



Journal of Community Service

Volume 5, Issue 2, Desember 2023

P-ISSN: 2715-2901 E-ISSN: 2715-291X

Open Access at: <https://idm.or.id/JCS/index.php/JCS>

BUILDING MENTAL RESILIENCE AND SOCIAL ADOLESCENCE BY INSTILLING GROWTH MINDSET IN TEENAGE SOCIALIZATION

MEMBANGUN MENTAL TANGGUH DAN SOSIAL REMAJA DENGAN MENANAMKAN GROWTH MINDSET DALAM PERGAULAN REMAJA

Ryan Ainul Azhar¹, M. Asyiq Billah², Hetty Sari Ramadhani³

^{1,2,3} Magister Psikologi Profesi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: ryanainul13@gmail.com¹, Asyiq1997@gmail.com², hetti_sari@untag-sby.ac.id³

ARTICLE INFO

.

Correspondent

M. Asyiq Billah

Asyiq1997@gmail.com

Keywords:

growth mindset, teenage socialization, teenagers

Website:

<https://idm.or.id/JCS/index.php/JCS>

Page: 439 - 449

ABSTRACT

This activity aims to examine the effectiveness of psychoeducation in instilling a growth mindset in adolescent relationships at Madrasah Aliyah Anjasmoro, Jombang. Involving 16 grade 11 students as participants, this study used a quasi-experimental method with a quantitative approach. Data were collected through pre-test and post-test using the Growth Mindset Scale measurement tool developed by the researcher. The results of data analysis showed a significant increase in students' understanding of growth mindset after receiving psychoeducation. The mean pre-test score of 50.50 increased to 52.87 in the post-test. Wilcoxon test analysis showed a significant difference between pre-test and post-test ($Z = -2.999, p = 0.003$). These results indicate that psychoeducational interventions are effective in increasing students' understanding of the importance of growth mindset in adolescent relationships. This study contributes to the understanding of the positive influence of psychoeducation in shaping positive mentality in adolescents, especially in the context of high school relationships. The implications of this study can be used as a basis for the development of broader educational programs to help adolescents deal with academic and social pressures more resiliently through the application of growth mindset.

Copyright ©2023 JCS. All rights reserved

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Koresponden M. Asyiq Billah Asyiq1997@gmail.com</p> <p>Kata kunci: <i>growth mindset, pergaulan remaja, remaja</i></p> <p>Website: https://idm.or.id/JCS/index.php/JCS</p> <p>Hal: 439 - 449</p>	<p>Kegiatan ini bertujuan untuk menguji efektivitas psikoedukasi dalam menanamkan pola pikir pertumbuhan (<i>growth mindset</i>) dalam pergaulan remaja di Madrasah Aliyah Anjasmoro, Jombang. Dengan melibatkan 16 siswa kelas 11 sebagai partisipan, penelitian ini menggunakan metode kuasi-eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Data dikumpulkan melalui pre-test dan post-test menggunakan alat ukur <i>Growth Mindset Scale</i> yang dikembangkan oleh peneliti. Hasil analisis data menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa mengenai <i>growth mindset</i> setelah mendapatkan psikoedukasi. Nilai rerata pre-test sebesar 50,50 meningkat menjadi 52,87 pada post-test. Analisis uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test ($Z = -2,999$, $p = 0,003$). Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya <i>growth mindset</i> dalam pergaulan remaja. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pemahaman tentang pengaruh positif psikoedukasi dalam membentuk mentalitas positif pada remaja, khususnya dalam konteks pergaulan di sekolah menengah atas. Implikasi dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan program-program pendidikan yang lebih luas guna membantu remaja menghadapi tekanan akademik dan sosial dengan lebih tangguh melalui penerapan pola pikir pertumbuhan.</p>

Copyright © 2023 JCS. All rights reserved

PENDAHULUAN

Remaja, sebagai kelompok usia yang tengah berada di fase perkembangan yang krusial, seringkali dihadapkan pada berbagai tekanan dan tantangan, baik dalam konteks akademik maupun sosial. Pada masa inilah, mereka sedang mencari identitas, mengasah kemampuan sosial, dan mengembangkan cara pandang terhadap diri sendiri dan dunia di sekitarnya. Salah satu konsep yang dapat memberikan dampak positif dalam menghadapi perjalanan ini adalah "*growth mindset*" atau pola pikir pertumbuhan. *Growth mindset*, yang diperkenalkan oleh (Dweck, 2006) merupakan keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat berkembang melalui upaya, dedikasi, dan pembelajaran yang terus-menerus. Pada konteks remaja SMA, penerapan *growth mindset* menjadi sangat penting untuk membentuk mentalitas positif, memperkuat rasa percaya diri, dan mengatasi rasa takut terhadap kegagalan.

Masa Remaja yang sedang duduk di bangku sekolah khususnya SMA/MA cenderung mengalami tekanan dari berbagai sumber, seperti tuntutan akademik, ekspektasi sosial, dan perbandingan dengan teman sebaya. Maka dari itu perlu cara

menghadapi tekanan tersebut, salah satunya menanamkan growth mindset dapat menjadi fondasi yang kuat. Pemaknaan mengenai bahwa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya, melainkan peluang untuk belajar dan tumbuh, remaja dapat mengatasi rasa takut dan kecemasan yang mungkin muncul. Dalam pergaulan sehari-hari, remaja sering kali terlibat dalam interaksi sosial yang kompleks. Menanamkan growth mindset dalam pergaulan remaja SMA/MA berarti menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan positif. Pergaulan yang didasarkan pada growth mindset mendorong saling mendukung, memberikan umpan balik konstruktif, dan melihat kesalahan sebagai bagian dari proses belajar.

Penting untuk diakui bahwa remaja SMA/MA sedang dalam tahap pencarian jati diri. Dengan memperkenalkan dan mengintegrasikan konsep growth mindset dalam pergaulan mereka, kita dapat membantu mereka membangun fondasi mental yang kuat, merangkul tantangan dengan semangat, dan mengembangkan rasa percaya diri yang positif. Ini bukan hanya akan berdampak pada prestasi akademik, tetapi juga pada kesejahteraan emosional dan hubungan sosial mereka. Dalam konteks yang lebih luas, menciptakan pergaulan yang mempromosikan growth mindset tidak hanya membantu remaja dalam pencapaian pribadi, tetapi juga dapat berkontribusi pada pembentukan generasi yang adaptif, kreatif, dan siap menghadapi tantangan di masa depan. Oleh karena itu, perlu adanya perhatian khusus untuk menanamkan growth mindset dalam pergaulan remaja, mengingat peran mereka sebagai pemimpin masa depan.

Oleh karena itu, salah satu jenis intervensi psikologis yang bertujuan untuk mengubah cara pemikiran siswa adalah intervensi pemikiran pertumbuhan. Menurut (Fatin Rohmah Nur Wahidah, 2021), intervensi ini berfokus pada satu dasar keyakinan dan dapat dilakukan dalam waktu singkat dengan materi yang sederhana. Ini juga tidak melibatkan konten khusus dan tidak bergantung pada konteks sekolah. Sebaliknya, prosedurnya praktis dan menggunakan cerita umum. Ketika siswa berusaha keras dalam tugas yang sulit, kecerdasan mereka dapat berkembang, menurut intervensi mindset pertumbuhan. Para siswa diajarkan bahwa kesulitan dan tantangan merupakan peluang untuk maju, bukan karena mereka tidak mampu. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pesan ini membantu siswa meningkatkan nilai dan prestasi mereka. Fokus program adalah masalah yang akan diselesaikan berdasarkan analisis situasi dan wawancara dengan sekolah. Siswa tidak memiliki motivasi untuk meningkatkan hasil belajar mereka. Mereka juga tidak percaya pada kemampuan mereka sendiri dan merasa cemas karena tuntutan sosial dan akademik. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk menerapkan pelatihan mindset pertumbuhan pada siswa di MA Anjasmoro, Jombang, terutama pada siswa yang memiliki prestasi akademik yang buruk. Tujuan dari pelatihan ini adalah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dan memperbaiki pergaulan mereka dengan menanamkan mindset pertumbuhan atau mencapai cita-cita mereka.

Tujuan dari kegiatan ini adalah menanamkan growth mindset dalam pergaulan remaja MA adalah untuk meningkatkan mentalitas positif di kalangan mereka, dengan memahami bahwa kemampuan dapat berkembang melalui usaha dan pembelajaran. Hal ini diharapkan remaja MA akan lebih optimis dan percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi, lalu dapat memperkuat rasa percaya diri dengan membiasakan diri untuk melihat kegagalan sebagai bagian normal dari

proses belajar sehingga mereka akan lebih mudah mengatasi rasa takut. Hal ini akan membantu mereka tumbuh sebagai individu yang percaya diri dan tangguh. Penerapan *growth mindset* juga bertujuan untuk membantu remaja mengurangi tekanan yang muncul dari tuntutan akademik, ekspektasi sosial, dan perbandingan dengan teman sebaya.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif data. Peneliti akan memberikan lembar *pre test* dan *post test* untuk melihat pemahaman dan penerapannya dalam aktivitas sehari-hari siswa. Penelitian ini awalnya melibatkan 22 siswa, tetapi hanya 16 siswa yang masuk dalam data setelah 6 siswa tidak mengikuti pelatihan. Peserta adalah siswa laki-laki dan perempuan dari jurusan IPS dan direkomendasikan oleh guru BK. Studi ini dilakukan di salah satu institusi pendidikan di Jombang, Jawa Timur, tepatnya di MA Anjasmoro.

Alat atau media yang digunakan dalam pelatihan adalah PowerPoint, yang menampilkan materi dan lembar kerja siswa. Dalam pelatihan ini, berbagai pendekatan digunakan, seperti membaca, melakukan studi kasus, memberi semangat, dan memberikan contoh video kepada mereka yang sudah berhasil menanamkan mindset pertumbuhan. Pilihan metode yang berbeda dimaksudkan untuk membuat pembelajaran lebih mudah bagi peserta dan lebih mudah bagi fasilitator untuk menarik pengetahuan terkait materi yang akan disampaikan. Selain itu, karena metode yang berbeda, aktivitas yang dilakukan selama pelatihan juga lebih beragam dan diharapkan memotivasi peserta untuk tetap terlibat hingga pelatihan selesai.

Alat ukur yang digunakan dalam kegiatan ini adalah skala pemikiran pertumbuhan, yang dikembangkan oleh peneliti yang mengacu pada teori (Dweck, 2006), yang akan diuji pada remaja MA Anjasmoro pada pre- dan post-test. Alat ukur ini memiliki 16 komponen. Setiap item menggunakan Bahasa Indonesia dan memiliki empat pilihan jawaban, di mana 1 menunjukkan sangat tidak setuju dan 4 menunjukkan sangat setuju. Satu skor dihasilkan. Skor yang lebih tinggi menunjukkan bahwa seseorang memiliki mindset pertumbuhan yang lebih baik.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di MA Anjasmoro pada kegiatan pengabdian masyarakat di desa Jarak Kecamatan Wonosalam Kabupaten Jombang. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan di MA Anjasmoro menggunakan metode ceramah, diskusi, serta diadakan sesi tanya jawab supaya melatih peserta untuk aktif dalam kegiatan ini. Kegiatan penyuluhan ini memberikan wawasan kepada siswa tentang pentingnya pola pikir *Growth Mindset* dalam pergaulan remaja dan pengembangan diri. Pada zaman modern seperti saat ini pentingnya seorang individu memiliki suatu tujuan atau arah, apa yang ingin ia capai.

Penelitian ini awalnya melibatkan 22 siswa, tetapi hanya 16 siswa yang masuk dalam data setelah 6 siswa tidak mengikuti pelatihan. Peserta adalah siswa laki-laki dan perempuan dari jurusan IPS dan direkomendasikan oleh guru BK. Studi ini dilakukan di salah satu institusi pendidikan di Jombang, Jawa Timur, tepatnya di

MA Anjasmoro. Setelah mendapatkan izin untuk melakukan pelatihan, peneliti melakukan intervensi melalui kegiatan pelatihan secara tatap muka dalam satu pertemuan. Satu pertemuan berlangsung selama kurang lebih 120 menit, dan 16 orang hadir. Serangkaian materi tentang pemikiran pertumbuhan diberikan kepada peserta, termasuk instruksi tentang bagaimana menanamkan pemikiran pertumbuhan dan bagaimana menerapkannya dalam pergaulan remaja.

Metode analisis dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif dengan Teknik analisis *one group single pre-test* dan *post-test*. Diketahui tingkat pemahaman siswa mengenai *growth mindset* diperoleh dari hasil *pre-test* yang diberikan sebelum diberikan perlakuan berupa psikoedukasi. Sedangkan *post-test* dibagikan di akhir sesi atau diberikan setelah diberi perlakuan atau psikoedukasi.

Tabel 1. Hasil Perbedaan Mean antara *Pre-test* dan *Post-test*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PRETEST	16	43	56	50.50	3.347
POST-TEST	16	46	58	52.87	3.649
Valid N (listwise)	16				

Dari hasil analisis diketahui terdapat peningkatan skor rerata antara sebelum dan setelah diberikan psikoedukasi mengenai menanamkan *growth mindset* dalam pergaulan remaja, yaitu mean *pre-test* = 50,50 dan mean *post-test* = 52,87.

Selanjutnya peneliti menganalisis menggunakan teknik uji beda Wilcoxon, analisis ini dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian. Berikut, hasil analisis uji Wilcoxon Signed Rank Test diuraikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POSTTEST - PRETEST	Negative Ranks	2 ^a	2.50	5.00
	Positive Ranks	12 ^b	8.33	100.00
	Ties	2 ^c		
	Total	16		

a. POSTTEST < PRETEST

b. POSTTEST > PRETEST

c. POSTTEST = PRETEST

Tabel 3. Dasar Interpretasi Uji Wilcoxon

POSTTEST - PRETEST	
Z	-2.999 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.003

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diketahui Asymp Sig (2-tailed) 0,03 yang artinya terdapat perbedaan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Dari total 16 siswa hanya terdapat 2 siswa yang mengalami penurunan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan terkait

pemahaman siswa mengenai pentingnya growth mindset dalam pergaulan remaja. Sehingga dapat disimpulkan bahwa "Psikoedukasi Membangun Mental Tangguh dan Sosial Remaja dengan Menanamkan Growth Mindset dalam Pergaulan Remaja" Efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai pentingnya Growth Mindset dalam mengembangkan potensi serta menciptakan pergaulan remaja yang lebih sehat dan positif.

Pembahasan

Kegiatan psikoedukasi ini tidak sekadar menyampaikan informasi baru kepada siswa, melainkan juga bertujuan memberikan dukungan untuk pengembangan kemampuan sosial dan emosional mereka serta memandu cara menerapkan pola pikir berkembang (*growth mindset*) dalam interaksi sosial remaja dan mencapai tujuan hidup. Setiap sesi dalam pelatihan psikoedukasi ini dirancang untuk memupuk sikap mental positif di kalangan siswa, dengan menyadari bahwa kemampuan dapat terus berkembang melalui upaya dan pembelajaran yang berkesinambungan. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya menawarkan pengetahuan baru, tetapi juga berfungsi sebagai fasilitator untuk perkembangan pribadi yang holistik, memandu siswa untuk memahami bahwa upaya dan pembelajaran adalah kunci utama dalam mengembangkan potensi mereka. Tujuan akhirnya adalah menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan positif, di mana remaja merasa termotivasi untuk mengatasi tantangan, mengembangkan hubungan sosial yang sehat, dan meraih impian mereka dengan keyakinan bahwa setiap langkah menuju pertumbuhan pribadi memiliki nilai dan arti yang mendalam.

Sesi 1 (Membangun rapport dan pemberian *Pre test*)

Langkah awal yang dilakukan ialah memberikan lembar *pretest* pada siswa untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa mengenai tentang *Growth Mindset*. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai pentingnya mengetahui hakikat hidup sebagai manusia. Pada sesi ini siswa diberikan pemahaman bahwasannya manusia diciptakan oleh tuhan dengan sebaik-baiknya ciptaan. Manusia diberikan suatu anugerah yang tidak dimiliki oleh makhluk lain yaitu berupa akal. Dari akal atau pikiran inilah manusia dapat hidup sesuai dengan kodratnya. Pikiran merupakan sumber kehidupan manusia, yang harus digunakan dengan sebaik dan seoptimal mungkin. Begitu pentingnya akal ini bagi kehidupan manusia, maka tentunya memiliki cara dalam menggunakan atau mengaplikasikannya.



Gambar 1. Membangun *Rapport*



Gambar 2. Pemberian *Pre test*

Sesi 1 (Materi 1: Mengenal *Growth Mindset*)

Memasuki sesi selanjutnya pemateri mengenalkan sebuah pola pikir atau cara berpikir yaitu *Growth mindset* atau bisa dikenal pola pikir bertumbuh. Apa itu pola pikir bertumbuh? Yaitu suatu keyakinan bahwasannya keahlian, ketrampilan atau *skill*, yang dimiliki oleh setiap manusia dapat dilatih atau dikembangkan dari usaha kerja keras, latihan, dedikasi, dan komitmen yang tinggi. Kepercayaan atau keyakinan seperti itu akan mendorong seseorang memiliki semangat juang dalam meraih cita-cita yang ingin ia raih.

Menurut (Dweck, 2006) *Growth mindset* merupakan suatu pola pikir bertumbuh, yang artinya kemampuan, bakat, ketrampilan yang miliki manusia dapat dilatih dan dikembangkan, sebagai potensi yang membawa hasil dengan praktik, belajar, memiliki motivasi yang tinggi dan dedikasi. Sehingga, seseorang yang memiliki pola pikir *growth mindset* akan berjuang dengan keras untuk menggapai apa yang dicita-citakan.



Gambar 3. Pemberian Materi *Growth Mindset*

Sesi 2 (*Ice breaking*)

Sebelum melanjutkan materi ke sesi selanjutnya, pemateri memberikan *ice breaking* untuk mencairkan suasana, dan menambah semangat peserta dalam mengikuti kegiatan ini. kegiatan *ice breaking* yang dilakukan berupa permainan atau games yang melibatkan peserta atau siswa. Dalam kegiatan ini, peserta diberikan suatu pertanyaan umum, dan mereka yang dapat memberikan jawaban yang benar akan

mendapatkan hadiah sebagai penghargaan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk merangsang interaktivitas dan keberanian peserta dalam mengikuti psikoedukasi. Melalui pendekatan yang santai dan menyenangkan, *ice breaking* dapat menciptakan suasana yang lebih ramah dan terbuka di antara peserta, memungkinkan mereka untuk lebih mudah terlibat dalam pembelajaran. Selain itu, memberikan hadiah sebagai penghargaan juga dapat menjadi motivasi tambahan bagi siswa untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Dengan demikian, sesi ini diharapkan dapat menciptakan atmosfer yang positif dan mendukung dalam pelaksanaan pelatihan.



Gambar 5. *Ice Breaking*

Sesi 2 (Mengimplementasikan *Growth Mindset* dalam kehidupan)

Pada sesi ini siswa diajarkan bagaimana cara menerapkan atau mempraktekkan pola pikir *growth mindset* dalam kehidupannya. Setelah mengenal *growth mindset* pada sesi 1, diharapkan pada sesi ini siswa dapat memahami dan menerapkan pola pikir *growth mindset* dalam hidupnya. Sehingga, siswa memiliki cara pandang yang baru dalam melihat permasalahan yang ada dalam hidupnya.



Gambar 6. Pemberian Materi Menerapkan *Growth Mindset* dalam Kehidupan

Terdapat beberapa tips yang pemateri sampaikan, pertama dengan mengenal diri sendiri. Banyak orang merasa bahwasanya mengenal diri sendiri sesuatu yang tidak penting. Perlu disadari, dengan mengenal diri sendiri, seseorang akan lebih tau kekuatan dan kelemahannya, mengerti tujuan hidupnya, menetap target yang ingin dicapainya, dan berusaha konsisten dengan apa yang ia lakukan. Selain itu mengenal lingkungan disekitarnya, karena manusia merupakan makhluk sosial, ia akan

menyadari bahwasannya manusia tidak dapat hidup sendiri. Bahkan kehidupan modern pada era digital seperti saat ini merupakan buah hasil dari peradaban manusia yang bersifat kolaboratif antara satu individu atau kelompok dengan yang lainnya. Dengan, memiliki pola pikir *growth mindset* harapannya juga mempengaruhi hubungan interpersonal yang lebih baik. Pada pergaulan remaja diharapkan dapat menjadi tempat bertukar cerita, bertukar pengalaman untuk memenuhi kebutuhan eksplorasi remaja. Karena, pada tahap perkembangan di usia remaja memiliki keingintahuan yang tinggi, akan tetapi terkadang terkendala dengan pembatasan orang tua, lingkungan yang tidak mendukung, motivasi yang rendah dan sebagainya. Dengan memiliki wadah berbagi pengalaman antar satu dengan yang lain, dapat membuka wawasan mereka untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi.



Gambar 7. Pemberian Contoh Menerapkan *Growth Mindset*

Sesi 2 (Post test dan penutup)

Setelah materi sudah disampaikan semuanya, siswa akan diberikan lembar kerja atau biasa di sebut dengan post-test. Lembar post-test ini digunakan untuk mengukur pemahaman siswa mengenai materi yang sudah di sampaikan. Kemudian, jika semua siswa sudah selesai mengisi post-test, pemateri dapat menutup kegiatan pelatihan psikoedukasi mengenai *growth mindset*.



Gambar 8. Mengisi Post Test



Gambar 9. Penutup

SIMPULAN

Dari rangkaian kegiatan dan analisis data yang telah dilakukan, tergambaran suasana yang menggembirakan tentang dampak pelatihan psikoedukasi "Membangun Mental Tangguh dan Sosial Remaja dengan Menanamkan *Growth Mindset* dalam Pergaulan Remaja". Peserta pelatihan, siswa dan siswi kelas XI MA Anjasmoro, Wonosalam, menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman mereka tentang *growth mindset*.

Pengukuran dengan pretest dan posttest menunjukkan bahwa seluruh peserta pelatihan mengalami peningkatan skor posttest dibandingkan dengan skor pretest. Analisis statistik yang dilakukan dengan uji Wilcoxon menegaskan bahwa perbedaan tersebut bukanlah kebetulan semata, melainkan mencerminkan dampak positif dari pelatihan tersebut, yang menggambarkan bahwa psikoedukasi telah berhasil menanamkan konsep *growth mindset* dalam pikiran dan sikap mereka. Hal ini memberi harapan bahwa siswa lebih siap menghadapi tantangan, memiliki pandangan positif terhadap perkembangan diri, serta mampu menciptakan pergaulan remaja yang lebih sehat. Pelatihan ini bukan hanya mencapai tujuannya untuk membangun mental tangguh dan sosial remaja, tetapi juga membawa perubahan yang positif dalam cara siswa memandang diri mereka dan interaksi dengan lingkungan sekitar.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang sangat besar kepada warga Desa Jarak di Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Jombang dan juga apresiasi setinggi-tingginya kami sampaikan kepada bapak Kepala Desa. Tidak kalah penting juga saya ucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah MA Anjasmoro, seluruh tim pengajar, dan khususnya kepada siswa-siswi kelas 11 yang berperan aktif dalam program pelatihan psikoedukasi. Tujuan utama dari program ini adalah untuk membangun mental Tangguh dan keterampilan sosial remaja dengan menanamkan *Growth Mindset* dalam pergaulan remaja.

Semangat, partisipasi, dan antusiasme yang ditunjukkan oleh para siswa dan siswi MA Anjasmoro sepanjang pelatihan sungguh luar biasa. Kami ingin menyampaikan penghargaan khusus atas dedikasi dan kerja keras mereka yang telah mengikuti pelatihan mulai dari awal hingga akhir pelatihan. Terima kasih atas kontribusi positif yang telah diberikan, semoga ilmu dan keterampilan yang diperoleh menjadi bekal berharga untuk masa depan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Bakar, R. M., Usmar, A. P. M., & Makassar, U. N. (2022). *Growth Mindset* dalam Meningkatkan Mental Health bagi Generasi Zoomer. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 122-128.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology Of Success*.
- Hariadi, L., Siska Adinda Prabowo, P., & Sunaryono, J. (2021). Hubungan Antara *Growth Mindset* dengan Grit Pada Mahasiswa Unaki Yang Telah Bekerja. *Jurnal IMAGE*, 1(2), 73-84.
- Pratiwi, M., Anggraini, D., Mardhiyah, S. A., & Iswari, R. D. (2020). Mengembangkan *Growth Mindset* Mahasiswa sebagai Usaha Mempersiapkan Diri Memasuki Dunia Kerja. *Psychology Journal of Mental Health*, 2(2), 24-34. https://pjmh.ejournal.unsri.ac.id/index.php/Psychology_of_Mental_Health/article/view/34
- Sugara, G. S., Sulistiana, D., & Bariyyah, K. (2022). Model Pelatihan *Growth Mindset* Untuk Meningkatkan Kegigihan (Grit). *Jurnal Konseling Indonesia*, 8(1), 8 -17. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Wahidah, F. R., Setyadi, E. J., & Grafiyana, G. A. (2021). Efektivitas Pelatihan *Growth Mindset* pada Siswa Sma. *Psycho Idea*, 19(1), 103. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v19i1.9147>