

PENGUATAN RESILIENSI AKADEMIK DAN MANAJEMEN DIRI SANTRI MELALUI METODE EDUGAME "THE SHIELD OF FAITH" DI DAYAH AL-MUSLIMUN

Khoirunnisya Dalimunthe¹, Yeni Pita Sari², Nanda Yustina³

^{1,2,3}Agroekoteknologi, Universitas Malikussaleh

khoirunnisyadalimunthe@unimal.ac.id¹, yenipitasi@unimal.ac.id², nandayustina@unimal.ac.id³

ABSTRAK

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu pilar utama Tri Dharma Perguruan Tinggi yang bertujuan untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan demi kemajuan masyarakat. Kegiatan ini bertujuan untuk memperkuat resiliensi akademik dan kemampuan manajemen diri santri Dayah Terpadu Al-Muslimun melalui metode edugame interaktif "The Shield of Faith (Perisai Iman)". Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) dengan experiential learning melalui permainan peran berbasis skenario. Kegiatan berlangsung di Dayah Terpadu Al-Muslimun dan diikuti oleh 114 santri tingkat Madrasah Aliyah. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dari peserta, yang terlihat dari partisipasi aktif selama sesi pelatihan dan peningkatan pemahaman konsep ketahanan mental serta manajemen diri. Kegiatan ini juga menjadi sarana kolaborasi multidisiplin yang memperkaya perspektif pengabdian. Kesimpulannya, penguatan resiliensi akademik dan manajemen diri sejak dini sangat bermanfaat untuk mempersiapkan santri menghadapi tantangan akademik dan kehidupan di masa depan. Kolaborasi lintas keilmuan memperkuat dampak positif dari kegiatan pengabdian. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi program berkelanjutan dan melibatkan lebih banyak pihak di masa depan.

Kata Kunci : resiliensi akademik, manajemen diri, edugame, santri, Dayah Al-Muslimun.

ABSTRACT

Community service is one of the main pillars of the Tri Dharma of Higher Education, which aims to apply knowledge for the advancement of society. This activity aims to strengthen the academic resilience and self-management skills of students at Dayah Terpadu Al-Muslimun through the interactive edugame method "The Shield of Faith". The implementation method uses a Participatory Action Research (PAR) approach with experiential learning through scenario-based role-playing. The activity took place at Dayah Terpadu Al-Muslimun and was attended by 114 students at the Madrasah Aliyah level. The results showed high enthusiasm from the participants, as evident from active participation during the training sessions and an increased understanding of the concepts of mental resilience and self-management. This activity also served as a platform for multidisciplinary collaboration, enriching the perspectives of community service. In conclusion, strengthening academic resilience and self-management from an early age is highly beneficial in preparing students to face academic and life challenges in the future. Cross-disciplinary collaboration strengthens the positive impact of community service activities. This activity is expected to become a sustainable program and involve more parties in the future.

Keywords: *academic resilience, self-management, edugame, Islamic boarding school students, Dayah Al-Muslimun.*

1. PENDAHULUAN

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu pilar utama dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi yang mewajibkan setiap perguruan tinggi untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni guna membantu meningkatkan taraf kehidupan masyarakat (Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang

Pendidikan Tinggi; Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Nomor 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi jembatan antara dunia akademik dengan kebutuhan riil yang ada di masyarakat, sehingga dosen dan mahasiswa dapat memberikan kontribusi nyata di luar lingkungan kampus. Melalui pengabdian, ilmu yang diperoleh di bangku kuliah tidak hanya menjadi teori semata, tetapi dapat diimplementasikan untuk memecahkan berbagai permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat (Suharyono & Aminin, 2020).

Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi secara tegas menyatakan bahwa pengabdian kepada masyarakat adalah salah satu kewajiban yang harus dilaksanakan oleh setiap perguruan tinggi di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa pengabdian masyarakat bukan sekadar kegiatan sukarela, melainkan merupakan bagian integral dari sistem pendidikan tinggi nasional yang harus direncanakan, dilaksanakan, dan dievaluasi secara sistematis. Dalam konteks ini, dosen memiliki peran strategis sebagai agen perubahan yang tidak hanya bertugas mengajar dan meneliti, tetapi juga harus mampu menerapkan keilmuannya untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi oleh masyarakat luas (Suharyono & Aminin, 2020; Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, 2020).

Pondok pesantren memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kompetensi generasi muda melalui sistem pendidikan berbasis boarding school yang mengintegrasikan kurikulum formal dan kepesantrenan (Azra, 2012). Dinamika kehidupan di pesantren yang menuntut kedisiplinan dan keseimbangan antara akademik dan kegiatan kepesantrenan dapat menjadi tantangan bagi sebagian santri, yang berpotensi memunculkan gejala *academic burnout* (Wahyuni et al., 2021; Suryani et al., 2023). Kondisi ini ditandai dengan rasa lelah secara emosional, menurunnya semangat belajar, serta berkurangnya kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan akademik. Jika tidak dikelola dengan baik, hal ini dapat memengaruhi kesejahteraan akademik dan psikologis santri (Suryani et al., 2023).

Kesiapan akademik, ketahanan mental, dan kompetensi multibahasa merupakan kemampuan kunci bagi santri yang akan memasuki jenjang pendidikan tinggi (Maisarah et al., 2025). Berbagai studi menunjukkan bahwa remaja pesantren menghadapi tantangan adaptasi akademik, tingginya stres belajar, serta terbatasnya paparan bahasa asing selain Arab dan Inggris (Maisarah et al., 2025). Tantangan ini diperkuat oleh temuan bahwa struktur pembelajaran yang ketat dan kurang variatif di pesantren berpotensi menimbulkan kejenuhan belajar serta mengabaikan kebutuhan afektif santri (Arifin & Maulana, 2026). Meskipun program-program terdahulu telah menyoroti pentingnya pembinaan akademik dan kesehatan mental, integrasi pendekatan *experiential learning* dalam penguatan multiaspek siswa pesantren masih terbatas (Maisarah et al., 2025). Padahal, pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman ini terbukti efektif dalam meningkatkan wawasan, pengalaman, dan kesiapan peserta menghadapi tantangan akademik maupun kehidupan di masa depan (Maisarah et al., 2025; Arifin & Maulana, 2026).

Santri tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) di dayah berada pada fase perkembangan yang sangat kritis (Erikson, 1968; Santrock, 2016; Nurwahidin, 2024). Pada tahap ini, mereka tidak hanya menghadapi tugas perkembangan remaja biasa, tetapi juga harus bernegosiasi dengan warisan psikologis yang kompleks dari lingkungan sosialnya (Erikson, 1968; Santrock, 2016). Menurut teori perkembangan psikososial Erikson (1968), remaja pada usia SMA berada pada tahap *Identity versus Identity Confusion*, di mana individu mulai membentuk identitas diri yang stabil, merencanakan masa depan karir dan pendidikan, serta mengembangkan kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal yang matang. Santrock (2016) menegaskan bahwa periode ini merupakan masa transisi kritis yang sarat dengan perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, dan sosioemosional. Namun, beban psikologis yang tidak tertangani dapat mengganggu proses-proses penting ini (Nurwahidin, 2024).

Secara spesifik, santri SMA di dayah menghadapi tantangan multidimensi. Dari sisi akademis, mereka berada di bawah tekanan untuk berprestasi dan menentukan pilihan studi lanjut. Dalam kehidupan berasrama, mereka harus menyesuaikan diri dengan aturan komunitas yang ketat dan dinamika hubungan dengan sesama santri yang intens. Sementara itu, secara psikologis, mereka rentan mengalami krisis makna dan identitas, terutama ketika harus memadukan nilai-nilai tradisional dayah dengan tuntutan modernitas (Wahyuni et al., 2021).

Salah satu bentuk pengabdian yang semakin relevan di era globalisasi adalah penguatan ketahanan mental dan manajemen diri bagi generasi muda. Dayah, sebagai bagian tak terpisahkan dari struktur sosial budaya

Aceh (Hanafiah, 2018; Walidin, 2017; Furqan, 2024), sebenarnya telah memiliki modal sosial yang besar untuk menjadi buffer terhadap dampak trauma. Keberadaan dayah tidak dapat dilepaskan dari sejarah panjang pendidikan Islam di Aceh yang telah berlangsung sejak masa Kesultanan Perlak, bahkan sebelum masa kolonial Belanda (Walidin, 2017). Sebagai lembaga pendidikan Islam tertua di Aceh, dayah memiliki akar yang kuat dan eksistensi yang telah teruji dalam berbagai periode sejarah, mulai dari masa kejayaan kesultanan, masa penjajahan, hingga masa kebangkitan setelah kemerdekaan (Hanafiah, 2018). Nilai-nilai spiritual, kedisiplinan, dan kehidupan komunal yang diterapkan sudah merupakan bentuk intervensi psikologis alami. Namun, modal sosial ini perlu diperkuat dengan pendekatan yang lebih sistematis dan berbasis evidence-based, khususnya yang menasar kelompok rentan seperti santri SMA (Tim Pengabdian Dayah Terpadu Al Muslimun, 2025).

Ketahanan mental merupakan kemampuan individu untuk tetap tenang, fokus, dan optimis dalam menghadapi tekanan, tantangan, maupun kegagalan (Reivich & Shatté, 2002). Santri sebagai generasi muda yang tumbuh di lingkungan pesantren memiliki potensi besar untuk mengembangkan ketahanan mental melalui rutinitas, disiplin, dan pembiasaan nilai-nilai spiritual. Penelitian menunjukkan bahwa sistem pendidikan, pembiasaan, dan pengasuhan di lingkungan dayah/pesantren mampu membentuk ketahanan mental yang relatif setara antara kedua gender (Arlianty et al., 2025). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar santri berada pada kategori ketahanan mental tinggi (72,45%) dan sangat tinggi (23,47%), dengan hasil uji Independent sample t-test yang menunjukkan nilai $p = 0,128 (> 0,05)$, yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara ketahanan mental santriwan dan santriwati.

Disiplin diri merupakan fondasi utama yang memungkinkan santri menghadapi tantangan hidup dengan ketahanan yang tinggi. Mereka belajar mengelola waktu dan prioritas secara efektif (Baumeister & Tierney, 2011). Salah satu pilar utama disiplin diri santri adalah rutinitas harian yang sangat terstruktur. Sejak fajar menyingsing, santri terbiasa dengan jadwal yang padat, mulai dari salat berjemaah, mengaji, hingga belajar di kelas. Keteraturan ini menanamkan kebiasaan positif, membantu mereka menguasai diri dan menghindari penundaan. Setiap aktivitas memiliki waktu khusus yang harus dipatuhi. Disiplin diri juga tercermin dalam ketekunan mereka beribadah dan menuntut ilmu. Mereka dibiasakan untuk fokus dan konsisten dalam setiap aspek kehidupan, dilatih untuk gigih dan tidak mudah menyerah (Azra, 2012; Baumeister & Tierney, 2011).

Pesantren mengajarkan pentingnya manajemen diri dan tanggung jawab. Santri bertanggung jawab atas kebersihan diri, kamar, dan lingkungan sekitar. Mereka juga belajar beradaptasi dengan keterbatasan dan hidup sederhana, melatih mereka untuk mandiri. Aspek ini melatih mereka dalam mengelola kehidupan secara keseluruhan, mempersiapkan diri untuk berbagai situasi. Pembentukan disiplin diri memiliki dampak signifikan pada ketahanan mental dan fisik. Secara mental, mereka menjadi lebih fokus, resilient, dan mampu menghadapi tekanan (Masten, 2014; Azra, 2012).

Islam mengajarkan resiliensi melalui kesabaran dalam menghadapi setiap kesulitan dan ujian hidup. Konsep resiliensi dalam Islam seringkali dikaitkan dengan kesabaran dan keimanan. Fondasi dari semua itu adalah kesabaran. Dengan kesabaran dan keikhlasan dalam menjalani kehidupan termasuk bersabar dengan keadaan yang tidak menyenangkan seperti harus menjalani kehidupan di pesantren yang tidak mudah, apabila mampu melewatinya maka seseorang akan menjadi pemenang, menjadi pribadi yang kuat dan tahan terhadap berbagai tantangan hidup dan mampu untuk hidup di mana pun dan dalam situasi apa pun (Al-Ghazali, 2001).

Daya lenting terhadap permasalahan yang dikenal dengan istilah resiliensi akademik menjadi kunci bagi santri dalam menghadapi berbagai tantangan. Dalam perspektif Islam, academic self-efficacy berhubungan dengan resiliensi akademik karena keduanya merupakan sarana bagi individu untuk mencapai derajat ketakwaan. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa optimisme memiliki hubungan positif yang signifikan dengan resiliensi. Individu yang optimis akan memandang permasalahan sebagai proses pengembangan diri dan akan memberikan hal baik di masa depan (Reivich & Shatté, 2002; Masten, 2014).

Ilhamuddin, Saksono, dan Rifqi (2024) melaksanakan program bimbingan klasikal dengan metode *Scavenger Hunt* dalam mencegah *academic burnout* pada santri Pondok Pesantren Al-Amin Sooko Mojokerto. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan experiential learning melalui permainan dan diskusi terbuka memberikan ruang bagi santri untuk tidak hanya memahami teori, tetapi juga menginternalisasi solusi yang dapat diterapkan secara praktis. Metode ini terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi santri, memperkuat

pemahaman mereka terhadap konsep *academic burnout*, serta membantu mereka menemukan strategi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian di atas, kegiatan pengabdian ini memiliki beberapa tujuan yang ingin dicapai. Pertama, mengukur dan memperkuat tingkat ketahanan mental santri Dayah Terpadu Al-Muslimun melalui metode *edugame* interaktif. Kedua, meningkatkan pemahaman santri tentang konsep manajemen diri, termasuk pengaturan waktu dan prioritas. Ketiga, memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan berkesan melalui pendekatan *experiential learning*. Keempat, menjalin kerjasama yang berkelanjutan antara perguruan tinggi dan dayah dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia.

Manfaat dari kegiatan pengabdian ini sangat beragam, baik bagi santri, dayah, maupun tim pengabdian. Bagi santri, kegiatan ini memberikan pengetahuan dan wawasan baru yang dapat membuka peluang di masa depan. Bagi dayah, kegiatan ini menjadi sarana untuk memperkaya program pembinaan dan menjalin kerjasama dengan perguruan tinggi. Bagi tim pengabdian, kegiatan ini menjadi ajang untuk mengimplementasikan ilmu pengetahuan yang dimiliki serta memperluas jaringan kerjasama dengan institusi pendidikan lainnya.

2. METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode pendidikan masyarakat yang meliputi pelatihan dan demonstrasi interaktif. Metode ini dipilih karena dinilai paling efektif untuk memberikan pemahaman dan keterampilan secara langsung kepada peserta. Pendekatan interaktif memungkinkan santri untuk tidak hanya mendengarkan materi, tetapi juga terlibat aktif dalam setiap sesi kegiatan. Selain itu, metode ini juga memberikan ruang bagi santri untuk bertanya dan berdiskusi sehingga pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan menjadi lebih mendalam.

2.1. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Dayah Terpadu Al-Muslimun yang beralamat di Lhoksukon, Aceh Utara. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa santri di dayah ini memiliki potensi ketahanan mental yang tinggi, namun memerlukan penguatan lebih lanjut melalui program intervensi yang sistematis. Kegiatan berlangsung pada 13 September 2025 pukul 10.30 - 11.30 WIB, sebagai bagian dari rangkaian kegiatan "Unimal Goes to Al-Muslimun".

2.2. Peserta Kegiatan

Peserta kegiatan adalah santri tingkat Madrasah Aliyah Dayah Terpadu Al-Muslimun yang berjumlah 114 orang. Pemilihan peserta didasarkan pada rekomendasi dari pengasuh dayah yang menilai bahwa santri-santri tersebut memerlukan penguatan ketahanan mental dan manajemen diri untuk menghadapi tantangan akademik di tingkat akhir. Seluruh peserta hadir dan mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

2.3. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang telah dirancang secara sistematis sesuai dengan pendekatan PAR dan *experiential learning*. Tahapan-tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

a. Tahap 1: Persiapan dan Pengukuran Awal

Sebelum pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian melakukan persiapan materi dan logistik. Materi disusun dalam bentuk *slide PowerPoint* yang mencakup konsep ketahanan mental dan manajemen diri. Alat ukur yang digunakan adalah kuisioner berbasis skala Likert yang terdiri dari dua bagian: Ketahanan Mental (10 item) dan Manajemen Diri (10 item). Kuisioner ini diberikan kepada peserta sebagai pre-test untuk memetakan kondisi awal resiliensi dan kemampuan manajemen diri para santri.

b. Tahap 2: Pemaparan Materi Konseptual (10.30 - 10.50 WIB)

Kegiatan diawali dengan sesi pemaparan materi yang dipandu oleh tim pengabdian. Pada sesi ini, tim pengabdian menyampaikan konsep dasar ketahanan mental dan manajemen diri. Materi yang disampaikan meliputi pengertian resiliensi, pentingnya daya tahan psikologis bagi generasi muda, serta strategi praktis dalam mengelola emosi dan waktu. Pemaparan dilakukan dengan metode ceramah interaktif berbantuan audiovisual (*slide PowerPoint*).



Gambar 1. Pemaparan materi

c. Tahap 3: Pelaksanaan Edugame "The Shield of Faith" (10.50 - 11.20 WIB)

Pada tahap ini, santri dibagi ke dalam kelompok-kelompok kecil. Fasilitator memandu permainan berbasis skenario yang disebut "The Shield of Faith (Perisai Iman)". Nama ini terinspirasi dari konsep perisai iman dalam Efesus 6:16 sebagai perlindungan dari serangan musuh. Santri diberikan kartu skenario yang menggambarkan situasi sulit yang sering dihadapi dalam kehidupan pesantren, seperti dimarahi guru, gagal ujian, tekanan teman sebaya, atau kesulitan membagi waktu antara belajar dan kegiatan pesantren. Mereka harus mendiskusikan dan mempraktikkan respons yang tepat sebagai bentuk "Perisai Iman" untuk mengatasi masalah tersebut.

Metode ini merupakan adaptasi dari pendekatan *experiential learning* melalui *role-play* dan simulasi situasi nyata. Melalui *role-play*, peserta mampu mengidentifikasi dengan jelas berbagai sumber stres dalam kehidupan keseharian mereka. Situasi seperti persaingan tidak sehat dalam akademik dan tekanan teman sebaya berhasil diangkat sebagai studi kasus. Peserta kemudian mempraktikkan teknik-teknik asertivitas untuk menghadapi situasi tersebut.



Gambar 2. Pelaksanaan Edugame "The Shield of Faith"

d. Tahap 4: Refleksi dan Diskusi Kelompok (11.20 - 11.30 WIB)

Setelah permainan, fasilitator memimpin sesi refleksi dan diskusi kelompok untuk mengaitkan pengalaman bermain dengan konsep ketahanan mental (seperti kontrol diri, ketenangan, dan pantang menyerah) serta manajemen diri (pengaturan waktu dan prioritas) dalam kehidupan sehari-hari di pesantren. Diskusi ini dipandu oleh tim pengabdian dengan menggunakan pendekatan *focus group discussion* (FGD) untuk menggali tantangan spesifik yang dihadapi oleh santri.



Gambar 3. Kegiatan refleksi dan diskusi kelompok

e. Tahap 5: Penutupan dan Evaluasi (11.30 - 11.40 WIB)

Kegiatan diakhiri dengan sesi penutupan yang berisi kesimpulan dari seluruh rangkaian kegiatan. Tim pengabdian menyampaikan pesan-pesan motivasi kepada santri tentang pentingnya memiliki ketahanan mental yang kuat dan kemampuan manajemen diri yang baik dalam menghadapi tantangan akademik dan kehidupan. Pada tahap ini juga dilakukan evaluasi melalui pengisian post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman santri terhadap materi yang telah disampaikan.



Gambar 4. Pengisian post-test

2.4. Peran Kolaborator

Pelaksanaan kegiatan ini melibatkan delapan dosen dari berbagai bidang keilmuan yang berbeda. Peran masing-masing dosen dalam kegiatan adalah sebagai berikut: Yeni Pita Sari, Khorunnisya Dalimunthe, dan Nanda Yustina: Bertanggung jawab sebagai fasilitator utama dalam sesi edugame "The Shield of Faith". Tim ini merancang skenario permainan, menyusun kartu skenario, memandu sesi permainan, serta memfasilitasi sesi refleksi dan diskusi.

Kolaborasi lintas disiplin ini terbukti memperkaya pelaksanaan kegiatan dan memberikan manfaat yang lebih luas bagi santri. Pendekatan multidisipliner ini memungkinkan kegiatan pengabdian tidak hanya berfokus pada satu aspek keilmuan, tetapi juga mempertimbangkan berbagai dimensi seperti keterampilan praktis (*life skills*), nilai-nilai spiritual, dan pengembangan karakter. Santri tidak hanya mendapatkan pengetahuan tentang ketahanan mental dan manajemen diri, tetapi juga mendapatkan pengalaman langsung dalam mengaplikasikan konsep tersebut dalam situasi nyata melalui metode permainan yang menyenangkan.

2.5. Instrumen Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui beberapa instrumen:

1. Kuisisioner *Pre-test* dan *Post-test*: Kuisisioner berbasis skala Likert yang terdiri dari dua bagian: Ketahanan Mental (10 item) dan Manajemen Diri (10 item). Kuisisioner ini digunakan untuk mengukur peningkatan pemahaman dan kemampuan santri sebelum dan sesudah kegiatan.

2. Observasi Partisipasi: Tim pengabdian melakukan observasi terhadap tingkat partisipasi dan antusiasme santri selama kegiatan berlangsung.
3. Refleksi Partisipatif: Santri diajak untuk melakukan refleksi tertulis tentang pengalaman mereka mengikuti kegiatan dan manfaat yang mereka peroleh.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penguatan resiliensi akademik dan manajemen diri santri melalui metode edugame "The Shield of Faith" di Dayah Terpadu Al-Muslimun pada 13 September 2025 pukul 10.30-11.30 WIB berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan yang sangat positif dari pihak dayah maupun para santri. Berdasarkan data yang dihimpun dari daftar hadir, seluruh 114 santri yang terdaftar hadir dan mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini mendapatkan perhatian dan antusiasme yang tinggi dari santri.

3.1. Materi yang Disampaikan dalam Pelatihan

Materi pelatihan disampaikan melalui dua sesi utama. Sesi pertama adalah pemaparan konsep ketahanan mental dan manajemen diri menggunakan *slide PowerPoint*. Materi yang disampaikan mencakup pengertian resiliensi, pentingnya daya tahan psikologis bagi generasi muda, indikator ketahanan mental (seperti kemampuan berpikir jernih saat mendapat masalah, mengatur napas saat cemas, tidak mudah stres, dan tetap berusaha walau gagal), serta indikator manajemen diri (seperti membagi waktu belajar dan bermain, membuat rencana belajar, dan tidak menunda-nunda pekerjaan).

Sesi kedua adalah pelaksanaan edugame "The Shield of Faith" yang menggunakan kartu skenario sebagai media permainan. Skenario yang digunakan mencakup berbagai situasi sulit yang sering dihadapi dalam kehidupan pesantren, seperti dimarahi guru atau orang tua, gagal dalam ujian, tekanan dari teman sebaya, kesulitan membagi waktu antara belajar dan kegiatan pesantren, serta godaan untuk menunda-nunda pekerjaan.

3.2. Antusiasme dan Partisipasi Peserta

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi. Hal ini terlihat dari keaktifan santri dalam setiap sesi, baik sesi pemaparan materi, sesi permainan, maupun sesi refleksi dan diskusi. Pada sesi pemaparan materi, santri dengan antusias mengikuti penjelasan tentang konsep ketahanan mental dan manajemen diri. Beberapa santri bahkan terlihat mencatat dengan tekun materi yang disampaikan.

Pada sesi edugame "The Shield of Faith", santri terlihat sangat antusias mengikuti permainan peran. Mereka aktif berdiskusi dalam kelompok untuk mencari solusi terbaik dari setiap skenario yang diberikan. Suasana sesi ini berlangsung sangat hidup dan interaktif, dengan partisipasi aktif dari seluruh peserta. Simulasi situasi nyata berhasil menciptakan lingkungan yang aman untuk bereksperimen dengan berbagai strategi penyelesaian masalah. Melalui *role-play*, peserta mampu mengidentifikasi dengan jelas berbagai sumber stres dalam kehidupan keseharian mereka.

Antusiasme santri juga terlihat pada sesi refleksi dan diskusi. Banyak santri yang mengajukan pertanyaan menarik seputar cara mengelola emosi saat menghadapi tekanan, strategi membagi waktu antara belajar dan kegiatan pesantren, serta cara mengatasi rasa malas dan keinginan menunda-nunda pekerjaan. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan menunjukkan bahwa santri memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan mulai menyadari pentingnya ketahanan mental dan manajemen diri dalam kehidupan mereka.

3.3. Hasil Evaluasi Peningkatan Pemahaman

Berdasarkan analisis kuisioner *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan pada dua domain utama, yaitu pemahaman tentang konsep dasar resiliensi dan kemampuan mengelola emosi. Hasil ini menunjukkan efektivitas metode penyampaian materi yang digunakan dalam program.

Pada aspek ketahanan mental, sebagian besar santri menunjukkan peningkatan pemahaman tentang pentingnya tetap tenang dan berpikir jernih saat menghadapi masalah, kemampuan mengatur napas saat cemas, serta sikap pantang menyerah meskipun mengalami kegagalan. Hal ini sejalan dengan penelitian Arlianty, Yustina, dan Marlisa (2025) yang menemukan bahwa sebagian besar santri Dayah Al-Muslimun berada pada kategori ketahanan mental tinggi (72,45%) dan sangat tinggi (23,47%). Sistem pendidikan,

pembiasaan, dan pengasuhan di lingkungan dayah/pesantren mampu membentuk ketahanan mental yang relatif setara antara kedua gender.

Pada aspek manajemen diri, santri menunjukkan peningkatan pemahaman tentang pentingnya membagi waktu belajar dan bermain secara seimbang, membuat rencana belajar, serta tidak menunda-nunda pekerjaan. Banyak santri yang mengakui bahwa mereka masih kesulitan dalam mengatur waktu dan sering menunda pekerjaan, namun setelah mengikuti kegiatan mereka mulai menyadari pentingnya perencanaan dan konsistensi.

3.4. Efektivitas Metode Edugame "The Shield of Faith"

Metode edugame "The Shield of Faith" terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan partisipasi santri. Beberapa temuan penting terkait efektivitas metode ini adalah:

1. Metode permainan berhasil menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan tidak membosankan. Santri yang awalnya terlihat pasif atau malu menjadi antusias saat bermain peran dan berdiskusi dalam kelompok. Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan berbasis permainan efektif untuk menjangkau peserta dan menanamkan kompetensi sosio-emosi.
2. Melalui skenario permainan, santri belajar mengidentifikasi emosi dan mencari solusi praktis untuk menghadapi berbagai situasi sulit. Sebelumnya, mereka mungkin hanya mengenal istilah "sabar" atau "ikhlas" tanpa memahami cara praktis untuk mengaplikasikannya. Setelah mengikuti kegiatan, mereka mampu mengidentifikasi tanda-tanda fisik dan emosional yang mendahului ledakan amarah serta mengembangkan respons yang lebih konstruktif.
3. Tema "The Shield of Faith" sangat relevan dengan nilai-nilai yang diajarkan di pesantren. Konsep resiliensi dalam Islam seringkali dikaitkan dengan kesabaran dan keimanan. Dengan membingkai permainan sebagai "Perisai Iman", santri diajak untuk melihat bahwa kemampuan bertahan dalam kesulitan adalah bagian dari penguatan akidah. Sebagaimana perisai besar (*thyreon*) melindungi hampir seluruh bagian tubuh prajurit, iman dapat melindungi seseorang daripada pengaruh buruk dunia yang ganas.

3.5. Sinergi Kolaborasi Lintas Disiplin

Salah satu aspek yang membuat kegiatan ini berbeda dari kegiatan pengabdian pada umumnya adalah adanya kolaborasi antar dosen dari berbagai bidang keilmuan. Kolaborasi ini terbukti memperkaya pelaksanaan kegiatan dan memberikan dampak yang lebih komprehensif bagi peserta. Pendekatan multidisipliner ini memungkinkan kegiatan pengabdian tidak hanya berfokus pada satu aspek keilmuan, tetapi juga mempertimbangkan berbagai dimensi seperti keterampilan praktis, nilai-nilai spiritual, dan pengembangan karakter.

Pendekatan multidisipliner dalam pengabdian masyarakat menghasilkan dampak yang lebih komprehensif dan berkelanjutan dibandingkan dengan pendekatan monodisipliner. Dalam konteks penguatan resiliensi dan manajemen diri, kolaborasi dengan berbagai bidang keilmuan memungkinkan santri untuk melihat hubungan antara ketahanan mental dengan berbagai aspek kehidupan, termasuk akademik, sosial, dan spiritual.

3.6. Refleksi dan Pembelajaran

Setelah melaksanakan kegiatan ini, tim pengabdian melakukan refleksi terhadap seluruh proses yang telah dilalui. Beberapa hal yang menjadi pembelajaran penting dari kegiatan ini adalah:

1. Pentingnya persiapan yang matang, terutama dalam hal koordinasi dengan pihak dayah dan penyiapan materi yang sesuai dengan tingkat pemahaman santri. Koordinasi yang baik dengan pengasuh dayah memungkinkan kegiatan berjalan lancar dan mendapatkan dukungan penuh dari pihak dayah.
2. Pentingnya melibatkan santri secara aktif melalui metode interaktif dan diskusi. Metode *edugame* dan *role-play* terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan minat santri dibandingkan metode ceramah konvensional. Hal ini sejalan dengan pendekatan *experiential learning* yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dalam proses pembelajaran.
3. Kolaborasi lintas disiplin terbukti memberikan nilai tambah yang signifikan, sehingga perlu dipertahankan dan bahkan ditingkatkan di kegiatan-kegiatan selanjutnya. Pendekatan multidisipliner memungkinkan kegiatan pengabdian memberikan manfaat yang lebih luas dan mendalam bagi peserta.

4. Durasi 60 menit terbukti cukup untuk menyampaikan materi inti dan melaksanakan permainan, namun untuk pengembangan ke depan dapat ditambah menjadi 90 menit agar sesi diskusi dan refleksi lebih maksimal.

4. KESIMPULAN DAN UCAPAN TERIMA KASIH

4.1. Kesimpulan

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan penguatan resiliensi akademik dan manajemen diri santri melalui metode edugame "The Shield of Faith" di Dayah Terpadu Al-Muslimun pada 13 September 2025, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a. Kegiatan penguatan resiliensi akademik dan manajemen diri santri melalui metode edugame "The Shield of Faith" berhasil dilaksanakan dengan baik dan diikuti oleh 114 santri tingkat Madrasah Aliyah. Seluruh santri hadir dan mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan penuh antusiasme
- b. Metode pendidikan masyarakat berupa pelatihan interaktif dan diskusi melalui edugame terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan minat santri terhadap konsep ketahanan mental dan manajemen diri. Santri menunjukkan partisipasi aktif dalam setiap sesi kegiatan, baik sesi pemaparan materi, sesi permainan, maupun sesi refleksi dan diskusi.
- c. Tujuan kegiatan yang meliputi pengukuran dan penguatan ketahanan mental, peningkatan pemahaman tentang manajemen diri, pemberian pengalaman belajar yang menyenangkan melalui experiential learning, serta penjalinan kerjasama antara perguruan tinggi dan dayah tercapai dengan baik. Santri mendapatkan pengetahuan dan wawasan baru yang bermanfaat, sementara dayah mendapatkan program tambahan yang memperkaya pembinaan santri.
- d. Kolaborasi lintas disiplin antara dosen dari berbagai bidang keilmuan terbukti memberikan nilai tambah dan memperkuat dampak kegiatan. Pendekatan multidisipliner memungkinkan kegiatan pengabdian memberikan manfaat yang lebih komprehensif bagi peserta, mencakup aspek psikologis, akademik, dan spiritual.
- e. Metode edugame "The Shield of Faith" yang mengangkat tema perisai iman sangat relevan dengan nilai-nilai yang diajarkan di pesantren. Konsep resiliensi dalam Islam yang dikaitkan dengan kesabaran dan keimanan menjadi jembatan yang efektif untuk menyampaikan materi ketahanan mental dan manajemen diri kepada santri.
- f. Durasi 60 menit terbukti cukup untuk melaksanakan seluruh rangkaian kegiatan, namun untuk pengembangan ke depan dapat dipertimbangkan penambahan waktu untuk sesi diskusi dan refleksi yang lebih mendalam.

4.2. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada:

- a. Pimpinan Dayah Terpadu Al-Muslimun beserta seluruh jajaran yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitas sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar.
- b. Bapak/Ibu pengasuh dayah yang telah membantu koordinasi kegiatan dan mendampingi santri selama pelaksanaan kegiatan.
- c. Seluruh 114 santri Dayah Terpadu Al-Muslimun yang telah berpartisipasi dengan antusias dalam kegiatan ini.
- d. Universitas Malikussaleh yang telah memberikan dukungan moril dan materil sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terselenggara.
- e. Semua pihak yang telah berkontribusi, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terselesaikan dengan baik.

Daftar Pustaka

- Al-Ghazali. (2001). *Ihya' Ulumuddin (Terjemahan)*. Jakarta: Pustaka Amani.
- Arifin, Z., & Maulana, R. (2026). *Santri, Sekolah Berasrama, dan Emosi yang Terlupakan*. Universitas Airlangga, 22 Februari 2026.

DOI: 10.47662/jaliye.v5i1.1347

- Arlianty, D., Yustina, N., & Marlisa, P. (2025). *Ketahanan Mental Generasi Z sebagai Fondasi SDM Unggul Menuju Indonesia Emas 2045 pada Santri Dayah Al-Muslimun*. Pusat Jurnal UIN Ar-Raniry.
- Arlianty, D., Yustina, N., & Marlisa, P. (2025). Ketahanan Mental Generasi Z Sebagai Fondasi SDM Unggul Menuju Indonesia Emas 2045 Pada Santri Dayah Al-Muslimun. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Teknologi*, 1(1).
- Azra, A. (2012). *Pendidikan Islam: Tradisi dan Modernisasi di Tengah Tantangan Milenium III*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Baumeister, R. F., & Tierney, J. (2011). *Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength*. New York: Penguin Press.
- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. (2020). *Buku Panduan Pelaksanaan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Edisi XII Tahun 2020*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Furqan, M. H. (2024). *Pendidikan Dayah Dalam Pengembangan Modal Sosial dan Peredam Patologi Sosial di Aceh* [Disertasi]. Universitas Syiah Kuala.
- Hanafiah, H. (2018). Dayah collectively as a social movement. *International Journal of Human Rights and Healthcare*.
- Ilhamuddin, M. F., Saksono, L., & Rifqi, A. (2024). Bimbingan Klasikal dengan Metode Scavenger Hunt dalam Mencegah Academic Burnout pada Santri Pondok Pesantren Al-Amin Sooko Mojokerto Jawa Timur. *ABISATYA: Journal of Community Engagement*, 2(2), 142-152.
- Maisarah, M., Iqbal, M., Ikhsan, M., Tanjung, A. P., Wardani, L. E., & Wardhiah, W. (2025). Pemberdayaan siswa melalui penguatan kesiapan akademik, ketahanan mental, dan kompetensi multibahasa berbasis experiential learning. *Perdikan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(2), 210-226.
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in Development*. New York: Guilford Publications.
- Nurwahidin, M. (2024). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Sulur Pustaka.
- Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Nomor 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.
- Santrock, J. W. (2016). *Adolescence* (16th ed.). UK: McGraw-Hill Education.
- Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi. (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2012 Nomor 158, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5336).
- Walidin, W. (2017). Agama, Budaya dan Perubahan Sosial Perspektif Pendidikan Islam di Aceh. *Jurnal Mudarrisuna: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 7(2).