

SENI MENJADI ORANG EKSTROVER

Buku Seni menjadi orang ekstrover ini adalah karya dari natri sutanti.

Kita membutuhkan Apa yang disebut sebagai proses mengenal untuk dapat mengenal. Proses ini adalah proses yang sederhana dan cukup mudah dilakukan langkah. Langkah awal yang bisa kita lakukan adalah

1. Mencari feedback
2. Melakukan refleksi diri

Dua hal ini merupakan suatu cara untuk bisa mengenali siapa diri kamu. Apakah diri kamu memiliki kepribadian introvert atau ekstrovert. Perbedaan yang ada dalam pribadi ekstrovert membuat mereka digolongkan menjadi 8 macam kepribadian ekstrovert. Penggolongan ini didasarkan pada Kecenderungan dalam tiga hal yaitu:

1. Cara mendapatkan informasi (sensing vs intuition)

Sensing (S) merupakan salah satu cara mendapatkan data atau informasi dengan langsung mengamati suatu benda atau hal yang dapat dilihat oleh kita. intuition (N) mendapatkan informasi dengan cara menggunakan kemampuannya untuk menduga sesuatu dan juga firasatnya.

2. Cara membuat keputusan (thinking vs feeling)

Orang-orang yang cenderung menggunakan logika rasional dalam memutuskan sesuatu digolongkan sebagai tipe thinking (T) sedangkan karakter sebaliknya adalah tipe feeling (S) yang mengedepankan keyakinan kepribadiannya untuk mengambil keputusan.

3. Cara menyikapi dunia luar (Judging vs perceiving)

Tipe judging (J) merupakan karakter yang cenderung kaku dalam menghadapi dunia luar. Hal ini jauh berbeda dengan karakter perceiving (P) yang sangat lues, fleksibel dan spontan dalam menghadapi suatu keadaan.



Tipe-tipe ekstrovert

Masing-masing karakter memiliki ciri dan keunikan berbeda-beda dari beberapa sumber macam-macam tipe mbti memiliki karakter khusus yang membedakan satu sama lain masing-masing tipe dijelaskan di bawah ini

1. Extrovert, Sensing, Thinking, Judging (ESTJ)

ESTJ dikenal sebagai pribadi yang disiplin. Bekerja berdasarkan fakta yang mereka lihat secara langsung dengan menjunjung tinggi aturan yang ada dan langkah langkah kerja yang telah ditentukan (terencana dengan baik). Dalam

pengambilan keputusan orang tipe ini cenderung tegas dan kadang terkesan memaksakan kehendaknya karena sangat disiplin pada aturan. Orang dengan tipe ini cocok menekuni pekerjaan seperti tenaga keamanan, hakim, pengacara, akuntan dan auditor.

2. Extrovert, Sensing, Thinking, Perceiving (ESTP)

ESTP memiliki kecenderungan cekatan, energik, talkative dan spontan dalam melakukan sesuatu. Mereka juga menyukai hal-hal yang nyata dan langsung dapat dilakukan. Bahkan, dalam pengambilan keputusan kadang terlihat terlalu terburu-buru walaupun sebenarnya mereka telah menganalisis secara cepat dan logis keputusannya itu. Pribadi ini tidak takut menghadapi permasalahan dan berani menerima semua konsekuensi dari perilakunya. Karier yang sesuai dengan tipe ini adalah pengusaha, sales, marketing, dan tenaga keamanan.

3. Extrovert, Sensing, Feeling, Judging (ESFJ)

ESFJ merupakan sosok yang sangat menjaga perasaan orang-orang di sekitarnya. Talkative, mudah bekerja sama dengan orang lain dan selalu mendukung teman-temannya. Tak segan untuk memberikan pujian dan dukungan bagi orang-orang di sekitarnya. Orang tipe ini bersikap santai, sederhana bahkan cenderung tidak berpikir panjang untuk selalu menyenangkan orang lain atau sedikit kurang tegas. Namun demikian, orang tipe ini teliti dan rajin dalam mengatur barang-barang pribadinya. Pekerjaan yang sesuai dengan orang ESFJ antara lain perawat, Pekerja Sosial, guru TK atau SD dan administrator.

4. Extrovert, Sensing, Feeling.

Perceiving (ESFP)

ESFP lekat dengan julukan sang peri karena ia adalah pribadi yang murah hati dan menyenangkan. Easy going, mudah bersahabat dan ramah membuat orang-orang di sekitarnya, merasa nyaman berteman dengan orang tipe ini. Tipe ini memiliki kepedualian sosial yang tinggi di mana mereka mampu memahami perasaan orang lain dengan baik. Sehingga, mereka mampu menjaga suasana tetap terkendali dan terhindar dari konflik. Namun demikian cenderung terburu-buru dalam mengambil keputusan dan sering berubah-ubah pikiran dalam menghadapi sesuatu. Profesi yang cocok untuk ditekuni oleh tipe ini antara lain artis, pelawak, marketing, pengasuh anak dan pekerja sosial.

5. Extrovert, Intuition, Thinking, Judging (ENTJ)

ENTJ memiliki bakat dalam memimpin, mengingat mereka memiliki karakter yang tegas, tanpa basa-basi dan terus terang. Mereka adalah orang optimis dan sangat konsen dengan pekerjaannya atau perfeksionis. Dengan kemampuan komunikasi yang baik, orang tipe ENTJ dapat menggerakkan orang di sekitarnya. Terlihat sangat dominan dan tertib dalam mengikuti peraturan yang ada. Orang tipe ini sesuai untuk menekuni pekerjaan seperti pengusaha, pengacara, hakim dan dalam bidang perbankan.

6. Extrovert, Intuition, Thinking, Perceiving (ENTP)

ENTP cenderung kreatif dan cerdas dalam melihat sesuatu. Kemampuan bicara yang mumpuni ditambah pemikiran yang logis dan cepat membuat orang tipe ini mampu berdebat dan berargumentasi dengan baik. Memiliki banyak cara dalam mengatasi masalah, namun kurang konsisten dalam melakukan sesuatu. Orang tipe ini kurang memerhatikan perasaan orang lain karena mereka cenderung berpikir secara rasional, bahkan

cenderung ingin menang sendiri. Orang ENTP lebih sesuai menekuni pekerjaan dalam bidang psikologi, hukum pengembangan ilmu pengetahuan atau lembaga konsultasi.

7. Extrovert, Intuition, Feeling, Judging (ENFJ)

ENFJ terkenal dengan kemampuan persuading atau membujuk orang lain dengan sangat meyakinkan. Mereka para ENFJ juga memiliki kepekaan yang tinggi terhadap perasaan orang lain. Hal ini membuat mereka mudah dalam bergaul di samping mereka juga memiliki selera humor yang baik sekaligus ramah terhadap orang lain. Tipe ini juga menyukai tantangan dan cukup sensitif dengan kritik dari orang lain. Karena terlalu memerhatikan perasaan orang lain tidak jarang kurang tegas dalam mengambil keputusan. Pekerjaan yang cukup sesuai untuk tipe ini antara lain konsultan, entertainer, motivator, guru, dan konsultan.

8. Ekstrover, Intuition, Feeling, Perceiving (ENFP)

ENFP begitu optimis dengan sesuatu. Mereka dapat dengan cepat bangkit dari suatu keadaan yang sulit. Selain ramah dan memiliki semangat yang tinggi, ENFP juga memiliki banyak ide kreatif dan imajinatif untuk menyelesaikan suatu masalah. Kemampuan komunikasi yang baik membuat mereka mudah bersosialisasi dan membangun suasana yang positif dengan orang lain. Di samping itu, tipe ini juga dapat mengetahui perasaan orang lain dengan baik, meskipun sedikit kurang disiplin dan tegas dalam mengambil keputusan. Tipe ini cocok dalam pekerjaan seperti pembawa acara, perawat, psikolog, guru dan seniman.

Berbicara mengenai ekstrover kita akan menemukan banyak kelebihan dari sosok ini. 5 kelebihan utama dari ekstrovert adalah

1. Memiliki kemampuan komunikasi yang baik
2. Pandai bergaul
3. Memiliki rasa percaya diri yang tinggi
4. Fleksibilitas
5. Berinisiatif



Mulailah dari sini

Menerapkan prinsip Kaizen adalah cara terbaik. Kaizen adalah suatu filosofi dari Jepang yang terkenal dalam dunia bisnis. Secara bahasa, kai dalam bahasa Jepang berarti perubahan dan zen berarti baik. Inti dari kaizen adalah memfokuskan diri pada pengembangan dan perbaikan yang dilakukan secara terus menerus dan berkesinambungan. Prinsip yang sama juga akan diterapkan dalam membantu ekstrover mencapai perubahan yang diharapkan. Langkah-langkah yang perlu dilakukan adalah langkah kecil tetapi tetap fokus pada tujuan sebagai berikut:

1. Mengenal diri

Jika kalian lupa bagaimana melakukan ini kembalilah pada

bagian awal buku ini. Tiga hal yang perlu kalian lakukan adalah mengenali kelebihan, kelemahan dan potensi yang mungkin kalian kembangkan. Misalnya kelebihan saya adalah pandai berpidato, kelemahan saya sering menjelaskan sesuatu muter-muter tidak to the point, kemudian potensi saya adalah memiliki ide-ide menarik tetapi sulit mengembangkannya.

2. Tentukan tujuan perubahan

Setelah mengetahui diri kita secara baik Langkah selanjutnya adalah membuat tujuan yang jelas dari kelemahan dan potensi yang mungkin dikembangkan Contohnya, kasus yang sama dengan poin 1 di atas dapat dijabarkan pada tujuan yaitu 1) ingin bisa menjelaskan sesuatu secara efektif, dan 2) mampu berpikir kritis analitis.

3. Pecah tujuan kalian menjadi lebih sederhana

Tujuan yang luas akan sulit dicapai. Seperti apa yang dijelaskan pada prinsip Kaizen. Yang perlu dilakukan adalah membuat langkah-langkah kecil. Misalnya, untuk tujuan ingin bisa menjelaskan sesuatu secara efektif Buatlah rencana atau daftar kegiatan yang mungkin bisa dilakukan untuk meningkatkan kemampuan komunikasi efektif. Sebagai contoh:

- a. Mencoba menjelaskan sesuatu dengan menggunakan kalimat sederhana tetapi jelas,
- b. Meminta saran dari teman yang sudah lebih ahli,
- c. Meminta teman mengoreksi praktik kita;
- d. Mencari model misalnya dari Youtube,
- e. Mencoba menjelaskan sesuatu yang umum dulu baru menjelaskannya saat bicara

4. Praktikkan

Merealisasikan rencana yang telah dibuat adalah hal yang cukup sulit. Kalian membutuhkan komitmen yang tinggi untuk secara

kontinyu melakukannya. Jangan pernah menginginkan mencapai target perubahan dengan cepat. Hal ini tidak efektif. Kalian justru membuat perubahan yang kalian buat tidak bertahan lama. Misalnya kalian ingin mempraktikkan untuk menjelaskan sesuatu dengan menggunakan kalimat sederhana tetapi jelas. Tidak perlu kemudian kalian sengaja membuat sebuah diskusi untuk itu. Setiap kali ada kesempatan untuk menjelaskan sesuatu, ingatlah pada tujuan sederhana yang ingin kalian capai. Buatlah kalian secara sadar mencoba melatih hal baru itu. Jika perlu mintalah pendapat lawan bicara Anda dengan pertanyaan “apakah jelas penjelasan saya?”

5. Evaluasilah

Evaluasi ini berperan sebagai indikator keberhasilan kita. Mintalah orang lain untuk secara sadar mengamati kita. Kemudian minta ia memberikan tanggapannya apakah sudah ada perubahan yang positif? Jika belum kembalilah pada langkah ketiga. Ubahlah cara-cara yang akan kita lakukan untuk mencapai tujuan. Praktikkan kembali dan lihat lagi perubahannya. Hal yang terpenting dari memulai sesuatu adalah mempertahankan proses dan mengakhirinya dengan baik. Jika hanya sampai pada tahap memulai maka tujuan yang akan kita raih masihlah jauh. Oleh karena itu dalam melakukan perubahan kalian harus berkomitmen untuk melakukannya secara tuntas.

Ada tiga kegagalan ekstrovert gagal dalam mendaftar suatu pekerjaan:

1. Terlalu percaya diri
2. Kemampuan analisis kurang
3. Tidak fokus/kurang komitmen.

Kesimpulannya adalah hidup adalah sebuah pilihan. Mau menjadi baik atau sebaliknya tergantung pada diri kita sendiri. Menjadi ekstrover yang sukses atau sebaliknya juga tergantung pada pilihan sikap kita sendiri. Memiliki kelebihan yang banyak tidak menjamin kita akan berhasil. Memiliki kelemahan

yang banyak pun tidak berarti kita akan gagal. Banyak harapan di balik orang-orang yang cerdas dan berstrategi.

Ekstrover memiliki potensi kelebihan yang luar biasa yaitu komunikasi baik, pandai bergaul, percaya diri, fleksibel dan berinisiatif. Mereka hanya perlu mempertahankan potensi itu tetap positif. Tidak jatuh pada over-confident, over-show off, over-talking, dan over-doing. Selain itu mereka juga perlu melatih kemampuan analisisnya dan komitmennya untuk menja tantangan khususnya dalam dunia karier.

Setiap orang memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sukses Saya yakin kalian para ekstrover adalah bagian dari orang-orang yang sukses itu. Tidaklah muluk-muluk yang perlu dilakukan. Kalian hanya perlu mengenal lebih dalam diri kalian sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Selanjutnya kalian perlu membuat rencana perbaikan dan pengembangan diri step-by step dan little by little. Mengubah dan melatih diri sedikit demi sedikit ke arah yang positif. Ini adalah salah satu jalan untuk menjadi pribadi yang unggul dan mudah dalam meraih karier impian.