



Pemanfaatan Grafologi sebagai Media Pengenalan Diri dan Peningkatan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Utilization of Graphology as a Media for Self-Introduction and Increasing Self-Confidence in Psychology Students at Sahid University Surakarta

Emalia Yunika^{1*}, Anniez Rachmawati Musslifah²

^{1,2}Universitas Sahid Surakarta, Indonesia

Korespondensi penulis: emaliayunika57@gmail.com*

Article History:

Received: Desember 10, 2024;

Revised: Desember 24, 2024;

Accepted: Januari 09, 2025;

Published: Januari 11, 2025

Keywords: *Graphology, Self-Confidence, Psychology Student*

Abstract: *Basically everyone has self-confidence, but everyone's self-confidence is different. There are many people who are inferior to themselves and many who are confident, but they show different behaviors. Not everyone has confidence, and some people lack confidence. Graphology is based on the relationship with one's subconscious mind, while handwriting arises from the reflection of one's subconscious mind, so the two can be connected. Community service activities are carried out with a structured and gradual approach in order to achieve predetermined goals. The results achieved show a significant increase in student understanding which is characterized by increased self-confidence and previously unknown graphology knowledge. The advantage of this activity is the interactive speaker approach that stimulates active student participation. For further development, it is recommended to hold further training with a longer duration and focus on other knowledge with graphology, as it is considered important for the expansion of student knowledge.*

Abstrak.

Pada dasarnya setiap orang mempunyai rasa percaya diri, namun rasa percaya diri setiap orang berbeda-beda. Ada banyak orang yang minder dengan dirinya sendiri dan banyak juga yang percaya diri, namun mereka menunjukkan perilaku yang berbeda. Tidak semua orang memiliki kepercayaan diri, dan beberapa orang kurang percaya diri. Grafologi didasarkan pada hubungan dengan pikiran bawah sadar seseorang, sedangkan tulisan tangan muncul dari refleksi pikiran bawah sadar seseorang, sehingga keduanya dapat dihubungkan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan pendekatan yang terstruktur dan bertahap guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hasil yang dicapai menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pemahaman siswa yang ditandai dengan meningkatnya rasa percaya diri dan pengetahuan grafologi yang sebelumnya belum diketahui. Keunggulan kegiatan ini adalah pendekatan pembicara yang interaktif sehingga merangsang partisipasi aktif mahasiswa. Untuk pengembangan lebih lanjut, disarankan untuk mengadakan pelatihan lebih lanjut dengan durasi yang lebih lama dan fokus pengetahuan lain dengan grafologi, karena dianggap penting untuk perluasan pengetahuan mahasiswa.

Kata kunci: Grafologi, Kepercayaan Diri, Mahasiswa Psikologi

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan ada beberapa proses untuk meningkatkan mutu pendidikan dan mutu hidup. Pendidikan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga memperkuat karakter dan nilai-nilai moral seseorang. Melalui pendidikan, masyarakat dapat mengembangkan keterampilan berpikir kritis dan kreatif yang mereka butuhkan untuk menghadapi tantangan kehidupan modern.

Selain itu, pendidikan berfungsi sebagai alat penciptaan kekayaan (Sujana, 2019). Pendidikan membentuk pola pikir masyarakat Indonesia, mengedepankan cita-cita perjuangan, mengembangkan manusia yang berkarakter, berilmu, disiplin dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta berperan dalam pengembangan pendidikan dan bermain. Melalui pendidikan, individu dilatih untuk berpikir kritis, analitis, dan kreatif. Pertanyaan-pertanyaan seperti pengendalian diri, pengetahuan diri, pengendalian diri, dan kepercayaan diri sering muncul. Percaya diri artinya optimis terhadap tindakan, mempunyai keinginan untuk berprestasi, sadar akan kelebihan dan kekurangan diri, mampu berbuat dengan leluasa sesuai keinginan, mampu bertanggung jawab, dan percaya diri pada kemampuan diri dan kepercayaan.

Pada dasarnya setiap orang mempunyai rasa percaya diri, namun rasa percaya diri setiap orang berbeda-beda. Ada banyak orang yang minder dengan dirinya sendiri dan banyak juga yang percaya diri, namun mereka menunjukkan perilaku yang berbeda. Tidak semua orang memiliki kepercayaan diri, dan beberapa orang kurang percaya diri. Semua individu dapat hidup dengan percaya diri penuh asalkan mereka terus melatih dan mengembangkannya. Faktanya, beberapa orang tampaknya terlahir dengan kepercayaan diri yang mutlak. Pada kenyataannya, kepercayaan diri datang dari kombinasi pola pengasuhan dan peristiwa yang terjadi selama perkembangan.

Dapat disimpulkan cara meningkatkan rasa kepercayaan diri dapat kita jelaskan melalui penilaian diri yang obyektif. Ini berarti belajar bagaimana mengevaluasi diri sendiri secara obyektif dan jujur dengan membuat daftar pribadi. Melihat prestasi apa saja yang telah Anda raih, keterampilan apa yang Anda miliki, hambatan apa saja yang Anda hadapi dalam pengembangan pribadi Anda, dan lakukan SWOT (*Strengths, Weaknesses, Opportunities, Treatments*), untuk menerapkan strategi pengembangan diri yang lebih realistis.

Oleh karena itu, penting untuk mengetahui apakah pengembangan pribadi Anda mencapai tingkat optimal. Jika Anda tahu, Anda akan tahu. Mengetahui diri sendiri berarti memperoleh pengetahuan tentang keutuhan diri sendiri, yaitu mengenali kekuatan dan kelemahan Anda, kekurangan dan kelemahan Anda. Ketika kita memahami diri sendiri dengan benar, kita juga mengetahui pemahaman diri yang benar dan berusaha mengembangkan aspek positif kita dan mengatasi atau menghilangkan aspek negatif kita.

Tulisan tangan sering disebut-sebut sebagai indikator ciri-ciri kepribadian yang diekspresikan melalui pola neurologis di otak. Dengan kata lain, otak atau pikiran bawah sadar kita dapat membentuk kepribadian kita berdasarkan kebiasaan kita. Perubahan

tulisan tangan tergantung pada keadaan psikologis seseorang, seperti kesehatannya (baik atau buruk), siklus tubuh (sehat atau lelah), dan kondisi fisik (senang atau sedih). Saat saya menulis, terjadi gerakan-gerakan kecil yang bahkan tidak saya sadari. Setiap gerakan mengungkapkan kepribadian senimannya. Metode yang saat ini digunakan untuk menganalisis tulisan tangan dikenal sebagai psikoanalisis atau disebut juga grafologi. Grafologi memungkinkan Anda untuk fokus dalam menafsirkan kepribadian dan ciri-ciri kepribadian seseorang dengan menganalisis tulisan tangannya. Grafologi bisa kita andalkan untuk mengetahui kepribadian seseorang.

Di Indonesia sendiri, grafologi belum berkembang secara optimal. Sebab, belum ada ahli grafologi yang bisa memberikan pengetahuan tersebut kepada masyarakat luas. Perkembangan grafologi di Indonesia pada umumnya diposisikan hanya sebagai teori dalam mata kuliah psikologi dan sebagai alat psikodiagnostik atau tes psikologi di kota-kota besar. Meski kini banyak kebutuhan manusia yang beralih ke teknologi, namun grafologi dinilai masih sangat bermanfaat. Terlebih lagi, keakuratan penilaian tulisan tangan sangat berguna dalam banyak bidang.

Penelitian ekstensif telah dilakukan di bidang grafologi, termasuk kontur dasar tulisan tangan, pengenalan huruf alfabet, tepi tulisan tangan, spasi baris, garis miring, dll., dan fitur tulisan tangan yang paling mengesankan yang digunakan dalam penelitian tulisan tangan sedang dilakukan pada parameter. , kemiringan dan ketajaman tepi kata, ukuran huruf, kepadatan huruf, kecepatan menulis, dan keteraturan penulisan. Grafologi merupakan salah satu cabang ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang penafsiran kepribadian, kepribadian, dan rasa percaya diri seseorang melalui tulisan tangannya. Tulisan tangan lahir dari ide dan pemikiran yang ada di otak manusia. Setiap orang mempunyai pola tulisan tangan yang unik, mirip dengan sidik jari.

Program seminar ini bertujuan untuk memperluas ilmu grafologi dapat digunakan untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri mahasiswa Universitas Sahid Surakarta. Salah satu tujuan utama dari program ini adalah untuk mahasiswa dapat mengenal diri mereka sendiri dan mengembangkan rasa percaya diri yang belum mereka ketahui. Selain itu, penggunaan grafologi juga dikedepankan dalam program ini.

Program seminar ini dirancang unruk menambah ilmu pengetahuan mengenai ilmu Grafologi yang bisa digunakan untuk mengenal dan mengetahui kepercayaan diri di kalangan mahasiswa Universitas Sahid Surakarta. Salah satu tujuan utama dari program ini adalah untuk dapat mengenal diri dan dapat mengetahui kepercayaan diri yang belum

diketahui oleh mahasiswa. Selain itu, pemanfaatan grafologi juga menjadi fokus utama dalam program ini.

2. KAJIAN TEORITIS

Grafologi

Grafologi adalah ilmu yang menggambarkan kepribadian berdasarkan hubungan antara pikiran bawah sadar dan tulisan tangan. Kepribadian adalah integrasi ciri-ciri psikologis, sosial, moral, dan karakter yang ditunjukkan seseorang melalui interaksi dengan orang lain (Schultz, 1977). Pada akhir abad ke-19, Abbé Michon, seorang psikolog dari Paris, dalam publikasi penelitiannya selama puluhan tahun yang meneliti ribuan sampel tulisan tangan, menerbitkan sebuah grafik yang terdiri dari kata Yunani *graphene* (tulisan) dan *logos* (sains). istilah logika. (Ploog, 2014).

Penelitian ekstensif telah dilakukan di bidang grafologi, termasuk kontur dasar tulisan tangan, pengenalan huruf alfabet, tepi tulisan tangan, spasi baris, garis miring, dll., dan fitur tulisan tangan yang paling mengesankan yang digunakan dalam penelitian tulisan tangan sedang dilakukan pada parameter. , kemiringan dan ketajaman tepi kata, ukuran huruf, kepadatan huruf, kecepatan menulis, dan keteraturan penulisan.

Grafologi didasarkan pada hubungan dengan pikiran bawah sadar seseorang, sedangkan tulisan tangan muncul dari refleksi pikiran bawah sadar seseorang, sehingga keduanya dapat dihubungkan. Manfaat grafologi sendiri tidak hanya sebatas menilai dan menganalisis kepribadian seseorang berdasarkan tulisan tangannya saja.

Kepercayaan Diri

Rasa kepercayaan diri merupakan rasa bangga dan tanggung jawab yang timbul dari kepercayaan dan keyakinan terhadap kemampuan diri serta kemampuan ekspresi diri yang positif. Ini berarti menerima diri sendiri apa adanya (Brewer, 2005).

Hakim (2002) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan bentuk motivasi manusia yang paling tinggi. Keyakinan akan memunculkan sisi terbaik dari diri seseorang. Hal ini membutuhkan waktu dan kesabaran, namun tidak menghalangi kebutuhan untuk melatih orang-orang dalam menggunakan keterampilan mereka untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka. Davies (2004) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah pandangan seseorang terhadap harga diri dan kewajibannya sebagai pribadi. Lebih lanjut ia menjelaskan, percaya diri adalah seseorang yang memiliki kualitas unik dalam dirinya.

Kepercayaan diri adalah kemauan untuk menghadapi tantangan yang paling ditakuti dan keyakinan bahwa apa pun yang terjadi, mereka akan mampu menanganinya seperti yang diharapkan. Kepercayaan yang diperoleh seseorang dari orang lain sangatlah bermanfaat bagi pengembangan kepribadiannya. Ketika orang mendapatkan kepercayaan orang lain, mereka merasa dihargai, dihormati, dan bahwa orang lain berperilaku secara bertanggung jawab.

3. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul Pemanfaatan Grafologi Sebagai Media Pengenalan Diri Dan Peningkatan Kepercayaan Diri dilaksanakan dengan pendekatan yang terstruktur dan bertahap guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Sasaran kegiatan ini adalah mahasiswa psikologi di Universitas Sahid Surakarta, khususnya mahasiswa semester 5 untuk mengikuti program tersebut.

Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan konsultasi dan koordinasi dengan pengelola program psikologi dan pengelola bagian pelayanan psikologi. Tujuan dari tahap ini adalah untuk mengumpulkan informasi tentang kebutuhan belajar mahasiswa dengan dukungan penuh dari program studi psikologi. Diskusi ini juga sangat penting untuk memahami konteks lokal agar materi yang disampaikan dapat disesuaikan dengan konteks siswa. Setelah diskusi awal, informasi mengenai kebutuhan mahasiswa mengenai mata kuliah grafologi dan pembelajaran kepercayaan diri menulis tangan dikumpulkan melalui proses brainstorming dengan instruktur. Tujuan dari proses ini adalah untuk mengidentifikasi kendala yang dihadapi mahasiswa dan menentukan apa yang akan diajarkan selama seminar.

Berdasarkan hasil brainstorming, dikembangkan materi pelatihan yang berfokus pada pengenalan grafologi, kepercayaan diri, dan analisis grafologi kepercayaan diri. Materi telah dikembangkan secara sistematis dengan mempertimbangkan kebutuhan peserta dan disesuaikan untuk penyampaian dalam kerangka metodologi seminar. Persiapan teknis juga dilakukan seperti pengadaan perlengkapan presentasi dan materi praktik untuk memastikan kegiatan berjalan lancar dan peserta memahami seluruh materi.

Kegiatan berlangsung dalam bentuk seminar dan workshop interaktif, dimana mahasiswa tidak hanya mendengarkan penjelasan teori saja, namun juga ikut praktik dan ikut analisis langsung bersama. Seminar berdurasi 3 jam ini akan memberikan peserta tidak hanya pemahaman teoritis tentang konsep hubungan antara grafologi dan rasa percaya diri,

namun juga mempraktekkannya secara langsung dengan mengikuti sesi seperti analisis tulisan tangan interaktif.

Dalam hal ini dijelaskan siapa pelaku pelayanan, lokasi dan lokasi pelayanan, keterlibatan masyarakat yang dilayani dalam proses perencanaan dan pengorganisasian masyarakat, serta metode atau strategi penelitian yang digunakan untuk mencapai tujuan dan tahapan yang diharapkan. Pekerjaan amal layanan. Gambar atau diagram flowchart digunakan dalam proses perencanaan dan strategi atau metodologi.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat



4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjudul “Pemanfaatan Grafologi Sebagai Media Pengenalan Diri dan Peningkatan Rasa Percaya Diri Mahasiswa Psikologi Universitas Sahid Surakarta” ini memberikan dampak positif terhadap perluasan ilmu grafologi mahasiswa psikologi, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan dari grafologi. Materi ini bercirikan mengetahui rasa percaya diri dan meningkatkan rasa percaya diri yang ditunjukkan dalam analisis beserta tulisan tangan. Kelebihan kegiatan ini adalah pendekatan interaktif pembicara mendorong partisipasi aktif mahasiswa. Namun terdapat berbagai tantangan, antara lain: Misalnya: keterbatasan waktu dan kesempatan, hambatan yang menghalangi Anda mencapai hasil maksimal.

Untuk pengembangan lebih lanjut, kami menyarankan untuk melakukan pelatihan lebih lanjut dengan durasi yang lebih lama dan fokus pada materi grafologi yang lebih spesifik. Selain itu, dukungan tambahan berupa fasilitas dan sumber daya juga diperlukan agar kementerian ini dapat memberikan dampak yang lebih berkelanjutan dan luas.

Kegiatan pengabdian masyarakat bertajuk “Pemanfaatan Grafologi Sebagai Media Pengenalan Diri dan Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Psikologi Universitas Sahid Surakarta” ini akan memberikan pengetahuan tentang grafologi, ekspresi diri, dan hubungan antara grafologi dengan diri memperluas. Program ini juga mempunyai hasil kognitif yang penting dalam beberapa hal.

Tahap pertama diawali dengan melakukan penelitian dan koordinasi dengan pengurus program psikologi, pengurus departemen layanan psikologi, dan narasumber. Konsultasi mendalam dilakukan untuk memahami keadaan dan kebutuhan siswa yang menjadi sasaran program. Berdasarkan hasil jajak pendapat ini, mengingat masih banyak masyarakat yang belum mengetahui muatan grafologi, maka tema percaya diri melalui grafologi sangat relevan dengan kebutuhan mahasiswa dan juga dianggap wajib untuk mata kuliah tersebut ada.

Setelah koordinasi, informasi dikumpulkan melalui brainstorming dengan narasumber untuk menyiapkan materi yang sesuai dengan situasi. Disepakati bahwa materi ini akan fokus pada membangun rasa percaya diri melalui grafologi, karena dianggap penting dalam memperluas pengetahuan siswa. Seminar ini bertujuan untuk memberikan solusi bagi mahasiswa untuk memperluas pengetahuannya di luar mata kuliah yang telah diambilnya.

Materi yang dikembangkan akan disajikan secara sistematis dalam seminar interaktif selama 3 jam. Kegiatan ini dibagi menjadi beberapa sesi. Yang pertama adalah foto bersama peserta, pembicara, dan dosen psikologi. Sesi kedua berisi pemaparan materi grafologi dan analisis tulisan tangan dengan penuh percaya diri yang belum banyak diketahui oleh siswa. Sesi ketiga merupakan latihan kolaboratif dimana seluruh peserta membawa alat dan bahan serta berpartisipasi dalam analisis bersama pembicara. Sesi terakhir adalah sesi tanya jawab. Pada sesi ini, seluruh mahasiswa mempunyai kesempatan untuk bertanya kepada narasumber mengenai materi yang disampaikan dan praktik yang diajarkan.



Gambar 1. Sesi Foto Bersama



Gambar 2. Pemaparan Materi dan Sesi Tanya Jawab

Kegiatan seminar ini banyak memberikan dampak positif bagi para mahasiswa yang mengikuti rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir, seperti meningkatkan pemahaman dan kepercayaan diri mahasiswa. Hal ini memungkinkan siswa untuk tidak hanya memperoleh pengetahuan teoretis baru, tetapi juga lebih mengembangkan keterampilan analitis dan keterampilan penilaian diri mereka. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi mahasiswa karena dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan memperoleh tidak hanya teori namun juga bukti nyata dari kehidupan masyarakat.

Hasil dari kegiatan ini terlihat dari pemahaman materi yang disampaikan oleh narasumber dengan tema “Pemanfaatan Grafologi sebagai Media Pengenalan Diri dan Meningkatkan Rasa Percaya Diri”. Hal ini tercermin dari antusias mahasiswa selama kegiatan berlangsung, aktif mengikuti diskusi dan latihan serta bertanya mengenai materi.

Selama kegiatan tersebut pemateri juga menyampaikan rasa terima kasihnya kepada para mahasiswa yang mempraktekkan ilmu yang telah dipelajarinya. Meskipun seminar ini telah memberikan dampak positif, namun ada beberapa kendala yang harus diperhatikan ketika mengembangkan pekerjaan di masa depan. Kelemahannya adalah keterbatasan waktu, tidak semua siswa mempunyai waktu untuk berkonsentrasi penuh dalam latihan. Selain itu, keterbatasan fasilitas dan sumber daya di venue juga menjadi tantangan yang perlu diatasi dalam kegiatan selanjutnya. Secara keseluruhan kegiatan ini memberikan dampak yang besar terhadap peningkatan kemampuan, keterampilan dan pengetahuan mahasiswa.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pegabdian kepada masyarakat berjudul “Pemanfaatan Grafologi sebagai media pengenalan diri dan meningkatkan rasa percaya diri pada mahasiswa Psikologi Universitas Sahid Surakarta” merupakan kegiatan seminar, dan memahami materi mampu memberikan dampak positif, dari pengenalan diri dan peningkatan kepercayaan diri.

Hasil yang dicapai menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pemahaman siswa yang ditandai dengan meningkatnya rasa percaya diri dan pengetahuan grafologi yang sebelumnya belum diketahui. Keunggulan kegiatan ini adalah pendekatan pembicara yang interaktif sehingga merangsang partisipasi aktif mahasiswa. Namun terdapat berbagai tantangan, antara lain: Misalnya: keterbatasan waktu dan kesempatan, hambatan yang menghalangi Anda mencapai hasil maksimal.

Untuk pengembangan lebih lanjut, disarankan untuk mengadakan pelatihan lebih lanjut dengan durasi yang lebih lama dan fokus pengetahuan lain dengan grafologi, karena dianggap penting untuk perluasan pengetahuan mahasiswa. Seminar ini bertujuan untuk memberikan solusi perluasan pengetahuan kepada mahasiswa di luar mata kuliah yang diambilnya. Selain itu, dukungan tambahan berupa fasilitas dan sumber daya juga diperlukan agar kementerian ini dapat memberikan dampak yang lebih berkelanjutan dan luas.

DAFTAR REFERENSI

- Brewer, M. B., & Hewstone, M. (2005). *Emotional and motivation*. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
- Davies, P. (2004). *Meningkatkan rasa percaya diri*. Yogyakarta: Torrent Books.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Sujana, I. W. (2019). Fungsi dan tujuan pendidikan Indonesia. *Jurnal Pendidikan*, 29, 12-18.
- Ploog, H. (2014). *Handwriting psychology: Personality reflected in handwriting*. Bloomington: Universe LLC.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2019). *Organizational behavior* (18th ed.). Pearson.
- Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2002). *Self-esteem and self-confidence*. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(4), 396-410. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.4.396.22586>
- Lieberman, M. D. (2013). *Social: Why our brains are wired to connect*. New York: Crown Publishing Group.
- Purnomo, B. W. (2017). *Pengaruh grafologi terhadap peningkatan kepercayaan diri pada mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 55-65.