

MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI DAN KOMUNIKASI EFEKTIF PADA PEMUDA BUDDHAYANA

INE YUDHAWATI¹, EDI PURWANDOKO², SANTI PARAMITA³, PANYA⁴

^{1,3,4} Program Studi Ilmu Komunikasi Buddha, STIAB Jinarakkhita Lampung

² Program Studi Bisnis dan Manajemen Buddha, STIAB Jinarakkhita Lampung

e-mail: ineyudhawati@stiab-jinarakkhita.ac.id¹

ABSTRAK

Pelatihan "Membangun Kepercayaan Diri dan Komunikasi Efektif pada Pemuda Buddhayana" di Liwa, Lampung Barat, merupakan upaya signifikan dalam membekali pemuda Buddhayana dengan keterampilan yang esensial untuk mengatasi tantangan kehidupan modern. Dengan menghadirkan peserta pemuda, pelatihan ini berhasil memberikan wawasan mendalam tentang ajaran Buddhis dan strategi pembangunan kepercayaan diri. Evaluasi kegiatan menunjukkan partisipasi aktif peserta dan kemampuan mereka mengaplikasikan konsep-konsep pelatihan dalam kehidupan sehari-hari. Landasan teoritis yang disampaikan mencakup pembangunan kepercayaan diri yang kokoh dan penerapan nilai-nilai Buddhis dalam setiap aspek kehidupan, dengan harapan pelatihan ini akan membentuk pemuda Buddhayana menjadi individu yang kuat, berdaya, dan mampu berkontribusi positif dalam memajukan nilai-nilai Buddhis di tengah masyarakat modern.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Pemuda Buddhayana, Komunikasi Efektif.

ABSTRACT

The training "Building Self-Confidence and Effective Communication in Buddhayana Youth" in Liwa, West Lampung, is a significant effort in equipping Buddhayana youth with essential skills to overcome the challenges of modern life. By inviting 12 youth participants, this training succeeded in providing in-depth insight into Buddhist teachings and strategies for building self-confidence. Activity evaluation shows active participant participation and their ability to apply training concepts in everyday life. A theoretical foundation that includes building solid self-confidence and applying Buddhist values in every aspect of life, with the hope that this training will shape Buddhayana youth into individuals who are strong, empowered, and able to make positive contributions in advancing Buddhist values in modern society

Keywords: Self-Confidence, Buddhayana Youth, Effective Communication

PENDAHULUAN

Pemuda Buddhayana merupakan elemen integral dalam menjaga dan meneruskan warisan budaya dan spiritualitas Buddhis (Wijaya et al., 2023). Mereka menghadapi berbagai tantangan dalam perjalanan kehidupan mereka. Keberadaan mereka dalam masyarakat menuntut pemahaman mendalam tentang ajaran Buddhis dan keterampilan interpersonal yang kuat untuk merespons dinamika zaman. Oleh karena itu, penting bagi pemuda Buddhayana untuk membangun fondasi yang solid dalam kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi efektif (Julianti, 2022).

Faktor-faktor seperti perubahan lingkungan sosial, tekanan akademis, dan kesulitan mengintegrasikan ajaran Buddhis dalam kehidupan sehari-hari dapat memengaruhi perkembangan pribadi mereka (Wijaya et al., 2023). Dalam konteks ini, memahami dan mengatasi hambatan-hambatan ini menjadi krusial dalam membantu pemuda Buddhayana tumbuh sebagai individu yang kuat dan mampu berkontribusi secara positif dalam masyarakat.

Kepercayaan diri yang kokoh akan membantu mereka menghadapi tekanan hidup dengan ketenangan dan kebijaksanaan (Rahayu, 2023). Pemahaman mendalam terhadap ajaran

Buddhis juga menjadi pondasi untuk merentangkan nilai-nilai tersebut dalam tindakan sehari-hari. Di samping itu, keterampilan komunikasi yang efektif akan membantu mereka membangun hubungan yang sehat, mendukung pertumbuhan pribadi, dan menyebarkan ajaran Buddhis dengan cara yang dapat dipahami oleh orang lain (Mulya & Lengkana, 2020).

Penguatan kepercayaan diri dan komunikasi efektif juga memiliki dampak jangka panjang, membentuk pemuda Buddhayana menjadi pemimpin yang mampu memimpin dengan bijak (Purwandoko, 2022). Dengan demikian, mereka dapat menjadi agen perubahan yang aktif dalam memajukan nilai-nilai Buddhis dalam masyarakat modern. Upaya pembinaan ini akan memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan pribadi pemuda Buddhayana dan membangun fondasi yang kuat untuk menciptakan komunitas yang harmonis berdasarkan ajaran Buddhis.

Perlu diakui bahwa perubahan lingkungan sosial, terutama di era teknologi dan globalisasi, dapat memberikan tekanan tambahan pada pemuda Buddhayana. Oleh karena itu, mereka perlu dilengkapi dengan keterampilan adaptasi yang kuat dan kemampuan menghadapi dinamika sosial dengan kepala dingin. Kepercayaan diri yang kuat juga menjadi kunci untuk melibatkan diri dalam dialog antaragama atau antarbudaya, memungkinkan pemuda Buddhayana untuk berkontribusi secara positif dalam membangun toleransi dan pemahaman lintas agama (Purwandoko, 2022).

Pemuda Buddhayana sebagai generasi penerus juga memiliki tanggung jawab untuk memastikan keberlanjutan ajaran Buddhis (Jatmiko, 2022). Oleh karena itu, pembinaan kepercayaan diri dan komunikasi efektif perlu diintegrasikan dengan pendidikan Buddhis yang memberikan pemahaman mendalam tentang ajaran, etika, dan prinsip-prinsip Buddhisme. Dengan cara ini, mereka dapat menerapkan ajaran tersebut dalam tindakan sehari-hari dan membagikannya dengan orang lain (Syafii et al., 2023).

Pentingnya keterampilan komunikasi efektif juga dapat dilihat dalam upaya membangun jejaring dan komunitas (Ais, 2020). Pemuda Buddhayana perlu dapat menjalin hubungan yang positif dengan sesama pemuda, masyarakat luas, dan bahkan pemerintah. Dengan memiliki keterampilan komunikasi yang baik, mereka dapat menyampaikan pesan Buddhis dengan jelas, mempromosikan kebaikan, dan mendukung proyek-proyek kemanusiaan.

Dalam konteks ini, pemuda Buddhayana juga dapat memanfaatkan media sosial dan teknologi sebagai sarana untuk menyebarkan nilai-nilai Buddhis. Keterampilan komunikasi digital menjadi aspek yang semakin penting, memungkinkan mereka untuk menyampaikan pesan yang inspiratif dan positif kepada khalayak yang lebih luas (Rahmat, 2022). Melalui pembinaan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi efektif pada pemuda Buddhayana, diharapkan mereka dapat menjadi agen perubahan yang memberikan kontribusi positif dalam masyarakat, merawat warisan budaya dan spiritualitas Buddhis, serta menjalani kehidupan dengan makna dan tujuan yang lebih dalam.

METODE PELAKSANAAN

Pendidikan dan pengembangan diri memiliki peran sentral dalam membentuk generasi muda yang berkualitas (Purwandoko & Anggraini, 2023). Untuk memberikan kontribusi positif kepada masyarakat, Program Pengabdian kepada Masyarakat ini dikhususkan bagi muda mudi Buddhayana di Liwa, Lampung Barat. Inisiatif ini merupakan hasil kerjasama antara tim Pengabdian Masyarakat Program Studi Ilmu Komunikasi Buddha, STIAB Jinarakkhita Lampung, dan Sekber Provinsi Lampung.

Rangkaian materi workshop mencakup aspek penting seperti pembangunan kepercayaan diri, dengan penekanan pada konsep kepercayaan diri dalam konteks Buddhayana.

Peserta akan dibekali dengan strategi dan teknik untuk meningkatkan rasa percaya diri individu, sebagai landasan utama bagi pengembangan diri yang positif.

Selain itu, workshop akan menyoroti isu Komunikasi Efektif, menggali pentingnya komunikasi dalam kehidupan sehari-hari, dan menyajikan teknik komunikasi yang efektif untuk mencapai tujuan positif. Khususnya, penerapan komunikasi yang baik dalam konteks Buddhayana akan menjadi fokus untuk meningkatkan interaksi dan hubungan yang sehat di antara komunitas tersebut.

Tidak hanya itu, workshop juga akan membahas Pengembangan Diri sebagai Pemuda Buddhayana dengan mendalami nilai-nilai Buddhayana dalam konteks perkembangan diri. Pemahaman akan nilai-nilai tersebut diharapkan dapat menjadi landasan bagi keterlibatan pemuda dalam kegiatan masyarakat, menjadikan mereka agen perubahan positif di lingkungan sekitar.

Melalui partisipasi aktif dan pemahaman mendalam yang diharapkan dari peserta, workshop ini bertujuan untuk memberikan kontribusi positif bagi perkembangan pribadi dan masyarakat di Liwa, Lampung Barat. Semoga kegiatan ini dapat menjadi langkah awal yang signifikan dalam upaya pembentukan individu yang berkualitas dan berdaya saing tinggi. Terima kasih atas perhatian dan partisipasinya dalam upaya menciptakan masyarakat yang lebih baik melalui pendidikan dan pengembangan diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dihadiri peserta yang keseluruhannya adalah muda-mudi vihara di Lampung Barat. Dalam konteks pemuda Buddhayana, pemberian perhatian terhadap kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi efektif memunculkan diskusi yang mendalam. Pemuda, sebagai kelompok yang mengemban peran penting dalam menjaga serta meneruskan nilai-nilai budaya dan spiritualitas Buddhis, berada di persimpangan tantangan kehidupan modern. Faktor-faktor seperti perubahan lingkungan sosial, tekanan akademis, dan kendala dalam mengintegrasikan ajaran Buddhis dalam rutinitas sehari-hari menjadi faktor krusial yang dapat memengaruhi pertumbuhan pribadi mereka.

Keberadaan pemuda Buddhayana dalam masyarakat memerlukan pemahaman mendalam terhadap ajaran Buddhis dan penguasaan keterampilan interpersonal yang kuat. Dalam mengatasi dinamika zaman, kepercayaan diri yang solid menjadi fondasi utama. Kepercayaan diri yang baik membantu mereka mengelola tekanan hidup dengan ketenangan dan kebijaksanaan. Lebih dari itu, pemahaman yang mendalam terhadap ajaran Buddhis menjadi pondasi yang memungkinkan pemuda merentangkan nilai-nilai tersebut dalam tindakan sehari-hari.

Keterampilan komunikasi efektif menjadi elemen penting dalam menjembatani pemahaman ajaran Buddhis dengan konteks kehidupan sehari-hari pemuda. Keterampilan ini bukan hanya membantu mereka membangun hubungan yang sehat, tetapi juga mendukung pertumbuhan pribadi dan penyebaran ajaran Buddhis secara yang dapat dipahami oleh khalayak.

Penguatan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi efektif diharapkan tidak hanya memberikan dampak jangka pendek, tetapi juga membentuk pemuda Buddhayana menjadi pemimpin yang bijaksana dalam jangka panjang. Dengan penguasaan diri yang baik, mereka diharapkan mampu berperan sebagai agen perubahan positif dalam memajukan nilai-nilai Buddhis dalam masyarakat modern.

Perlu diakui bahwa pemuda Buddhayana menghadapi tekanan tambahan dalam menghadapi perubahan lingkungan sosial yang pesat, terutama dalam era teknologi dan globalisasi. Keterampilan adaptasi yang kuat dan kemampuan untuk menghadapi dinamika sosial dengan kepala dingin menjadi semakin krusial. Kepercayaan diri yang kokoh menjadi

Copyright (c) 2023 COMMUNITY : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

kunci untuk berpartisipasi dalam dialog antaragama atau antarbudaya, memungkinkan pemuda Buddhayana untuk membawa kontribusi positif dalam membangun toleransi dan pemahaman lintas agama.

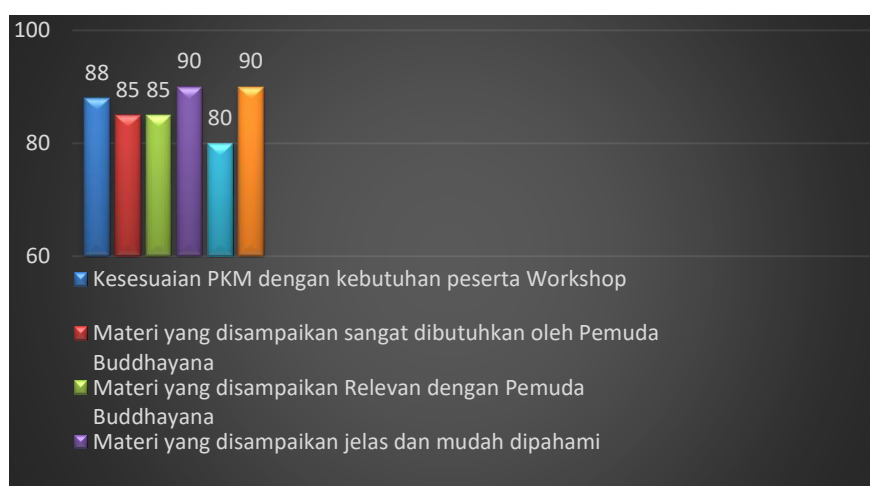
Sebagai generasi penerus, pemuda Buddhayana memiliki tanggung jawab untuk memastikan keberlanjutan ajaran Buddhis. Oleh karena itu, pembinaan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi efektif perlu diintegrasikan dalam pendidikan Buddhis yang menyeluruh. Dengan cara ini, mereka dapat menerapkan ajaran tersebut dalam tindakan sehari-hari dan berbagi nilai-nilai Buddhisme dengan orang lain.

Tidak hanya sebatas pada dimensi individu, keterampilan komunikasi efektif juga menjadi kunci dalam membangun jejaring dan komunitas. Melalui keterampilan ini, pemuda Buddhayana dapat menjalin hubungan yang positif dengan sesama pemuda, masyarakat luas, dan bahkan pemerintah. Kemampuan menyampaikan pesan Buddhis dengan jelas dan mendukung proyek-proyek kemanusiaan melalui keterampilan komunikasi yang baik dapat menjadi alat yang ampuh dalam mempromosikan kebaikan dan mendukung upaya kemanusiaan.

Dalam era digital ini, pemanfaatan media sosial dan teknologi menjadi sarana yang efektif dalam menyebarkan nilai-nilai Buddhis. Keterampilan komunikasi digital menjadi semakin penting, memungkinkan pemuda Buddhayana untuk menyampaikan pesan yang inspiratif dan positif kepada khalayak yang lebih luas. Melalui pembinaan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi efektif pada pemuda Buddhayana, diharapkan mereka dapat tampil sebagai agen perubahan yang memberikan kontribusi positif dalam masyarakat, merawat warisan budaya dan spiritualitas Buddhis, serta menjalani kehidupan dengan makna dan tujuan yang lebih dalam.

Evaluasi Kegiatan

Setelah seluruh rangkaian kegiatan workshop dilaksanakan dengan baik, setiap peserta diarahkan untuk mengisi survei kepuasan secara virtual. Berikut adalah grafik survei kepuasan peserta Workshop “Membangun Kepercayaan Diri Dan Komunikasi Efektif Pada Pemuda Buddhayana”:



Grafik 1. Evaluasi Kegiatan

Berdasarkan uraian survei kepuasan tersebut adalah yang pertama “kesesuaian PKM dengan kebutuhan peserta Workshop” mencapai 88%, selanjutnya survey “Materi yang disampaikan sangat dibutuhkan oleh pemuda Buddhayana” berjumlah 85% selanjutnya survey tentang “Materi yang disampaikan relevan dengan pemuda buddhayana” berjumlah 85% berikutnya survey ke empats yaitu “Materi yang disampaikan jelas dan mudah dipahami”

mencapai persentase tertinggi yaitu 90% selanjutnya tingkat “Antusiasme peserta mengikuti kegiatan ini” memiliki persentase cukup baik yaitu 80% dan terakhir survey tentang “Program PKM ini dapat meningkatkan kepercayaan diri dan komunikasi efektif pemuda buddhayana mencapai 90% dengan melihat data survey diatas dapat diketahui bahwa kegiatan PKM telah dilaksanakan dengan baik. Peserta yang merupakan pemuda Buddhayana telah dapat memahami materi yang dipaparkan oleh Narasumber dan Tim Pengabdian dan menerapkannya dalam proses pelatihan untuk meningkatkan dan mengembangkan Komunikasi Efektif.

Indikator Keberhasilan

Pelaksanaan kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) ini dapat dianggap sebagai sebuah pencapaian yang luar biasa. Kesuksesan kegiatan dapat dilihat melalui sejumlah indikator yang mencerminkan partisipasi dan antusiasme peserta. Sebagaimana diharapkan, peserta-peserta, yang mayoritas merupakan pemuda Buddhayana di Liwa, Lampung Barat, terlibat aktif dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelatihan ini.

Keberhasilan PKM ini dapat diukur melalui partisipasi peserta yang penuh semangat, antusias, dan memiliki tingkat keterlibatan yang tinggi. Adanya respon positif dari peserta menjadi indikator kuat bahwa materi yang disampaikan dalam pelatihan, terutama mengenai Membangun Kepercayaan Diri dan Komunikasi Efektif bagi pemuda Buddhayana, dapat diterima dan diaplikasikan dengan baik oleh peserta.

Dari segi hasil, pelatihan ini diharapkan memberikan dampak positif, terutama dalam membangun kepercayaan diri dan meningkatkan keterampilan komunikasi efektif peserta. Pemahaman mendalam tentang ajaran Buddhis dalam konteks kehidupan sehari-hari serta penguasaan keterampilan komunikasi yang baik diharapkan mampu memberikan kontribusi positif bagi perkembangan pribadi pemuda Buddhayana.

Melalui kegiatan PKM yang dilakukan, diharapkan peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan teoritis, tetapi juga mampu mengaplikasikannya dalam praktek sehari-hari. Penguatan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi yang diberikan dalam kegiatan ini diharapkan memiliki dampak jangka panjang, membentuk pemuda Buddhayana sebagai individu yang kuat, mampu berkontribusi positif dalam masyarakat, dan menjadi agen perubahan yang aktif.

Sebagai tindak lanjut dari pelatihan, evaluasi dan monitoring kemajuan peserta dapat menjadi langkah yang relevan. Melalui pemantauan ini, dapat diukur sejauh mana peserta mampu mengintegrasikan pembelajaran dalam kehidupan mereka sehari-hari. Selain itu, kegiatan follow-up seperti diskusi, forum, atau pertemuan berkala dapat memperkuat pemahaman dan penerapan konsep-konsep yang diajarkan dalam pelatihan.

Dengan demikian, keberhasilan PKM ini tidak hanya dilihat sebatas dari pelaksanaan yang baik, tetapi juga dari dampak positif yang dapat dirasakan oleh peserta dalam jangka waktu yang lebih panjang. PKM Membangun Kepercayaan Diri dan Komunikasi Efektif pada Pemuda Buddhayana di Liwa, Lampung Barat, diharapkan menjadi tonggak awal dalam memberikan kontribusi nyata terhadap perkembangan pribadi dan masyarakat di lingkungan tersebut

KESIMPULAN

Dalam rangka membantu pemuda Buddhayana menghadapi tantangan kehidupan modern, pelatihan "Membangun Kepercayaan Diri dan Komunikasi Efektif" di Liwa, Lampung Barat, sukses dilaksanakan pada tanggal 9 juli2023 dengan partisipasi 12 peserta yang antusias. Evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa peserta mampu memahami dan menerapkan dengan baik konsep kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi yang diajarkan dalam pelatihan. Keberhasilan pelatihan ini tidak hanya terlihat dari antusiasme peserta, tetapi juga dari kemampuan mereka mengintegrasikan pembelajaran ke dalam kehidupan sehari-hari.

Pelatihan ini memberikan landasan teoritis yang mendalam tentang ajaran Buddhis, sekaligus strategi untuk membangun kepercayaan diri yang solid. Dengan pemahaman yang mendalam terhadap ajaran Buddhis, diharapkan pemuda Buddhayana dapat merentangkan nilai-nilai tersebut dalam tindakan sehari-hari. Dampak jangka panjang yang diharapkan mencakup pembentukan pemuda Buddhayana sebagai individu yang kuat dan mampu berkontribusi positif dalam masyarakat. Evaluasi dan pemantauan kemajuan peserta diharapkan dapat memastikan berkelanjutan penerapan konsep-konsep pelatihan, menjadi langkah awal yang signifikan dalam memberikan kontribusi nyata terhadap perkembangan pribadi dan masyarakat di Liwa, Lampung Barat, melalui pendidikan dan pembangunan diri

DAFTAR PUSTAKA

- Ais, R. (2020). *Komunikasi efektif di masa pandemi covid-19: pencegahan penyebaran covid-19 di era 4.0 (kkn-dr)*. Makmood publishing.
- Jatmiko, D. T. (2022). *Hubungan Pemahaman Pancasila Buddha Dengan Kedisiplinan Pemuda Buddhayana Di Kabupaten Pesawaran*. Stiab Jinarakkhita Lampung.
- Julianti, M. (2022). *Pengaruh Mindfulness Terhadap Etika Komunikasi Pemuda Buddhayana Kabupaten Pesawaran*. Stiab Jinarakkhita Lampung.
- Mulya, G., & Lengkana, A. S. (2020). Pengaruh kepercayaan diri, motivasi belajar terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani. *Competitor*, 12(2), 83–94.
- Purwandoko, E. (2022). *Pengaruh Mindfulness Terhadap Kepercayaan diri Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha Jinarakkhita Lampung Tahun 2022*. Stiab Jinarakkhita Lampung.
- Purwandoko, E., & Anggraini, T. (2023). Classroom Management: the Impact of Transformational Leadership of Homeroom Teachers to the Effectiveness of Class Management in High Schools. *Journal of Education, Religious, and Instructions (JoERI)*, 1(1), 24–29.
- Rahayu, F. R. (2023). Strategi Komunikasi Efektif Guru dalam Membentuk Kepercayaan Diri Siswa di MTs YPK Cijulang. *Jurnal Pelita Nusantara: Kajian Ilmu Sosial Multidisiplin*, 1(1), 116–123.
- Rahmat, I. (2022). *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Siswa Smpn 3 Pariangan*.
- Syafii, A., Bahar, B., Shobicah, S., & Muharam, A. (2023). Pengukuran Indeks Mutu Pendidikan Berbasis Standar Nasional. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(7), 1697–1701.
- Wijaya, O. S., Paramita, S., & Putro, A. N. S. (2023). Produktivitas Organisasi Sekber PMVBI (Pemuda Buddhayana) Kabupaten Jepara Menurut Gaya Komunikasi Pemimpin. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 1(3), 273–284.