



Mengenali Potensi Diri

**Rumah Duta Revolusi Mental
Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kota
Semarang
22-23 November 2017
The Wujil Resort & Convention Hall**



Apa itu potensi diri???

- Segenap kemampuan yang dimiliki setiap individu / seseorang sehingga bila dikembangkan memungkinkan individu / seseorang tersebut mencapai prestasi tertentu

MACAM – MACAM POTENSI DIRI

POTENSI FISIK

Potensi dari anggota tubuh untuk Memenuhi kepentingan

POTENSI MENTAL INTELEKTUAL

Potensi kecerdasan yg ada pada otak untuk menganalisa, menghitung Merencanakan dll

POTENSI SOSIAL EMOSIONAL

Potensi kecerdasan yg ada pada Otak untuk mengendalikan amarah, ber Tanggung jawab, motivasi, dan kesadaran diri

POTENSI MENTAL SPIRITUAL

Potensi Kecerdasan Yg Bertumpu Pada Bagian Dalam Diri Kita Yg Berhubungan dengan Kearifan Di Luar Ego / Jiwa Sadar

POTENSI KETAHANMALANGAN

Potensi kecerdasan yg bertumpu pada Bagian dalam diri kita yg berhubungan Dengan ketangguhan dan daya juang yg Tinggi

KUADRAN POTESNSI DIRI JOHARY WINDOWS

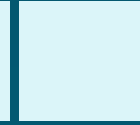
OPEN (Aku tahu, orang lain tau)	BLIND (Aku gak tau, orang lain tau)
CLOSED (Aku tau, Orang lain gak tau)	DARK (Aku gak tau, orang lain tdk tau)



Coba kita ungkap.....

LANGKAH 1

LANGKAH 2

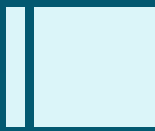


LANGKAH 3



Bagaimana cara kita bisa
mengungkapnya...???

- ✓ Introspeksi diri
- ✓ Feed back orang lain
- ✓ Tes Psikologis (tes Kepribadian)



“Mengenali diri adalah proses mendidik diri sendiri, untuk tujuan meningkatkan diri”

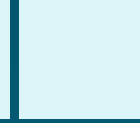


STRATEGI PENGEMBANGAN DENGAN SELF ANALISYS

- Apa kelebihan saya?
- Apa kekurangan saya ?
- Apa yang telah saya perbuat dengan kelebihan saya ?
- Apa yang telah saya lakukan untuk meminimalkan kekurangan?

LANGKAH-LANGKAH SEBELUM MELAKSANAKAN AKTUALISASI DIRI

1. Menentukan sasaran yg jelas
2. Mensyukuri kemajuan
3. Berani mengambil resiko (gagal/berhasil)
4. Perkembangan diatur oleh anda sendiri, orang lain hanya memberikan saran, keputusan ditangan anda
5. Memanfaatkan setiap kesempatan yg ada
6. Terbuka utk belajar dari siapa saja
7. Belajar dr kesalahan dg selalu bersikap realistis
8. Jangan hanya berbicara ttp kerjakan yg anda ucapkan



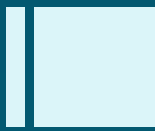
ROOTMAP SELF IMPROVEMENT

LANGKAH-LANGKAH DALAM MEMBUAT RANCANGAN PENGEMBANGAN POTENSI DIRI

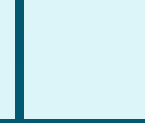
1. Tentukan potensi yg akan anda kembangkan (aspek Pengetahuan, Sikap/perilaku & Keterampilan)
2. Buatlah sasaran apa yg hendak dikembangkan, kapan pelaksanaannya, berapa lama batas waktu yg disediakan, serta faktor pendorong dan penghambatnya
3. Tentukan langkah kegiatan serta waktu pencapaiannya
4. Tentukan bagaimana cara mencapainya
5. Tentukan tolok ukur menilai keberhasilannya



Aktualisasikan diri dengan
prinsip hidup positif



"Melalui perubahan mental dan spiritual,
geser konsep pikiran-pikiran yang
membatasi diri ke arah kemajuan
buanglah pikiran kepicikan yang
mengkerdilkan diri sendiri, menghambat
pertumbuhan diri dari kegagalan menuju
keberhasilan"



RDRM
SEHAT, BAHAGIA, HEBAT