

MEMBANGUN GENERASI SANTRI TANGGUH MELALUI EDUKASI MENTAL DAN PENGUATAN KARAKTER DALAM MENGHADAPI TANTANGAN MASA DEPAN

Mutiawati¹⁾, Kurnia Rahmayanti²⁾, Ulfa Husna Dhira³⁾, Syarifah Asyura⁴⁾, dan Riski
Julia Utama⁵⁾

^{1,5}Fakultas Sosial Sains dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ubudiyah Indonesia (penulis 1,5)

^{2,3,4}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia (penulis 2,3,4)

Email Corresponding author: mutia@uui.ac.id

Abstrak

Perkembangan dunia yang semakin kompleks menuntut generasi muda tidak hanya memiliki kemampuan akademik, tetapi juga kesiapan mental, karakter positif, dan kemampuan beradaptasi dalam menghadapi berbagai tantangan masa depan. Santri sebagai bagian dari generasi penerus bangsa perlu memiliki ketahanan psikologis agar mampu mengelola tekanan, membangun kepercayaan diri, serta menghadapi perubahan sosial secara bijak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk membangun mental tangguh santri melalui edukasi mental, motivasi, dan penguatan karakter di Dayah Darul Hikmah Kabupaten Aceh Besar. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui penyampaian materi edukasi kesehatan mental, diskusi interaktif, serta motivasi pengembangan diri yang mencakup pengenalan stres, pengelolaan emosi, peningkatan resiliensi, dan pembentukan pola pikir positif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengikuti kegiatan dengan antusias dan memperoleh peningkatan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental serta membangun karakter diri dalam menghadapi tantangan kehidupan. Edukasi yang diberikan mampu meningkatkan kesadaran santri bahwa keberhasilan masa depan tidak hanya dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual, tetapi juga oleh kemampuan mengelola diri, memiliki motivasi, dan beradaptasi terhadap perubahan. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membentuk generasi santri yang tangguh, percaya diri, berkarakter, dan siap menghadapi dinamika dunia masa depan.

Kata Kunci: Edukasi Mental, Karakter, Motivasi, Penguatan, Resiliensi

Abstract

The increasingly complex nature of the modern world requires the younger generation to possess not only academic skills but also mental readiness, positive character, and the adaptability to face various future challenges. As part of the nation's next generation, Islamic boarding school students need psychological resilience to manage pressure, build self-confidence, and navigate social changes wisely. This community service initiative aims to foster mental resilience among Islamic boarding school students at Dayah Darul Hikmah in Aceh Besar Regency through mental health education, motivational sessions, and character strengthening. The program was implemented using a combination of mental health education, interactive discussions, and self-development motivation covering topics such as recognizing stress, managing emotions, enhancing resilience, and cultivating a positive mindset. The results indicate that participants engaged enthusiastically and gained a better understanding of the importance of maintaining mental health and building character to face life's challenges. The education provided raised awareness among the Islamic boarding school students that future success depends not only on intellectual intelligence but also on self-management, motivation, and the ability to adapt to change. This initiative is expected to serve as a foundational step toward shaping a generation of Islamic boarding school students who are resilient, confident, and of strong character, ready to face the dynamics of the future world.

Keywords: Mental and Character Education, Motivation, Strengthening, Resilience

1. PENDAHULUAN

Perubahan dunia yang berlangsung secara cepat dalam berbagai bidang kehidupan membawa tantangan baru bagi generasi muda, termasuk peserta didik yang berada di lingkungan pendidikan berbasis pesantren. Proses pembentukan karakter santri mengacu pada eco pasantren religious dan peduli lingkungan sekolah (Ratnasari et al., 2025). Eco-pesantren merupakan program yang mengandalkan peran pesantren untuk melestarikan lingkungan melalui pendidikan lingkungan berbasis agama (Diavano, 2022). Perkembangan teknologi, perubahan sosial, tuntutan pendidikan, serta persaingan global menuntut individu tidak hanya memiliki kemampuan intelektual, tetapi juga memiliki kesiapan mental, karakter yang kuat, dan kemampuan beradaptasi terhadap perubahan. Perilaku belajar secara umum memiliki dampak besar pada penyesuaian psikologis dan mental siswa dalam belajar (Mutiawati et al., 2023). Kemampuan menghadapi berbagai tekanan dan tantangan kehidupan menjadi salah satu aspek penting yang menentukan keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuan masa depan.

Santri merupakan bagian dari generasi muda yang memiliki peran strategis dalam pembangunan masyarakat. Lingkungan pendidikan dayah atau pesantren tidak hanya berfungsi sebagai tempat pengembangan ilmu agama, tetapi juga menjadi ruang pembentukan karakter, kedisiplinan, kemandirian, dan nilai-nilai sosial. Namun, dalam proses perkembangan menuju kedewasaan, santri juga menghadapi berbagai tantangan psikologis, seperti tekanan akademik, tuntutan pencapaian, kemampuan beradaptasi dengan lingkungan, serta kesiapan menghadapi kehidupan setelah menyelesaikan pendidikan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penguatan aspek mental dan karakter menjadi kebutuhan penting dalam membentuk generasi santri yang tangguh dan berdaya saing. Temuan penelitian sebelumnya menyatakan bahwa akhlak berfungsi sebagai landasan moral yang menguatkan karakter santri, keseimbangan jiwa yang diperoleh dari praktik spiritual dan pengelolaan emosi membantu menjaga ketenangan dan fokus, serta conditioning pesantren berupa rutinitas disiplin membentuk kebiasaan positif yang memperkuat ketangguhan mental (Arif, 2025).

Berdasarkan analisis situasi di lingkungan Dayah Darul Hikmah Kabupaten Aceh Besar,

diperlukan upaya edukasi yang tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga membangun kesadaran santri mengenai pentingnya kesehatan mental dan pengembangan karakter. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan Universitas Ubudiyah Indonesia merupakan bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam memberikan kontribusi nyata kepada masyarakat melalui edukasi dan pendampingan. Kegiatan tersebut dilaksanakan melalui seminar kesehatan mental yang membahas pentingnya menjaga kesehatan psikologis, mengenali stres dan tekanan, membangun ketahanan diri (*resilience*), serta mengelola emosi agar santri mampu menjalani aktivitas pendidikan secara lebih optimal.

Kesehatan mental menjadi salah satu aspek fundamental dalam perkembangan individu. Menurut *World Health Organization* (WHO) menjelaskan bahwa Kesehatan mental merupakan keadaan dimana seseorang dapat mengenali dirinya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal (N. A. Lestari, 2024). Kesehatan mental adalah suatu kondisi psikologis yang mempengaruhi produktivitas dan kesejahteraan seseorang. Dengan demikian, kesehatan mental bukan hanya berkaitan dengan tidak adanya gangguan psikologis, tetapi juga mencakup kemampuan mengelola emosi, membangun hubungan sosial yang sehat, dan memiliki kemampuan menghadapi berbagai permasalahan kehidupan.

Selain kesehatan mental, penguatan karakter juga menjadi faktor penting dalam membentuk individu yang mampu menghadapi perubahan zaman. Pendidikan karakter merupakan elemen penting dalam sistem pendidikan modern yang bertujuan membentuk generasi muda yang berintegritas (Ahmad Fauzi & Hendri Irawan, 2025). Karakter seperti disiplin, tanggung jawab, percaya diri, optimisme, kerja keras, dan kemampuan mengambil keputusan merupakan modal utama bagi generasi muda dalam menghadapi tantangan masa depan. Generasi muda yang memiliki karakter kuat, wawasan luas, keterampilan yang baik, dan jiwa nasionalisme tinggi akan mampu menjadi penggerak utama kemajuan bangsa (Panoyo, 2026). Individu dengan karakter yang kuat cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik ketika menghadapi berbagai hambatan dan perubahan lingkungan.

Konsep ketangguhan mental (*mental toughness*) berkaitan erat dengan kemampuan seseorang untuk tetap memiliki motivasi, fokus, dan keyakinan diri ketika menghadapi situasi sulit. Ketangguhan mental yang tinggi menjadi tolak ukur mitra memiliki kesejahteraan psikologis yang baik yang terlihat pada perubahan perilaku mitra yang sudah mampu menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, mandiri, menyesuaikan diri dengan lingkungannya, memiliki tujuan hidup dan mampu mengembangkan dirinya kearah yang lebih baik (Wahyu Kurnia Saputra et al., 2024). Sementara itu, konsep resiliensi menjelaskan kemampuan individu untuk bangkit kembali setelah mengalami tekanan atau kegagalan. Kedua konsep tersebut menjadi dasar penting dalam edukasi mental bagi santri karena masa remaja merupakan periode pembentukan identitas diri yang membutuhkan dukungan psikologis dan penguatan nilai karakter.

Permasalahan utama yang menjadi dasar pelaksanaan kegiatan ini adalah masih perlunya peningkatan pemahaman generasi muda mengenai pentingnya kesehatan mental dan kesiapan diri dalam menghadapi tantangan kehidupan. Sebagian besar peserta didik lebih banyak memperoleh penguatan pada aspek akademik, sementara aspek pengelolaan emosi, motivasi diri, kepercayaan diri, dan kemampuan menghadapi tekanan belum selalu mendapatkan perhatian yang memadai. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukatif yang mampu memberikan pemahaman sekaligus motivasi agar santri memiliki pola pikir positif dan kesiapan menghadapi masa depan.

Solusi yang ditawarkan melalui kegiatan pengabdian ini adalah pelaksanaan edukasi mental dan penguatan karakter melalui penyampaian materi psikologi, diskusi interaktif, serta motivasi pengembangan diri. Kegiatan dirancang untuk memberikan pemahaman kepada santri mengenai pentingnya mengenali diri sendiri, mengelola stres, membangun kepercayaan diri, meningkatkan motivasi belajar, serta mengembangkan sikap positif dalam menghadapi tantangan kehidupan. Pendekatan edukasi ini diharapkan mampu memberikan perubahan perspektif bahwa keberhasilan masa depan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh kemampuan

mengelola diri dan membangun karakter yang kuat.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran santri mengenai pentingnya kesehatan mental, membangun ketahanan diri dalam menghadapi tekanan, meningkatkan motivasi pengembangan diri, serta memperkuat karakter positif sebagai bekal menghadapi tantangan masa depan. Melalui kegiatan ini diharapkan terbentuk generasi santri yang tidak hanya memiliki kemampuan keilmuan, tetapi juga memiliki mental tangguh, karakter kuat, percaya diri, dan mampu beradaptasi dengan perkembangan zaman.

2. METODE

1. Rancangan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif dengan tujuan memberikan pemahaman, motivasi, dan penguatan karakter kepada santri dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan di masa depan. Rancangan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi antara tim pengabdian Universitas Ubudiyah Indonesia dengan pihak Dayah Darul Hikmah Kabupaten Aceh Besar untuk menentukan kebutuhan peserta, waktu pelaksanaan, serta bentuk kegiatan yang sesuai dengan kondisi lingkungan dayah. Berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan, ditemukan bahwa edukasi mengenai kesehatan mental, pengelolaan emosi, motivasi diri, dan penguatan karakter merupakan aspek yang penting diberikan kepada santri sebagai bekal menghadapi perkembangan dunia yang semakin kompleks.

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui kegiatan edukasi mental dan motivasi dengan metode penyampaian materi, diskusi interaktif, serta refleksi diri. Materi yang diberikan mencakup pemahaman mengenai pentingnya kesehatan mental, pengenalan stres dan tekanan psikologis, strategi mengelola emosi, membangun resiliensi, meningkatkan kepercayaan diri, serta membentuk pola pikir positif dalam menghadapi tantangan kehidupan. Kegiatan seminar kesehatan mental dalam program ini juga membahas aspek

ketahanan diri (*resilience*) dan pengelolaan emosi bagi santri.

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui ketercapaian tujuan kegiatan melalui pengamatan terhadap partisipasi peserta, respons selama kegiatan berlangsung, serta peningkatan pemahaman santri setelah mengikuti edukasi.

2. Pemilihan Responden/Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah santri Dayah Darul Hikmah Kabupaten Aceh Besar. Pemilihan sasaran didasarkan pada pertimbangan bahwa santri merupakan kelompok generasi muda yang sedang berada pada tahap perkembangan karakter dan persiapan menghadapi kehidupan di masa mendatang.

Santri dipilih sebagai sasaran kegiatan karena lingkungan pendidikan dayah tidak hanya membutuhkan penguatan aspek keilmuan, tetapi juga membutuhkan pembentukan kemampuan psikologis seperti pengendalian diri, kemampuan beradaptasi, motivasi, dan ketahanan menghadapi tekanan. Melalui edukasi mental dan penguatan karakter, santri diharapkan memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi perubahan sosial, pendidikan, dan dunia kerja.

Kegiatan ini merupakan bagian dari program pengabdian Universitas Ubudiyah Indonesia yang dilaksanakan di Dayah Darul Hikmah Kabupaten Aceh Besar dengan melibatkan peserta santri sebagai penerima manfaat utama kegiatan.

3. Bahan dan Alat yang Digunakan

Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini meliputi:

- a. **Materi edukasi mental**, berupa bahan presentasi mengenai:
 - a. Konsep kesehatan mental.
 - b. Pengelolaan stres dan tekanan psikologis.
 - c. Pentingnya motivasi diri.
 - d. Penguatan karakter dan resiliensi.
 - e. Strategi menghadapi tantangan masa depan.
- b. **Media penyampaian materi**, meliputi:
 - a. Laptop.
 - b. Proyektor.
 - c. Layar presentasi.

- d. Materi visual berupa slide edukasi.
- e. Dokumentasi kegiatan.

c. Instrumen evaluasi kegiatan, berupa:

- a. Observasi keterlibatan peserta.
- b. Tanya jawab selama kegiatan.
- c. Respons peserta terhadap materi yang diberikan.

d. Desain Kegiatan dan Kinerja Pelaksanaan

Desain kegiatan menggunakan pendekatan edukasi langsung (*direct education*) dengan melibatkan peserta secara aktif melalui komunikasi dua arah. Tim pengabdian berperan sebagai fasilitator yang memberikan materi sekaligus membangun interaksi agar peserta mampu memahami dan menerapkan konsep yang diberikan.

Alur kegiatan dirancang sebagai berikut:

Identifikasi kebutuhan → Persiapan materi → Penyampaian edukasi mental → Diskusi dan motivasi → Evaluasi kegiatan

Kinerja kegiatan dapat dilihat dari keterlibatan aktif peserta selama proses edukasi. Santri mengikuti kegiatan dengan antusias mulai dari penyampaian materi hingga sesi interaksi dan diskusi. Berdasarkan laporan kegiatan, seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan edukasi dan seminar kesehatan mental dengan baik serta menunjukkan respons positif terhadap kegiatan yang diberikan.

Produktivitas kegiatan ditunjukkan melalui peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, membangun karakter positif, serta mempersiapkan diri menghadapi tantangan masa depan.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui:

1. Observasi langsung

Observasi dilakukan selama kegiatan berlangsung untuk melihat tingkat partisipasi, antusiasme, dan keterlibatan santri dalam mengikuti edukasi.

2. Dokumentasi kegiatan

Dokumentasi dilakukan melalui pengumpulan foto dan catatan kegiatan sebagai bukti pelaksanaan program pengabdian.

3. Diskusi dan umpan balik peserta

Pengumpulan informasi dilakukan melalui interaksi langsung antara pemateri dan peserta

untuk mengetahui pemahaman serta pengalaman santri setelah mengikuti kegiatan.

5. Teknik Analisis Data

Data hasil kegiatan dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Analisis dilakukan dengan menggambarkan proses pelaksanaan kegiatan, tingkat keterlibatan peserta, serta perubahan pemahaman santri berdasarkan hasil observasi dan respons selama kegiatan berlangsung.

Indikator keberhasilan kegiatan dilihat berdasarkan:

1. Keaktifan santri dalam mengikuti kegiatan edukasi.
2. Pemahaman peserta terhadap materi kesehatan mental dan penguatan karakter.
3. Kemampuan peserta menjelaskan kembali pentingnya menjaga kesehatan mental.
4. Meningkatnya motivasi peserta dalam mengembangkan diri menghadapi tantangan masa depan.

Melalui metode ini, kegiatan pengabdian diharapkan mampu memberikan dampak positif berupa peningkatan kesadaran santri mengenai pentingnya keseimbangan antara kemampuan akademik, kesehatan mental, dan pembentukan karakter sebagai bekal menghadapi kehidupan di masa depan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Membangun Generasi Santri Tangguh melalui Edukasi Mental dan Penguatan Karakter dalam Menghadapi Tantangan Masa Depan” telah dilaksanakan di Dayah Darul Hikmah Kabupaten Aceh Besar pada sebagai bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada santri mengenai pentingnya kesehatan mental, penguatan karakter, serta kesiapan menghadapi berbagai tantangan kehidupan di masa depan. Perancangan kurikulum sesuai dengan kebutuhan lokal dan potensi siswa, termasuk integrasi nilai-nilai karakter sebagai bagian

penting dari pembelajaran (Rafni Fajriati, dkk, 2024).

Pelaksanaan kegiatan mendapatkan respons positif dari pihak dayah dan para santri. Peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan antusias, mulai dari sesi pembukaan, penyampaian materi edukasi, diskusi interaktif, hingga sesi motivasi pengembangan diri. Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan berlangsung, santri menunjukkan keterlibatan aktif melalui pertanyaan, tanggapan, dan diskusi terkait permasalahan yang berkaitan dengan pengelolaan emosi, motivasi belajar, serta kesiapan menghadapi masa depan.

Materi utama yang diberikan berfokus pada edukasi kesehatan mental dan penguatan karakter. Materi tersebut meliputi pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, mengenali stres dan tekanan psikologis, membangun ketahanan diri (resilience), serta mengelola emosi secara positif. Pemberian materi ini bertujuan agar santri mampu memahami bahwa keberhasilan seseorang tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh kemampuan mengelola diri dan membangun karakter yang kuat.

Selain edukasi mental, kegiatan juga memberikan motivasi kepada santri agar memiliki pandangan positif terhadap masa depan. Santri diarahkan untuk memahami pentingnya memiliki tujuan hidup, percaya terhadap kemampuan diri, serta terus mengembangkan potensi yang dimiliki. Pendekatan motivasional ini menjadi bagian penting karena masa remaja merupakan fase pembentukan identitas dan karakter yang akan memengaruhi kesiapan individu dalam menghadapi kehidupan selanjutnya.

Secara umum, hasil kegiatan menunjukkan bahwa program edukasi mental memberikan manfaat dalam meningkatkan kesadaran santri mengenai pentingnya kesehatan psikologis. Berdasarkan evaluasi pelaksanaan, indikator keberhasilan kegiatan dapat dilihat dari beberapa aspek berikut:

Tabel 1. Hasil Capaian Kegiatan Edukasi Mental Santri

No	Indikator Keberhasilan	Hasil Pelaksanaan
1	Partisipasi peserta	Santri mengikuti kegiatan edukasi dan seminar dengan antusias
2	Pemahaman kesehatan mental	Peserta memahami pentingnya menjaga kesehatan psikologis
3	Pengelolaan emosi	Peserta memperoleh wawasan mengenai cara mengenali dan mengelola emosi

4	Motivasi pengembangan diri	Peserta terdorong untuk meningkatkan potensi dan kepercayaan diri
5	Penguatan karakter	Peserta memahami pentingnya disiplin, tanggung jawab, dan sikap positif

Hasil kegiatan ini sejalan dengan pelaksanaan program pemeriksaan kesehatan dan seminar kesehatan mental yang dilakukan Universitas Ubudiyah Indonesia di Dayah Darul Hikmah, dimana kegiatan tidak hanya memberikan layanan pemeriksaan kesehatan, tetapi juga meningkatkan literasi kesehatan fisik dan mental bagi santri.

Kegiatan edukasi mental bagi santri menunjukkan bahwa pendekatan berbasis pendidikan psikologis memiliki peran penting dalam membangun kesiapan generasi muda menghadapi perubahan zaman. Tantangan masa depan tidak hanya membutuhkan individu yang memiliki kompetensi akademik, tetapi juga membutuhkan kemampuan adaptasi, pengendalian diri, ketahanan menghadapi tekanan, dan juga sisi psikologis dan karakter. Melanjutkan pendidikan tinggi bagi siswa merupakan pintu gerbang menuju dunia kerja yang profesional (S. Lestari et al., 2023). Sehingga, salah satu aspek utama yang menjadi fokus kegiatan adalah penguatan resiliensi atau kemampuan individu untuk bangkit dan beradaptasi ketika menghadapi kesulitan. Santri sebagai kelompok usia remaja menghadapi berbagai proses perkembangan, baik dalam aspek pendidikan maupun sosial. Oleh karena itu, kemampuan mengelola tekanan dan mempertahankan motivasi menjadi modal penting agar mereka mampu menghadapi berbagai tantangan secara konstruktif.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi mental mampu membuka pemahaman baru bagi santri bahwa kesehatan mental merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari keberhasilan seseorang. Selama ini, sebagian masyarakat masih memandang kesehatan sebagai aspek fisik semata, padahal kondisi psikologis memiliki pengaruh besar terhadap proses belajar, hubungan sosial, dan pencapaian tujuan hidup.

Pemberian motivasi dalam kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap cara pandang santri mengenai masa depan. Melalui pendekatan motivasional, peserta didorong untuk mengenali potensi diri, membangun keyakinan terhadap kemampuan pribadi, dan memiliki keberanian dalam menghadapi perubahan. Hal ini menunjukkan bahwa penguatan karakter perlu dilakukan secara berkelanjutan karena karakter menjadi dasar seseorang dalam mengambil keputusan dan menghadapi

permasalahan kehidupan. Penguatan karakter dalam kegiatan ini meliputi nilai tanggung jawab, disiplin, percaya diri, optimisme, dan kemampuan bekerja sama. Nilai-nilai tersebut menjadi aspek penting dalam membentuk generasi muda yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga memiliki integritas dan kesiapan sosial.

Temuan kegiatan ini memperkuat pandangan bahwa program pengabdian masyarakat berbasis edukasi mental memiliki manfaat strategis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Melalui kegiatan edukatif yang sederhana namun terarah, perguruan tinggi dapat berperan dalam memberikan pendampingan kepada masyarakat, khususnya generasi muda, agar memiliki kesiapan menghadapi perkembangan dunia yang semakin dinamis.

Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan cakupan materi yang lebih luas, seperti pengembangan keterampilan komunikasi, manajemen stres, perencanaan masa depan, dan pembinaan karakter. Keberlanjutan program diperlukan agar perubahan positif yang telah terbentuk tidak berhenti pada kegiatan seminar, tetapi berkembang menjadi budaya positif dalam kehidupan santri.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Membangun Generasi Santri Tangguh melalui Edukasi Mental dan Penguatan Karakter dalam Menghadapi Tantangan Masa Depan” telah memberikan manfaat positif bagi santri Dayah Darul Hikmah Kabupaten Aceh Besar. Melalui kegiatan edukasi mental, motivasi, dan penguatan karakter, santri memperoleh pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, mengelola emosi, membangun resiliensi, serta meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Kesehatan mental menjadi faktor penting dalam perkembangan individu karena kemampuan mengelola stres dan tekanan psikologis berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam beradaptasi dan berkembang (Mutiawati et al., 2025).

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa edukasi mental mampu meningkatkan kesadaran santri bahwa keberhasilan masa depan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga dipengaruhi oleh kesiapan psikologis, karakter positif, dan kemampuan beradaptasi terhadap perubahan. Kegiatan ini juga mendorong santri untuk memiliki pola pikir yang lebih positif, mengenali potensi diri, serta membangun motivasi untuk terus berkembang.

Dengan demikian, edukasi mental dan penguatan karakter merupakan langkah strategis dalam mempersiapkan generasi santri yang tangguh, mandiri, dan berdaya saing. Program serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan cakupan materi yang lebih luas agar mampu memberikan pendampingan psikologis dan pengembangan karakter secara optimal bagi generasi muda.

5. REFERENSI

- Ahmad Fauzi, & Hendri Irawan. (2025). Peran Pendidikan Karakter dalam Membangun Generasi Muda yang Berintegritas. *Journal of Islamic Education Studies*, 3(2), 111–119. <https://doi.org/10.58569/jies.v3i2.1108>
- Arif, A. S. M. (2025). Peran Akhlak, Keseimbangan Jiwa, Dan Conditioning Pesantren Dalam Pembentukan Resiliensi Santri Di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 11(2), 12–24. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v11i02.4199>
- Diavano, A. (2022). Program Eco-Pesantren Berbasis Kemitraan Sebagai Upaya Memasyarakatkan Isu-Isu Lingkungan Melalui Pendidikan. *Jurnal Litbang Sukowati : Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(2), 113–125. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v5i2.312>
- Lestari, N. A. (2024). Pentingnya Kesehatan Mental dalam Perkembangan Remaja. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 3(2). <https://doi.org/10.29300/istisyfa.v3i2.6203>
- Lestari, S., Suri, M., Dian, C., Rahmayanti, K., Kulla, P. D. K., Fajriati, R., & TB, D. R. Y. (2023). Pentingnya Tes Minat Bakat Terhadap Keputusan Karir Siswa Dan Profesionalisme Kerja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat INOTEC UII*, 5(2), 5.
- Mutiawati, M., Mailizar, M., Johar, R., & Ramli, M. (2023). Exploration of factors affecting changes in student learning behavior: A systematic literature review. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 12(3), 1315–1326. <https://doi.org/10.11591/ijere.v12i3.24601>
- Mutiawati, M., Syahputra, A., & Nelly, N. (2025). The Role of Gender Mainstreaming Policy and Teacher Belief: Strategies to Reduce the Impact of Stress on Special Needs Children's Mental Health. *Mimbar Sekolah Dasar*, 12(3), 436–456. <https://doi.org/10.53400/mimbar-sd.v12i3.89079>
- Panoyo. (2026). Peran Strategis Generasi Muda dalam Mewujudkan Indonesia Emas 2045. *Jurnal Studi Pendidikan Dasar*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.54180/jsped.2026.4.1.1-14>
- Rafni Fajriati, Mutiawati, Said Ashlan, Herawati, Murnia Suri, Soraya Lestari, Khairul Ihsan, R. H. (2024). Pendampingan Pendidikan Karakter Dalam Kurikulum Merdeka Pada Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Ubudiyah Indonesia. *Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 1–8.
- Ratnasari, J., Hakam, K. A., Hidayat, M., & Kosasih, A. (2025). Membangun Karakter Religius dan Peduli Lingkungan di Sekolah Berbasis Pesantren. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 19(1), 196. <https://doi.org/10.35931/aq.v19i1.4309>
- Wahyu Kurnia Saputra, Suciani Latif, Akhmad Harum, Rafli Ramadan, Rezki Auliah Alimuddin, & Muthmainnah. (2024). Strategi Problem, Emotion Focused Coping, Spiritual Teistik untuk Meningkatkan Ketangguhan Mental Sebagai Pembentuk Wellbeing. *MATAPPA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 136–143. <https://doi.org/10.31100/matappa.v7i4.3642>