

PENDAHULUAN

Kebutuhan masyarakat sekitar tentang panduan untuk mengatur pola berpikir dalam mencapai tujuan hidup di dalam diri manusia menjadi sangat penting. Untuk itu masyarakat, secara khusus yang merupakan umat di Gema Buddhis Avalokitesvara, Jakarta Timur membutuhkan bimbingan untuk dapat menciptakan pengaturan untuk mencapai tujuan dalam kehidupan sehari-hari.

METODA PELAKSANAAN

Berdasarkan hal tersebut, maka diadakan bimbingan kepada umat Gema Buddhis Avalokitesvara, Jakarta Timur pada hari Minggu, 16 Agustus 2020 pada pukul 11.00 – 12.00 dengan media zoom meeting. Pelaksanaan dilakukan dengan ceramah kepada umat di wihara tersebut. Topik dari ceramah yang dibawakan adalah : “Tujuan Hidup Manusia”.

HASIL PEMBAHASAN

Pada kegiatan ceramah yang dibawakan untuk membimbing umat Gema Buddhis Avalokitesvara, Jakarta Timur dibahas mengenai bagaimana cara untuk mencapai tujuan hidup yaitu memperoleh kebahagiaan. Dasar dari tujuan tersebut akhirnya membentuk pola manusia untuk menjadi individu yang perlu menjaga perilaku dan tanggap terhadap berbagai perubahan yang ada di sekitar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian bimbingan yang diberikan maka untuk memperoleh kebahagiaan maka perlu adanya menjaga perilaku dan selalu beradaptasi dengan berbagai perubahan yang ada. Dengan beradaptasi pada perubahan di lingkungan sekitar, maka akan tercapai tujuan utama dari setiap manusia yaitu kebahagiaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy Psychosomatics*, 65, 14-23.
- Weiten, W. & Lloyd, M.A. (2006). *Psychology applied to modern life: Adjustment in the 21st century* (8th ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.