

**PENGEMBANGAN POTENSI REMAJA MELALUI STRATEGI
MENGENALI DIRI SENDIRI DI PESANTREN****Siti Istiqomah ^{1*)}****Hasanah ²****Kurnia Akbar ³****Ulfa Nafisa Rahmadani ⁴**^{1,2,3,4} Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) JakartaCorrespondence author : siti.istiqomah@iiq.ac.id *)**Abstrak**

Program Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan oleh Institut Ilmu Al-Quran (IIQ) Jakarta di Pesantren Darul Muttaqien bertujuan untuk mengembangkan potensi remaja melalui strategi kesadaran diri berbasis refleksi, dialog terbuka, dan pendampingan. Kegiatan ini dirancang untuk mengatasi tantangan psikososial yang dihadapi santri, terutama yang berkaitan dengan kesulitan dalam pengambilan keputusan, penetapan tujuan hidup, dan pengelolaan emosi. Melalui metode sosialisasi interaktif, program ini mendorong santri untuk menggali kekuatan, kelemahan, minat, dan bakat secara mendalam. Pendekatan ini diperkaya dengan landasan nilai-nilai Islam, terutama konsep fitrah dalam QS. Ar-Rum ayat 30, yang menekankan pentingnya pengembangan potensi manusia sesuai fitrahnya. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peningkatan kesadaran diri dan refleksi pribadi dapat mendorong pembentukan karakter yang lebih dewasa, percaya diri, dan bertanggung jawab. Program ini menekankan bahwa integrasi nilai-nilai psikologi positif dan spiritualitas Islam merupakan pendekatan yang efektif dalam pendidikan karakter siswa.

Kata kunci : Pengembangan Potensi, Potensi Diri, Mengenal Diri, Remaja, Pesantren**Pendahuluan**

Masa remaja merupakan kelompok usia yang berada dalam fase transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Dalam periode ini, mereka mengalami berbagai tantangan baik dari aspek psikologis, sosial, maupun akademik. Salah satu tantangan terbesar yang dihadapi oleh remaja, khususnya yang berada di lingkungan pesantren, adalah proses mengenali diri sendiri sebagai bagian dari pembentukan karakter dan identitas. Pesantren sebagai institusi pendidikan berbasis agama memiliki peran yang signifikan dalam membentuk kepribadian dan nilai-nilai spiritual, tetapi sering kali aspek pengenalan diri kurang mendapatkan perhatian yang memadai.

Berdasarkan data dari Kementerian Agama, terdapat lebih dari 4 juta santri yang tersebar di berbagai pesantren di Indonesia. Sebagian besar dari mereka menghadapi berbagai tekanan akademik dan sosial yang dapat berpengaruh terhadap proses pembentukan jati diri. Studi menunjukkan bahwa remaja di pesantren memiliki kecenderungan mengalami krisis identitas lebih tinggi dibandingkan remaja yang berada di lingkungan pendidikan umum.

Faktor utama yang menyebabkan hal ini adalah pola pendidikan yang lebih menekankan aspek spiritual dan akademik tanpa memberikan ruang eksplorasi personal yang cukup bagi santri (Rahmah et al., 2023).

Kapasitas santri yang tidak memadai untuk memilih jalur karir yang tepat dapat mengakibatkan konsekuensi yang merugikan bagi pengembangan pribadi mereka. Pernyataan ini konsisten dengan temuan Sukardi sebagaimana dikutip dalam Hijri & Akmal, yang mengemukakan bahwa individu yang secara keliru memilih bidang studi selama pendidikan universitas mereka menghadapi tantangan yang signifikan dalam menavigasi tuntutan akademik disiplin tersebut (Hijri & Akmal, 2017). Para santri ini mungkin mengalami ketidakpuasan, berjuang dengan integrasi sosial, menghadapi kesulitan dalam mencapai kesuksesan, dan bahkan mungkin memilih untuk menghentikan pendidikan mereka. Kekhawatiran dan ketakutan yang terkait dengan pemilihan karir dikaitkan dengan kesadaran diri yang tidak memadai dan kurangnya informasi karir yang komprehensif, yang dapat memuncak dalam kecemasan terkait karier (Beheshtifar et al., 2012).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk mengembangkan potensi remaja melalui strategi mengenali diri sendiri dengan pendekatan berbasis refleksi, mentoring, dan dialog terbuka. Pendekatan ini dikembangkan berdasarkan kajian pustaka yang menunjukkan bahwa proses refleksi diri memiliki dampak positif terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis dan penguatan identitas diri. Selain itu, menurut studi yang dilakukan oleh Utari, pembentukan kesadaran diri yang kuat sejak usia remaja berkontribusi terhadap peningkatan kecerdasan emosional dan kemampuan sosial yang lebih baik (Utari & Rustika, 2020).

Analisis situasi menunjukkan bahwa santri di pesantren sering kali memiliki keterbatasan akses terhadap program pengembangan diri yang berbasis psikologi positif. Oleh karena itu, fokus utama pengabdian masyarakat ini adalah mengintegrasikan metode refleksi dan pendekatan psikologis dalam pembelajaran di pesantren guna meningkatkan kesadaran diri dan membangun rasa percaya diri yang lebih kuat. Subjek pengabdian dipilih berdasarkan observasi awal yang menunjukkan bahwa lebih dari 60% santri mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan menetapkan tujuan hidup secara mandiri.

Diharapkan melalui program ini, terjadi perubahan sosial yang signifikan, terutama dalam pola pikir dan perilaku santri dalam mengenali dan mengembangkan potensi diri mereka. Dengan meningkatnya kesadaran diri, santri akan lebih mampu mengambil keputusan yang tepat, memiliki komunikasi interpersonal yang lebih baik, serta memiliki motivasi yang lebih tinggi dalam mengejar cita-cita mereka. Implementasi program ini didukung oleh berbagai referensi akademik yang menunjukkan efektivitas metode refleksi dan pembelajaran berbasis dialog dalam meningkatkan kualitas kehidupan remaja di lingkungan pendidikan berbasis agama.

Metode Pelaksanaan Kegiatan

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengembangkan potensi remaja melalui strategi mengenali diri sendiri di lingkungan pesantren. Metode pelaksanaan dilakukan dengan cara sosialisasi. Tahapan sosialisasi dilakukan secara bertahap agar program dapat diterima dengan baik oleh seluruh pihak yang terlibat. Pertama, identifikasi target audiens, yaitu memastikan bahwa pesan sosialisasi sesuai dengan karakteristik santri dan pihak pesantren. Kedua, pengembangan materi sosialisasi, yaitu penyusunan materi berbasis kebutuhan santri yang mencakup aspek pengenalan diri, penguatan karakter, dan strategi refleksi diri. Ketiga, pelaksanaan sosialisasi, yaitu menggunakan metode ceramah dan diskusi. Keempat, evaluasi dan umpan balik, yaitu menilai tingkat pemahaman santri serta efektivitas metode sosialisasi yang diterapkan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Pesantren Darul Muttaqien yang terletak di jln. Raya Parung-Bogor KM 41 Jabon Mekar, Parung, Bogor 16330. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 5 Februari 2025.

Pelaksanaan dan Hasil Kegiatan

Kegiatan ini diikuti oleh santri Darul Muttaqien kelas 5 atau setara dengan kelas 2 SMA. Kegiatan dimulai dengan penyambutan oleh pihak Pondok Pesantren Darul Muttaqien yaitu M. Sofyan Arif, S.Kom., MM. Dilanjutkan dengan sambutan dari bidang akademik Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, bapak Zarkasih, MH. Menyampaikan tujuan dan maksud kedatangan tim PKM ke Pesantren.

Selanjutnya kegiatan sosialisasi, yaitu penyampaian materi tentang mengenal dan memaksimalkan potensi diri. Mengenal diri sendiri adalah proses penting dalam pembentukan karakter dan pengembangan potensi individu. Setiap manusia memiliki keunikan yang mencerminkan nilai, prinsip, kekuatan, dan kelemahan dirinya. Dengan memahami siapa diri kita, baik dalam aspek emosional, intelektual, maupun sosial. kita dapat mengambil keputusan yang lebih bijak, meningkatkan rasa percaya diri, serta menjalani hidup dengan lebih bermakna. Mengenal diri juga membantu seseorang menemukan tujuan hidup dan membangun hubungan yang lebih sehat dengan orang lain.

Menurut Makmun, *Life Skill Personal Self Awareness* dimulai dengan mengenali potensi diri, mengenali kelebihan dan kekurangan diri, mengenali waktu, mengenali pikiran sendiri; mengenali peran-peran diri sebagai abdi Tuhan, sebagai anak, sebagai suami/istri, sebagai ayah/ibu, sebagai khalifah, sebagai warga negara, sebagai makhluk jasmani dan makhluk ruhani (Makmun, 2017). Sosialisasi pengenalan diri ini bertujuan untuk memiliki pemahaman diri yang lebih baik, manajemen emosi yang lebih baik, penerimaan diri lebih tinggi, mampumengambilkeputusan dengan lebih tepat (Riziq et al., 2024).



Gambar 1
Sesi Penyampaian Materi

Dalam konteks pendidikan, khususnya di pesantren, mengenali diri sendiri menjadi semakin relevan karena santri sering kali menghadapi tantangan dalam menemukan identitas mereka di tengah lingkungan yang menekankan aspek spiritual dan akademik. Studi yang dilakukan oleh Rahman menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memainkan peran krusial dalam membentuk kesadaran diri dan meningkatkan kemampuan seseorang dalam beradaptasi dengan perubahan serta menghadapi tekanan sosial (Rahman, 2022).

Selain itu, mengenali diri sendiri juga berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan yang tepat. Dalam sebuah pelatihan yang dilakukan (Tamara et al.,

2023), menemukan bahwa remaja yang diberikan pelatihan refleksi diri menunjukkan peningkatan dalam pengambilan keputusan yang lebih matang dan bertanggung jawab.

Firman Allah dalam QS. Ar-Rum ayat 30:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ۝ ٣٠
Maka, hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Islam sesuai) fitrah (dari) Allah yang telah menciptakan manusia menurut (fitrah) itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah (tersebut). Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.(QS. Ar-Rum [30]: 30)

Konsep fitrah dalam Surah Ar-Rum ayat 30 berhubungan erat dengan potensi manusia. Fitrah adalah sifat dasar yang diberikan Allah kepada setiap manusia, yaitu kecenderungan untuk mengenal dan menyembah-Nya. Potensi manusia lahir dari fitrah ini, setiap individu memiliki keunikan dalam bentuk akal, emosi, spiritualitas, dan kemampuan sosial yang dapat dikembangkan untuk mencapai kehidupan yang lebih bermakna.

Dalam perspektif Islam, potensi manusia mencakup aspek intelektual, spiritual, emosional, dan fisik. Ayat ini menegaskan bahwa manusia harus tetap berada dalam jalur yang sesuai dengan fitrah mereka, yaitu agama yang lurus (Islam). Ini berarti bahwa pengembangan potensi harus diarahkan sesuai dengan nilai-nilai Islam agar mencapai kesempurnaan dalam kehidupan dunia dan akhirat. Dengan mengenali diri sendiri, sebagaimana diperintahkan dalam ayat di atas, manusia akan lebih mampu mengembangkan potensinya secara optimal, mengambil keputusan dengan bijak, dan mencapai kesejahteraan spiritual maupun sosial dalam kehidupannya.

Selanjutnya, setelah diberikan materi tentang mengenali diri sendiri, siswa diminta untuk merefleksikan diri sendiri dengan menuliskan di kertas. Refleksi diri adalah proses di mana individu menganalisis pengalaman mereka, mengevaluasi tindakan dan keputusan yang diambil, serta merumuskan langkah-langkah perbaikan untuk masa depan (Lestari, 2024). Refleksi diri juga merupakan aktivitas merenung untuk melakukan introspeksi diri atau melihat kembali hal-hal yang telah terjadi dalam hidup (Rochim & Hakim, 2023).



Gambar 2
Santri diminta untuk merefleksikan diri

Refleksi diri adalah proses penting dalam mengenali potensi dan memahami diri sendiri. Meluangkan waktu untuk merenungkan hal-hal yang membuat bahagia dapat membantu mengidentifikasi apa yang benar-benar berarti dalam hidup. Selain itu, memahami apa yang dikuasai, baik dalam aspek keterampilan, pengetahuan, maupun pengalaman, dapat memberikan gambaran tentang kekuatan yang bisa dikembangkan lebih lanjut. Menelusuri

minat dan ketertarikan pribadi juga menjadi bagian dari refleksi diri yang berguna dalam menentukan arah dan tujuan hidup. Dengan rutin melakukan refleksi diri, seseorang dapat lebih memahami keinginan, potensi, serta jalan terbaik yang bisa ditempuh untuk mencapai keberhasilan dan kesejahteraan dalam hidup.

Selanjutnya, mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri merupakan salah satu proses pengembangan diri. Dengan membuat daftar hal-hal yang mau dilakukan dengan baik, seseorang dapat mengidentifikasi kekuatan yang bisa dimanfaatkan untuk mencapai tujuan dan meningkatkan rasa percaya diri. Sementara itu, memahami aspek yang masih perlu dikembangkan membantu untuk mengetahui area yang membutuhkan perbaikan dan pembelajaran lebih lanjut. Proses ini memungkinkan seseorang untuk lebih objektif dalam menilai dirinya sendiri, membangun strategi untuk berkembang, serta meningkatkan kualitas hidup dengan lebih terarah. Dengan kesadaran akan kelebihan dan kekurangan, seseorang dapat lebih bijak dalam mengambil keputusan dan menghadapi tantangan hidup dengan pendekatan yang lebih konstruktif.



Gambar 3
Simulasi Santri Mengenali kelebihan dan kekurangan diri

Setelah itu melakukan eksplorasi minat dan bakat, yaitu merupakan langkah penting dalam mengenali potensi diri dan menemukan apa yang benar-benar sesuai dengan karakter serta kepribadian seseorang. Pengembangan minat dan bakat peserta didik merupakan bagian penting dari pendidikan holistik (Fitriani, 2025). Dengan mencoba berbagai kegiatan atau hobi baru, seseorang dapat memperluas wawasan, mengenal kemampuan yang sebelumnya belum disadari, dan menemukan bidang yang memberikan kepuasan serta kebahagiaan. Proses ini tidak hanya membantu dalam pengembangan keterampilan, tetapi juga meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi dalam menjalani kehidupan. Melalui eksplorasi yang berkelanjutan, seseorang dapat lebih memahami kecenderungan alaminya dan mengarahkannya pada aktivitas yang dapat mendukung pertumbuhan pribadi maupun profesional secara optimal.

Mendapatkan umpan balik dari orang lain merupakan cara efektif untuk mengenali kelebihan dan kekuatan diri sendiri. Teman, keluarga, atau mentor yang telah lama berinteraksi dengan kita sering kali memiliki perspektif yang lebih objektif mengenai potensi yang mungkin belum kita sadari. Dengan bertanya kepada mereka tentang hal-hal positif yang mereka lihat dalam diri kita, kita dapat memperoleh wawasan baru yang membantu dalam proses

pengembangan diri. Umpan balik ini juga berfungsi sebagai dorongan motivasi untuk meningkatkan kepercayaan diri dan fokus pada aspek yang dapat dikembangkan lebih lanjut. Melalui komunikasi terbuka dan refleksi atas masukan yang diberikan, seseorang dapat lebih memahami dirinya serta mengambil langkah yang lebih tepat dalam mencapai tujuan hidupnya.



Gambar 4
Memberikan Umpan Balik kepada Santri

Menghadapi tantangan dan belajar dari pengalaman merupakan bagian penting dalam proses pengembangan diri. Situasi sulit sering kali menguji kapasitas seseorang serta membantu mengidentifikasi batasan diri yang perlu diperbaiki atau dikembangkan. Dalam setiap tantangan, seseorang memiliki kesempatan untuk menggali kekuatan yang sebelumnya tidak disadari, sekaligus belajar bagaimana mengatasi kelemahan dengan cara yang lebih bijak. Dengan menghadapi kesulitan secara langsung dan merefleksikan pelajaran yang didapat, seseorang dapat membangun ketahanan mental, meningkatkan kemampuan berpikir kritis, serta memperoleh kepercayaan diri yang lebih kuat dalam menghadapi tantangan di masa depan. Seiring waktu, pengalaman dari berbagai rintangan yang telah dilewati akan membentuk karakter yang lebih matang dan siap menghadapi perubahan dengan sikap yang lebih positif dan konstruktif.

Kesimpulan dan Rekomendasi

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan oleh tim PKM dari Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta di Pondok Pesantren Darul Muttaqien bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran diri dan memaksimalkan potensi santri melalui pendekatan integratif antara nilai-nilai psikologi dan spiritual Islam. Proses mengenali diri sendiri diposisikan sebagai langkah fundamental dalam pembentukan karakter, pengambilan keputusan yang bijak, serta peningkatan kualitas hidup secara emosional, sosial, dan spiritual. Dalam konteks pesantren, hal ini menjadi semakin relevan karena santri berada dalam lingkungan yang menuntut keseimbangan antara kedalaman spiritual dan ketajaman intelektual.

Penekanan terhadap konsep *fitrah* dari Surah Ar-Rum ayat 30 menegaskan bahwa setiap manusia memiliki potensi bawaan yang perlu diarahkan sesuai nilai-nilai Islam agar tercapai kesempurnaan hidup dunia dan akhirat. Proses pengembangan diri dilakukan melalui refleksi, eksplorasi minat dan bakat, umpan balik, serta pembelajaran dari tantangan hidup. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan pemahaman teoretis, tetapi juga

mendorong santri untuk secara aktif dan sadar mengeksplorasi serta mengembangkan potensi mereka sebagai bagian dari perjalanan spiritual dan intelektual yang utuh.

Daftar Pustaka

- Beheshtifar, M., Esmaeli, Z., & Nasab, H. (2012). Positive self-concept: a vital factor to overcome career indecision. *Science Series Data Report*, 4(4), 126–133.
- Fitriani, S. A. (2025). Peran Guru Menciptakan Ruang Eksplorasi Minat Bakat Peserta Didik. *Journal Of Education Research and Inovative*, 1(1), 14–19.
- Hijri, S. F. F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan eksplorasi karier dengan kebimbangan karier pada siswa sma kelas xii di jadebotabek. *Schema: Journal of Psychological Research*, 128–139.
- Lestari, S. (2024). Pengaruh Refleksi Diri dalam Mengembangkan kompetensi Profesional Peserta Didik. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, 5(3), 299–304.
- Makmun, H. (2017). *Life skill personal self awareness: kecakapan mengenal diri*. Deepublish.
- Rahmah, A., Agustini, M., Darmayanti, D., & Raya, M. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres pada Santri dan Santriwati Remaja di Pondok Pesantren Al-Ikhlas Negara. *Jurnal Sosial Dan Sains*, 3(9), 967–982. <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v3i9.1012>
- Rahman, M. (2022). Strategi Perubahan Budaya Organisasi dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Personal. *Al-Hiwar Jurnal Ilmu Dan Teknik Dakwah*, 10(1), 11–16.
- Riziq, A., Muslimah, A. I., & Rikmasari, R. (2024). MENGENAL DIRI PADA REMAJA: SEBUAH ASPEK PENTING DALAM PSIKOEDUKASI. *An-Nizam*, 3(3), 149–155.
- Rochim, E. E. N., & Hakim, A. (2023). Membangun Self Awareness pada Masa Transisi Anak-Anak Akhir melalui Refleksi Diri. *Prosiding Konferensi Mahasiswa Psikologi Indonesia*, 4, 20–30.
- Tamara, N. I., Ardella, R. D., Nida, F., Domo, I. F. D., & Dila, A. A. (2023). Pelatihan menjadi diri remaja yang hebat. *PUSAKO: Jurnal Pengabdian Psikologi*, 2(1), 43–51.
- Utari, A. R. T., & Rustika, I. M. (2020). Konsep diri dan kecerdasan emosional terhadap perilaku prososial remaja sekolah menengah atas. *Jurnal Studia Insania*, 8(2), 80–98.