



Judul Buku	: SIAPA AKU? APA BAKATKU?
Penulis	: Prabu Ganendra
Penerbit	: Semesta Hikmah
Tahun Terbit	: 2019
ISBN	: 978-602-51994-3-1
Jumlah Halaman	: 154 halaman

Setiap manusia memiliki jati diri dalam dirinya. Jati diri merupakan bagian dari kepribadian seseorang yang melekat dengan aspek-aspek psikologis yang bertujuan untuk mengenal lebih jauh mengenai siapa dirinya (*who am i ?*) dan merupakan proses pemaknaan sebuah tujuan hidup seseorang dalam menjalani kehidupan di bumi ini. Hidup adalah sebuah nikmat terbesar yang diberikan oleh Tuhan bagi kita yang patut kita syukuri. Berbagai berkat dan karunia yang diberikan oleh Tuhan seperti bakat, minat, talenta, serta kemampuan yang bersifat akademik maupun non akademik adalah hal yang harus kita temukan dalam diri kita. Tentunya, setiap orang memiliki bakat, minat, dan talenta dalam dirinya yang menjadi pondasi serta kelebihan bagi orang tersebut. Pondasi ini terbentuk dari pengenalan jati diri dan pemaknaan hidup yang tentunya berpedoman pada ilmu agama serta ilmu dalam pendidikan akademik. Namun, banyak juga individu yang masih sulit dalam menemukan jati dirinya, mulai dari kebingungan dengan minat dan bakatnya, sulit untuk mengenal dirinya, sulit untuk menetapkan dan mencapai tujuan, dan mengalami kegagalan. Hal seperti ini sangat berdampak buruk bagi kesehatan mental seseorang karena dapat

menjadi sumber penyakit psikis maupun medis. Adapun dampak ketika seseorang tidak mengetahui kelebihan dan kekurangan dalam dirinya adalah munculnya rasa takut, cemas, merasa dirinya dan yang lebih parah adalah munculnya gangguan mental seperti depresi. Namun ada kalanya dimana seseorang sadar akan kesalahan yang telah dilakukannya dan berusaha bangkit dari kegagalan serta berusaha untuk mengenal dirinya lebih dalam lagi.

Salah satu sumber buku yang bisa menjelaskan berbagai macam proses pengenalan diri dan mengenal jati diri adalah buku yang berjudul “Siapa aku? Apa Bakatku?” yang ditulis oleh Prabu Ganendra. Dalam buku ini, penulis memberikan ilmu yang menjelaskan mengenai cara mengenal diri sendiri mulai dari mengetahui kelebihan dan kekurangan, cara untuk menghilangkan rasa takut, cara untuk meningkatkan percaya diri, dan cara untuk bangkit dari kegagalan. Selain itu, penulis juga memberikan pengetahuan mengenai pengenalan diri melalui pendekatan psikologis dari teori kepribadian yang membantu pembaca untuk mengenal diri. Tentunya buku ini disajikan dalam bahasa yang mudah dimengerti dan menggunakan bahasa sehari-hari. Penulis juga memberikan ilustrasi kehidupan sehingga pembaca bisa mengambil contoh inspiratif dalam buku ini.

Jika Anda memiliki ketertarikan dalam mengenal diri dan menemukan jati diri Anda beserta penerapan dari konsep psikologi untuk menjadi pribadi yang lebih baik, buku ini tersedia di Perpustakaan Universitas Pembangunan Jaya. Selamat Membaca!

Oleh :

Nama : Dimas Dear Pratama

Prodi : Psikologi

NIM : 2015031011