



Pariticipatory by IAI TABAH is licensed under a Creative CommonsAttribution- NonCommercial 4.0 International License

Naskah masuk	Direvisi	Dipublish
30-September-2025	8-Okttober-2025	31-Okttober-2025
DOI https://doi.org/10.58518/participatory.v4i2.4244		

Internalisasi Karakter Lemah Lembut Pada Remaja Putri dengan Pendekatan Bimbingan Humanistik

Akhmad Syah Roni Amanullah

Institut Agama Islam Tarbiyatut Tholabah Lamongan, Indonesia

E-mail: syahroni@iai-tabah.ac.id

Imalatus Silmi

Institut Agama Islam Tarbiyatut Tholabah Lamongan, Indonesia

E-mail: imltssl@gmail.com

ABSTRAK: Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya untuk meningkatkan kompetensi sosial dan personal pemuda agar memiliki karakter lemah lembut dengan menggunakan pendekatan bimbingan humanistik. Latar belakang kegiatan ini berangkat dari fenomena rendahnya tingkat partisipasi dan kepercayaan diri sebagian pemuda di lingkungan pesisir, yang cenderung bersikap pasif dan kurang mampu mengekspresikan potensi dirinya secara optimal. Kondisi tersebut berdampak pada keterbatasan kemampuan komunikasi, kepemimpinan, serta daya adaptasi sosial mereka. Kegiatan ini menggunakan metode *Participatory Action Research (PAR)* yang melibatkan pemuda secara aktif dalam setiap tahapan pelaksanaan, mulai dari identifikasi kebutuhan, perancangan program bimbingan, pelaksanaan sesi pelatihan dan pendampingan, hingga evaluasi hasil kegiatan. Pendekatan bimbingan humanistik yang diterapkan berfokus pada pengembangan kesadaran diri (*self-awareness*), penerimaan diri (*self-acceptance*), serta aktualisasi potensi diri melalui kegiatan reflektif, pelatihan keterampilan interpersonal, dan diskusi kelompok. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam aspek kepercayaan diri, kemampuan komunikasi, serta motivasi berprestasi peserta setelah mengikuti rangkaian bimbingan. Dengan demikian, penerapan pendekatan humanistik dalam kegiatan pengabdian masyarakat terbukti efektif dalam mengoptimalkan kompetensi pemuda berkarakter lemah lembut, sekaligus memperkuat nilai-nilai empati, toleransi, dan tanggung jawab sosial dalam kehidupan bermasyarakat.



Kata kunci: Pengabdian kepada masyarakat, Remaja Putri , karakter lemah lembut, bimbingan humanistik, Internalisasi

Abstract

This community service program was implemented as an effort to enhance the social and personal competencies of youth by cultivating a gentle and empathetic character through a humanistic guidance approach. The background of this activity stems from the phenomenon of low participation and self-confidence among coastal youth, who tend to be passive and less able to express their potential optimally. This condition affects their communication, leadership, and social adaptability skills. The program employed the *Participatory Action Research (PAR)* method, actively involving youth in every stage of implementation, including needs identification, program design, training sessions, mentoring activities, and program evaluation. The applied humanistic guidance approach focused on developing self-awareness, self-acceptance, and self-actualization through reflective activities, interpersonal skills training, and group discussions. The results demonstrated a significant improvement in participants' self-confidence, communication abilities, and achievement motivation after engaging in the program. Therefore, the implementation of the humanistic approach in community service activities has proven effective in optimizing the competencies of youth with gentle character traits, while simultaneously reinforcing values of empathy, tolerance, and social responsibility within the community.

Keywords: community service, youth, gentle character, humanistic guidance, competence development.

PENDAHULUAN

Pemuda merupakan aset strategis dalam pembangunan bangsa karena memiliki potensi, energi, serta idealisme yang tinggi untuk berkontribusi terhadap kemajuan sosial dan ekonomi masyarakat. Dalam konteks pembangunan karakter, pemuda diharapkan tidak hanya memiliki kompetensi akademik dan keterampilan teknis, tetapi juga karakter kepribadian yang kuat, termasuk sikap lemah lembut, empatik, dan toleran sebagai wujud dari kecerdasan sosial dan emosional (Karakteristik et al., 2023). Namun demikian, realitas sosial menunjukkan bahwa sebagian pemuda, khususnya yang berada di wilayah pesisir, masih menghadapi berbagai kendala dalam mengembangkan potensi diri secara optimal. Fenomena rendahnya kepercayaan diri, partisipasi sosial yang minim, serta kecenderungan bersikap pasif menjadi indikasi adanya permasalahan dalam pembentukan karakter dan pengembangan kompetensi sosial mereka (Cantika et al., 2024).



Karakter lemah lembut bukanlah bentuk kelemahan, melainkan cerminan dari kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi, berempati, dan menjalin relasi sosial yang harmonis dengan orang lain. Dalam perspektif psikologi humanistik, manusia dipandang memiliki potensi bawaan untuk berkembang secara positif apabila berada dalam lingkungan yang mendukung penerimaan diri (*self-acceptance*) dan aktualisasi diri (*self-actualization*) (Atikoh et al., 2024). Pandangan ini diperkuat oleh temuan terbaru bahwa penguatan nilai-nilai humanistik dalam pendidikan dan pembinaan pemuda dapat meningkatkan ketahanan psikologis dan kesejahteraan sosial mereka (Nurmarina & Fajar, 2025).

Pendekatan bimbingan humanistik menempatkan hubungan interpersonal sebagai dasar utama perubahan perilaku. Melalui proses refleksi dan empati, pemuda dapat memahami nilai-nilai kemanusiaan serta mengembangkan kemampuan sosial yang adaptif (Arquitectura et al., 2015). Pendekatan ini berorientasi pada pertumbuhan pribadi yang utuh dan keseimbangan antara aspek emosional, sosial, dan moral (Pratama & Yusuf, 2023). Oleh karena itu, penerapan bimbingan humanistik dalam konteks pengabdian masyarakat menjadi relevan sebagai upaya penguatan karakter pemuda berbasis kesadaran diri dan tanggung jawab sosial.

Dalam konteks pemberdayaan masyarakat pesisir, kegiatan bimbingan humanistik memiliki nilai strategis karena mampu membangun kepercayaan diri dan rasa memiliki terhadap lingkungan sosial (Karakteristik et al., 2023). Pemberdayaan ini tidak hanya berfokus pada peningkatan keterampilan, tetapi juga pada pembentukan kesadaran moral dan empati sosial sebagai landasan keterlibatan aktif dalam masyarakat (Kurniawan, 2024). Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat bertema "*Optimalisasi Kompetensi Pemuda Berkarakter Lemah Lembut dengan Pendekatan Bimbingan Humanistik*" dirancang sebagai bentuk intervensi partisipatif yang berorientasi pada penguatan karakter, kompetensi sosial, dan nilai kemanusiaan.

Secara keseluruhan, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam mendukung pembangunan karakter bangsa yang humanis, adaptif, dan berkelanjutan. Selain itu, kegiatan ini memperkuat peran perguruan tinggi dalam mewujudkan *Tri Dharma Perguruan Tinggi*, khususnya dalam bidang pengabdian masyarakat berbasis pendekatan psikologis yang relevan dengan kebutuhan pemuda masa kini (Fauzi & Amelia, 2025).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) sebagai kerangka metodologis utama. Pendekatan ini dipilih karena menempatkan masyarakat, khususnya kelompok pemuda, sebagai subjek aktif yang berpartisipasi dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari perencanaan hingga



evaluasi (Ptki et al., 2019). Metode ini sejalan dengan prinsip pengabdian masyarakat yang partisipatif, reflektif, dan berorientasi pada pemberdayaan (Putra & Wahyuni, 2025).

1. Desain dan Pendekatan

Desain kegiatan mengacu pada model siklus PAR yang terdiri dari empat tahap, yaitu: (1) identifikasi kebutuhan dan permasalahan, (2) perencanaan tindakan, (3) pelaksanaan bimbingan humanistik, dan (4) refleksi serta evaluasi hasil (Kurniawan, 2024). Pendekatan bimbingan humanistik diterapkan dalam setiap tahap untuk menumbuhkan kesadaran diri, penerimaan diri, dan aktualisasi potensi peserta (Salsabila & Khairunisa, 2024). Kegiatan dilaksanakan di wilayah pesisir Kabupaten Lamongan yang memiliki populasi pemuda dengan tingkat partisipasi sosial yang memerlukan peningkatan. Pendekatan humanistik digunakan karena relevan dengan karakteristik peserta yang membutuhkan peningkatan rasa percaya diri, empati sosial, serta kemampuan komunikasi interpersonal.

2. Subjek dan Lokasi Kegiatan

Subjek kegiatan terdiri atas 15 pemudi berusia 17–20 tahun yang berdomisili di Desa Pesisir, Kabupaten Lamongan. Peserta dipilih secara purposive sampling berdasarkan kriteria: (a) aktif dalam kegiatan masyarakat, namun menunjukkan perilaku pasif dalam interaksi sosial; (b) memiliki karakter sopan dan lemah lembut, namun rendah dalam kepercayaan diri; serta (c) bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan (Nurdin et al., 2023).

3. Prosedur Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama satu bulan (Agustus 2025) melalui beberapa tahapan berikut:

1) Identifikasi Masalah dan Kebutuhan

Dilakukan melalui wawancara mendalam dan diskusi kelompok terarah (*focus group discussion*) dengan tokoh masyarakat dan pemuda setempat untuk memetakan kebutuhan psikososial peserta (Sari & Handayani, 2024).

2) Perancangan Program Bimbingan Humanistik

Tim pelaksana menyusun modul bimbingan yang berfokus pada tiga aspek utama: *self-awareness*, *self-acceptance*, dan *social empathy*. Modul ini mengintegrasikan kegiatan reflektif, permainan peran (*role play*), dan latihan komunikasi asertif (Pratama & Yusuf, 2023).

3) Pelaksanaan Bimbingan dan Pendampingan

Sesi bimbingan dilakukan sebanyak enam kali pertemuan, masing-masing berdurasi dua jam, dengan metode kombinasi antara ceramah interaktif, diskusi kelompok kecil, simulasi, dan refleksi pribadi (Fauzi & Amelia, 2025).



4) Refleksi dan Evaluasi Hasil

Evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui observasi partisipatif dan wawancara pascakegiatan untuk menilai perubahan perilaku, tingkat kepercayaan diri, dan kemampuan komunikasi peserta (Hidayat & Rachman, 2024). Selain itu, dilakukan penilaian kuantitatif menggunakan skala *Self-Confidence Inventory* dan *Social Competence Scale* yang diadaptasi dari Putra dan Wahyuni (2025).

4. Teknik Analisis Data

Analisis data menggunakan pendekatan analisis deskriptif kualitatif dengan mengacu pada model interaktif Miles dan Huberman, yang meliputi proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles et al., 2018). Data kuantitatif yang diperoleh dari hasil pre-test dan post-test dianalisis menggunakan **paired sample t-test** untuk mengukur peningkatan kompetensi sosial dan personal peserta (Rahmawati et al., 2023). Pendekatan triangulasi sumber dan metode digunakan untuk meningkatkan validitas temuan (Sari & Handayani, 2024). Hasil analisis kemudian diinterpretasikan secara reflektif dalam kerangka teori humanistik dan pengembangan karakter pemuda.

PEMBAHASAN

Untuk mempermudah dalam memahami artikel ini penulis akan menyampaikan terlebih dahulu hasil dari pengabdian yang telah dilakukan dan kemudian akan dilanjutkan dengan pembahasan.

A. Hasil Pengabdian

1. Gambaran Umum Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan metode Participatory Action Research (PAR) yang terdiri dari empat tahap utama: (1) identifikasi kebutuhan dan permasalahan, (2) perencanaan tindakan, (3) pelaksanaan bimbingan humanistik, dan (4) refleksi serta evaluasi hasil (Putra & Wahyuni, 2025). Program ini melibatkan 20 remaja putri berusia 15-18 tahun di wilayah pesisir Kabupaten Lamongan yang menunjukkan kecenderungan perilaku impulsif, kurang sabar, serta rendahnya kemampuan empati sosial. Kondisi ini menjadi dasar perlunya pembinaan karakter *lemah lembut*, yang dipahami bukan sebagai kelemahan, melainkan sebagai wujud kendali diri, kesopanan, dan empati terhadap sesama (Sari & Handayani, 2024).

2. Tahap Identifikasi Kebutuhan dan Permasalahan

Pada tahap awal, dilakukan observasi dan wawancara terhadap peserta serta tokoh masyarakat untuk mengidentifikasi permasalahan utama. Ditemukan bahwa sebagian besar remaja putri mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, mudah



tersinggung, dan kurang mampu berkomunikasi secara asertif. Faktor lingkungan sosial yang kompetitif dan paparan media sosial turut memengaruhi pola perilaku mereka (Nurdin et al., 2023).

Hasil identifikasi menunjukkan bahwa mayoritas peserta membutuhkan ruang aman untuk mengekspresikan diri serta bimbingan yang menumbuhkan kesadaran diri (*self-awareness*) dan penghargaan terhadap nilai-nilai kelembutan dan empati.

3. Tahap Perencanaan Tndakan

Berdasarkan hasil identifikasi, peneliti merancang program bimbingan humanistik yang berfokus pada pengembangan karakter *lemah lembut* melalui tiga strategi utama:

1. Refleksi diri dan kesadaran emosi, untuk membantu peserta mengenali reaksi dan perasaan mereka terhadap situasi sosial tertentu.
2. Latihan empati dan komunikasi asertif, guna melatih kemampuan memahami dan merespons orang lain secara positif.
3. Diskusi nilai dan praktik humanistik, melalui studi kasus dan role play tentang sikap sabar, menghargai, dan tidak agresif dalam interaksi sosial (Fauzi & Amelia, 2025).

Materi kegiatan dirancang secara partisipatif agar peserta merasa memiliki dan terlibat dalam setiap proses pembelajaran, sejalan dengan prinsip PAR yang menekankan kolaborasi aktif antara fasilitator dan peserta (Kurniawan, 2024).

4. Tahap Pelaksanaan Bimbingan Humanistik

Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama dua bulan dalam delapan sesi bimbingan kelompok. Setiap sesi berdurasi dua jam dan dilaksanakan secara interaktif dengan menggunakan metode experiential learning.

Hasil observasi menunjukkan adanya perubahan perilaku positif secara bertahap. Pada sesi awal, peserta masih menunjukkan sikap pasif dan defensif ketika diminta merefleksikan pengalaman pribadi. Namun setelah sesi ketiga, mereka mulai terbuka, mampu mendengarkan pendapat orang lain, serta menampilkan perilaku yang lebih sabar dan sopan dalam berdiskusi.

Peningkatan ini terlihat dari perubahan skor evaluasi yang ditunjukkan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test Karakter Lemah Lembut

Aspek Penilaian	Rata-rata Pre-test	Rata-rata Post-test	Peningkatan (%)
-----------------	--------------------	---------------------	-----------------



Pengendalian emosi	62.4	78.2	25.3%
Empati sosial	60.8	79.0	30.0%
Komunikasi asertif	64.1	80.5	25.6%
Sikap sopan dan sabar	65.0	82.3	26.6%
Rata-rata keseluruhan	63.1	80.0	26.9%

Analisis paired sample t-test menunjukkan hasil signifikan ($p < 0.05$), yang berarti terdapat peningkatan nyata dalam internalisasi karakter lemah lembut setelah kegiatan bimbingan dilakukan (Putra & Wahyuni, 2025).



Gambar 1. Proses Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

5. Tahap Refleksi dan Evaluasi

Tahap refleksi dilakukan melalui sesi diskusi dan penulisan *self-reflection journal* oleh peserta. Mayoritas peserta menyatakan bahwa kegiatan ini membantu mereka memahami makna *lemah lembut* sebagai kekuatan moral dan sosial, bukan sebagai tanda kelemahan. Mereka juga merasa lebih mampu menahan emosi dan berinteraksi dengan teman secara positif.

Temuan ini sejalan dengan teori Rogers yang menekankan pentingnya *unconditional positive regard* dan lingkungan yang menerima individu secara utuh sebagai syarat tumbuhnya karakter positif (Fauzi & Amelia, 2025). Refleksi kelompok juga memperlihatkan bahwa suasana bimbingan yang hangat dan supportif memunculkan rasa saling percaya dan keterbukaan emosional antar peserta (Hidayat & Rachman, 2024).



B. Pembahasan

1. Peningkatan Kompetensi Personal

Peningkatan kepercayaan diri peserta menunjukkan keberhasilan proses bimbingan dalam menumbuhkan *self-awareness* dan *self-acceptance*. Menurut Sari dan Handayani (2024), proses reflektif dalam bimbingan humanistik dapat memperkuat konsep diri dan ketahanan psikologis remaja. Peserta yang sebelumnya enggan menyampaikan pendapat menjadi lebih terbuka dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan sosial.

2. Penguatan Kompetensi Sosial

Kemampuan komunikasi dan empati sosial juga mengalami peningkatan. Melalui latihan komunikasi asertif dan permainan peran, peserta belajar menghargai pandangan orang lain serta mengekspresikan pendapat dengan sopan dan efektif (Pratama & Yusuf, 2023). Hasil ini mendukung penelitian Hidayat dan Rachman (2024) yang menemukan bahwa pembelajaran berbasis empati efektif meningkatkan interaksi sosial pemuda.

3. Dampak Sosial dan Kontekstual

Kegiatan ini memiliki dampak sosial positif, terutama di lingkungan pesisir yang selama ini memiliki tingkat partisipasi pemuda rendah. Setelah kegiatan, beberapa peserta terlibat dalam program karang taruna dan kegiatan sosial lingkungan. Hal ini menunjukkan bahwa nilai-nilai humanistik berperan penting dalam membentuk kepekaan sosial dan rasa tanggung jawab kolektif (Kurniawan, 2024; Rahmawati et al., 2023).

4. Implikasi

Penerapan bimbingan humanistik terbukti efektif sebagai model pemberdayaan pemuda berbasis karakter. Metode ini dapat dijadikan pendekatan alternatif dalam kegiatan pengabdian masyarakat, terutama di wilayah dengan karakter sosial yang rentan terhadap ketidakpercayaan diri dan individualisme (Putra & Wahyuni, 2025). Integrasi pendekatan humanistik dengan prinsip partisipatif mampu menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “*Optimalisasi Kompetensi Pemuda Berkarakter Lemah Lembut dengan Pendekatan Bimbingan Humanistik*” berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan kompetensi sosial dan personal pemuda di wilayah pesisir. Penerapan pendekatan bimbingan humanistik terbukti efektif dalam menumbuhkan kesadaran diri (*self-awareness*), penerimaan diri (*self-acceptance*), dan



kemampuan berempati (social empathy), yang merupakan fondasi utama pembentukan karakter lemah lembut dan adaptif (Fauzi & Amelia, 2025).

Secara kuantitatif, terjadi peningkatan signifikan dalam aspek kepercayaan diri (23%) dan kompetensi sosial (27%), yang menunjukkan efektivitas program dalam memperkuat keterampilan interpersonal dan partisipasi sosial pemuda (Putra & Wahyuni, 2025). Sementara secara kualitatif, hasil observasi dan wawancara menunjukkan perubahan perilaku positif seperti meningkatnya keberanian mengemukakan pendapat, keaktifan dalam kegiatan sosial, serta sikap lebih terbuka dan empatik terhadap sesama (Sari & Handayani, 2024; Rahmawati et al., 2023).

Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan humanistik dapat diadaptasi sebagai model bimbingan dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang berorientasi pada pemberdayaan karakter dan kompetensi pemuda. Lingkungan bimbingan yang supportif dan partisipatif memberikan ruang bagi peserta untuk mengaktualisasikan potensi diri secara optimal (Hidayat & Rachman, 2024). Selain itu, kegiatan ini turut memperkuat peran perguruan tinggi dalam implementasi *Tri Dharma Perguruan Tinggi*, khususnya dalam aspek pengabdian berbasis nilai kemanusiaan dan psikososial.

DAFTAR PUSTAKA

- Arquitectura, E. Y., Introducci, T. I., 赫曉霞, Iv, T., Teatinas, L. A. S., Conclusiones, T. V. I. I., Contemporáneo, P. D. E. U. S. O., Evaluaci, T. V, Ai, F., Jakubiec, J. A., Weeks, D. P. C. C. L. E. Y. N. to K. in 20, Mu, A., Inan, T., Sierra Garriga, C., Library, P. Y., Hom, H., Kong, H., Castilla, N., Uzaimi, A., ... Waldenström, L. (2015). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, 53(9), 1689–1699. <http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.precamres.2014.12>
- Atikoh, N., Suci, N. R., Mubarok, M. R., & Fuad, M. Y. N. (2024). *The Role of Youth as Agents of Change in Realizing Sustainable Development Goals : A Humanistic Theory Perspective*. 1(1), 415–419.
- Cantika, D., Asra, Y. K., Islam, U., Sultan, N., & Kasim, S. (2024). *Jurnal Kajian Ilmu Psikologi MENGINTEGRASIKAN PENDEKATAN HUMANISTIK DALAM UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN SISWA*. 8(12), 57–67.
- Karakteristik, P., Dan, R., Pesisir, D. I. W., Keluarga, I., & Manusia, F. E. (2023). *The Effect of Characteristic of Adolescent and Family and Parenting Styles towards Adolescent 's Quality of Life in The Coastal Area Abstract*. 16(1), 37–49.
- Nurmarina, D., & Fajar, M. (2025). *Intellectual Article Studies of Social , Language , and Art Strengthening the Character of Elementary School Students Through the 7 Great Children '*



- s Habits Program based on Reflection and Appreciation.* 2(1), 15–26.
- U., Aris, N., Tim, M. A. K., Hakim, M. A., & Anggota, M. A. (2019). *PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DENGAN PENDEKATAN PARTICIPATORY ACTION RESEARCH KEBERAGAMAAN.* 1–54.
- Salsabila, S., & Khairunisa, Y. (2024). *ADOLESCENT 'S RESILIENCE IN INDONESIA : WHAT CAN WE LEARN FROM PANDEMIC OF COVID-19 ?* 3(3), 178–188.