

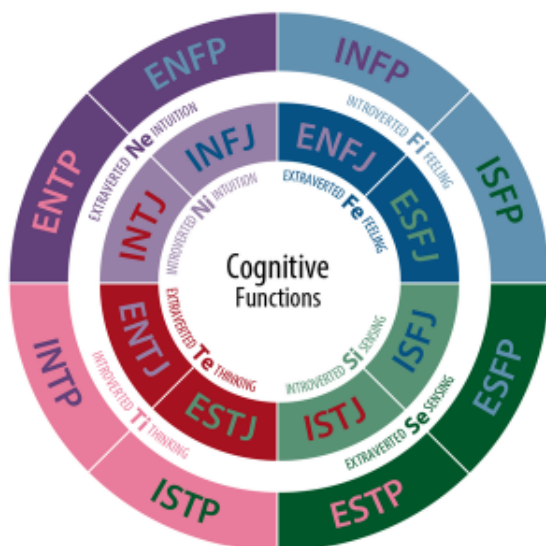
Kenali Diri secara Mudah dengan MBTI

written by

April 6, 2015

Mengenali diri adalah pondasi dasar untuk pengembangan diri. Ketika orang dapat mengenali dirinya, maka ia akan lebih mudah mengelolanya. Salah satu cara mudah untuk mengenali diri adalah dengan MBTI. Apa itu?

Berbagai cara dan alat digunakan untuk mengukur IQ, kreativitas, maupun kepribadian. Hal ini mengingat, sangat penting untuk mengenali diri sendiri, agar dapat dikelola dengan baik. Selanjutnya, pengenalan dan pengelolaan diri ini akan digunakan dalam berhubungan sosial. Karena dengan mengenali dan mengelola diri dengan baik, menjadi modal dalam berelasi. Orang akan dapat dengan mudah menarik porsi peran, menempatkan diri dan mengambil bagian berdasarkan kompetensi yang dimiliki.



Preferensi dalam MBTI
(foto: wikipedia.org)

Salah satu cara mudah dalam mengenali diri adalah dengan MBTI. Apa itu? MBTI atau Myers-Briggs Type Indicator adalah alat tes

psikologi untuk mengukur kepribadian seseorang. MBTI dikembangkan oleh Isabel Briggs Myers dan Katharine Briggs Myers dari teori kepribadian Carl Gustav Jung. Tes ini digunakan untuk optimalisasi orang pada bidang yang sesuai dengan preferensinya, misalnya saja cara belajar siswa, penjurusan dan karier, serta cara mengajar guru.

Dalam Tes MBTI ini, ada 4 dimensi kecenderungan sifat dasar manusia :

1. Dimensi pemusatan perhatian atau asal energi bagi diri: Introvert (I) vs Ekstrovert (E)

Orang dengan preferensi introvert memusatkan perhatian atau mengambil energi dari dalam dirinya. Orang introvert akan lebih suka dalam kondisi sendiri, karena pada saat itu, energinya akan dicharge kembali. Sebaliknya, orang dengan preferensi ekstrovert akan lebih suka bertemu dengan orang lain, karena pada saat bersama orang lain, energinya akan bertambah.

2. Dimensi memahami informasi dari luar: Sensing (S) vs Intuition (N)

Orang dengan preferensi sensing mengambil informasi melalui alat inderanya. Karena itulah, orang dengan preferensi sensing membutuhkan data untuk memahami sesuatu atau lebih percaya kepada fakta. Sebaliknya, orang dengan preferensi intuition mengambil informasi dari intuisi. Artinya, orang intuitif lebih banyak menggunakan imajinasi. Karena itulah, orang intuitif lebih suka berpikir pada skop besar dan abstrak.

3. Dimensi menarik kesimpulan & keputusan: Thinking (T) vs Feeling (F)

Orang dengan preferensi thinking mengambil keputusan dengan pikirannya. Sementara orang dengan preferensi feeling lebih menggunakan perasaannya. Coba bandingkan kata-kata atau pertanyaan seorang bos pada bawahan yang melakukan kesalahan

dalam bekerja. Satu bos mungkin mengatakan, "Kenapa kerjamu tidak efektif dan efisien?". Sementara bos yang lain menanyakan, "Kamu sedang ada masalah?". Apa bedanya?

4. Dimensi pola hidup : Judging (J) vs Perceiving (P)

Orang dengan preferensi judging mengeksekusi rencana atau melakukan tindakan dengan lebih teratur, sistematis, dan terjadwal. Sebaliknya, orang dengan preferensi perceiving lebih bersifat spontan dan fleksibel.