

Pembentukan Karakter TERTATA (Trengginas, Tanggap dan Tanggon) pada Pemuda Karang Taruna Cimahi

Litra Amanda Metra^{1*}, Amir Nuyman Setyadiredja²

^{1,2}Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Jenderal Achmad Yani, Cimahi, Indonesia

Email: ^{1*}litra.amanda@lecture.unjani.ac.id, ²amir.nuyman@lecture.unjani.ac.id

Abstrak

Generasi muda di era digital menghadapi berbagai tantangan psikologis dan sosial, termasuk penurunan ketangguhan mental, rendahnya kepekaan sosial, serta kesulitan beradaptasi dengan tuntutan kehidupan dewasa awal. Kondisi ini juga dialami oleh sebagian pemuda Karang Taruna RW 03 Kelurahan Cibeber, Kota Cimahi, yang memerlukan pembinaan karakter yang terarah dan kontekstual. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkuat karakter TERTATA (Trengginas, Tanggap, dan Tanggon) pada pemuda melalui pendekatan *experiential learning* berbasis aktivitas luar ruang. Kegiatan dilaksanakan di Curug Tilu Leuwi Opat, Kabupaten Bandung Barat, pada 6 November 2025, dengan melibatkan sepuluh pemuda Karang Taruna. Metode yang digunakan mengintegrasikan psikoedukasi, simulasi kelompok, dan refleksi terstruktur. Evaluasi dilakukan menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* dengan instrumen karakter TERTATA yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor karakter TERTATA peserta setelah mengikuti pelatihan. Peserta menunjukkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai nilai Trengginas, Tanggap, dan Tanggon, serta perubahan sikap menjadi lebih aktif, peka terhadap lingkungan sosial, dan lebih tangguh dalam menghadapi tantangan. Program ini berpotensi menjadi model pengabdian masyarakat dalam penguatan karakter pemuda berbasis komunitas.

Kata Kunci: Karakter, Trengginas, Tanggap, Tanggon, Pengabdian Masyarakat.

Abstract

Youth in the digital era face various psychological and social challenges, including decreased mental resilience, low social sensitivity, and difficulties adapting to the demands of early adulthood. These conditions are also experienced by some members of the Youth Organization (Karang Taruna) of RW 03, Cibeber Village, Cimahi City, who require structured and contextual character development. This community service program aimed to strengthen the TERTATA character values (Trengginas, Tanggap, and Tanggon) among youth through an experiential learning approach based on outdoor activities. The program was conducted at Curug Tilu Leuwi Opat, West Bandung Regency, on November 6, 2025, involving ten youth participants. The intervention integrated psychoeducation, group simulations, and structured reflection. Evaluation was carried out using a pre-test and post-test design with a TERTATA character instrument that had demonstrated adequate validity and reliability. The results showed a significant increase in participants' TERTATA character scores after the program. Participants demonstrated a more comprehensive understanding of Trengginas, Tanggap, and Tanggon, along with positive changes in attitudes, including increased activeness, social sensitivity, and resilience in facing challenges. This program has the potential to serve as a community-based model for youth character strengthening.

Keywords: Character, Trengginas, Tanggap, Tanggon, Community Service.

PENDAHULUAN

Perkembangan sosial yang berlangsung cepat pada era digital membawa tantangan signifikan bagi generasi muda, khususnya terkait kesiapan psikologis, ketahanan mental, dan kualitas relasi sosial. Pemuda saat ini hidup dalam konteks yang ditandai oleh ketidakpastian ekonomi, percepatan arus informasi, serta tekanan sosial yang dimediasi oleh teknologi digital. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kondisi tersebut

berkorelasi dengan meningkatnya kerentanan psikologis, seperti kecemasan, penurunan ketahanan diri, dan kecenderungan mudah menyerah ketika menghadapi kegagalan atau tekanan lingkungan (Twenge, 2020; Liu et al., 2023). Dalam konteks psikologi perkembangan, fase remaja akhir hingga dewasa awal merupakan periode krusial pembentukan identitas dan karakter, sehingga paparan terhadap stres yang tidak diimbangi dengan kapasitas coping adaptif dapat berdampak jangka panjang terhadap keberfungsian individu.

Sejumlah studi menegaskan bahwa resiliensi dan karakter positif merupakan faktor pelindung utama bagi pemuda dalam menghadapi dinamika sosial yang kompleks. García-Álvarez et al. (2024) menunjukkan bahwa *character strengths* berkontribusi signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy* baik secara umum maupun akademik, yang pada gilirannya memperkuat kemampuan individu untuk bertahan dan berfungsi secara adaptif dalam situasi penuh tekanan. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Schnitker (2024) yang menekankan bahwa intervensi pengembangan karakter akan lebih bermakna ketika tidak hanya berfokus pada perilaku, tetapi juga pada proses pencarian makna (*meaning-making*) dari pengalaman hidup. Hal ini mengindikasikan bahwa pembentukan karakter tidak dapat dilepaskan dari konteks pengalaman subjektif pemuda.

Di Indonesia, tantangan pengembangan karakter pemuda menjadi semakin relevan pada level komunitas, termasuk dalam organisasi kepemudaan seperti Karang Taruna. Karang Taruna memiliki fungsi strategis sebagai wadah pengembangan potensi, kepemimpinan, dan partisipasi sosial pemuda di tingkat lokal. Namun, berbagai kegiatan Karang Taruna sering kali belum didukung oleh program pembinaan karakter yang sistematis dan berbasis kajian psikologis. Studi Ramadhani dan Nur (2025) menunjukkan bahwa banyak pemuda di komunitas lokal memiliki motivasi sosial yang tinggi, tetapi belum diimbangi dengan resiliensi psikologis dan keterampilan regulasi emosi yang memadai. Kondisi ini berpotensi membatasi peran pemuda sebagai agen perubahan sosial yang berkelanjutan.

Selain tantangan psikologis secara umum, pemuda Karang Taruna RW 03 Kelurahan Cibeber juga menghadapi permasalahan nyata yang berkaitan dengan transisi ke dunia kerja dan tuntutan peran dewasa awal. Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan dengan Ketua Karang Taruna RW 03 Kelurahan Cibeber pada tanggal 10 September 2025, diperoleh informasi bahwa sekitar 70% pemuda lulusan SMA yang tidak melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi berada dalam kondisi belum bekerja. Konteks “belum bekerja” bukan hanya pemuda yang belum pernah bekerja sama sekali, tetapi juga mereka yang pernah bekerja dalam waktu sangat singkat, hanya beberapa hari atau beberapa minggu, namun kemudian mengundurkan diri. Alasan yang paling sering dikemukakan antara lain karena pekerjaan dirasakan terlalu sulit, tidak sesuai dengan minat atau *passion*, serta adanya perasaan kurang mampu atau kurang kompeten untuk memenuhi tuntutan pekerjaan. Rentang usia pemuda yang berada dalam kondisi tersebut berkisar antara 18 hingga 35 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa persoalan yang dihadapi mitra tidak hanya berkaitan dengan keterbatasan kesempatan kerja, tetapi juga berkaitan dengan kesiapan psikologis, daya juang, serta kemampuan bertahan menghadapi tuntutan dan tekanan awal dunia kerja.

Situasi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan pemuda tidak semata-mata bersifat struktural atau ekonomi, tetapi juga berkaitan dengan kesiapan psikologis dan karakter personal dalam menghadapi tantangan kehidupan. Kurangnya ketangguhan, keaktifan, dan kepekaan sosial berpotensi menghambat pemuda untuk bertahan, belajar dari pengalaman, dan beradaptasi secara fleksibel terhadap perubahan tuntutan lingkungan. Oleh karena itu, diperlukan upaya pembinaan karakter yang tidak hanya berfokus pada peningkatan keterampilan teknis, tetapi juga pada penguatan sikap mental, daya juang, serta kemampuan merespons tantangan secara adaptif dalam konteks kehidupan nyata pemuda di tingkat komunitas.

Pendekatan pengembangan karakter yang efektif, sebagaimana ditunjukkan dalam berbagai penelitian lima tahun terakhir, menekankan pentingnya pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*). *Experiential learning* memungkinkan individu belajar melalui keterlibatan langsung dalam situasi nyata, refleksi atas pengalaman tersebut, serta integrasi makna ke dalam perilaku sehari-hari. Yildiz (2022) menjelaskan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman, khususnya melalui pendidikan luar ruang, mampu meningkatkan keterampilan sosial, kesadaran diri, dan kemampuan adaptasi peserta secara signifikan. Penelitian Brown et al. (2025) juga menunjukkan bahwa *outdoor adventure education* berkontribusi positif terhadap pengembangan *social-emotional learning* (SEL), termasuk empati, kerja sama, dan ketahanan psikologis pada kelompok usia remaja.

Dalam konteks pengembangan pemuda berbasis komunitas, pendekatan *experiential learning* terbukti lebih efektif dibandingkan metode ceramah atau pelatihan konvensional. Elan (2025) melalui program “*Character Garden*” melaporkan bahwa intervensi karakter berbasis pengalaman mampu meningkatkan

internalisasi nilai moral dan tanggung jawab sosial peserta secara lebih mendalam karena peserta terlibat secara aktif dalam proses belajar. Temuan ini diperkuat oleh Lathifah (2025) yang menegaskan bahwa integrasi kegiatan pengabdian masyarakat dan *experiential learning* tidak hanya meningkatkan kapasitas individu, tetapi juga memperkuat ikatan sosial dan rasa memiliki terhadap komunitas.

Berangkat dari kerangka tersebut, Fakultas Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani mengembangkan program Pengabdian kepada Masyarakat berupa pembentukan karakter TERTATA (Trengginas, Tanggap, dan Tanggon) pada pemuda Karang Taruna RW 03 Kelurahan Cibeber, Kota Cimahi. Konsep TERTATA diadaptasi dari nilai-nilai ketangguhan, kedisiplinan, dan kepekaan sosial yang berkembang dalam kultur lokal dan semangat kemiliteran Indonesia, kemudian dipadukan dengan perspektif psikologi positif dan psikologi sosial agar relevan dengan konteks pemuda sipil. Pemilihan nilai yang berakar pada semangat kedisiplinan dan ketangguhan ala kemiliteran dipandang paling relevan bagi konteks pemuda mitra karena tantangan utama yang mereka hadapi bukan hanya “pengetahuan tentang karakter”, tetapi kebutuhan akan pola perilaku yang siap kerja, seperti ketekunan menyelesaikan tugas, kesiapan menerima koreksi, serta kemampuan merespons situasi sosial secara cepat dan tepat. Dibandingkan model pendidikan karakter yang bersifat umum, pendekatan berbasis nilai kedisiplinan–ketangguhan memiliki keunggulan praktis: nilai tersebut mudah diterjemahkan menjadi indikator perilaku harian (misalnya komitmen pada tugas, ketahanan saat gagal, dan kesiapan dalam mengerjakan tugas) yang langsung menjawab masalah “mudah menyerah” dan kesulitan adaptasi kerja yang teridentifikasi pada mitra. Selain itu, penguatan karakter melalui kerangka TERTATA tetap diletakkan dalam perspektif psikologi positif dan sosial, sehingga nilai “keras” tidak dimaknai sebagai otoritarian, melainkan sebagai daya juang (tanggon), keaktifan adaptif (trengginas), dan kepekaan sosial (tanggap) yang selaras dengan kebutuhan transisi pemuda menuju dunia kerja.

Trengginas merujuk pada karakter individu yang aktif, cekatan, dan adaptif dalam berpikir maupun bertindak. Dalam konteks psikologi kontemporer, trengginas tidak hanya berkaitan dengan kelincahan fisik, tetapi juga fleksibilitas kognitif, kecepatan pengambilan keputusan, serta kemampuan beradaptasi terhadap perubahan situasi. Permana dan Fatwa (2023) serta Tanjung dan Setyawan (2021) menegaskan bahwa karakter trengginas berhubungan dengan kesiapan individu menghadapi tuntutan tugas yang dinamis, kesehatan jasmani, serta daya tahan dalam menjalankan peran sosial. Karakter ini memiliki irisan dengan konsep *self-regulation* dan *adaptive functioning* yang banyak dilaporkan sebagai prediktor keberfungsian pemuda di lingkungan kerja dan komunitas (García-Álvarez et al., 2024).

Tanggap menggambarkan kepekaan sosial, empati, dan kemampuan merespons kebutuhan lingkungan secara tepat. Karakter ini menekankan kemampuan individu untuk membaca situasi sosial, memahami perspektif orang lain, serta bertindak secara prososial. Ubaidillah et al. (2020) menunjukkan bahwa karakter tanggap berperan penting dalam pembentukan kepemimpinan pemuda yang adaptif dan responsif terhadap perubahan sosial. Dalam psikologi sosial, kepekaan dan empati merupakan fondasi penting bagi kohesi kelompok dan kerja sama komunitas, yang secara empiris berkorelasi dengan peningkatan partisipasi sosial dan rasa memiliki terhadap lingkungan (Brown et al., 2025).

Sementara itu, Tanggon atau tangguh merepresentasikan daya tahan psikologis, keteguhan prinsip, serta integritas dalam menghadapi tekanan dan kegagalan. Karakter ini sejalan dengan konsep resiliensi dan *grit* yang dalam berbagai penelitian lima tahun terakhir terbukti berkontribusi terhadap ketekunan, stabilitas emosi, dan keberhasilan jangka panjang individu. Liu et al. (2023) serta Flett et al. (2021) melaporkan bahwa individu dengan tingkat resiliensi tinggi lebih mampu mengelola stres dan mempertahankan motivasi dalam kondisi penuh ketidakpastian. Dalam konteks pemuda Karang Taruna, karakter tanggon menjadi krusial agar individu tidak mudah menyerah dan mampu menjalankan peran sosialnya secara konsisten.

Ketiga nilai tersebut dirancang sebagai satu kesatuan karakter yang saling melengkapi. Trengginas tanpa tanggap berpotensi menghasilkan perilaku impulsif, sementara tanggap tanpa tanggon dapat melemahkan konsistensi tindakan. Oleh karena itu, kerangka TERTATA dikembangkan sebagai pendekatan dalam pembentukan karakter pemuda yang tidak hanya menekankan kecepatan dan keaktifan, tetapi juga kepekaan sosial serta ketangguhan moral. Pendekatan ini sejalan dengan temuan Duckworth et al. (2021) yang menekankan pentingnya konsistensi usaha dan ketahanan psikologis sebagai fondasi keberhasilan individu dan kelompok.

Secara operasional, internalisasi karakter TERTATA dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui pendekatan *experiential learning* berbasis aktivitas luar ruang. Pendekatan ini dipilih karena terbukti efektif dalam menjembatani nilai abstrak karakter menjadi pengalaman konkret yang dapat direfleksikan dan

dimaknai oleh peserta (Yildiz, 2022; Elan, 2025). Dengan demikian, kegiatan TERTATA tidak hanya berfungsi sebagai pelatihan keterampilan, tetapi juga sebagai ruang pembelajaran reflektif yang mendorong pemuda memahami, mengalami, dan menerapkan nilai Trengginas, Tanggap, dan Tanggon dalam kehidupan sehari-hari.

Program pengabdian ini dilaksanakan melalui pendekatan *experiential learning* berbasis aktivitas luar ruang yang dirancang secara terstruktur untuk merepresentasikan masing-masing nilai TERTATA. Pemilihan konteks alam terbuka didasarkan pada temuan empiris yang menunjukkan bahwa lingkungan alami memberikan stimulus psikologis yang mendukung refleksi diri, kerja sama kelompok, dan penguatan makna pengalaman (Pienimäki, 2025). Aktivitas berbasis tantangan fisik dan sosial memungkinkan peserta tidak hanya memahami nilai karakter secara kognitif, tetapi juga mengalaminya secara langsung dalam situasi nyata.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkuat karakter Trengginas, Tanggap, dan Tanggon pada pemuda Karang Taruna melalui pelatihan berbasis pengalaman, serta mendokumentasikan proses dan hasilnya dalam bentuk artikel ilmiah. Artikel ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan model pengabdian masyarakat berbasis psikologi karakter dan *experiential learning*, sekaligus menjadi rujukan bagi pengembangan program serupa pada komunitas pemuda di berbagai wilayah.

METODE

Desain dan Pendekatan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan *experiential learning* dengan desain deskriptif-partisipatif. Pendekatan ini dipilih karena sejalan dengan tujuan utama program, yaitu membentuk dan menginternalisasikan karakter TERTATA (Trengginas, Tanggap, dan Tanggon) melalui pengalaman langsung, refleksi, dan interaksi sosial. Dalam *experiential learning*, proses belajar tidak hanya menekankan pada transfer pengetahuan, tetapi pada keterlibatan aktif peserta dalam situasi nyata yang memungkinkan munculnya kesadaran diri, kerja sama, dan pembelajaran bermakna.

Pendekatan partisipatif diterapkan dengan melibatkan pemuda Karang Taruna sebagai subjek aktif kegiatan, bukan sekadar penerima materi. Peserta didorong untuk terlibat secara fisik, emosional, dan sosial dalam setiap sesi, serta merefleksikan pengalaman yang diperoleh dalam kaitannya dengan kehidupan sehari-hari dan peran mereka di lingkungan komunitas.

Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada 6 November 2025 mulai pukul 08.00 hingga 16.00. Model pelaksanaan satu hari penuh dipilih agar peserta dapat mengikuti seluruh rangkaian proses pembelajaran secara utuh dan berkesinambungan, mulai dari pembentukan pengalaman awal, refleksi, hingga penguatan makna dan penerapan nilai. Kegiatan ini melibatkan 2 orang fasilitator utama dan 4 orang co-fasilitator yang mendampingi peserta secara langsung selama proses berlangsung. Rasio pendampingan ini memungkinkan interaksi yang lebih intensif, observasi perilaku yang lebih akurat, serta pemberian umpan balik yang lebih personal kepada setiap peserta, sehingga efektivitas proses pembentukan karakter dapat lebih terjaga. Kegiatan dilaksanakan di Curug Tilu Leuwi Opat, Kabupaten Bandung Barat. Lokasi ini dipilih karena memiliki karakteristik alam terbuka yang mendukung proses pembelajaran berbasis pengalaman, seperti jalur trekking, area terbuka untuk simulasi kelompok, serta suasana alam yang kondusif untuk refleksi diri. Lingkungan alam dimanfaatkan sebagai medium pembelajaran untuk menstimulasi ketangguhan fisik dan mental, kepekaan terhadap lingkungan, serta seseorang yang dapat diandalkan karena memiliki integritas moral dan tidak mudah menyerah.

Peserta dan Mitra Kegiatan

Peserta kegiatan berjumlah 10 orang pemuda yang merupakan anggota aktif Karang Taruna RW 03 Kelurahan Cibeber, Kota Cimahi, dengan rentang usia 19–35 tahun. Pemilihan peserta dilakukan secara purposif berdasarkan rekomendasi pengurus Karang Taruna, dengan mempertimbangkan tingkat keterlibatan dan potensi peran peserta dalam kegiatan sosial di lingkungan RW. Sepuluh pemuda yang terlibat dalam kegiatan ini diharapkan dapat berperan sebagai *agent of change*, yaitu menjadi penggerak awal yang mampu mentransfer nilai-nilai karakter TERTATA kepada pemuda Karang Taruna lainnya melalui keteladanan sikap dan keterlibatan aktif dalam kegiatan komunitas.

Mitra kegiatan adalah pengurus Karang Taruna dan Ketua RW 03 Kelurahan Cibeber, yang berperan dalam proses koordinasi, mobilisasi peserta, serta pendampingan kegiatan. Tim pelaksana terdiri atas dosen Fakultas Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani yang bertindak sebagai fasilitator utama, serta mahasiswa sebagai co-fasilitator yang membantu pelaksanaan kegiatan, observasi dinamika kelompok, dan dokumentasi.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yang saling berkesinambungan, yaitu:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi koordinasi internal tim pelaksana, pertemuan dengan mitra, serta penyusunan modul kegiatan dan instrumen evaluasi. Modul dirancang berdasarkan kerangka karakter TERTATA dan prinsip *experiential learning*, dengan menyesuaikan karakteristik peserta dan konteks komunitas. Pada tahap ini juga dilakukan penyusunan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pemahaman peserta terhadap nilai Trengginas, Tanggap, dan Tanggon.

2. Tahap Pelaksanaan Inti

Kegiatan inti dilaksanakan dalam bentuk pelatihan luar ruang yang terbagi ke dalam tiga sesi utama, masing-masing merepresentasikan nilai karakter TERTATA. Setiap sesi dalam kegiatan inti dirancang sebagai simulasi pengalaman yang merepresentasikan tuntutan psikologis dan sosial yang sering dihadapi pemuda dalam kehidupan sehari-hari, seperti pengambilan keputusan, kerja sama, ketahanan terhadap tekanan, dan kepekaan sosial.

- a. *Fast and Focused Path* (Trengginas): Sesi ini berupa simulasi lintasan dan tantangan fisik yang menuntut peserta untuk bergerak cepat, berpikir tepat, dan bekerja sama dalam menyelesaikan tugas. Aktivitas ini bertujuan melatih keaktifan, ketepatan pengambilan keputusan, serta adaptasi terhadap situasi yang dinamis.
- b. *Silent Observer Challenge* (Tanggap): Pada sesi ini peserta diminta melakukan aktivitas observasi kelompok tanpa komunikasi verbal. Tantangan ini dirancang untuk melatih kepekaan sosial, empati, dan kemampuan membaca situasi serta kebutuhan anggota kelompok lainnya.
- c. *Mission Complete* (Tanggon): Sesi ini berupa permainan yang menuntut ketahanan fisik dan mental, konsistensi, serta integritas dalam mencapai tujuan. Peserta dihadapkan pada situasi yang menantang untuk menguji daya juang dan keteguhan sikap.

Rancangan aktivitas tidak menekankan pada kompetisi, tetapi pada proses pengalaman, interaksi, dan refleksi, sehingga setiap permainan berfungsi sebagai medium internalisasi nilai karakter TERTATA. Setiap sesi diakhiri dengan *debrief* atau refleksi kelompok yang difasilitasi oleh dosen dan mahasiswa. Refleksi dilakukan melalui diskusi terbuka dan pertanyaan pemantik untuk membantu peserta mengaitkan pengalaman yang dialami dengan nilai karakter TERTATA serta konteks kehidupan sehari-hari.

3. Tahap Evaluasi dan Refleksi Akhir

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengisian *post-test*, diskusi reflektif, dan wawancara singkat dengan peserta serta mitra. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai perubahan pemahaman, sikap, dan persepsi peserta terhadap nilai Trengginas, Tanggap, dan Tanggon, serta memperoleh umpan balik terkait pelaksanaan kegiatan.

Seluruh rangkaian kegiatan dirancang berdasarkan siklus *Experiential Learning* menurut Kolb (2015), yang meliputi empat tahap utama, yaitu pengalaman konkret (*concrete experience*), observasi reflektif (*reflective observation*), konseptualisasi abstrak (*abstract conceptualization*), dan eksperimentasi aktif (*active experimentation*). Pada tahap pengalaman konkret, peserta terlibat langsung dalam berbagai simulasi kelompok seperti *Fast and Focused Path*, *Silent Observer Challenge*, dan *Mission Complete* yang dirancang untuk memunculkan ketekunan, ketanggapan, serta pengelolaan emosi dalam situasi menantang. Selanjutnya, pada tahap observasi reflektif, peserta diajak untuk mendiskusikan pengalaman yang dialami, mengungkapkan perasaan, kesulitan, serta pola respons diri dan kelompok selama aktivitas berlangsung. Tahap ini difasilitasi melalui sesi refleksi terpimpin dan diskusi kelompok kecil. Pada tahap konseptualisasi abstrak, fasilitator membantu peserta menarik makna psikologis dari pengalaman tersebut dengan

mengaitkannya pada nilai-nilai karakter TERTATA (trengginas, tanggap, dan tanggon) serta konteks kesiapan menghadapi dunia kerja. Terakhir, pada tahap eksperimentasi aktif, peserta diarahkan untuk merumuskan rencana penerapan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam konteks organisasi Karang Taruna maupun dalam persiapan memasuki dunia kerja, sehingga pembelajaran tidak berhenti pada pengalaman sesaat, tetapi berlanjut pada perubahan perilaku nyata.

Penguatan temuan kuantitatif ini juga terlihat dari refleksi langsung peserta selama sesi evaluasi kegiatan. Salah satu peserta menyampaikan: "*Waktu Mission Complete, saya baru sadar kalau dalam bekerja, yang dicari adalah orang yang dapat diandalkan, yang jujur dan mengikuti aturan yang ada..*" Peserta lain menambahkan: "*Dalam bekerja, penting untuk peka dan peduli dengan sesama, agar lebih mudah bekejasama. Selain itu saya harus berupaya sekuat tenaga dan tidak mudah menyerah, agar saya bisa mendapat pekerjaan*". Pernyataan ini menunjukkan adanya perubahan cara pandang peserta terhadap makna kerja sama, ketekunan, dan tanggung jawab, yang merupakan inti dari dimensi tanggon dan tanggap dalam konsep TERTATA. Selain itu, seorang peserta mengungkapkan: "*Saya jadi lebih berani ambil peran. Dulu nunggu disuruh, sekarang lebih kepikiran harus mulai duluan*". Refleksi ini menunjukkan berkembangnya aspek trengginas sebagai kesiapan bertindak aktif dalam situasi sosial.

Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Data dikumpulkan menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif sederhana. Data kuantitatif diperoleh dari hasil pre-test dan post-test. Sebelum dilakukan uji beda, data terlebih dahulu diuji asumsi normalitas menggunakan uji Shapiro–Wilk. Hasil uji menunjukkan bahwa data terdistribusi normal ($p = 0,224 > 0,05$), sehingga analisis perbedaan dilakukan menggunakan uji parametrik *Student's t-test* untuk sampel berpasangan (*paired samples t-test*). Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini adalah skala karakter TERTATA yang disusun berdasarkan tiga dimensi utama, yaitu Trengginas, Tanggap, dan Tanggon. Sebelum digunakan dalam pengukuran pre-test dan post-test, kualitas psikometrik instrumen diuji melalui analisis faktor konfirmatori (*Confirmatory Factor Analysis/CFA*). Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh indikator memiliki *factor loading* yang tinggi dan signifikan ($\lambda = 0,73–0,93$; $p < 0,001$), sehingga dapat dikatakan valid dalam merepresentasikan konstruk yang diukur.

Reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien omega (ω) dan alpha Cronbach (α). Hasil pengujian menunjukkan bahwa masing-masing dimensi memiliki reliabilitas yang baik hingga sangat baik ($\omega = 0,73–0,93$; $\alpha = 0,73–0,93$), serta reliabilitas total instrumen yang memadai ($\omega = 0,92$; $\alpha = 0,85$). Dengan demikian, instrumen TERTATA dinilai layak digunakan untuk mengukur perubahan pemahaman peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan. Data kualitatif diperoleh dari hasil observasi fasilitator, refleksi kelompok, dan wawancara singkat, yang dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola perubahan sikap, keterlibatan, dan makna pengalaman peserta.

Etika Pelaksanaan Kegiatan

Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika, termasuk persetujuan partisipasi peserta, kerahasiaan identitas, serta pendekatan yang menghargai martabat dan pengalaman subjektif peserta. Kegiatan dirancang sebagai ruang pembelajaran yang aman, suportif, dan *non-judgmental* bagi seluruh peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pembentukan karakter TERTATA (Trengginas, Tanggap, dan Tanggon) dilaksanakan sesuai dengan tahapan yang telah dirancang dan diikuti secara penuh oleh seluruh peserta. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan keterlibatan yang aktif, baik dalam sesi simulasi maupun diskusi reflektif. Observasi fasilitator menunjukkan bahwa sebagian besar peserta awalnya masih cenderung pasif, ragu mengambil peran, dan menunggu arahan. Namun, seiring berjalannya kegiatan, terjadi perubahan dinamika kelompok yang ditandai dengan meningkatnya inisiatif, komunikasi antarpeserta, serta keberanian dalam mengambil tanggung jawab.

Kondisi ini mengindikasikan bahwa pendekatan *experiential learning* mampu menciptakan ruang belajar yang mendorong partisipasi aktif dan keterlibatan emosional peserta. Lingkungan alam terbuka turut berperan sebagai konteks yang menantang sekaligus mendukung, sehingga peserta terdorong untuk keluar dari zona nyaman dan menghadapi situasi secara langsung.

Perubahan Pemahaman terhadap Karakter TERTATA

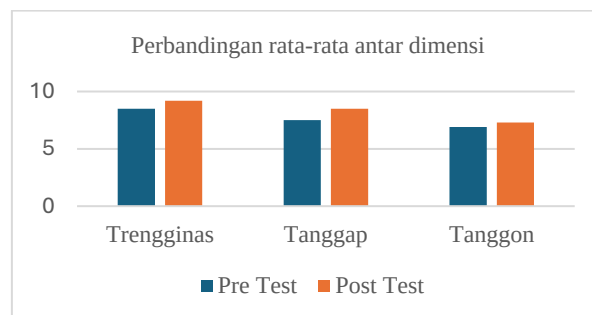
Berdasarkan hasil uji asumsi normalitas menggunakan Shapiro–Wilk, diperoleh bahwa data terdistribusi secara normal ($p = 0,224 > 0,05$). Oleh karena itu, analisis perbedaan dilakukan menggunakan uji parametrik *Student's t-test* untuk sampel berpasangan. Hasil uji menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor karakter TERTATA peserta sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan ($p = 0,005 \leq 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan berbasis *experiential learning* memberikan dampak yang bermakna terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai nilai-nilai Trengginas, Tanggap, dan Tanggon.

Tabel 1. Perbandingan Skor Karakter TERTATA Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Variabel	Pre-Test (M)	Post Test (M)	Uji Statistik	p-value
Skor karakter TERTATA	22,90	25,00	Paire samples t-test	0,005

Keterangan: M = Mean (rata-rata)

Secara deskriptif, rata-rata skor karakter TERTATA setelah pelatihan (M = 25,00) lebih tinggi dibandingkan dengan skor sebelum pelatihan (M = 22,90). Peningkatan ini mengindikasikan bahwa peserta tidak hanya mengalami penambahan pemahaman secara kognitif, tetapi juga menunjukkan perubahan sikap terhadap penerapan karakter TERTATA dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Perbandingan skor pre test dan post test pada dimensi Trengginas, Tanggap dan Tanggon

Jika ditinjau berdasarkan masing-masing dimensi, peningkatan skor paling tinggi terjadi pada dimensi Tanggap, diikuti oleh Trengginas, dan Tanggon. Dimensi Tanggap meningkat dari rata-rata 7,50 menjadi 8,50, yang menunjukkan berkembangnya kepekaan sosial dan kemampuan peserta dalam merespons kebutuhan lingkungan secara lebih empatik. Dimensi Trengginas mengalami peningkatan dari 8,50 menjadi 9,20, mencerminkan bertambahnya keaktifan, kesiapan mengambil peran, serta adaptasi terhadap situasi yang dinamis. Sementara itu, dimensi Tanggon meningkat dari 6,90 menjadi 7,30, yang mengindikasikan penguatan daya tahan psikologis dan ketekunan peserta dalam menghadapi tantangan. Secara visual, Gambar 1 menunjukkan bahwa peningkatan paling menonjol terjadi pada dimensi Tanggap, diikuti oleh Trengginas, dan kemudian Tanggon, yang menegaskan bahwa intervensi lebih cepat berdampak pada aspek kepekaan sosial dibandingkan aspek ketangguhan psikologis yang cenderung berkembang lebih bertahap.

Hasil ini memperkuat temuan observasional dan refleksi peserta selama kegiatan, yang menunjukkan bahwa internalisasi karakter TERTATA tidak hanya terjadi pada tataran konseptual, tetapi juga mulai terwujud dalam sikap dan perilaku peserta selama mengikuti rangkaian aktivitas pelatihan.

Perubahan Sikap dan Perilaku Peserta

Perubahan yang paling menonjol terlihat pada aspek sikap dan perilaku peserta selama kegiatan. Pada sesi *Fast and Focused Path*, peserta yang semula ragu dan cenderung menunggu instruksi mulai menunjukkan keaktifan, keberanian mengambil inisiatif, serta kemampuan beradaptasi terhadap situasi yang berubah. Hal ini merefleksikan internalisasi nilai trengginas sebagai sikap aktif dan cekatan, tidak hanya secara fisik tetapi juga dalam berpikir dan bertindak.

Pada sesi *Silent Observer Challenge*, peserta dihadapkan pada situasi yang menuntut kepekaan sosial tanpa komunikasi verbal. Hasil observasi menunjukkan bahwa peserta menjadi lebih berhati-hati dalam bertindak, memperhatikan ekspresi dan kebutuhan anggota kelompok lain, serta menahan dorongan untuk mendominasi. Refleksi peserta mengungkapkan kesadaran baru mengenai pentingnya mendengarkan, memahami konteks sosial, dan merespons secara empatik. Temuan ini menunjukkan berkembangnya karakter tanggap sebagai kepekaan sosial dan empati dalam interaksi kelompok.

Sementara itu, sesi *Mission Complete* memperlihatkan dinamika ketangguhan yang lebih jelas. Tantangan fisik dan mental yang dihadapi peserta memunculkan kelelahan dan frustrasi. Namun, peserta tetap berupaya menyelesaikan tugas, dengan mempertahankan komitmen dan saling memberi dukungan hingga tujuan tercapai. Perilaku ini mencerminkan karakter tanggon, yakni ketahanan psikologis, konsistensi, dan integritas dalam menghadapi tekanan.

Implikasi Karakter TERTATA terhadap Permasalahan Kehidupan Sehari-hari Pemuda

Temuan kegiatan ini menunjukkan bahwa pembentukan karakter TERTATA memiliki relevansi langsung terhadap permasalahan nyata yang dihadapi pemuda Karang Taruna, khususnya terkait kesulitan memperoleh pekerjaan, kecenderungan mudah menyerah, serta hambatan dalam beradaptasi dengan tuntutan kerja. Nilai trengginas tercermin dalam meningkatnya inisiatif dan keberanian peserta untuk mengambil peran, yang dalam konteks kehidupan sehari-hari berpotensi mendorong pemuda menjadi lebih aktif mencari peluang kerja, mencoba pengalaman baru, dan tidak pasif menunggu kesempatan.

Karakter tanggon tampak melalui kemampuan peserta bertahan menyelesaikan tugas meskipun menghadapi kelelahan dan tekanan selama kegiatan. Sikap ini relevan dengan dunia kerja yang menuntut ketekunan, konsistensi, dan kesiapan menghadapi kegagalan awal, terutama bagi pemuda yang sebelumnya cenderung mudah menyerah ketika menghadapi penolakan atau kesulitan adaptasi. Sementara itu, nilai tanggap berkontribusi pada peningkatan kepekaan sosial dan kemampuan bekerja sama, yang merupakan keterampilan penting dalam lingkungan kerja maupun organisasi sosial. Dengan demikian, karakter TERTATA tidak hanya berfungsi sebagai nilai normatif, tetapi juga sebagai modal psikologis yang mendukung kesiapan pemuda dalam menghadapi tuntutan kehidupan dewasa awal.

Selain perubahan pada tingkat individu, sepuluh pemuda yang terlibat dalam kegiatan ini diposisikan sebagai *agent of change* di lingkungan Karang Taruna RW 03. Peserta tidak hanya menjadi penerima manfaat program, tetapi juga diharapkan berperan sebagai model perilaku yang merepresentasikan karakter TERTATA dalam aktivitas komunitas sehari-hari. Melalui keteladanan sikap trengginas, tanggap, dan tanggon, peserta berpotensi memengaruhi dinamika kelompok pemuda lainnya, khususnya dalam menumbuhkan semangat keaktifan, daya juang, serta kesiapan beradaptasi terhadap tuntutan sosial dan kerja. Untuk memastikan keberlanjutan dampak program, peran sepuluh pemuda peserta tidak hanya diposisikan sebagai penerima manfaat, tetapi juga sebagai *agent of change* di lingkungan Karang Taruna RW 03. Mekanisme keberlanjutan dirancang melalui tiga langkah utama. Pertama, pengurus Karang Taruna melakukan pemantauan informal terhadap perilaku peserta dalam kegiatan rutin organisasi, seperti kehadiran rapat, keterlibatan aktif dalam perencanaan kegiatan, dan konsistensi menyelesaikan tugas. Kedua, peserta didorong untuk menjadi role model dengan mempraktikkan nilai TERTATA dalam interaksi sehari-hari, sehingga perubahan perilaku dapat diamati langsung oleh pemuda lainnya. Ketiga, fasilitator melakukan komunikasi lanjutan dengan pengurus Karang Taruna untuk memantau perkembangan peserta serta mendiskusikan potensi replikasi kegiatan dalam skala kecil. Mekanisme ini diharapkan mampu menjaga keberlanjutan internalisasi nilai TERTATA sekaligus memperkuat fungsi peserta sebagai penggerak perubahan sosial di komunitasnya.

Refleksi Peserta dan Makna Psikologis

Sesi refleksi kelompok menjadi ruang penting untuk membantu peserta memaknai pengalaman yang diperoleh. Dalam refleksi, peserta mengungkapkan bahwa kegiatan ini membuat mereka lebih menyadari pola perilaku pribadi, seperti kecenderungan mudah menyerah, kurang peka terhadap orang lain, atau terlalu bergantung pada arahan. Beberapa peserta menyatakan bahwa mereka mulai melihat karakter TERTATA sebagai pedoman sikap yang relevan untuk kehidupan sehari-hari, baik dalam konteks keluarga, pekerjaan, maupun organisasi Karang Taruna.

Secara psikologis, proses refleksi ini berkontribusi pada peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*) dan pembentukan makna (*meaning-making*). Pengalaman langsung yang diikuti dengan refleksi membantu peserta mengaitkan nilai abstrak karakter dengan pengalaman nyata, sehingga internalisasi nilai menjadi lebih mendalam dan personal.

Pembahasan dalam Perspektif Teoretis

Temuan kegiatan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menekankan efektivitas *experiential learning* dalam pengembangan karakter dan resiliensi pemuda. Pembelajaran berbasis pengalaman memungkinkan individu belajar melalui tantangan nyata, interaksi sosial, dan refleksi, yang terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan instruksional semata. Aktivitas luar ruang yang digunakan dalam kegiatan ini memberikan stimulus fisik dan emosional yang mempercepat proses pembelajaran dan internalisasi nilai.

Karakter TERTATA yang dikembangkan dalam kegiatan ini juga memiliki kesesuaian dengan konsep psikologi positif, seperti *grit*, resiliensi, dan *character strengths*. Trengginas berkaitan dengan *self-regulation* dan *adaptive functioning*, tanggap beririsan dengan empati dan keterampilan sosial, sementara tanggon sejalan dengan konsep resiliensi dan ketahanan psikologis. Integrasi ketiga nilai ini memungkinkan terbentuknya karakter pemuda yang lebih utuh dan kontekstual.

Dari perspektif psikologi perkembangan dan psikologi kerja, karakter TERTATA dapat dipandang sebagai faktor protektif yang membantu pemuda menghadapi masa transisi menuju dunia kerja. Kesulitan memperoleh pekerjaan sering kali tidak hanya dipengaruhi oleh faktor struktural, tetapi juga oleh kesiapan psikologis individu dalam menghadapi ketidakpastian, kegagalan, dan tuntutan adaptasi. Karakter trengginas berkaitan dengan *self-regulation* dan *adaptive functioning*, yang mendukung kemampuan individu untuk belajar dari pengalaman dan menyesuaikan diri dengan tuntutan baru.

Karakter tanggon beririsan dengan konsep resiliensi dan *grit*, yang secara empiris terbukti berperan dalam mempertahankan motivasi dan daya juang ketika individu menghadapi hambatan berulang, seperti penolakan kerja atau beban tugas yang berat. Sementara itu, karakter **tanggap** memperkuat keterampilan sosial dan empati yang dibutuhkan dalam bekerja sama, menerima umpan balik, serta menavigasi dinamika interpersonal di lingkungan kerja. Dengan demikian, program TERTATA berkontribusi tidak hanya pada penguatan karakter personal, tetapi juga pada peningkatan kesiapan pemuda untuk berfungsi secara adaptif dalam konteks sosial dan pekerjaan.

Meskipun hasil kegiatan menunjukkan kecenderungan positif, keterbatasan kegiatan ini terletak pada jumlah peserta yang relatif kecil dan desain evaluasi yang masih terbatas pada satu kali pengukuran pasca intervensi. Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa program pembentukan karakter TERTATA berbasis experiential learning berpotensi menjadi model pengabdian masyarakat yang efektif dalam memperkuat pemahaman, sikap, dan perilaku positif pemuda di tingkat komunitas.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pembentukan karakter TERTATA (Trengginas, Tanggap, dan Tanggon) melalui pendekatan experiential learning mampu memperkuat pemahaman, sikap, dan perilaku positif pemuda di tingkat komunitas. Melalui keterlibatan langsung dalam aktivitas berbasis pengalaman yang disertai refleksi terstruktur, peserta tidak hanya memahami konsep karakter secara kognitif, tetapi juga mengalami dan memaknainya dalam situasi nyata yang relevan dengan kehidupan sehari-hari.

Internalisasi nilai trengginas, tanggap, dan tanggon berkontribusi pada berkembangnya sikap aktif, kepekaan sosial, serta ketangguhan dalam menghadapi tantangan, yang merupakan kualitas psikologis penting bagi pemuda dalam proses transisi menuju dunia kerja dan kehidupan dewasa awal. Hal ini menunjukkan bahwa karakter TERTATA tidak hanya berfungsi sebagai nilai normatif, tetapi juga sebagai modal psikologis yang mendukung kesiapan adaptasi sosial dan ketahanan mental pemuda.

Model TERTATA memiliki potensi untuk diadaptasi oleh berbagai organisasi kepemudaan lain di Indonesia, seperti Karang Taruna di wilayah lain, komunitas pemuda desa, maupun organisasi remaja berbasis komunitas. Fleksibilitas pendekatan experiential learning memungkinkan kegiatan disesuaikan dengan karakteristik lokal, budaya setempat, serta permasalahan khas yang dihadapi masing-masing komunitas, tanpa kehilangan esensi nilai trengginas, tanggap, dan tanggon.

Dengan demikian, TERTATA dapat dipandang bukan hanya sebagai program pengabdian di satu lokasi, tetapi sebagai kerangka pembinaan karakter pemuda berbasis komunitas yang aplikatif, kontekstual, dan berkelanjutan. Model ini berpotensi menjadi rujukan praktis bagi pendidik, penggerak komunitas, dan pembuat kebijakan dalam merancang program penguatan karakter pemuda yang relevan dengan tantangan sosial kontemporer.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Jenderal Achmad Yani atas dukungan dan fasilitasi kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pengurus Karang Taruna dan Ketua RW 03 Kelurahan Cibeber, Kota Cimahi, atas kerja sama dan partisipasi aktif selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2020). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Brown, C. L., Beames, S., & Humberstone, B. (2025). Urban middle schoolers' experiences of outdoor adventure education and social-emotional learning outcomes. *Education Sciences*, 15(7), 841. <https://doi.org/10.3390/educsci15070841>
- Duckworth, A. L., Gross, J. J., & Seligman, M. E. P. (2021). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 30(1), 50–56. <https://doi.org/10.1177/0963721420974463>
- Elan, E. (2025). The “Character Garden” program: Experiential learning for character education. *Jurnal Cakrawala Sains Edukasi*, 6(3), 211–220. <https://doi.org/10.22219/jcse.v6i3.42890>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Nepon, T., & Besser, A. (2021). Perfectionism, stress, and coping in youth: Implications for resilience. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 39(1), 1–23. <https://doi.org/10.1007/s10942-020-00368-9>
- García-Álvarez, D., Soler, M. J., & Ruiz-Aranda, D. (2024). Character strengths as predictors of general and academic self-efficacy in young adults. *Frontiers in Psychology*, 15, 1490095. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1490095>
- Jekauc, D., Mnich, C., Niessner, C., Wunsch, K., Nigg, C. R., & Woll, A. (2019). Testing the Weiss–Harter model: Physical activity, self-esteem, enjoyment, and social support. *Frontiers in Psychology*, 10, 2568. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02568>
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development* (2nd ed.). Boston, MA: Pearson.
- Lathifah, Z. K. (2025). Integrating community service learning into youth development programs. *Cogent Education*, 12(1), 2567734. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2025.2567734>
- Liu, Y., Wang, J., & Zhan, S. (2023). Resilience and grit as predictors of psychological well-being among emerging adults. *Frontiers in Psychology*, 14, 1182345. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1182345>
- Masten, A. S. (2021). Resilience of children and adolescents in disasters: The role of adaptive systems. *Annual Review of Psychology*, 72, 345–370. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-081419-023639>
- Permana, R., & Fatwa, A. (2023). Trengginas sebagai karakter adaptif pemuda dalam menghadapi tantangan sosial. *Jurnal Psikologi Sosial dan Humaniora*, 4(2), 112–121.
- Pienimäki, M., & Karppinen, S. (2025). Outdoor adventure education and relational resilience of young people. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/14729679.2025.2543555>
- Ramadhani, A., & Nur, H. (2025). Peran resiliensi dalam pengembangan diri remaja: Studi literatur. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 7(1), 45–58. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15303271>
- Schnitker, S. A. (2024). Meaning-making and character strength interventions in youth development. *The Journal of Positive Psychology*, 19(2), 234–245. <https://doi.org/10.1080/17439760.2024.2325460>
- Tanjung, R., & Setyawan, D. (2021). Karakter trengginas dalam pembinaan pemuda berbasis komunitas. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 11(2), 189–200.
- Twenge, J. M. (2020). Increases in depression, self-harm, and suicide among U.S. adolescents after 2012 and links to technology use. *Journal of Abnormal Psychology*, 129(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/abn0000504>
- Ubaidillah, M., Hidayat, A., & Prasetyo, E. (2020). Internalisasi karakter tanggap dalam kepemimpinan pemuda. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(1), 33–44.
- Yildiz, K. (2022). Experiential learning from the perspective of outdoor education. *Learning and Behavior*, 50(4), 425–436. <https://doi.org/10.3758/s13420-022-00501-4>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Skinner, E. A., & Kindermann, T. A. (2022). Motivational and emotional engagement in youth development contexts. *Developmental Psychology*, 58(6), 1072–1086. <https://doi.org/10.1037/dev0001332>
- UNICEF. (2023). *The state of the world's children 2023: For every child, mental health*. UNICEF.
- World Health Organization. (2022). *Adolescent mental health: Global status and trends*. WHO.