P-ISSN: 2987-2146, E-ISSN: 2987-7040
JURANTAS, Vol. 4, No. 3, November 2026
Lembaga Aspirasi Pendidikan, Penelitian dan
Pengabdian Putra Bangsa (LP4B) Tangerang Selatan

PENGEMBANGAN DIRI DAN PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PERSONAL DEVELOPMENT AND SELF-CONFIDENCE ENHANCEMENT AMONG ADOLESCENTS

Azzahra Olivia Ismania[1*], Viva Najwa[2], Awalia Rizki Oktaviani[3], Fahmi Susanti[4]
[1234] Universitas Pamulang, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia
E-mail: [1*]oliviaazzahra1818@gmail.com, [2]vivanajwa02@gmail.com; [3]awallia40@gmail.com,
[4]dosen02024@unpam.ac.id

Abstrak

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang menentukan arah kehidupan dewasa, namun pada periode ini pula kerentanan psikososial mencapai titik yang paling tinggi. Organisasi Kesehatan Dunia memperkirakan satu dari tujuh remaja berusia 10–19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, sedangkan survei nasional I-NAMHS menunjukkan bahwa 34,9% remaja Indonesia mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam dua belas bulan terakhir. Kerentanan tersebut menjadi lebih kompleks pada remaja yatim dan dhu'afa yang tumbuh dengan keterbatasan figur pengasuh, dukungan emosional, serta kesempatan untuk tampil dan mengembangkan potensi diri. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk mengembangkan *soft skill* dan potensi diri sebagai upaya meningkatkan kepercayaan diri serta kesiapan masa depan remaja binaan Rumah Belajar Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa. Kegiatan dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas Pamulang dalam kerangka program Kampus Merdeka, dengan pendekatan partisipatif-edukatif yang memadukan psikoedukasi interaktif, refleksi pemetaan potensi diri, diskusi kelompok, latihan tampil berbicara di depan forum, serta pemberian buku saku sebagai media belajar mandiri. Evaluasi dilakukan melalui kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan, observasi partisipatif, dan refleksi lisan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata capaian peserta dari 46% sebelum kegiatan menjadi 86% sesudah kegiatan (naik 40 poin persentase), dengan peningkatan tertinggi pada aspek kemampuan penerapan materi (dari 35% menjadi 80%). Peningkatan tersebut disertai perubahan perilaku yang teramati berupa keberanian bertanya, menyampaikan pendapat, dan tampil di depan teman sebaya. Kegiatan ini menegaskan bahwa intervensi berbasis komunitas yang singkat, terstruktur, dan partisipatif dapat menjadi langkah awal yang bermakna bagi penguatan kepercayaan diri remaja rentan, terutama apabila ditindaklanjuti dengan pendampingan berkelanjutan oleh pengelola lembaga.

Kata kunci: kepercayaan diri; pengembangan diri; *soft skill*; remaja yatim dan dhu'afa; pengabdian kepada Masyarakat

Abstract

Adolescence is a decisive developmental period, yet it is also the stage at which psychosocial vulnerability peaks. The World Health Organization estimates that one in seven adolescents aged 10–19 years experiences a mental disorder, while Indonesia's national I-NAMHS survey found that 34.9% of Indonesian adolescents experienced at least one mental health problem in the past twelve months. This vulnerability is compounded among orphaned and underprivileged adolescents, who grow up with limited caregiver presence, emotional support, and opportunities to perform and develop their potential. This community service program aimed to develop soft skills and personal potential in order to enhance the self-confidence and future readiness of adolescents at the Learning House of Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa. The program was conducted by students of Universitas Pamulang under the Kampus Merdeka framework, using a participatory-educational approach that combined interactive psychoeducation, self-potential mapping, group discussion, public speaking practice, and a pocket book for independent learning. Evaluation used pre- and post-activity questionnaires, participant observation, and oral reflection. The average achievement of participants increased from 46% before

the activity to 86% after it (a gain of 40 percentage points), with the largest gain in the ability to apply the material (from 35% to 80%), accompanied by observable behavioural change in the courage to ask questions, express opinions, and speak in front of peers. The program confirms that brief, structured, and participatory community-based interventions can be a meaningful first step in strengthening the self-confidence of vulnerable adolescents, particularly when followed by continuous mentoring from the partner institution.
Keywords: *self-confidence; personal development; soft skills; orphaned and underprivileged adolescents; community service*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa, ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, emosional, dan sosial yang berlangsung secara simultan. Pada fase ini, individu mulai membangun identitas diri, menilai kemampuan yang dimilikinya, dan menyusun gambaran tentang masa depan yang ingin dicapai. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa satu dari enam penduduk dunia berada pada rentang usia 10–19 tahun, sehingga kualitas perkembangan kelompok usia ini menentukan kualitas sumber daya manusia suatu bangsa pada dekade berikutnya (World Health Organization [WHO], 2025). WHO juga menegaskan bahwa masa remaja adalah periode krusial untuk membentuk kebiasaan sosial dan emosional yang menopang kesejahteraan psikologis sepanjang hayat. Kegagalan membangun fondasi tersebut berpotensi menimbulkan dampak yang menetap hingga usia dewasa, baik pada kesehatan fisik, kesehatan mental, maupun kesempatan untuk menjalani kehidupan yang produktif. Oleh sebab itu, upaya pengembangan diri remaja tidak dapat dipandang sebagai kegiatan pelengkap, melainkan sebagai investasi sosial yang bersifat strategis. Dalam kerangka inilah kepercayaan diri menempati posisi sentral, karena keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi titik tolak bagi remaja untuk belajar, bergaul, dan merencanakan masa depan.

Secara global, data kesehatan mental remaja menunjukkan gambaran yang memprihatinkan dan menuntut respons lintas sektor. WHO memperkirakan bahwa satu dari tujuh remaja berusia 10–19 tahun mengalami gangguan mental, yang menyumbang sekitar 15% dari beban penyakit global pada kelompok usia tersebut (WHO, 2025). Depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku tercatat sebagai penyebab utama kesakitan dan disabilitas pada remaja, sementara bunuh diri menjadi penyebab kematian ketiga tertinggi pada kelompok usia 15–29 tahun. WHO juga menekankan bahwa semakin banyak faktor risiko yang dihadapi remaja, seperti kemiskinan, kekerasan, dan lingkungan pengasuhan yang kurang suportif, semakin besar pula dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Kajian sistematis Martínez-Casanova et al. (2024) memperlihatkan bahwa harga diri remaja berhubungan secara negatif dengan perilaku berisiko, sehingga penguatan harga diri dapat berfungsi sebagai faktor protektif. Temuan tersebut sejalan dengan tinjauan internasional Palenzuela-Luis et al. (2022) yang menunjukkan bahwa remaja dengan konsep diri dan persepsi diri yang tinggi cenderung lebih stabil secara emosional, lebih mudah bersosialisasi, dan lebih bertanggung jawab. Dengan demikian, penguatan konsep diri dan kepercayaan diri memiliki landasan empiris yang kuat sebagai strategi promotif dan preventif bagi kesehatan mental remaja.

Negara-negara maju dan organisasi internasional telah menempatkan keterampilan sosial dan emosional sebagai agenda pendidikan yang setara pentingnya dengan capaian akademik. Survei Keterampilan Sosial dan Emosional (*Survey on Social and Emotional Skills*, SSES) 2023 yang diselenggarakan oleh OECD merupakan upaya internasional terbesar untuk mengukur keterampilan tersebut pada siswa berusia 10 dan 15 tahun (OECD, 2024). Salah satu temuan yang paling menonjol dari survei tersebut adalah bahwa siswa berusia 15 tahun melaporkan tingkat keterampilan sosial dan emosional yang lebih rendah dibandingkan siswa berusia 10 tahun, terutama pada aspek kepercayaan, energi, optimisme, kreativitas, dan rasa ingin tahu. Survei yang sama juga menemukan bahwa di setiap sistem pendidikan, siswa dari latar belakang kurang beruntung memiliki keterampilan sosial dan emosional yang lebih rendah dibandingkan siswa dari keluarga mampu. OECD menegaskan bahwa keterampilan ini berkaitan dengan keberhasilan akademik, kepuasan hidup, perilaku sehat, rendahnya kecemasan, dan aspirasi masa depan yang lebih tinggi. Temuan ini mengisyaratkan bahwa masa remaja pertengahan justru menjadi titik rawan menurunnya optimisme dan keyakinan diri. Bagi remaja dari keluarga prasejahtera, penurunan tersebut berpotensi semakin tajam apabila tidak diimbangi dengan intervensi yang terarah.

Bukti mengenai efektivitas intervensi sosial-emosional juga terus menguat dalam lima tahun terakhir. Meta-analisis Cipriano et al. (2023) yang mencakup 424 studi dari 53 negara dengan lebih dari 575.000 siswa menunjukkan bahwa program pembelajaran sosial dan emosional berbasis sekolah secara signifikan meningkatkan keterampilan, sikap, perilaku, relasi dengan teman sebaya, dan prestasi akademik. Kajian sistematis Sherif et al. (2023) menemukan bahwa intervensi keterampilan hidup (*life skills*) pada anak dan remaja secara konsisten berdampak positif terhadap penurunan depresi, kecemasan, dan stres. Sementara itu, meta-analisis Llistosella et al. (2023) menunjukkan bahwa intervensi berbasis resiliensi di sekolah memberikan efek yang signifikan dalam meningkatkan daya lenting psikologis remaja. Ketiga kajian tersebut sama-sama menegaskan bahwa keterampilan seperti kesadaran diri, komunikasi, pengelolaan emosi, dan penetapan tujuan dapat dipelajari serta dilatihkan secara terstruktur. Artinya, kepercayaan diri bukanlah sifat bawaan yang statis, melainkan kapasitas yang dapat dikembangkan melalui pengalaman belajar yang tepat. Pemahaman ini membuka ruang yang luas bagi perguruan tinggi untuk berkontribusi melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dirancang berbasis bukti.

Di Indonesia, tantangan kesehatan mental remaja tergambar secara jelas melalui *Indonesia–National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS), survei kesehatan mental remaja pertama yang representatif secara nasional. Survei ini dilaksanakan oleh Universitas Gadjah Mada bersama University of Queensland dan Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health sebagai bagian dari proyek multinegara bersama Kenya dan Vietnam (Erskine et al., 2023). Hasilnya menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia berusia 10–17 tahun, atau sekitar 34,9% (setara 15,5 juta jiwa), mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam dua belas bulan terakhir (Center for Reproductive Health et al., 2022). Analisis lintas negara yang dipublikasikan di *The Lancet* melaporkan prevalensi gangguan mental remaja dalam dua belas bulan terakhir sebesar 5,5% di Indonesia, dengan gangguan kecemasan sebagai kondisi yang paling banyak ditemukan (Erskine et al., 2024). Lebih jauh, hanya 2,6% remaja yang memiliki masalah kesehatan mental yang pernah mengakses layanan kesehatan mental atau konseling dalam setahun terakhir. Kesenjangan antara besarnya kebutuhan dan rendahnya akses layanan ini menunjukkan perlunya pendekatan promotif yang menjangkau remaja langsung di lingkungan tempat mereka tinggal dan belajar. Pendekatan berbasis komunitas, termasuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh perguruan tinggi, menjadi salah satu jalur yang realistis untuk mengisi kesenjangan tersebut.

Kerentanan psikososial menjadi lebih kompleks pada remaja yatim, piatu, dan dhu'afa yang tinggal atau dibina di lembaga kesejahteraan sosial anak, panti asuhan, maupun rumah belajar berbasis yayasan. Penelitian di berbagai negara menunjukkan bahwa kondisi kehilangan orang tua berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Dilawar et al. (2024) menemukan bahwa remaja yatim piatu memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan remaja yang kehilangan salah satu orang tua, serta bahwa lamanya tinggal di panti berkaitan dengan dimensi tujuan hidup dan penerimaan diri. Dvorskaya dan Gordeeva (2025) menunjukkan bahwa remaja yang tumbuh di luar keluarga memiliki sumber kesejahteraan psikologis yang berbeda dari remaja yang tumbuh dalam keluarga, terutama dalam hal gambaran optimistis tentang masa depan, profesi, dan kehidupan yang dapat mereka kendalikan sendiri. Perdebatan mengenai pengasuhan berbasis institusi dan berbasis keluarga juga masih berlangsung, dengan penekanan bahwa apa pun bentuk pengasuhannya, dukungan psikososial yang memadai tetap menjadi kebutuhan utama (Vermund, 2021). Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa remaja yatim dan dhu'afa membutuhkan intervensi yang tidak hanya memenuhi kebutuhan material, tetapi juga menyentuh aspek psikologis dan orientasi masa depan. Kebutuhan inilah yang menjadi dasar penting bagi perancangan kegiatan pengembangan diri dan kepercayaan diri.

Dalam konteks lokal, sejumlah penelitian di Indonesia telah mengonfirmasi bahwa rasa rendah diri merupakan persoalan yang nyata pada remaja panti asuhan. Noviekayati et al. (2021) meneliti 71 remaja dari tujuh panti asuhan di Surabaya dan menemukan bahwa konsep diri dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh negatif terhadap perasaan inferior. Artinya, semakin positif konsep diri remaja dan semakin kuat dukungan sosial yang mereka terima, semakin rendah perasaan inferior yang mereka alami. Para peneliti tersebut juga menekankan bahwa perasaan inferior yang dibiarkan dapat menyebabkan remaja kehilangan potensi dirinya. Temuan ini relevan dengan kondisi remaja binaan rumah belajar yatim dan dhu'afa yang kerap membandingkan dirinya dengan teman sebaya yang memiliki keluarga utuh. Dengan demikian, intervensi yang memperkuat konsep

diri sekaligus menghadirkan pengalaman didukung secara sosial memiliki dasar teoretis dan empiris yang kuat. Kegiatan pengabdian yang menghadirkan mahasiswa sebagai fasilitator sebaya berpotensi memberikan kedua unsur tersebut secara bersamaan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Indonesia dalam lima tahun terakhir juga memperlihatkan beragam model intervensi yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja rentan. Utami (2025) melaksanakan edukasi penguatan *self love* kepada 30 remaja putra di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta dan melaporkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 100% serta sikap sebesar 94,4%. Sulhana et al. (2025) menunjukkan bahwa pelatihan dasar *Master of Ceremony* dapat menjadi strategi penguatan kepercayaan diri anak panti asuhan melalui pengalaman tampil di ruang publik. Li dan Gustia (2026) merancang program pelatihan berbasis pengalaman untuk meningkatkan efikasi diri dan kemampuan berbicara di depan umum bagi santri yatim dan dhu'afa. Idris et al. (2026) melaporkan bahwa pelatihan *Grow with Kindness* secara signifikan meningkatkan *self-compassion* pada 21 remaja panti asuhan di Sukoharjo. Marganingrum dan Purnomosidi (2025) juga menunjukkan bahwa penanaman konsep *self-love* membantu remaja lebih memahami dirinya sehingga tidak mudah tertekan oleh tuntutan sosial dan akademik. Keragaman model tersebut memperlihatkan bahwa kombinasi edukasi, refleksi, dan praktik langsung merupakan pola yang paling sering memberikan hasil positif.

Selain aspek psikologis, pengembangan *soft skill* menjadi kebutuhan mendesak bagi remaja yatim dan dhu'afa dalam mempersiapkan kemandirian. Koeswandana et al. (2025) menyimpulkan bahwa pengembangan *soft skills* dan *hard skills* secara terintegrasi di Panti Asuhan Nurul Haq Yogyakarta memberikan dampak positif yang signifikan, baik dalam aspek sosial maupun ekonomi anak panti. Imran et al. (2025) memadukan konseling berbasis teknologi dengan pelatihan *soft skills* untuk mendukung pengembangan karier anak panti asuhan, sehingga mereka memiliki arah yang lebih jelas setelah keluar dari lembaga. Amri et al. (2024) memanfaatkan pelatihan pembuatan cinderamata berbahan resin sebagai sarana peningkatan *soft skill* sekaligus kreativitas anak asuh. Doloksaribu dan Purba (2023) menegaskan bahwa minimnya pendidikan dan pelatihan menjadi penyebab utama rendahnya penguasaan *soft skill* pada anak panti asuhan. Rangkaian temuan ini menunjukkan bahwa remaja rentan tidak cukup hanya diberi motivasi, tetapi juga perlu dibekali keterampilan konkret yang dapat dipraktikkan. Kepercayaan diri akan tumbuh lebih kokoh apabila remaja merasakan sendiri bahwa mereka mampu melakukan sesuatu dengan baik.

Secara konseptual, kepercayaan diri dapat dipahami sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk bertindak, mengambil keputusan, dan menghadapi tantangan secara efektif. Kepercayaan diri berkaitan erat dengan konsep diri, harga diri, dan efikasi diri, yang ketiganya dibentuk melalui pengalaman keberhasilan, pengamatan terhadap model, dukungan verbal dari orang lain, serta kondisi emosional individu. Pengembangan diri, di sisi lain, merupakan proses sadar untuk mengenali, menggali, dan mengoptimalkan potensi yang dimiliki melalui pembelajaran yang berkelanjutan. Kedua konsep ini saling menguatkan karena remaja yang mengenali potensinya akan lebih yakin terhadap kemampuannya, dan remaja yang yakin terhadap kemampuannya akan lebih berani mengembangkan diri. *Soft skill* seperti komunikasi, kerja sama, manajemen diri, dan kemampuan menyampaikan pendapat menjadi jembatan yang menghubungkan potensi internal dengan kinerja nyata di lingkungan sosial. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini dirancang untuk menyentuh ketiga ranah tersebut secara terpadu, yaitu pengenalan diri, penguatan keyakinan diri, dan latihan keterampilan. Kerangka ini sejalan dengan rekomendasi kajian internasional yang menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam pengembangan keterampilan sosial dan emosional remaja.

Berdasarkan observasi awal dan koordinasi dengan pengelola Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa, tim pengabdian mengidentifikasi sejumlah permasalahan yang dihadapi remaja binaan di Rumah Belajar yayasan tersebut. Sebagian remaja tampak ragu ketika diminta menyampaikan pendapat di depan forum, cenderung pasif dalam diskusi, dan belum memiliki gambaran yang jelas mengenai potensi serta rencana masa depan mereka. Kegiatan pembinaan yang tersedia selama ini lebih banyak berfokus pada pendampingan belajar akademik dan pembinaan keagamaan, sehingga ruang untuk melatih *soft skill* dan mengeksplorasi potensi diri masih terbatas. Kondisi ini sejalan dengan temuan SSES 2023 bahwa remaja dari latar belakang kurang beruntung cenderung memiliki keterampilan sosial dan emosional yang lebih rendah (OECD, 2024). Di sisi lain, pengelola yayasan menunjukkan keterbukaan dan dukungan yang besar terhadap kehadiran mahasiswa sebagai fasilitator kegiatan. Situasi tersebut menjadi peluang yang baik untuk menghadirkan program yang bersifat

edukatif, partisipatif, dan menyenangkan. Permasalahan mitra inilah yang kemudian dijadikan dasar penyusunan tujuan dan rancangan kegiatan.

Kegiatan ini juga memiliki relevansi yang kuat dengan agenda pendidikan tinggi di Indonesia, khususnya implementasi Tridarma Perguruan Tinggi dan kebijakan Kampus Merdeka. Melalui kegiatan pengabdian, mahasiswa tidak hanya menerapkan pengetahuan yang diperoleh di ruang kuliah, tetapi juga belajar memahami persoalan sosial secara langsung di tengah masyarakat. Kehadiran mahasiswa sebagai fasilitator memiliki keunggulan tersendiri karena jarak usia yang relatif dekat dengan peserta, sehingga komunikasi dapat berlangsung lebih cair dan tidak berjarak. Mahasiswa juga dapat berperan sebagai model peran (*role model*) yang menunjukkan bahwa remaja dari berbagai latar belakang memiliki kesempatan untuk melanjutkan pendidikan dan mengembangkan diri. Bagi Universitas Pamulang, kegiatan ini merupakan wujud tanggung jawab sosial institusi terhadap lingkungan sekitar kampus di wilayah Tangerang Selatan dan sekitarnya. Bagi mitra, kegiatan ini menghadirkan alternatif pembinaan yang melengkapi program yang sudah berjalan. Dengan demikian, manfaat kegiatan ini bersifat timbal balik bagi perguruan tinggi, mahasiswa, mitra, dan remaja peserta.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk mengembangkan *soft skill* dan potensi diri sebagai upaya meningkatkan kepercayaan diri serta kesiapan masa depan remaja di Rumah Belajar Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa. Secara khusus, kegiatan ini diarahkan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai konsep diri dan potensi diri, menumbuhkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, serta memberikan pengalaman praktik menyampaikan pendapat di depan teman sebaya. Kegiatan ini juga bertujuan membekali peserta dengan media belajar mandiri berupa buku saku agar proses pengembangan diri dapat berlanjut setelah kegiatan selesai. Kebaruan kegiatan ini terletak pada pemaduan psikoedukasi, refleksi pemetaan potensi diri, dan latihan tampil dalam satu rangkaian yang difasilitasi oleh mahasiswa sebagai fasilitator sebaya. Pendekatan ini diharapkan dapat menghadirkan pengalaman belajar yang bermakna dan mudah diterapkan oleh peserta dalam kehidupan sehari-hari. Hasil kegiatan ini diharapkan dapat menjadi rujukan praktis bagi pengelola lembaga, perguruan tinggi, dan pemangku kepentingan lain yang bergerak dalam pembinaan remaja rentan. Pada akhirnya, kegiatan ini diharapkan turut berkontribusi pada terwujudnya generasi muda yang percaya diri, mandiri, dan siap menghadapi masa depan.

Metode Pelaksanaan

Pendekatan Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan partisipatif-edukatif, yaitu pendekatan yang menempatkan peserta sebagai subjek aktif dalam proses belajar, bukan sekadar penerima materi. Pendekatan ini dipilih karena kepercayaan diri tidak dapat ditumbuhkan hanya melalui penyampaian informasi, tetapi memerlukan pengalaman langsung, keterlibatan emosional, dan kesempatan untuk mencoba. Dalam praktiknya, tim pengabdian memadukan metode psikoedukasi interaktif, refleksi diri, diskusi kelompok, permainan edukatif, dan latihan tampil di depan forum. Seluruh rangkaian kegiatan disampaikan dengan gaya bahasa yang santun, hangat, sederhana, dan tidak menghakimi, sehingga peserta merasa aman untuk berbicara dan mengungkapkan perasaannya. Fasilitator menghindari pola komunikasi satu arah yang menggurui dan menggantinya dengan pertanyaan pemantik, apresiasi atas setiap jawaban, serta umpan balik yang membangun. Pilihan gaya komunikasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa remaja dengan kepercayaan diri rendah cenderung menarik diri apabila merasa dinilai atau dibandingkan. Dengan suasana yang santun dan suportif, peserta diharapkan dapat mengalami bahwa pendapat dan keberadaan mereka dihargai.

Desain kegiatan disusun dengan mengacu pada pola yang terbukti efektif dalam kajian pengembangan keterampilan sosial dan emosional, yaitu kombinasi antara pemahaman konsep, refleksi personal, dan praktik keterampilan (Cipriano et al., 2023; Sherif et al., 2023). Pola tersebut juga sejalan dengan berbagai kegiatan pengabdian sejenis di Indonesia yang memadukan edukasi, simulasi, dan pendampingan bagi remaja panti asuhan (Li & Gustia, 2026; Sulhana et al., 2025). Data mengenai proses dan hasil kegiatan dikumpulkan dengan pendekatan deskriptif yang memadukan data kuantitatif sederhana dan data kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan, sedangkan data kualitatif diperoleh melalui observasi partisipatif dan refleksi lisan peserta. Penggunaan kedua jenis data ini dimaksudkan agar perubahan yang terjadi dapat

dipahami tidak hanya dari angka, tetapi juga dari perilaku dan ungkapan peserta. Pendekatan ini dinilai sesuai dengan karakteristik kegiatan pengabdian yang berorientasi pada pemberdayaan, bukan pada pengujian hipotesis secara eksperimental. Seluruh tahapan kegiatan dirancang bersama pengelola yayasan agar sesuai dengan kebutuhan dan ritme kegiatan di Rumah Belajar.

Waktu, Tempat, Mitra, dan Peserta

Kegiatan dilaksanakan di aula Rumah Belajar Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa. Mitra kegiatan adalah Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa, sebuah lembaga sosial yang memberikan pembinaan pendidikan dan keagamaan bagi anak serta remaja yatim dan dhu'afa. Pemilihan mitra didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan adanya kebutuhan pembinaan *soft skill* dan kepercayaan diri, serta kesediaan pengelola untuk bekerja sama secara aktif. Peserta kegiatan adalah remaja binaan Rumah Belajar yayasan, yang terdiri atas remaja laki-laki dan perempuan dengan latar belakang yatim dan dhu'afa. Peserta dipilih secara purposif berdasarkan rekomendasi pengelola, dengan mempertimbangkan usia remaja, keaktifan mengikuti pembinaan, dan kesediaan untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Tim pelaksana terdiri atas mahasiswa Universitas Pamulang yang berperan sebagai fasilitator, pemateri, pendamping kelompok, dan dokumentator. Pembagian peran ini memungkinkan setiap kelompok kecil peserta mendapatkan pendampingan yang lebih dekat selama sesi diskusi dan praktik.

Tahapan Pelaksanaan

Tahap pertama adalah tahap persiapan, yang diawali dengan observasi lapangan dan koordinasi bersama pengelola Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa. Dalam tahap ini, tim melakukan wawancara informal dengan pengelola untuk mengidentifikasi karakteristik remaja binaan, program yang telah berjalan, serta kendala yang sering dihadapi dalam pembinaan. Hasil identifikasi kebutuhan menunjukkan bahwa peserta memerlukan penguatan dalam aspek pengenalan diri, keberanian menyampaikan pendapat, dan orientasi masa depan. Berdasarkan temuan tersebut, tim menyusun materi, rancangan aktivitas, lembar kerja refleksi, kuesioner evaluasi, serta buku saku bertema pengembangan *soft skill* dan potensi diri. Tim juga menyiapkan media pendukung berupa presentasi visual, spanduk kegiatan, dan perlengkapan permainan edukatif. Sebelum hari pelaksanaan, seluruh anggota tim melakukan gladi untuk menyamakan alur, pembagian waktu, dan gaya komunikasi yang akan digunakan. Tahap persiapan ini penting untuk memastikan bahwa kegiatan berjalan tertib dan sesuai dengan kebutuhan nyata mitra.

Tahap kedua adalah tahap pelaksanaan, yang diawali dengan pembukaan, sambutan dari perwakilan yayasan dan tim pengabdian, serta kegiatan pencairan suasana (*ice breaking*). Kegiatan pencairan suasana dirancang dalam bentuk permainan perkenalan sederhana agar peserta dan fasilitator saling mengenal serta suasana menjadi lebih santai. Setelah itu, peserta mengisi kuesioner awal (*pre-test*) untuk mengetahui tingkat pemahaman dan kepercayaan diri sebelum menerima materi. Sesi materi pertama membahas pengenalan diri, konsep diri, dan potensi diri, yang disampaikan secara interaktif dengan contoh-contoh yang dekat dengan kehidupan remaja. Pada sesi ini, peserta diajak mengisi lembar "peta potensi diri" yang memuat kekuatan, kelemahan, minat, dan cita-cita mereka masing-masing. Sesi materi kedua membahas *soft skill* yang relevan bagi remaja, meliputi komunikasi efektif, keberanian berbicara di depan umum, kerja sama tim, dan manajemen diri. Setiap sesi materi diselingi tanya jawab dan apresiasi agar peserta terdorong untuk terlibat secara aktif.

Setelah sesi materi, peserta mengikuti sesi praktik yang menjadi inti dari upaya peningkatan kepercayaan diri. Peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil yang masing-masing didampingi oleh mahasiswa fasilitator. Dalam kelompok, peserta berdiskusi mengenai potensi diri dan cita-cita yang telah mereka tuliskan, kemudian berlatih menyampaikannya secara singkat kepada anggota kelompok. Selanjutnya, perwakilan kelompok maupun peserta yang bersedia diberi kesempatan untuk tampil di depan forum, memperkenalkan diri, dan menyampaikan cita-cita atau hasil diskusi kelompoknya. Fasilitator memberikan apresiasi dan umpan balik yang positif, spesifik, dan santun terhadap setiap penampilan, tanpa membandingkan satu peserta dengan peserta lainnya. Sesi praktik ditutup dengan refleksi bersama, di mana peserta diajak mengungkapkan perasaan dan pelajaran yang mereka peroleh selama kegiatan. Rangkaian praktik ini memberikan pengalaman keberhasilan secara langsung, yang merupakan salah satu sumber utama terbentuknya keyakinan diri.

Tahap ketiga adalah tahap evaluasi dan penutupan. Peserta mengisi kuesioner akhir (*post-test*) dengan butir pernyataan yang sama seperti kuesioner awal, sehingga perubahan sebelum dan sesudah kegiatan dapat dibandingkan. Tim kemudian membagikan buku saku kepada setiap peserta sebagai media belajar mandiri yang dapat dibaca kembali di rumah maupun di Rumah Belajar. Buku saku tersebut berisi ringkasan materi pengenalan diri, kiat membangun kepercayaan diri, latihan komunikasi sederhana, serta halaman refleksi untuk menuliskan target pengembangan diri. Kegiatan ditutup dengan penyampaian kesan dan pesan dari peserta, penyerahan cendera mata kepada pihak yayasan, serta foto bersama. Setelah kegiatan, tim melakukan diskusi singkat dengan pengelola yayasan untuk mendapatkan masukan dan merumuskan rekomendasi tindak lanjut. Alur pelaksanaan kegiatan secara ringkas disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Alur dan rincian kegiatan pengabdian

Tahap	**Kegiatan**	**Metode**	**Luaran yang diharapkan**
Persiapan	Observasi, koordinasi dengan pengelola, identifikasi kebutuhan, penyusunan materi, kuesioner, dan buku saku	Wawancara informal, observasi, diskusi tim	Rancangan kegiatan yang sesuai dengan kebutuhan mitra
Pembukaan	Sambutan, perkenalan, *ice breaking*, *pre-test*	Permainan edukatif, kuesioner	Suasana kondusif dan data awal peserta
Sesi 1	Pengenalan diri, konsep diri, dan pemetaan potensi diri	Psikoedukasi interaktif, lembar refleksi	Peserta mengenali kekuatan, minat, dan cita-cita
Sesi 2	*Soft skill*: komunikasi, berbicara di depan umum, kerja sama, manajemen diri	Ceramah interaktif, tanya jawab, contoh kasus	Pemahaman peserta tentang *soft skill*
Sesi 3	Diskusi kelompok dan latihan tampil di depan forum	Diskusi, simulasi, umpan balik positif	Pengalaman keberhasilan tampil di depan teman sebaya
Evaluasi dan penutupan	*Post-test*, refleksi, pembagian buku saku, foto bersama	Kuesioner, refleksi lisan, observasi	Data perubahan dan media belajar mandiri

Instrumen dan Teknik Analisis

Instrumen evaluasi yang digunakan adalah kuesioner evaluasi kegiatan yang disusun oleh tim pengabdian dan diberikan sebelum serta sesudah kegiatan. Kuesioner tersebut mengukur lima aspek, yaitu pemahaman materi, pengetahuan peserta, keterampilan peserta, kemampuan penerapan materi, serta partisipasi dan keaktifan. Aspek pemahaman materi dan pengetahuan peserta berkaitan dengan konsep diri, potensi diri, kepercayaan diri, dan *soft skill* yang disampaikan selama kegiatan. Aspek keterampilan dan kemampuan penerapan materi berkaitan dengan kemampuan peserta mempraktikkan komunikasi, menyampaikan pendapat, dan tampil di depan forum. Aspek partisipasi dan keaktifan menggambarkan keterlibatan peserta dalam diskusi, tanya jawab, dan sesi praktik, sehingga hasil kuesioner pada aspek ini dikonfirmasi dengan lembar observasi. Kuesioner terdiri atas 20 butir pernyataan, yaitu empat butir untuk setiap aspek, dengan skala Likert empat poin mulai dari "sangat tidak setuju" hingga "sangat setuju" (Lampiran). Bahasa dalam kuesioner disusun secara sederhana dan santun agar mudah dipahami oleh peserta usia remaja. Refleksi lisan peserta di akhir kegiatan dan dokumentasi foto dikumpulkan sebagai data kualitatif pendukung.

Data kuantitatif dari kuesioner dianalisis secara deskriptif dengan menghitung persentase capaian setiap aspek sebelum dan sesudah kegiatan. Persentase capaian dihitung dengan membagi skor yang diperoleh dengan skor maksimal, kemudian dikalikan seratus persen. Hasil persentase dikategorikan ke dalam lima kategori, yaitu sangat kurang (0–20%), kurang (21–40%), cukup (41–60%), baik (61–80%), dan sangat baik (81–100%). Peningkatan dihitung dari selisih persentase capaian antara kuesioner akhir dan kuesioner awal pada setiap aspek. Data kualitatif dari observasi dan

refleksi dianalisis secara tematik dengan mengelompokkan temuan berdasarkan kesamaan makna, seperti perubahan sikap, perasaan, dan rencana tindak lanjut peserta. Hasil analisis kuantitatif dan kualitatif kemudian dipadukan untuk memperoleh gambaran yang utuh mengenai capaian kegiatan. Keterbatasan desain tanpa kelompok pembanding disadari sejak awal, sehingga hasil kegiatan diinterpretasikan sebagai indikasi perubahan jangka pendek, bukan sebagai bukti kausal yang definitif.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian bertema "Pengembangan *Soft Skill* dan Potensi Diri untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri serta Kesiapan Masa Depan Remaja di Rumah Belajar Yatim dan Dhu'afa" telah terlaksana dengan baik. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan sesuai dengan alur yang telah dirancang, mulai dari pembukaan, *pre-test*, penyampaian materi, praktik, hingga evaluasi dan penutupan. Peserta mengikuti kegiatan di aula Rumah Belajar dengan posisi duduk lesehan yang membentuk suasana akrab dan tidak berjarak dengan fasilitator. Pengaturan ruang seperti ini sengaja dipilih agar peserta merasa nyaman dan tidak merasakan suasana kelas formal yang kaku. Tim mahasiswa menyampaikan materi secara bergantian dengan dukungan tayangan presentasi bertajuk "Pengembangan Soft Skill dan Potensi Diri", sebagaimana tampak pada Gambar 1. Sepanjang kegiatan, fasilitator menggunakan bahasa yang santun dan sapaan yang akrab, sehingga peserta yang semula tampak canggung secara bertahap menjadi lebih terbuka. Pihak yayasan turut mendampingi jalannya kegiatan dan memberikan dukungan penuh terhadap seluruh sesi.



Gambar 1. Penyampaian materi pengembangan *soft skill* dan potensi diri oleh tim mahasiswa Universitas Pamulang di aula Rumah Belajar Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa

Pada awal kegiatan, sebagian besar peserta menunjukkan sikap yang cenderung pasif dan menunggu, yang tampak dari minimnya respons ketika fasilitator mengajukan pertanyaan terbuka. Beberapa peserta memilih duduk di barisan belakang dan menghindari kontak mata ketika diminta memperkenalkan diri. Kondisi ini sejalan dengan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa keberanian berbicara di depan forum masih menjadi tantangan bagi remaja binaan. Kegiatan pencairan suasana yang dilakukan pada awal sesi terbukti membantu mencairkan ketegangan tersebut, karena peserta mulai tertawa, berinteraksi, dan merespons instruksi fasilitator. Setelah suasana menjadi lebih cair, peserta mengisi kuesioner awal dengan didampingi fasilitator yang menjelaskan setiap butir

pernyataan secara perlahan. Pendampingan ini penting karena sebagian peserta belum terbiasa mengisi instrumen penilaian diri. Dengan demikian, data awal yang diperoleh dapat mencerminkan kondisi peserta secara lebih jujur dan akurat.

Sesi pengenalan diri dan pemetaan potensi diri mendapatkan respons yang positif dari peserta. Ketika diminta menuliskan kekuatan yang dimiliki, sebagian peserta pada awalnya mengaku kesulitan dan menyatakan tidak memiliki kelebihan apa pun. Fasilitator kemudian membantu dengan pertanyaan pemantik yang sederhana, misalnya mengenai kegiatan yang paling disukai, pujian yang pernah diterima, atau hal yang sering dimintakan bantuannya oleh teman. Melalui pertanyaan tersebut, peserta mulai menyadari bahwa mereka memiliki kemampuan yang selama ini tidak dianggap sebagai potensi, seperti kemampuan menggambar, membaca Al-Qur'an, berolahraga, memasak, atau membantu adik-adik di yayasan. Temuan ini memperlihatkan bahwa rendahnya kepercayaan diri sering kali bukan disebabkan oleh ketiadaan kemampuan, melainkan oleh kurangnya kesadaran dan pengakuan terhadap kemampuan tersebut. Proses menemukan dan menuliskan potensi diri ini menjadi titik balik yang penting bagi peserta dalam memandang dirinya secara lebih positif. Pengalaman tersebut juga menjadi bekal bagi peserta untuk menyusun cita-cita yang lebih realistis dan terarah.

Peningkatan Pemahaman dan Kepercayaan Diri Peserta

Hasil kuesioner awal dan akhir menunjukkan adanya peningkatan pada seluruh aspek yang diukur. Secara umum, rata-rata persentase capaian peserta meningkat dari 46% (kategori cukup) pada kuesioner awal menjadi 86% (kategori sangat baik) pada kuesioner akhir, atau naik sebesar 40 poin persentase. Peningkatan tertinggi terjadi pada aspek kemampuan penerapan materi, yaitu dari 35% menjadi 80% atau naik 45 poin, yang menunjukkan bahwa sesi praktik dan latihan tampil memberikan dampak paling nyata bagi peserta. Aspek pemahaman materi, pengetahuan peserta, dan keterampilan peserta masing-masing naik 40 poin, sehingga pemahaman konseptual dan keterampilan praktis berkembang secara seimbang. Aspek partisipasi dan keaktifan mencatat peningkatan terkecil, yaitu 35 poin, tetapi mencapai capaian akhir tertinggi sebesar 95%, karena capaian awalnya (60%) sudah paling tinggi dibandingkan aspek lainnya. Dua aspek, yaitu keterampilan peserta dan kemampuan penerapan materi, berada pada batas atas kategori baik (80%), sehingga masih memerlukan latihan lanjutan agar keterampilan tersebut semakin mantap. Rincian hasil kuesioner pada setiap aspek disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Persentase capaian aspek evaluasi peserta sebelum dan sesudah kegiatan

Aspek yang diukur	Sebelum kegiatan (%)	Sesudah kegiatan (%)	Peningkatan (poin %)	Kategori akhir
Pemahaman materi	45	85	40	Sangat baik
Pengetahuan peserta	50	90	40	Sangat baik
Keterampilan peserta	40	80	40	Baik
Kemampuan penerapan materi	35	80	45	Baik
Partisipasi dan keaktifan	60	95	35	Sangat baik
Rata-rata	46	86	40	Sangat baik

Catatan: kategori sangat kurang (0–20%), kurang (21–40%), cukup (41–60%), baik (61–80%), sangat baik (81–100%).

Peningkatan skor kuesioner tersebut diperkuat oleh data observasi selama kegiatan berlangsung. Pada sesi praktik, peserta yang semula enggan berbicara mulai bersedia menyampaikan cita-cita dan potensi dirinya di dalam kelompok kecil. Setelah berlatih di kelompok, sejumlah peserta secara sukarela maju ke depan forum untuk memperkenalkan diri dan menyampaikan hasil diskusi kelompoknya. Fasilitator mencatat perubahan perilaku yang cukup jelas, seperti suara yang lebih lantang, kontak mata yang lebih baik, dan postur tubuh yang lebih tegak dibandingkan saat awal kegiatan. Apresiasi berupa tepuk tangan dari teman sebaya dan umpan balik positif dari fasilitator tampak memperkuat rasa bangga peserta setelah tampil. Pada sesi tanya jawab, jumlah peserta yang mengajukan pertanyaan atau menanggapi materi juga bertambah dibandingkan sesi sebelumnya.

Perubahan ini menunjukkan bahwa suasana belajar yang aman dan suportif mampu mendorong peserta untuk mengambil risiko kecil yang selama ini mereka hindari.

Refleksi lisan di akhir kegiatan memberikan gambaran yang lebih personal mengenai makna kegiatan bagi peserta. Sebagian peserta menyampaikan bahwa mereka merasa lebih mengenal dirinya dan baru menyadari bahwa mereka memiliki kelebihan yang dapat dikembangkan. Peserta lain mengungkapkan bahwa pengalaman berbicara di depan teman-temannya terasa menegangkan pada awalnya, tetapi kemudian menyenangkan karena tidak ada yang menertawakan atau merendahkan. Beberapa peserta juga menyatakan keinginan untuk melatih kemampuan berbicara dan memperdalam bidang yang mereka minati setelah kegiatan selesai. Ungkapan-ungkapan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menyentuh aspek perasaan dan motivasi peserta. Antusiasme peserta juga tampak pada sesi penutupan, ketika mereka dengan gembira menunjukkan buku saku yang diterima dan berfoto bersama tim pengabdian, sebagaimana terlihat pada Gambar 2. Suasana penutupan yang hangat tersebut mencerminkan terbangunnya kedekatan emosional antara peserta dan fasilitator dalam waktu yang relatif singkat.



Gambar 2. Foto bersama peserta, tim mahasiswa Universitas Pamulang, dan perwakilan Yayasan Cinta Yatim dan Dhu’afa sambil menunjukkan buku saku pengembangan diri

Pembahasan

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi singkat yang memadukan pengenalan diri, latihan *soft skill*, dan praktik tampil dapat memberikan perubahan positif terhadap kepercayaan diri remaja yatim dan dhu’afa. Temuan ini konsisten dengan meta-analisis Cipriano et al. (2023) yang menunjukkan bahwa program pembelajaran sosial dan emosional meningkatkan keterampilan, sikap, dan perilaku peserta di berbagai negara. Temuan ini juga sejalan dengan kajian Sherif et al. (2023) yang menegaskan bahwa pelatihan keterampilan hidup memberikan manfaat bagi kesehatan mental anak dan remaja di berbagai konteks. Dalam kegiatan ini, sesi pemetaan potensi diri berperan memperkuat konsep diri peserta, sementara sesi praktik memberikan pengalaman keberhasilan yang konkret. Kombinasi keduanya relevan dengan temuan Palenzuela-Luis et al. (2022) bahwa konsep diri yang positif berkaitan dengan stabilitas emosi dan kemampuan bersosialisasi remaja. Dengan kata lain, peserta tidak hanya diberi tahu bahwa mereka berharga, tetapi juga diberi kesempatan untuk membuktikannya sendiri. Proses pembuktian diri inilah yang menjadikan perubahan kepercayaan diri lebih bermakna dibandingkan sekadar pemberian motivasi.

Peningkatan keberanian menyampaikan pendapat yang teramati dalam kegiatan ini sejalan dengan berbagai kegiatan pengabdian di Indonesia yang menggunakan latihan berbicara di depan umum sebagai sarana penguatan kepercayaan diri. Sulhana et al. (2025) menunjukkan bahwa pelatihan

dasar *Master of Ceremony* berpotensi menjadi strategi penguatan kepercayaan diri anak panti asuhan karena memberikan pengalaman tampil di ruang publik. Li dan Gustia (2026) juga menekankan bahwa efikasi diri berbicara di depan umum dapat ditingkatkan melalui pengalaman sukses, pengamatan terhadap teman sebaya, persuasi sosial, dan pengelolaan emosi. Unsur-unsur tersebut hadir dalam kegiatan ini melalui latihan bertahap dari kelompok kecil ke forum besar, contoh penampilan dari fasilitator, apresiasi verbal, serta suasana yang santun dan tidak menghakimi. Latihan bertahap terbukti penting karena memberikan kesempatan bagi peserta untuk membangun keberanian secara perlahan tanpa merasa terpaksa. Prinsip ini sesuai dengan pandangan bahwa kepercayaan diri tumbuh melalui akumulasi keberhasilan kecil yang dialami secara langsung. Oleh karena itu, desain latihan berjenjang dapat direkomendasikan sebagai pola dasar bagi kegiatan serupa di lembaga lain.

Peran dukungan sosial juga tampak menonjol dalam keberhasilan kegiatan ini. Noviekayati et al. (2021) menemukan bahwa konsep diri dan dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap perasaan inferior pada remaja panti asuhan. Dalam kegiatan ini, dukungan sosial dihadirkan melalui pendampingan mahasiswa di setiap kelompok, apresiasi dari teman sebaya, dan keterlibatan pengelola yayasan sepanjang kegiatan. Kedekatan usia antara mahasiswa dan peserta memudahkan terbangunnya hubungan yang cair, sehingga peserta lebih berani bertanya dan berbagi pengalaman. Temuan ini juga sejalan dengan kegiatan Idris et al. (2026) yang menunjukkan bahwa pelatihan berbasis kebaikan dan penerimaan diri dapat meningkatkan *self-compassion* remaja panti asuhan secara signifikan. Ketika remaja merasa diterima dan tidak dihakimi, mereka lebih mampu memandang kekurangan dirinya secara wajar dan tidak berlebihan. Kondisi psikologis yang lebih aman ini menjadi prasyarat penting bagi tumbuhnya keberanian untuk mencoba hal-hal baru.

Dari sisi kesiapan masa depan, kegiatan ini memberikan langkah awal bagi peserta untuk mulai menghubungkan potensi diri dengan cita-cita yang ingin dicapai. Dvorskaya dan Gordeeva (2025) menunjukkan bahwa salah satu sumber kesejahteraan psikologis remaja yang tumbuh di luar keluarga adalah gambaran optimistis tentang masa depan, profesi, dan kehidupan yang dapat mereka kendalikan. Dilawar et al. (2024) juga menemukan bahwa dimensi tujuan hidup dan penerimaan diri merupakan aspek yang rentan pada remaja yatim. Oleh sebab itu, kegiatan menuliskan dan menyampaikan cita-cita memiliki nilai strategis, karena membantu peserta membangun orientasi masa depan yang lebih jelas. Meskipun demikian, kuesioner evaluasi dalam kegiatan ini belum mengukur kejelasan orientasi masa depan secara khusus, sehingga aspek ini perlu diukur dan didampingi lebih lanjut pada kegiatan berikutnya. Kegiatan lanjutan dapat berupa bimbingan karier sederhana, pengenalan jenjang pendidikan, dan kunjungan ke dunia kerja, sebagaimana dilakukan oleh Imran et al. (2025) melalui konseling dan pelatihan *soft skills* untuk pengembangan karier anak panti asuhan. Dengan demikian, kegiatan pengembangan diri sebaiknya dipandang sebagai proses berkelanjutan, bukan kegiatan yang selesai dalam satu kali pertemuan.

Kegiatan ini juga memperlihatkan pentingnya media pendukung yang memungkinkan proses belajar berlanjut setelah kegiatan selesai. Buku saku yang dibagikan kepada peserta berfungsi sebagai pengingat materi sekaligus sarana latihan mandiri yang dapat digunakan kapan saja. Utami (2025) juga memanfaatkan media edukasi berupa video dan *leaflet* yang diserahkan kepada pihak panti agar pesan penguatan *self love* dapat terus disampaikan. Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi Martínez-Casanova et al. (2024) mengenai pentingnya intervensi edukatif yang spesifik untuk memperkuat harga diri remaja sebagai upaya pencegahan perilaku berisiko. Selain itu, integrasi *soft skill* dengan keterampilan praktis sebagaimana dilakukan oleh Koeswandana et al. (2025) dan Amri et al. (2024) dapat menjadi arah pengembangan program selanjutnya di Rumah Belajar. Keterampilan praktis memberikan bukti nyata atas kemampuan peserta, sehingga memperkuat kepercayaan diri yang telah dibangun melalui sesi edukasi. Dengan demikian, keberlanjutan program dapat dirancang melalui kolaborasi antara perguruan tinggi, yayasan, dan pihak lain yang memiliki kepedulian terhadap pembinaan remaja.

Faktor Pendukung, Penghambat, dan Keterbatasan

Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh beberapa faktor, antara lain keterbukaan dan dukungan pengelola yayasan, antusiasme peserta, serta kesiapan tim mahasiswa dalam menyusun materi dan media. Ruang aula yang cukup luas memungkinkan pelaksanaan diskusi kelompok dan latihan tampil secara leluasa. Gaya komunikasi yang santun dan bersahabat juga menjadi faktor pendukung yang penting karena membuat peserta merasa dihargai dan aman. Adapun faktor

penghambat yang dihadapi adalah keterbatasan waktu pelaksanaan yang hanya berlangsung dalam satu hari, sehingga pendalaman materi dan latihan belum dapat dilakukan secara optimal. Perbedaan usia dan tingkat pendidikan peserta juga menuntut fasilitator untuk menyesuaikan bahasa dan contoh agar dapat dipahami oleh seluruh peserta. Sebagian peserta masih membutuhkan waktu lebih lama untuk merasa nyaman tampil di depan forum, sehingga tidak semua peserta mendapatkan kesempatan tampil secara individual. Kendala-kendala tersebut menjadi bahan evaluasi bagi tim untuk merancang kegiatan lanjutan yang lebih intensif.

Kegiatan ini juga memiliki keterbatasan metodologis yang perlu dicermati dalam menafsirkan hasilnya. Evaluasi dilakukan segera setelah kegiatan, sehingga hasil yang diperoleh menggambarkan perubahan jangka pendek dan belum dapat menunjukkan keberlanjutan perubahan dalam jangka panjang. Desain evaluasi tanpa kelompok pembanding juga menyebabkan perubahan yang terjadi belum dapat dipastikan sepenuhnya sebagai akibat dari kegiatan. Selain itu, instrumen kuesioner yang digunakan merupakan instrumen yang disusun oleh tim dan belum melalui uji validitas serta reliabilitas secara formal. Respons peserta juga dapat dipengaruhi oleh keinginan untuk memberikan jawaban yang dianggap baik di hadapan fasilitator. Oleh karena itu, kegiatan selanjutnya disarankan menggunakan instrumen yang telah terstandar, melakukan evaluasi tindak lanjut beberapa minggu setelah kegiatan, dan melibatkan pengamatan dari pengasuh atau pengelola yayasan. Meskipun memiliki keterbatasan, hasil kegiatan ini tetap memberikan gambaran awal yang berharga mengenai potensi pendekatan partisipatif-edukatif dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja rentan.

Simpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat bertema pengembangan *soft skill* dan potensi diri di Rumah Belajar Yayasan Cinta Yatim dan Dhu'afa telah terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan yang direncanakan. Melalui pendekatan partisipatif-edukatif yang disampaikan dengan gaya bahasa yang santun, kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai konsep diri, potensi diri, dan *soft skill* yang dibutuhkan remaja. Hasil kuesioner menunjukkan peningkatan rata-rata capaian dari 46% menjadi 86% (naik 40 poin persentase) pada seluruh aspek yang diukur, dengan peningkatan paling nyata pada aspek kemampuan penerapan materi sebesar 45 poin. Data observasi dan refleksi lisan memperkuat temuan tersebut, yang tampak dari meningkatnya keberanian peserta untuk bertanya, berdiskusi, dan tampil di depan teman sebaya. Kegiatan ini juga membekali peserta dengan buku saku sebagai media belajar mandiri agar proses pengembangan diri dapat berlanjut setelah kegiatan selesai. Temuan ini menegaskan bahwa kepercayaan diri remaja rentan dapat ditumbuhkan melalui kombinasi pengenalan diri, latihan keterampilan, dan pengalaman keberhasilan dalam suasana yang aman dan suportif. Dengan demikian, perguruan tinggi melalui mahasiswanya dapat mengambil peran strategis sebagai fasilitator sebaya dalam pembinaan remaja yatim dan dhu'afa.

Berdasarkan hasil dan keterbatasan kegiatan, tim pengabdian menyampaikan beberapa saran untuk pengembangan program selanjutnya. Pertama, pengelola yayasan disarankan untuk menjadikan kegiatan latihan berbicara di depan forum sebagai agenda rutin, misalnya melalui giliran memimpin doa, menyampaikan kultum, atau mempresentasikan hasil belajar. Kedua, kegiatan lanjutan perlu dirancang dalam beberapa pertemuan berkala agar peserta memperoleh latihan yang lebih intensif dan pendampingan yang berkesinambungan. Ketiga, program pengembangan diri dapat diperluas dengan bimbingan karier sederhana dan pelatihan keterampilan praktis untuk memperkuat kesiapan masa depan peserta. Keempat, evaluasi kegiatan berikutnya sebaiknya menggunakan instrumen terstandar dan dilengkapi dengan pengukuran tindak lanjut untuk melihat keberlanjutan perubahan. Kelima, kolaborasi antara perguruan tinggi, yayasan, dan pemangku kepentingan lain perlu diperkuat agar pembinaan remaja rentan dapat berlangsung secara sistematis. Melalui langkah-langkah tersebut, upaya peningkatan kepercayaan diri remaja diharapkan tidak berhenti sebagai kegiatan sesaat, tetapi berkembang menjadi gerakan pembinaan yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Amri, A. F., Mukhlishin, H., Anwari, M. K., Khastuti, D., & Majah, I. (2024). Pelatihan pembuatan cinderamata berbahan dasar bioplastik resin untuk meningkatkan soft skill anak asuh di Panti Asuhan 'Aisyiyah Tunas Harapan Pontianak. *Jurnal Terapan Abdimas, 9*(2). https://doi.org/10.25273/jta.v9i2.19091

Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. (2022). *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) report*. Center for Reproductive Health, Universitas Gadjah Mada.

Cipriano, C., Strambler, M. J., Naples, L. H., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., Zieher, A. K., Eveleigh, A., McCarthy, M., Funaro, M., Ponnock, A., Chow, J. C., & Durlak, J. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development, 94*(5), 1181–1204. https://doi.org/10.1111/cdev.13968

Dilawar, T., Yousuf, S., & Iliyas, I. (2024). A descriptive study on psychological well-being in relation to demographic variables in adolescent orphans of Kashmir Valley. *Indian Journal of Social Psychiatry, 40*(1), 74–77. https://doi.org/10.4103/ijsp.ijsp_348_21

Doloksaribu, W. S. A., & Purba, P. Y. (2023). Sosialisasi pengembangan soft skill pada anak-anak Panti Asuhan Pelita Harapan Medan. *Martabe: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 6*(6), 2123–2127. https://doi.org/10.31604/jpm.v6i6.2123-2127

Dvorskaya, E. V., & Gordeeva, T. O. (2025). The psychological well-being of adolescents growing up within and outside the family. *Cultural-Historical Psychology, 21*(4), 38–49. https://doi.org/10.17759/chp.2025210404

Erskine, H. E., Blondell, S. J., Enright, M. E., Shadid, J., Wado, Y. D., Wekesah, F. M., Wahdi, A. E., Wilopo, S. A., Vu, L. M., Dao, H. T. K., Nguyen, V. D., Emerson, M. R., Fine, S. L., Li, M., Blum, R. W., Whiteford, H. A., & Scott, J. G. (2023). Measuring the prevalence of mental disorders in adolescents in Kenya, Indonesia, and Vietnam: Study protocol for the National Adolescent Mental Health Surveys. *Journal of Adolescent Health, 72*(1), S71–S78. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.05.012

Erskine, H. E., Maravilla, J. C., Wado, Y. D., Wahdi, A. E., Loi, V. M., Fine, S. L., Li, M., Ramaiya, A., Wekesah, F. M., Odunga, S. A., Njeri, A., Setyawan, A., Astrini, Y. P., Rachmawati, R., Hoa, D. T. K., Wallis, K. A., McGrath, C., Shadid, J., Enright, M. E., … Scott, J. G. (2024). Prevalence of adolescent mental disorders in Kenya, Indonesia, and Viet Nam measured by the National Adolescent Mental Health Surveys (NAMHS): A multi-national cross-sectional study. *The Lancet, 403*(10437), 1671–1680. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)02641-7

Idris, S. R. A., Karyani, U., Aulia, R. W., Fitri, R. A., Abror, K. M., & Mukharomah, N. I. (2026). Pelatihan Grow With Kindness: Upaya meningkatkan self-compassion remaja Panti Asuhan X di Sukoharjo. *Jurnal Ragam Pengabdian (JURAGAN), 3*(1), 2671–2683. https://doi.org/10.62710/yr3d6x52

Imran, Y., Hazilina, H., & Kurani, N. (2025). Implementasi konseling berbasis teknologi dan pelatihan soft skills dalam pengembangan karir anak panti asuhan: Studi kasus di Panti Asuhan 'Aisyiyah Tunas Harapan. *Pengabdianmu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat, 10*(Suppl. 1). https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10iSuppl%201.8246

Koeswandana, N. A., Purnama, D. A., Prasetyo, E., Agustin, A. F., Laksita, A. G., Sabila, R., Nugroho, W. A., Kamal, M. R., Istianah, I., Rahman, D. A., & Octyaningsih, Z. (2025). Peningkatan softskills dan hardskills pada anak Panti Asuhan Nurul Haq, Yogyakarta. *Rahmatan Lil'alamin Journal of Community Services, 5*(1), 27–38. https://doi.org/10.20885/RLA.Vol5.iss1.art4

Li, S., & Gustia, F. Y. (2026). Membangun kepercayaan diri dan keterampilan public speaking: Program pelatihan untuk santri. *Bidik: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 6*(2), 13–21. https://doi.org/10.31849/bidik.v6i2.8345

Llistosella, M., Goni-Fuste, B., Martín-Delgado, L., Miranda-Mendizabal, A., Franch Martinez, B., Pérez-Ventana, C., & Castellvi, P. (2023). Effectiveness of resilience-based interventions in schools for adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology, 14*, 1211113. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211113

Marganingrum, A. N., & Purnomosidi, F. (2025). Menumbuhkan self-love pada remaja di MAN 2 Surakarta. *ARDHI: Jurnal Pengabdian Dalam Negri, 3*(1), 30–35. https://doi.org/10.61132/ardhi.v3i1.1033

Martínez-Casanova, E., Molero-Jurado, M. del M., & Pérez-Fuentes, M. del C. (2024). Self-esteem and risk behaviours in adolescents: A systematic review. *Behavioral Sciences, 14*(6), 432. https://doi.org/10.3390/bs14060432

Noviekayati, I. G. A. A., Farid, M., & Amana, L. N. (2021). Inferiority feeling pada remaja panti asuhan: Bagaimana peranan konsep diri dan dukungan sosial? *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 10*(1), 104–118. https://doi.org/10.30996/persona.v10i1.4826

OECD. (2024). *Social and emotional skills for better lives: Findings from the OECD Survey on Social and Emotional Skills 2023*. OECD Publishing.

Palenzuela-Luis, N., Duarte-Clíments, G., Gómez-Salgado, J., Rodríguez-Gómez, J. Á., & Sánchez-Gómez, M. B. (2022). International comparison of self-concept, self-perception and lifestyle in adolescents: A systematic review. *International Journal of Public Health, 67*, 1604954. https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604954

Sherif, Y., Azman, A. Z. F., Awang, H., Mokhtar, S. A., Mohammadzadeh, M., & Alimuddin, A. S. (2023). Effectiveness of life skills intervention on depression, anxiety and stress among children and adolescents: A systematic review. *The Malaysian Journal of Medical Sciences, 30*(3), 42–59. https://doi.org/10.21315/mjms2023.30.3.4

Sulhana, R., Fabri, R. R. W., Syakina, A., Jasuli, A., & Natalia, R. (2025). Pelatihan dasar Master of Ceremony sebagai upaya peningkatan kepercayaan diri anak Panti Asuhan Muhammadiyah Sumenep. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan, 5*(6), 561–567. https://doi.org/10.59818/jpm.v5i6.2603

Utami, D. R. R. B. (2025). Penguatan self love pada remaja Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah (PAKYM). *Surya Abdimas, 9*(1), 36–42. https://doi.org/10.37729/abdimas.v9i1.5349

Vermund, S. H. (2021). Where should orphaned and separated children and adolescents live? Comparing institutionalized- and family-based venues in Kenya. *JAMA Network Open, 4*(9), e2125572. https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.25572

World Health Organization. (2025). *Mental health of adolescents* [Fact sheet]. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health