



## **Edukasi “*Be An Effective and Adaptable Teenagers*” Di Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah**

**Sitti Rahmah Marsidi<sup>1</sup>, Intan Widyaningrum<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul

Email: [sitti.rahmah@esaunggul.ac.id](mailto:sitti.rahmah@esaunggul.ac.id)

### **Abstrak**

Remaja sebagai masa peralihan memiliki tuntutan terhadap tugas perkembangan yang membuatnya mulai mencari jati diri yang memunculkan banyak pertanyaan terhadap dirinya dan lingkungan. Selain itu, adanya stereotip budaya mengenai remaja memunculkan ketakutan pada remaja untuk meminta bantuan orang dewasa ketika mereka memiliki masalah. Kurangnya peran keluarga akan menghambat pemahaman dan perkembangan nilai-nilai dan karakter positif pada remaja. Remaja membutuhkan penanaman nilai-nilai dan karakter positif untuk menjadi remaja yang efektif dan adaptif. Oleh karena itu, pemberian edukasi diperlukan untuk menanamkan nilai-nilai dan karakter positif pada remaja di yayasan panti asuhan. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi melalui sesi sharing tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey untuk menjadi remaja yang efektif dan adaptif pada remaja Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 9 Juli 2023 secara tatap muka (*offline*) yang dihadiri oleh 10 remaja. Hasil pengukuran pemahaman materi menunjukkan 7 remaja mengalami kenaikan nilai, 2 remaja mendapatkan nilai yang tetap, dan 1 remaja mengalami penurunan nilai.

**Kata kunci:** Kebiasaan positif, remaja

### **Abstract**

Teenagers as a transitional period have demands on developmental tasks that make them begin to search for identity which raises many questions about themselves and their environment. In addition, the existence of cultural stereotypes about teenagers raises fear in teenagers to ask adults for help when they come across challenges in life. Lack of family roles will hinder the understanding and development of positive values and characters in teenagers. Teenagers need to instill positive values and characters to become effective and adaptive teenagers. Therefore, providing education is necessary to instill positive values and character in teenagers in orphanage foundations. This community service aims to provide education through sharing sessions about 7 habits of Stephen R. Covey to become effective and adaptive teenagers among the young people of The Intifa Al-Ikhwaniyah Foundation. This activity was carried out on July 9, 2023 face to face (*offline meeting*) which was attended by 10 people. The results of measuring understanding of the material showed that 7 people experienced an increase in score, 2 people received a fixed score, and 1 person experienced a decrease in score.

**Keywords:** Positive habits, Teenagers

---

Article Info

Received date: 14 August 2023

Revised date: 17 August 2023

Published date: 29 August 2023

---

## A. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang berlangsung pada usia 13 – 18 tahun (Hurlock, 2002). Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan fisik dan psikologis yang sangat pesat. Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 2002) remaja memiliki tugas perkembangan dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang membuatnya mulai mencari jati diri, seperti memahami siapa dirinya dan apa yang akan dilakukannya di masa depan.

Masa remaja juga seringkali menjadi masa yang menimbulkan masalah dan ketakutan (Hurlock, 2002). Adanya stereotip budaya yang mengatakan bahwa remaja adalah anak-anak yang cenderung melakukan kesalahan sehingga perlu diawasi dan dibimbing oleh orang dewasa, menyebabkan terjadinya pertentangan antara remaja dengan orang dewasa. Pertentangan tersebut mengakibatkan remaja menjadi takut untuk meminta bantuan pada orang dewasa ketika memiliki masalah, sehingga memunculkan permasalahan dan perasaan takut lainnya.

Remaja sebagai generasi penerus bangsa memiliki peranan penting dalam tatanan kehidupan. Remaja diharapkan dapat tumbuh menjadi orang dewasa yang mampu bertanggung jawab atas keberlangsungan bangsanya (Efiyanti & Wahyuni, 2019). Tumbuh kembang remaja dalam pemenuhan peran sebagai generasi bangsa dapat dilihat salah satunya dari tingkat kematangan nilai-nilai dan karakter yang diterapkan dalam kehidupannya.

Remaja memerlukan pembentukan nilai-nilai dan karakter yang sederhana namun efektif untuk membantunya dalam menghadapi dan menyelesaikan masa remaja dengan baik. Keluarga berperan penting dalam mengajari nilai-nilai kehidupan yang membentuk karakter dan menentukan sikap remaja terhadap tantangan dan tuntutan lingkungan (Ariyati & Dimyati, 2019). Namun, tidak semua

remaja memiliki keluarga yang utuh, seperti remaja yatim piatu yang tidak memiliki salah satu atau kedua orang tuanya.

Kebutuhan remaja yatim piatu tidak lagi terpenuhi sepenuhnya karena tidak adanya figur orang tua yang melindungi serta memenuhi kebutuhan tersebut (Efiyanti & Wahyuni, 2019). Remaja yatim piatu menghadapi persoalan yang tidak sederhana. Selain menghadapi fase pertumbuhan alami yang rentan menimbulkan konflik psikologis, status sebagai remaja yatim piatu sendiri pun sudah menuai persoalan tersendiri. Remaja yatim piatu lebih rentan mengalami tekanan psikologis yang dapat menghambat perkembangan dirinya dan menimbulkan perilaku negatif (Suseno, 2013). Oleh karena itu, untuk menjaga kesinambungan tumbuh kembang remaja yatim piatu sangat dibutuhkan keterlibatan dari banyak pihak.

Pembentukan nilai-nilai dan karakter pada remaja dapat dilakukan dengan menanamkan suatu kebiasaan yang positif. Salah satu tokoh bernama Stephen R. Covey dalam bukunya yang berjudul *"The 7 Habits of Highly Effective People"* memaparkan konsep tentang bagaimana suatu kebiasaan baik dapat membuat remaja lebih efektif dan adaptif dalam kehidupannya. Covey (1998) mengatakan *"Kita adalah apa yang kita kerjakan berulang-ulang, keunggulan bukanlah suatu perbuatan, melainkan sebuah kebiasaan. Taburlah gagasan, tuailah perbuatan. Taburlah perbuatan, tuailah kebiasaan. Taburlah kebiasaan, tuailah karakter. Taburlah karakter, tuailah nasib"*. Covey (1998) memberikan konsep bahwa karakter pada dasarnya adalah sesuatu yang terbentuk dari kebiasaan-kebiasaan. Untuk membentuk karakter, diperlukan internalisasi kebiasaan mulai dari memahami apa yang harus dilakukan dan bagaimana menerapkan mekanisme perilaku yang terarah secara berkesinambungan.

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh tim penulis di Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah yang berada di Bekasi melalui sesi *sharing* tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey yang dapat diterapkan untuk menjadi remaja yang efektif dan adaptif. Dengan demikian meskipun tinggal di yayasan panti asuhan, mereka tetap

bisa memiliki karakter atau kebiasaan yang positif sebagai remaja yang efektif dan adaptif dalam menjalani kehidupan.

## B. METODOLOGI

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan berbentuk Program Kemitraan Masyarakat (PKM). Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan berupa sesi *sharing* pada remaja di Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah. Sesi *sharing* dilaksanakan pada tanggal 9 Juli 2023 secara tatap muka (*offline*). Peserta yang hadir berjumlah 10 orang. Kriteria peserta edukasi adalah remaja Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah dan bersedia mengikuti kegiatan sampai selesai. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu remaja di Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah agar dapat memahami serta menerapkan kebiasaan-kebiasaan positif yang dapat membentuk karakter positif sehingga remaja dapat menjalani kehidupannya secara efektif dan adaptif. Dengan Pengabdian kepada Masyarakat ini pula, peserta diharapkan memiliki pengetahuan mengenai kebiasaan-kebiasaan positif yang dapat membentuk karakter positif mereka.

Mitra dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah yang berlokasi di Jalan Pondok Ungu Permai, RT/RW 004/010, Kali Abang Tengah, Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat. Yayasan ini memiliki 10 orang anak panti binaan yang semuanya berjenis kelamin laki-laki. Berikut ini adalah foto tampak depan dari Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah:

### Gambar 1.

*Foto Tampak Depan Mitra*



Sebelum dilakukannya sesi *sharing*, tim penulis membuat model peraga dan perlengkapan lainnya. Sesi *sharing* dilaksanakan dalam bentuk ceramah, diskusi materi, dan games. Pelaksanaan sesi *sharing* berlangsung sekitar 120 menit dimulai dari *pretest*, pemaparan materi, dan *posttest*. Adapun materi yang diberikan pada pengabdian kepada masyarakat ini yaitu mengenai 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey untuk menjadi remaja yang efektif dan adaptif.

Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah terdiri dari:

1. Persiapan kegiatan, yaitu peserta edukasi mengisi *pretest* untuk mengetahui pemahaman peserta sebelum diberikan edukasi.

## Gambar 2

*Pengerjaan Pretest*



2. Melakukan *games* untuk mengenali kelebihan dan kelemahan diri. Peserta akan bergiliran mengisi informasi kelebihan dan kelemahan pada setiap kertas dari masing-masing peserta.

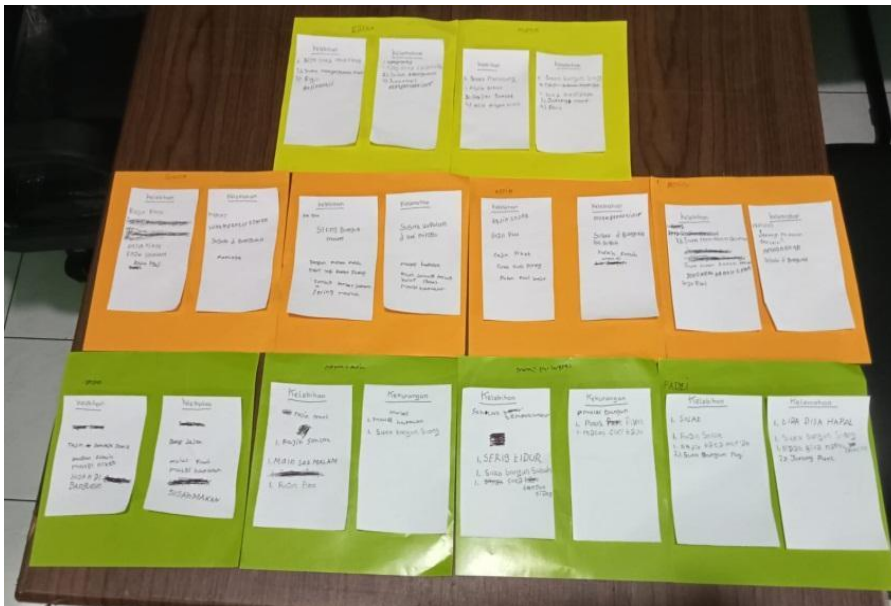
Gambar 3

Games kelebihan dan kelemahan diri



Gambar 4

Hasil pengisian kelebihan dan kelemahan oleh setiap peserta



3. Penyampaian materi sesi *sharing* tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey untuk menjadi remaja yang efektif dan adaptif melalui ceramah dan tanya jawab.

**Gambar 5**

*Pemaparan Materi 7 Habits Stephen R. Covey*



4. Penutupan kegiatan, peserta edukasi mengisi *posttest* dan pemberian cendera mata.

**Gambar 6**

*Tim abdimas dan peserta edukasi*

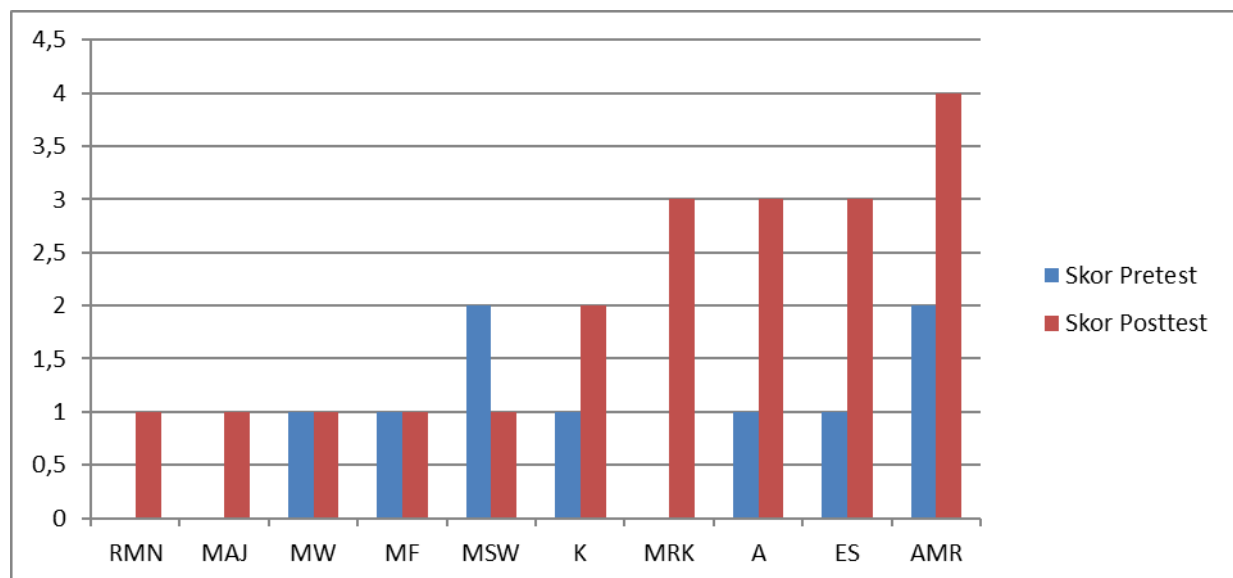


### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil atau luaran Pengabdian kepada Masyarakat ini berupa peningkatan pemahaman mengenai kebiasaan-kebiasaan positif yang dapat membentuk karakter positif remaja di Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah. Pengetahuan tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey untuk menjadi remaja yang efektif dan adaptif pada remaja Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah diukur menggunakan kuesioner *pretest* dan *posttest*.

#### Grafik 1

*Pengukuran pemahaman materi tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey*



Hasil pengukuran pemahaman materi tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey pada grafik 1 menunjukkan 7 remaja (70%) mengalami kenaikan nilai, 2 remaja (20%) mendapatkan nilai yang tetap, dan 1 remaja (10%) mengalami penurunan nilai. Selama sesi *sharing* materi dan *games*, peserta memperhatikan pemateri dan aktif bertanya serta berdiskusi dengan pemateri.

**Tabel 1**

*Hasil feedback sesi sharing materi tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey*

| No | Peserta | Apakah kebiasaan atau sikap yang disampaikan pemateri akan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari | Kebiasaan atau sikap apa yang akan diterapkan ke depannya | Seberapa bermanfaat materi yang diberikan | Seberapa jelas materi yang disampaikan |
|----|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------|
| 1  | AMR     | Ya                                                                                                | Berusaha mengejar cita-cita                               | Sangat Bermanfaat                         | Sangat Jelas                           |
| 2  | MRK     | Ya                                                                                                | Lebih rajin piket, berusaha mengejar cita-cita            | Cukup Bermanfaat                          | Sedikit Jelas                          |
| 3  | MSW     | Ya                                                                                                | Rajin salat dan belajar                                   | Sangat Bermanfaat                         | Jelas                                  |
| 4  | RMN     | Ya                                                                                                | Rajin piket dan hafalan malam                             | Sangat Bermanfaat                         | Jelas                                  |
| 5  | MAJ     | Ya                                                                                                | Sopan dan saling membantu                                 | Sangat Bermanfaat                         | Cukup Jelas                            |
| 6  | MW      | Ya                                                                                                | Hafalan malam                                             | Sedikit Bermanfaat                        | Tidak Jelas                            |
| 7  | MF      | Ya                                                                                                | Menjadi lebih baik lagi dan taat pada aturan              | Sangat Bermanfaat                         | Sangat Jelas                           |
| 8  | ES      | Ya                                                                                                | Bekerja sama                                              | Sangat Bermanfaat                         | Cukup Jelas                            |
| 9  | A       | Ya                                                                                                | Lebih mandiri dan menjadi lebih baik                      | Bermanfaat                                | Jelas                                  |
| 10 | K       | Ya                                                                                                | -                                                         | Tidak Bermanfaat                          | Tidak Jelas                            |

Hasil *feedback* Tabel 1 menunjukkan seluruh peserta yaitu 10 remaja menyatakan akan menerapkan kebiasaan atau sikap yang telah disampaikan pemateri dalam kehidupan sehari-hari. Kebiasaan atau sikap yang akan remaja terapkan ke depannya yaitu berusaha mengejar cita-cita, menjadi pribadi yang lebih baik, sopan, dan mandiri, bekerja sama dan saling membantu, serta lebih rajin dalam melaksanakan salat, belajar, melakukan hafalan malam, melaksanakan piket, dan lebih antusias dalam menaati aturan di yayasan. Terkait dengan manfaat materi yang diberikan, sebanyak 6 remaja menyatakan sangat bermanfaat, 1 remaja menyatakan bermanfaat, 1 remaja menyatakan cukup bermanfaat, 1 remaja menyatakan sedikit bermanfaat, dan 1 remaja menyatakan tidak bermanfaat. Kemudian terkait dengan kejelasan materi yang disampaikan, sebanyak 2 remaja menyatakan sangat jelas, 3 remaja menyatakan jelas, 2 remaja menyatakan cukup jelas, 1 remaja menyatakan sedikit jelas, dan 2 remaja menyatakan tidak jelas.

Hasil *feedback* menunjukkan terdapat peserta yang menyatakan bahwa manfaat materi tidak bermanfaat dan tidak disampaikan secara jelas. Hal tersebut dikarenakan salah satu peserta edukasi belum lancar berbicara dalam bahasa Indonesia karena dalam kesehariannya menggunakan bahasa daerah untuk berkomunikasi. Dalam pengabdian kepada masyarakat ini, pemateri menyampaikan edukasinya menggunakan bahasa Indonesia. Oleh karena itu, ada peserta yang tidak dapat memahami apa yang disampaikan dalam edukasi tersebut.

Evaluasi sesi *sharing* rencananya akan dilakukan dengan pemantauan hasil yang didapatkan dari sesi *sharing* pada aktivitas sehari-hari, tetapi evaluasi ini belum terlaksana dikarenakan kurangnya waktu senggang dari peserta atau mitra. Namun, evaluasi terkait program pengabdian kepada masyarakat berupa kepuasan dan saran program pengabdian kepada masyarakat berikutnya tetap dilaksanakan.

#### D. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan memberikan pemahaman pada remaja di Yayasan Intifa Al-Ikhwaniyah tentang 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey untuk menjadi remaja yang efektif dan adaptif. Kegiatan ini dilakukan pada 9 Juli 2023 secara tatap muka (*offline*) yang dihadiri oleh 10 peserta remaja. Hasil pengukuran menunjukkan nilai skor *pretest* dan *posttest* peserta untuk pemahaman materi menunjukkan sebanyak 7 (70%) remaja mengalami kenaikan nilai, 2 (20%) remaja mendapatkan nilai yang tetap, dan 1 (10%) remaja mengalami penurunan nilai. Sebanyak 6 (60%) remaja menyatakan materi 7 kebiasaan oleh Stephen R. Covey sangat bermanfaat, 1 (10%) remaja menyatakan bermanfaat, 1 (10%) remaja menyatakan cukup bermanfaat, 1 (10%) remaja menyatakan sedikit bermanfaat, dan 1 (10%) remaja menyatakan tidak bermanfaat.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Ariyati, T., & Dimyati, D. (2019). Pentingnya peran keluarga untuk penguatan karakter dalam membentuk akhlak baik pada anak usia dini. *Seminar Nasional dan Call for Paper "Membangun Sinergitas Keluarga dan Sekolah Menuju PAUD Berkualitas*. 152 – 158. ISSN 26556189.
- Covey, S. R. (1998). *The 7 habits of highly effective teens*. New York: Fireside.
- Efiyanti, A. Y., & Wahyuni, E. N. (2019). Fenomena kehidupan remaja yatim/piatu di Dusun Sendang Biru Kabupaten Malang. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 4(2), 48 – 56.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- Suseno, M. N. (2013). Efektivitas pembentukan karakter spiritual untuk meningkatkan optimisme terhadap masa depan anak yatim piatu. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 5(1), 1 – 24.