merasa paling percaya diri ?	Membuat keputusan sendiri.	Membuat keputusan bersama rekan.	Konsultasi dengan pakar meminta nasihat
3	Secara umum, apakah anda menghabiskan lebih banyak waktu memikirkan masa kini atau masa depan ?	Masa depan jangan panjang.	Kedua-duanya seimbang.	Masa kini.
4	Saya lebih percaya Logika dari pada naluri.	Tidak.	Keduanya seimbang.	Ya.
5	Mana dari hal berikut yang membuat anda menghela nafas kagum	Keajaiban alam.	Manusia yang membuat keindahan.	Penampilan drama yang luar biasa.
6	Saya lebih tertarik pada ide umum secara keseluruhan dibandingkan pada detail.	Setuju.	Kadang-kadang.	Detail seringkali sangat menarik.
7	Seberapa teratur anda saat mengarsip dokumen penting seperti formulir sensus atau surat pemberitahuan pajak?	Sama sekali tidak teratur.	Cukup teratur.	Sangat teratur.
8	Saya menyalurkan sebagian besar energi saya di luar rumah pada karir pilihan saya .	Tidak, saya memiliki banyak minat lain dibandingkan karir pilihan saya dimana saya bisa menyalurkan energi saya.	Walaupun saya menganggap serius karir saya, saya bisa menyalurkan energi saya pada banyak hal lain disamping karir saya.	Ya, satu-satunya cara agar sukses dalam hidup adalah menyalurkan sebagian besar energi pada karir pilihan saya dan mengimbangnya dengan kehidupan rumah dan keluarga.
9	Eksperimen jauh lebih memuaskan dan bermanfaat dari pada mengikuti kaidah yang sudah diuji coba.	Sangat setuju.	Setuju,tapi hanya kadang-kadang.	Tidak setuju.

NO	PERTANYAAN	A	B	C
10	Apa ide anda mengenai tujuan liburan yang sempurna?	Disuatu tempat dengan alam dan pemandangan yang spektakuler.	Matahari yang Hangat, laut dan pasir dimana saya benar-benar bisa santai.	Jalan-jalan dengan rencana perjalanan yang terencana.
11	Apa pandangan anda tentang pemanasan global?	Merupakan ancaman yang sangat memprihatinkan saya.	Merupakan ancaman, tetapi kita bisa berbuat banyak karena bagaimana pun alam akan melakukan kehendaknya.	Saya tidak percaya ada bukti-bukti bahwa itu adalah ancaman yang akan terjadi.
12	Mana makanan yang akan anda pilih?	Sesuatu yang berbeda yang belum pernah dicoba sebelumnya.	Sesuatu yang berbeda yang sangat direkomendasikan oleh teman anda.	Sesuatu yang anda tahu dan sukai.
13	Pengalaman adalah guru terbaik.	Sangat setuju.	Setuju sampai tingkat tertentu.	Tidak setuju karena kualitas akademis sangat penting dalam dunia masa kini.
14	Apakah anda?	Seorang pemberontak.	Tipe orang yang toleran.	Seorang konformis.
15	Biasanya saya tidak kesulitan dalam merasakan berbagai cara berbeda dalam mengikuti assessment dimana kejadian kejadian bisa terjadi.	Ya, itu assessment yang lumayan akurat.	Kadang-kadang tapi di kejadian lain sangat sulit.	Sangat sulit untuk memvisualisasi beberapa kejadian yang akan terjadi di dunia masa kini, meskipun anda seorang pembaca pikiran.
16	Bisakah anda menemukan akte kelahiran anda dalam beberapa menit?	Tidak mungkin.	Tidak yakin.	Ya.
17	Apa tipe taman favorit anda?	Bunga liar dan banyak binatang.	Percampuran pagar tanaman herbal dan sebidang tanah yang ditanami sayuran.	Terawat rapi dengan petakan bunga format.

NO	PERTANYAAN	A	B	C
18	Saya cenderung lebih mengandalkan improvisasi dibandingkan perencanaan seksama.	Ya.	Kadang-kadang.	Tidak.
19	Mana yang lebih anda sukai di pekan raya.	Menaiki mobil bumper untuk melihat beberapa banyak orang yang bisa saya tabrak.	Berhenti bermain pinball.	Berjalan-jalan dan mengamati orang lain.
20	Apa pendapat anda mengenai seni modern ?	Menarik.	Sangat menghibur.	Tidak.
21	Saya lebih suka bertindak segera dari pada menghabiskan banyak waktu merenungkan berbagai alternative.	Ya.	Kadang-kadang. Tergantung situasi	Tidak.
22	Apakah anda merasa lebih mudah mengingat nama orang atau wajah orang.	Wajah.	Kedua-duanya.	Nama.
23	Apakah anda sering mengikuti firasat anda?	Tidak.	Kadang-kadang.	Ya, kapanpun ada kesempatan.
24	Apa mata pelajaran yang paling tidak anda harapkan saat di sekolah?	Matematika.	Sejarah.	Seni.
25	Saat menghadiri ceramah atau kuliah, mana yang anda harapkan?	Saya sulit tetap konsentrasi dan untuk mencegah pikiran saya beralih pada hal-hal lain.	Saya hanya bisa berkonsentrasi sepanjang acara jika pembicaranya bagus dan topik nya menarik.	Saya bisa mendisiplinkan dirisaya untuk menjaga dan fokus konsentrasi pada menjadi kebun dan fokus konsntrasi pada sang pembicara.
26	Anda paling senang digambarkan seperti apa?	Seorang yang banyak talenta,spirit yang bebas berfikir negatif.	Seorang yang baik, lembut dan saying keluarga.	Seseorang yang sangat dihormati karena telah meraih puncak profesi pilihannya.
27	Mana karakteristik yang paling menggambarkan diri anda?	Imajinasi yang luar biasa.	Keinginan yang ambisius.	Akal sehat.

NO	PERTANYAAN	A	B	C
28	Kapan terakhir kali anda sering menekuni hobi baru?	Kurang dari lima tahun.	Antara lima sampai sepuluh tahun.	Lebih dari sepuluh tahun lalu.
29	Mana yang paling membuat anda frustrasi?	Tidak memiliki waktu melakukan semua yang ingin saya lakukan.	Kurang nya pengakuan atas kerja keras.	Tidak sukses yang saya inginkan.
30	Saya sering membongkar barang-barang untuk melihat cara kerjanya.	Ya.	Kadang-kadang.	Jarang atau tidak pernah.
31	Akan kah anda menggambarkan diri anda sebagai seorang yang visioner atau seorang yang membumi dan praktis.	Visioner	Tidak yakin mungkin keduanya.	Membumi dan praktis
32	Apakah anda lebih tidak teratur dibandingkan metodis.	Tidak teratur.	Tidak ada kecendrungan kuat antara kedua-duanya.	Metodis.
33	Saya sangat jengkel terhadap aturan dan regulasi yang tampaknya remeh.	Sering.	Kadang-kadang.	Jarang atau tidak pernah.
34	Darimana anda mendapatkan minat dari hiburan terbesar?	Kaleidoskop.	Teka-teki menyusun potongan-potongan gambar.	Teka-teki silang.
35	Kadang saya frustrasi dan marah pada diri sendiri, jika saya tidak melakukan sesuatu sebaiknya yang saya inginkan.	Ya, lebih dari kadang-kadang.	Ya, kadang-kadang.	Jarang atau tidak pernah.
	Jumlah :			

Penilaian : menjawab

A SKOR =2

B SKOR = 1

C SKOR = 0

Lembar Kerja 3

Bagaimanakah Tingkat Optimisme anda?

Petunjuk pengisian :

- 1) Jawablah setiap pernyataan atau pertanyaan dengan memilih satu dari tiga alternative respon yang tersedia yang paling sesuai dengan diri anda dengan memberikan tanda (x) pada jawaban yang sesuai dengan diri anda.
- 2) Berikan nilai pada masing-masing jawaban dengan kriteria penilaian sebagai berikut :
C skor 2, B skor 1 dan A skor 0
- 3) Jumlahkan nilai masing-masing jawaban. Nilai tertinggi menunjukkan kecenderungan diri anda.

NO	PERNYATAAN	A	B	C
1	Saat anda melihat kehidupan anda secara umum apakah anda menganggap diri anda :	Sudah mengalami lebih banyak dari porsi k em alangan	Telah mengalami jumlah naik turun kehidupan yang sama dengan orang rata-rata.	Sangat beruntung dalam hidup.
2	Apakah anda takut memecahkan kaca kalau-kalau itu membawa nasib buruk?	Ya.	Mungkin sedikit peduli.	Tidak.
3	Apakah anda percaya perlu berspekulasi untuk mengakumulasi?	Orang yang berspekulasi mungkin, bahkan lebih mungkin k ehi langan	Kadang-kadang , jika anda cukup berani.	Ya, secara umum itu aturan yang saya yakini.
4	Saat anda <i>check in</i> ke hotel , apakah anda memastikan bahwa anda sudah membaca peraturan jika terjadi	Biasanya.	Kadang-kadang, jika kebetulan saya memperhatikan.	Jarang atau tidak pernah.
5	Dalam situasi kritis apapun apakah anda percaya akan persiapan diri sebelum skenario terburuk?	Ya, bijaksana melakukan itu, karena jika yang terburuk terjadi anda sudah siap dan jika tidak terjadi anda lumayan lega dan senang.	Dalam situasi tertentu mungkin yang terbaik adalah mempertimbangkan skenario terburuk.	Tidak, karena kemudian anda bisa saja mengkhawatirkan sesuatu yang mungkin tidak pernah terjadi.

6	Jika anda membawa mobil anda untuk diperbaiki anda yakin bahwa bengkel tersebut akan melakukan pekerjaan yang baik?	Saya tidak seyakini itu.	Biasanya.	Ya, saya yakin mereka akan melakukan pekerjaan dengan baik.
7	Apakah anda pernah berharap anda adalah orang lain?	Sering.	Kadang-kadang.	Jarang atau tidak pernah.
8	Apakah istirahat besar anda hanya disekitar	Mungkin tidak.	Mungkin.	Tak terelakan.
9	Menurut anda apakah orang baik selalu	Seharusnya tapi seringkali	Mungkin iya.	Ya, selalu menang dalam
10	Apakah anda seorang yang realistis	Ya.	Kadang-Kadang.	Tidak.
11	Berapa sering anda memasuki kompetisi dengan pandangan untuk memenangkan	Jarang.	Kadang-kadang.	Sering.
12	Apakah keberuntungan menaungi orang yang	Tidak selalu.	Kadang-kadang.	Ya.
13	Jika sesuatu menyimpang berapa mudah untuk mengembalikan berbagai hal ke jalur semula?	Seringkali sangat sulit.	Kadangkala cukup sulit, tapi biasanya mustahil.	Ada solusi untuk setiap masalah, sekalipun sebagian solusi mungkin lebih sulit ditemukan dibandingkan yang
14	Apakah anda senang menjaga cita-cita anda tinggi sepanjang waktu.	Tidak, itu adalah cara pasti jatuh membentur	Saya menjaga cita-cita saya tetap realistis.	Ya.
15	Berapa sering anda tidak bisa tidur karena	Ya, lebih dari kadang-	Kadang-kadang.	
16	Menurut anda apakah kabar buruk datang	Cukup sering begitu.	Kadang-kadang.	Tidak.
17	Berapa sering anda cemas tentang keadaan keuangan anda?	Sering.	Saya meyakini adanya rezeki, tidak perlu cemas.	Jarang.
18	Apakah anda percaya bahwa bisa mengambil sesuatu yang positif dari setiap	Tidak, tidak ada hal positif yang bisa diambil.	Tidak yakin.	Ya.
19	Saat paket tiba dipagi hari apa yang anda	Lebih banyak tagihan.	Lebih banyak surat tak penting.	Saya tidak tahu sampai saya

20	Jika anda tidak sukses pada saat awal?	Kutuki keberuntungan	Pikirkan dimana kesalahan anda,	Mencoba lagi.
21	Apakah anda merasa orang melihat anda sebagai orang yang positif?	Mungkin tidak.	Saya tidak tahu.	Secara umum iya.
22	Jika sesuatu yang tidak diharapkan terjadi dalam hidup anda apakah menurut anda ada alasan untuk itu?	Tidak, anda harus berusaha maju dari	Tidak yakin.	Mungkin.
23	Apakah anda pernah menciptakan pertahanan terhadap konsekuensi yang mungkin terjadi di	Ya.	Mungkin.	Tidak juga.
24	Apa sikap anda tentang kekhawatiran?	Pada dasarnya orang yang khawatir.	Sekali-kali saya khawatir seperti kebanyakan orang.	Saya berusaha untuk tidak khawatir karena dalam banyak kasus berbagai hal yang kita khawatirkan tidak
25	Menurut anda apakah mungkin membicarakan diri kita sendiri masuk ke dalam kemalangan?	Tidak, jika kemalangan akan terjadi , biasanya hanya sedikit	Sayangnya kita membicarakan atau memikirkan diri kita sendiri masuk ke dalam kemalangan yang sering kita	Ya, tapi itu semudah untuk kemudian membicarakan jalan keluar dari kemalangan itu
	Jumlah :			