

## PENDAHULUAN

Kebutuhan masyarakat sekitar tentang panduan untuk mengatasi masalah di dalam diri manusia menjadi sangat penting. Untuk itu masyarakat, secara khusus yang merupakan remaja buddhis di Gema Buddhis Avalokitesvara, Jakarta Timur membutuhkan bimbingan untuk dapat mengatasi masalah dalam kehidupan sehari-hari.

## METODA PELAKSANAAN

Berdasarkan hal tersebut, maka diadakan bimbingan kepada remaja buddhis di Gema Buddhis Avalokitesvara, Jakarta Timur pada hari Minggu, 8 November 2020 pada pukul 10.30 – 12.00 dengan media zoom meeting. Pelaksanaan dilakukan dengan ceramah kepada umat di vihara tersebut. Topik dari ceramah yang dibawakan adalah : “Mengatasi Masalah Tanpa Masalah”.

## HASIL PEMBAHASAN

Pada kegiatan ceramah yang dibawakan untuk membimbing remaja buddhis di Gema Buddhis Avalokitesvara, Jakarta Timur dibahas mengenai bagaimana cara untuk mengatasi masalah. Dasar dari tujuan tersebut akhirnya membiasakan berpikir bijak akan mengatasi masalah di dalam hidup sehari-hari.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian bimbingan yang diberikan maka untuk mengatasi masalah dalam hidup dengan mengembangkan dan membiasakan berpikir bijaksana.

## DAFTAR PUSTAKA

Dhammananda, S. (2002). *Keyakinan umat buddha* (edisi ke-2). Bandung: Penerbit Karaniya.

Weiten, W. & Llyod, M.A. (2006). *Psychology applied to modern life: Adjustment in the 21st century* (8th ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.