

Received: 09 -06- 2026 | Accepted: 05-07-2026 Published: 20-08-2026

**GAMBARAN *SELF-EFFICACY* AKADEMIK SISWA SEKOLAH
MENENGAH DI DESA MUKAI TENGAH KECAMATAN SIULAK MUKAI
DALAM PERSPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING**

Okti Klara Midia^{*}, Reno Diqqi Alghzali^{2*}

^{1,2}Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan
Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Indonesia

Email Koresponden: renodiqqialghzali@gmail.com

Abstrak

Self-efficacy akademik merupakan keyakinan siswa terhadap kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan tuntutan akademik. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan *self-efficacy* akademik siswa sekolah menengah di Desa Mukai Tengah, Kecamatan Siulak Mukai, serta menginterpretasikan temuan dalam perspektif bimbingan dan konseling. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan 30 responden berusia 12–17 tahun yang dipilih berdasarkan kriteria penelitian. Instrumen menggunakan tujuh butir subskala *academic self-efficacy* dari *Self-Efficacy Questionnaire for Children* (SEQ-C) versi adaptasi Indonesia. Data dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan persentase pada skala 1–5 untuk setiap pilihan jawaban. Hasil menunjukkan bahwa kemampuan menyelesaikan pekerjaan rumah setiap hari dan kemampuan lulus ujian sekolah memiliki proporsi respons positif tertinggi, yaitu masing-masing sebesar 73,3%, diikuti oleh keyakinan lulus seluruh mata pelajaran sebesar 70,0% dan kemampuan menyelesaikan tugas yang memuaskan orang tua atau keluarga sebesar 63,3%. Proporsi respons dengan skor 4–5 lebih rendah pada kemampuan belajar ketika ada banyak hal lain yang menarik perhatian dan fokus di kelas (43,3%). Pola tersebut, secara deskriptif, menunjukkan bahwa respons positif lebih banyak muncul pada bagian penyelesaian tugas dan hasil akademik daripada penguasaan materi dan pengelolaan perhatian. Dalam perspektif bimbingan dan konseling, temuan dapat digunakan sebagai asesmen kebutuhan awal untuk merancang layanan bimbingan belajar yang menekankan strategi penguasaan materi, konsentrasi, pengelolaan distraksi, dan penguatan *self-efficacy* akademik siswa.

Kata kunci: *self-efficacy* akademik, siswa sekolah menengah, bimbingan dan konseling, persentase, SEQ-C

Abstract

Academic self-efficacy refers to a student's belief in their ability to meet and fulfill academic demands. This study aims to describe the academic self-efficacy of secondary school students in Mukai Tengah Village, Siulak Mukai District, and to interpret the findings from the perspective of guidance and counseling. A descriptive quantitative approach was employed, involving 30 respondents aged 12–17 selected based on specific research criteria. The instrument utilized the seven-item academic self-efficacy subscale from the Indonesian-adapted version of the Self-

Efficacy Questionnaire for Children (SEQ-C). Data were analyzed using frequency distributions and percentages based on a 1–5 response scale. The results indicate that the ability to complete daily homework and the ability to pass school exams garnered the highest proportions of positive responses (73.3% each), followed by the confidence to pass all subjects (70.0%) and the ability to complete assignments to the satisfaction of parents or family (63.3%). A lower proportion of positive responses (scores of 4–5) was observed regarding the ability to study when there are competing distractions in the classroom (43.3%). Descriptively, this pattern suggests that positive responses were more prevalent regarding task completion and academic outcomes than regarding subject matter mastery and attention management. From a guidance and counseling perspective, these findings can serve as an initial needs assessment for designing academic guidance services that emphasize strategies for subject mastery, concentration, distraction management, and the strengthening of students' academic self-efficacy.

Keywords: academic self-efficacy, secondary school students, guidance and counseling, percentage, SEQ-C

PENDAHULUAN

Pendidikan pada jenjang sekolah menengah berlangsung pada fase perkembangan ketika siswa menghadapi tuntutan akademik yang semakin kompleks, mulai dari penguasaan materi, penyelesaian tugas, pengaturan waktu, konsentrasi hingga kesiapan menghadapi evaluasi. Pada tingkat global, persoalan kemampuan siswa dalam memenuhi tuntutan tersebut masih menjadi perhatian. PISA 2022 menunjukkan bahwa rata-rata di negara OECD hanya sekitar 69% siswa berusia 15 tahun yang mencapai sekurang-kurangnya Level 2 matematika, sekitar 74% dalam membaca, dan 76% dalam sains. Dengan demikian, sekitar 31% siswa dalam matematika, 26% dalam membaca, dan 24% dalam sains belum mencapai tingkat kompetensi dasar yang ditetapkan PISA. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan belajar tidak cukup dijelaskan hanya dari aspek kemampuan kognitif, tetapi juga perlu dilihat melalui faktor psikologis yang menentukan bagaimana siswa menghadapi tuntutan, hambatan, kegagalan, dan tugas akademik. Salah satu faktor yang mendapat perhatian luas adalah *academic self-efficacy*, yaitu keyakinan individu bahwa dirinya mampu melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tuntutan akademik tertentu. Kajian sistematis menunjukkan *self-efficacy* akademik mempunyai hubungan yang bermakna dengan performa akademik dan bekerja bersama proses motivasional seperti regulasi usaha, strategi belajar, dan orientasi tujuan (Honicke & Broadbent, 2016; Huang, 2016).

Fenomena tersebut menjadi semakin relevan dalam konteks Indonesia. PISA 2022 mencatat hanya 18% siswa Indonesia mencapai Level 2 atau lebih tinggi dalam matematika, 25% dalam membaca, dan 34% dalam sains, seluruhnya berada jauh di bawah rata-rata OECD (OECD, 2023). Data yang sama menunjukkan bahwa sekitar seperempat siswa Indonesia melaporkan tidak dapat bekerja dengan baik dalam sebagian besar atau seluruh pelajaran matematika, sementara sekitar 25% mengaku terdistraksi oleh perangkat digital. Temuan ini tidak dapat secara langsung dianggap sebagai bukti rendahnya *self-efficacy*, tetapi memperlihatkan adanya tantangan belajar berupa

konsentrasi, pengelolaan perhatian, keterlibatan, dan kemampuan mempertahankan usaha. Hal tersebut relevan dengan *self-efficacy* akademik karena keyakinan terhadap kemampuan diri memengaruhi pilihan tindakan, tingkat usaha, persistensi, dan bagaimana individu merespons kesulitan. Penelitian longitudinal menunjukkan hubungan antara prestasi dan *self-efficacy* dapat berlangsung secara timbal balik: pengalaman keberhasilan memperkuat keyakinan diri, sedangkan keyakinan terhadap kemampuan diri dapat mendukung performa berikutnya pada konteks tertentu (Schöber et al., 2018; Talsma et al., 2018).

Dalam kerangka teori kognitif sosial, *self-efficacy* akademik bukan sekadar perasaan percaya diri secara umum, melainkan penilaian yang bersifat spesifik mengenai kemampuan melakukan tugas akademik tertentu. Seorang siswa dapat yakin mampu lulus ujian, tetapi belum tentu memiliki keyakinan yang sama kuat untuk menguasai materi yang sulit, berkonsentrasi di kelas, atau tetap belajar ketika terdapat aktivitas lain yang lebih menarik. Karena sifatnya yang spesifik, pemetaan pada tingkat butir penting untuk melihat jenis tuntutan akademik yang lebih diyakini maupun yang masih memerlukan penguatan. Penelitian Doménech-Betoret et al. (2017) menunjukkan bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan hasil belajar melalui proses expectancy-value, sedangkan Jiang et al. (2020) menunjukkan perannya dalam keterlibatan akademik remaja. Pada siswa sekolah menengah, *self-efficacy* juga berhubungan dengan academic buoyancy, dukungan sosial, dan capaian akademik (Lei et al., 2022; Weißenfels et al., 2023), serta berkaitan dengan kompetensi sosial-emosional dan distress psikologis (Vestad et al., 2021). Dukungan lingkungan turut berperan dalam pembentukan keyakinan tersebut. Dukungan emosional guru dapat berkontribusi terhadap *self-efficacy* dan keterlibatan belajar (Yang et al., 2021), sementara keluarga, teman sebaya, dan sekolah dapat menjadi sumber pembentukan *self-efficacy* yang berbeda menurut karakteristik siswa (Gebauer et al., 2021).

Dalam konteks Indonesia, pengukuran *self-efficacy* akademik telah semakin berkembang. Affandi et al. (2022) mengadaptasi SEQ-C ke dalam bahasa Indonesia dan menemukan bahwa subskala *academic self-efficacy* yang terdiri atas tujuh butir mempunyai muatan faktor sekitar 0,585–0,726 dan reliabilitas Cronbach's alpha sebesar 0,834. Penelitian lain menunjukkan bahwa instrumen *self-efficacy* akademik dalam konteks Indonesia dapat memiliki karakteristik psikometrik yang memadai (Ifdil et al., 2019; Darmayanti et al., 2024). *Self-efficacy* akademik juga dikaitkan dengan resiliensi mahasiswa (Salim & Fakhurrozi, 2020) dan berperan sebagai mediator antara keterikatan aman dengan orang tua dan stres akademik siswa SMA (Putri & Febriani, 2021). Pada konteks yang lebih luas, *self-efficacy* berkaitan dengan strategi metakognitif, emosi belajar, dan performa akademik (Hayat et al., 2020), serta berinteraksi dengan stres akademik dan distress psikologis (Kristensen et al., 2023). Namun, bukti empiris tidak selalu menunjukkan hubungan langsung yang seragam dengan prestasi. Wahyuni dan Dahlia (2020), misalnya, tidak menemukan korelasi signifikan antara *self-efficacy* akademik dan prestasi akademik pada sampel siswa SMA di Banda Aceh. Variasi tersebut mempertegas

bahwa *self-efficacy* bukan satu-satunya determinan prestasi, melainkan salah satu sumber daya psikologis yang bekerja bersama kemampuan, strategi belajar, dukungan sosial, keterlibatan akademik, dan faktor kontekstual lain; literatur mengenai remaja juga menunjukkan bahwa sumber daya psikologis lain seperti *self-esteem* berkaitan dengan *academic engagement* (Zhao et al., 2021).

Meskipun penelitian mengenai *self-efficacy* akademik telah berkembang, kajian yang memberikan gambaran spesifik mengenai keyakinan akademik siswa sekolah menengah pada konteks komunitas desa, khususnya Desa Mukai Tengah, Kecamatan Siulak Mukai, masih terbatas. Studi pada remaja di wilayah suburban menunjukkan bahwa *self-efficacy* dapat bervariasi menurut karakteristik sosiodemografis dan konteks lingkungan (Taheri et al., 2023), sehingga data berbasis konteks lokal tetap diperlukan. Bagi layanan bimbingan dan konseling, informasi mengenai profil *self-efficacy* tidak hanya berguna untuk mengenali kebutuhan individual, tetapi juga untuk menentukan aspek akademik yang menjadi kebutuhan mayoritas siswa. Perspektif bimbingan dan konseling menempatkan asesmen kebutuhan sebagai dasar penyusunan layanan perkembangan, pencegahan, dan responsif. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan gambaran *self-efficacy* akademik siswa sekolah menengah di Desa Mukai Tengah, Kecamatan Siulak Mukai, berdasarkan persentase jawaban pada setiap indikator, serta menjelaskan implikasinya bagi penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling. Fokus tersebut diharapkan memberikan bukti awal berbasis konteks lokal untuk membantu konselor atau guru BK menyusun layanan pengembangan kemampuan belajar yang lebih sesuai dengan kebutuhan siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Pendekatan tersebut dipilih karena tujuan penelitian adalah menggambarkan kondisi *self-efficacy* akademik siswa sebagaimana terlihat dari distribusi jawaban responden pada saat pengumpulan data. Penelitian tidak diarahkan untuk menguji hubungan antarvariabel, perbedaan kelompok, pengaruh, maupun efektivitas suatu intervensi.

Responden penelitian berjumlah 30 siswa sekolah menengah di Desa Mukai Tengah, Kecamatan Siulak Mukai, dengan rentang usia 12–17 tahun. Pemilihan responden menggunakan non-probability sampling dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi: (1) berdomisili di Desa Mukai Tengah; (2) sedang menempuh pendidikan pada jenjang SMP/MTs atau SMA/SMK/MA; (3) berusia 12–17 tahun; dan (4) mengisi kuesioner secara lengkap. Sampel penelitian bersifat kontekstual sehingga temuan dimaksudkan untuk memberikan gambaran pada kelompok responden yang diteliti, bukan untuk mewakili seluruh siswa di Kecamatan Siulak Mukai.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner daring melalui *Google Forms*. Pada bagian awal kuesioner, responden memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian, sifat partisipasi yang sukarela, kerahasiaan jawaban, dan penggunaan data

hanya untuk kepentingan akademik. Data dianalisis secara agregat dan tidak digunakan untuk mengidentifikasi responden secara individual. Prosedur tersebut diterapkan untuk menjaga prinsip kesukarelaan, privasi, dan kerahasiaan selama proses pengumpulan serta pelaporan data.

Instrumen penelitian menggunakan tujuh butir subskala *academic self-efficacy* dari *Self-Efficacy Questionnaire for Children* (SEQ-C) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Affandi et al. (2022). Tujuh butir tersebut mencakup keyakinan siswa untuk: (1) tetap belajar ketika terdapat banyak hal menarik lain yang dapat dilakukan; (2) menguasai satu bab pelajaran untuk menghadapi ujian; (3) memusatkan perhatian selama pembelajaran di kelas; (4) menyelesaikan pekerjaan rumah setiap hari; (5) lulus dalam seluruh mata pelajaran; (6) menyelesaikan tugas sekolah yang dapat memuaskan orang tua atau keluarga; dan (7) lulus dalam ujian sekolah. Setiap butir dijawab menggunakan skala 1–5, dengan skor yang semakin tinggi menunjukkan keyakinan yang semakin kuat terhadap kemampuan pada tugas akademik yang ditanyakan. Pada penelitian ini, instrumen digunakan untuk mendeskripsikan pola respons pada tingkat butir dan bukan untuk menetapkan diagnosis maupun kategori psikologis individual.

Analisis data menggunakan statistik deskriptif berupa frekuensi dan persentase. Frekuensi jawaban pada setiap skor 1, 2, 3, 4, dan 5 dihitung untuk masing-masing butir, kemudian dikonversi menjadi persentase menggunakan rumus $P = (f/N) \times 100\%$, dengan P sebagai persentase, f sebagai frekuensi jawaban, dan N sebagai jumlah responden. Untuk memudahkan pembacaan pola respons, pembahasan juga memperhatikan gabungan persentase responden yang memilih skor 4 dan 5 sebagai kecenderungan respons positif pada setiap butir. Penggabungan skor 4–5 tersebut hanya digunakan sebagai ringkasan deskriptif dan bukan merupakan *cut-off* psikometrik untuk mengklasifikasikan *self-efficacy* rendah, sedang, atau tinggi. Penelitian tidak membentuk kategori berdasarkan skor total dan tidak menggunakan analisis inferensial karena fokus penelitian terbatas pada gambaran distribusi persentase jawaban responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Responden penelitian berjumlah 30 siswa. Berdasarkan jenis kelamin, 63,3% responden adalah perempuan dan 36,7% laki-laki. Berdasarkan jenjang pendidikan, 46,7% berasal dari SMP/MTs dan 53,3% berasal dari SMA/SMK/MA. Persentase karakteristik responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Persentase (%)
Perempuan	63,3
Laki-laki	36,7
SMP/MTs	46,7
SMA/SMK/MA	53,3

Distribusi Persentase Jawaban *Self-Efficacy* Akademik

Distribusi persentase jawaban pada tujuh butir *self-efficacy* akademik menunjukkan pola yang berbeda antarindikator. Tabel 2 menyajikan persentase pilihan skor 1–5 sekaligus proporsi responden yang memilih skor 4–5 pada setiap butir.

Tabel 2. Distribusi Persentase Jawaban pada Setiap Butir *Self-Efficacy* Akademik

No.	Skor 1 (%)	Skor 2 (%)	Skor 3 (%)	Skor 4 (%)	Skor 5 (%)	Skor 4–5 (%)
1	3,3	16,7	30,0	36,7	13,3	50,0
2	0,0	20,0	40,0	33,3	6,7	40,0
3	0,0	13,3	43,3	23,3	20,0	43,3
4	0,0	16,7	10,0	50,0	23,3	73,3
5	0,0	6,7	23,3	53,3	16,7	70,0
6	0,0	10,0	26,7	36,7	26,7	63,3
7	3,3	10,0	13,3	43,3	30,0	73,3

Pada butir pertama, sebanyak 36,7% siswa memilih skor 4 dan 13,3% memilih skor 5, sehingga total 50,0% responden berada pada gabungan skor 4–5 untuk kemampuan tetap belajar ketika terdapat banyak hal menarik lain yang dapat dilakukan. Sebanyak 30,0% memilih skor 3, sedangkan 20,0% memilih skor 1–2. Distribusi tersebut menunjukkan bahwa respons terhadap kemampuan mempertahankan aktivitas belajar di tengah distraksi masih tersebar pada beberapa tingkat pilihan jawaban.

Pada kemampuan menguasai satu bab pelajaran untuk menghadapi ujian, 33,3% responden memilih skor 4 dan 6,7% memilih skor 5, sehingga gabungan skor 4–5 sebesar 40,0%. Persentase yang sama, yaitu 40,0%, memilih skor 3, sedangkan 20,0% memilih skor 2. Dibandingkan enam butir lainnya, indikator ini memiliki proporsi respons skor 4–5 paling rendah sehingga menjadi salah satu aspek yang penting diperhatikan dalam pemetaan kebutuhan akademik siswa.

Pada kemampuan memusatkan perhatian selama pelajaran, 23,3% responden memilih skor 4 dan 20,0% memilih skor 5. Dengan demikian, 43,3% responden berada pada gabungan skor 4–5, sementara 43,3% lainnya memilih skor 3 dan 13,3% memilih skor 2. Distribusi ini memperlihatkan bahwa respons siswa terhadap kemampuan konsentrasi di kelas cenderung tersebar dan belum didominasi oleh pilihan skor 4–5.

Proporsi skor 4–5 paling besar ditemukan pada kemampuan menyelesaikan semua pekerjaan rumah setiap hari dan kemampuan lulus dalam ujian sekolah, masing-masing sebesar 73,3%. Pada butir pekerjaan rumah, 50,0% responden memilih skor 4 dan 23,3% skor 5. Pada butir lulus ujian sekolah, 43,3% memilih skor 4 dan 30,0% skor 5. Selanjutnya, sebanyak 70,0% responden memberikan skor 4–5 pada keyakinan untuk lulus semua mata pelajaran dan 63,3% pada kemampuan menyelesaikan tugas yang memuaskan orang tua atau keluarga. Secara deskriptif, pola tersebut menunjukkan

bahwa proporsi respons skor 4–5 lebih tinggi pada aspek penyelesaian tugas dan pencapaian hasil akademik dibandingkan pada aspek penguasaan materi dan pengelolaan perhatian. Pernyataan ini merupakan perbandingan antarbutir dan tidak dimaksudkan sebagai kategorisasi tingkat *self-efficacy* secara psikometrik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola respons *self-efficacy* akademik siswa di Desa Mukai Tengah tidak seragam pada seluruh jenis tuntutan akademik. Proporsi skor 4–5 berkisar antara 40,0% hingga 73,3%. Perbedaan antarbutir tersebut konsisten dengan konsep *self-efficacy* yang bersifat spesifik terhadap tugas: keyakinan siswa pada satu tuntutan akademik tidak selalu identik dengan keyakinannya pada tuntutan lain. Honicke dan Broadbent (2016) menegaskan bahwa *self-efficacy* akademik berkaitan dengan performa melalui proses yang melibatkan usaha, persistensi, dan strategi belajar, sedangkan Doménech-Betoret et al. (2017) menunjukkan keterkaitannya dengan proses motivasional yang mendukung capaian belajar. Literatur lain juga memperlihatkan hubungan *self-efficacy* dengan stres akademik, distress psikologis, dan kemampuan bertahan menghadapi tantangan akademik (Kristensen et al., 2023; Weißenfels et al., 2023). Karena penelitian ini bersifat deskriptif, temuan tersebut digunakan sebagai kerangka interpretasi, bukan untuk menyimpulkan bahwa *self-efficacy* menyebabkan capaian akademik tertentu pada responden penelitian.

Proporsi skor 4–5 tertinggi terdapat pada kemampuan menyelesaikan pekerjaan rumah setiap hari dan lulus ujian sekolah, masing-masing 73,3%. Selain itu, 70,0% siswa memberikan skor 4–5 pada keyakinan untuk lulus semua mata pelajaran. Secara deskriptif, pola ini menunjukkan bahwa respons positif lebih banyak muncul pada tuntutan akademik yang konkret dan berorientasi pada penyelesaian atau hasil. Temuan tersebut dapat dipandang sebagai modal psikologis yang potensial karena *self-efficacy* berkaitan dengan kesiapan mengerahkan usaha dan mempertahankan keterlibatan ketika menghadapi hambatan (Talsma et al., 2018; Schöber et al., 2018). Meskipun demikian, keyakinan terhadap hasil perlu disertai strategi belajar yang efektif agar tidak berhenti pada optimisme semata. Hubungan antara sumber daya psikologis dan keterlibatan belajar juga bersifat kompleks; misalnya, *self-esteem* turut dikaitkan dengan *academic engagement* pada remaja (Zhao et al., 2021), sehingga pengembangan siswa tetap perlu mempertimbangkan beberapa faktor psikologis secara bersamaan.

Proporsi skor 4–5 paling rendah terdapat pada kemampuan menguasai satu bab pelajaran untuk menghadapi ujian, yaitu 40,0%, sementara 40,0% memilih skor 3 dan 20,0% memilih skor 2. Dengan demikian, dibandingkan enam indikator lainnya, penguasaan materi merupakan indikator dengan proporsi respons skor 4–5 paling rendah. Dalam perspektif teori kognitif sosial, keyakinan akademik berkembang melalui pengalaman keberhasilan, pengamatan terhadap keberhasilan orang lain, persuasi sosial, serta interpretasi kondisi emosional. Ketika siswa belum memperoleh pengalaman keberhasilan yang cukup dalam memahami materi secara bertahap, penilaian terhadap

kemampuannya menguasai materi ujian dapat menjadi kurang mantap. Gebauer et al. (2021) menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan dan dukungan sosial merupakan sumber penting *self-efficacy* di berbagai konteks sosialisasi. Pada tingkat sekolah menengah, *academic buoyancy* dan dukungan sosial juga terkait dengan hubungan antara *self-efficacy* dan performa akademik (Lei et al., 2022). Oleh karena itu, penguatan penguasaan materi sebaiknya diarahkan pada pengalaman keberhasilan yang realistis dan bertahap, bukan sekadar pemberian motivasi verbal.

Aspek pengelolaan perhatian juga menunjukkan kebutuhan penguatan. Pada butir konsentrasi selama pembelajaran, 43,3% siswa memberikan skor 4–5 dan 43,3% memilih skor 3. Pada kemampuan tetap belajar ketika terdapat banyak hal menarik lain, proporsi skor 4–5 sebesar 50,0%. Kedua temuan tersebut menunjukkan bahwa pilihan respons siswa terhadap konsentrasi dan pengelolaan distraksi masih tersebar. Kondisi ini relevan dengan lingkungan belajar masa kini yang menghadirkan banyak sumber distraksi, termasuk penggunaan perangkat digital. PISA 2022 melaporkan adanya distraksi digital di kalangan siswa Indonesia (OECD, 2023). Penelitian pada remaja juga menunjukkan bahwa penguatan *academic self-efficacy* dapat berkaitan dengan pengurangan penggunaan internet tanpa pengawasan dan perbaikan kondisi psikologis tertentu (Huang et al., 2024), sementara kajian pembelajaran daring menempatkan *self-efficacy* sebagai faktor penting dalam keberhasilan belajar pada lingkungan yang menuntut regulasi diri lebih besar (Yokoyama, 2019). Oleh karena itu, layanan peningkatan *self-efficacy* perlu disertai keterampilan konkret dalam mengelola perhatian, waktu, lingkungan belajar, dan distraksi.

Sebanyak 63,3% siswa memberikan skor 4–5 pada kemampuan menyelesaikan tugas sekolah yang dapat memuaskan orang tua atau keluarga. Temuan ini tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan adanya pengaruh keluarga karena dukungan maupun ekspektasi keluarga tidak diukur secara langsung. Namun, secara teoretis lingkungan sosial merupakan salah satu konteks yang dapat memberikan persuasi, penguatan, dan pengalaman yang membantu siswa membentuk penilaian terhadap kemampuannya. Putri dan Febriani (2021) menemukan bahwa keterikatan aman dengan orang tua berkaitan dengan *self-efficacy* akademik dan stres akademik siswa SMA. Taheri et al. (2023) juga menunjukkan bahwa profil *self-efficacy* remaja dapat berbeda menurut karakteristik sosiodemografis dan konteks kehidupan. Karena itu, keterlibatan keluarga dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari dukungan layanan bimbingan dan konseling, tetapi interpretasi terhadap peran keluarga pada sampel penelitian ini harus tetap bersifat hati-hati dan nonkausal.

Dalam perspektif bimbingan dan konseling, distribusi persentase pada setiap butir dapat dimanfaatkan sebagai asesmen kebutuhan awal. Indikator dengan proporsi skor 4–5 yang lebih rendah, yaitu penguasaan materi (40,0%), konsentrasi di kelas (43,3%), dan kemampuan belajar di tengah distraksi (50,0%), dapat diprioritaskan dalam layanan bimbingan belajar. Secara programatik, temuan dapat diarahkan pada fungsi pemahaman dengan membantu siswa mengenali pola belajar dan keyakinan akademiknya, fungsi

pencegahan dengan mengembangkan keterampilan mengelola distraksi dan hambatan belajar, serta fungsi pengembangan melalui latihan strategi belajar, target bertahap, dan pengalaman keberhasilan. Guru BK dapat menggunakan layanan klasikal atau kelompok mengenai strategi penguasaan materi, penyusunan target belajar, manajemen waktu, teknik mengurangi distraksi, latihan konsentrasi, dan *self-instruction*. Dewi et al. (2016) menunjukkan bahwa teknik *self-instruction* dalam kerangka konseling kognitif-perilaku dapat digunakan untuk meningkatkan efikasi diri pada konteks siswa. Implementasi pada bidang akademik tetap perlu disesuaikan dengan hasil asesmen, karakteristik perkembangan, dan kebutuhan siswa setempat.

Interpretasi hasil penelitian perlu mempertimbangkan beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya menggunakan analisis deskriptif persentase pada 30 responden dengan teknik *purposive sampling*, sehingga hasil tidak digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat, perbedaan berdasarkan jenis kelamin atau jenjang pendidikan, maupun generalisasi terhadap seluruh siswa di Kecamatan Siulak Mukai. Kedua, penelitian tidak menguji ulang validitas dan reliabilitas instrumen pada sampel penelitian, melainkan menggunakan tujuh butir subskala academic self-efficacy dari instrumen yang telah diadaptasi oleh Affandi et al. (2022). Konteks validasi awal instrumen tersebut juga tidak sepenuhnya identik dengan karakteristik responden penelitian ini, sehingga interpretasi lebih tepat difokuskan pada distribusi respons per butir. Ketiga, data diperoleh melalui *self-report* sehingga tetap terbuka terhadap bias persepsi dan kecenderungan respons sosial. Penelitian lanjutan dapat melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam, menguji kembali karakteristik psikometrik instrumen pada populasi sasaran, serta menambahkan variabel atau metode lain apabila tujuan penelitian berkembang dari deskripsi menuju pengujian hubungan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis deskriptif persentase terhadap 30 siswa sekolah menengah di Desa Mukai Tengah, gambaran *self-efficacy* akademik menunjukkan variasi respons antarindikator. Proporsi skor 4–5 tertinggi terdapat pada kemampuan menyelesaikan pekerjaan rumah setiap hari dan kemampuan lulus ujian sekolah, masing-masing sebesar 73,3%, diikuti keyakinan lulus seluruh mata pelajaran sebesar 70,0% dan kemampuan menyelesaikan tugas yang memuaskan orang tua atau keluarga sebesar 63,3%.

Sebaliknya, proporsi skor 4–5 lebih rendah pada kemampuan belajar ketika terdapat banyak hal menarik lain sebesar 50,0%, kemampuan memusatkan perhatian selama pembelajaran sebesar 43,3%, dan kemampuan menguasai satu bab pelajaran untuk menghadapi ujian sebesar 40,0%. Dengan demikian, secara deskriptif respons positif lebih banyak muncul pada aspek penyelesaian tugas dan hasil akademik, sedangkan penguasaan materi, konsentrasi, dan pengelolaan distraksi merupakan indikator dengan proporsi respons positif yang lebih rendah. Perbandingan ini tidak dimaksudkan sebagai klasifikasi psikometrik rendah, sedang, atau tinggi, melainkan sebagai pemetaan kebutuhan berdasarkan pola jawaban responden.

Dalam perspektif bimbingan dan konseling, hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar awal penyusunan layanan bimbingan belajar yang berorientasi pada kebutuhan nyata siswa. Program dapat diarahkan pada strategi penguasaan materi, penetapan target belajar bertahap, manajemen waktu, pengendalian distraksi, latihan konsentrasi, dan penguatan *self-efficacy* melalui pengalaman keberhasilan yang realistis. Temuan juga menegaskan pentingnya memandang *self-efficacy* secara spesifik terhadap tugas, sehingga intervensi BK sebaiknya tidak hanya berfokus pada peningkatan rasa percaya diri secara umum. Karena penelitian bersifat deskriptif dengan sampel terbatas, kesimpulan tidak digunakan untuk menjelaskan hubungan kausal atau mewakili seluruh populasi siswa di luar kelompok responden yang diteliti.

REFERENSI

- Affandi, G. R., Widyastuti, W., & Amir, M. F. (2022). Adaptation and validation of the Self-Efficacy Questionnaire for Children (SEQ-C) for Indonesian orphanage students. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 8(3), 521–533. <https://doi.org/10.33394/jk.v8i3.5809>
- Darmayanti, K. K. H., Meyrinda, J., Anggraini, E., Utami, A. N., Martha, A. S. D., Faizah, L., Maulina, D., & Seniati, A. N. L. (2024). Testing psychometric property on the Indonesian Academic Self-Efficacy Scale (TIASS). *Jurnal Psikologi*, 23(2), 154–175. <https://doi.org/10.14710/jp.23.2.154-175>
- Dewi, F. A., Atmoko, A., & Triyono. (2016). Keefektifan teknik self instruction dalam konseling cognitive behavior counseling untuk meningkatkan efikasi diri sosial siswa SMKN 2 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(4), 172–178. <https://doi.org/10.17977/um001v1i42016p172>
- Doménech-Betoret, F., Abellán-Roselló, L., & Gómez-Artiga, A. (2017). Self-efficacy, satisfaction, and academic achievement: The mediator role of students' expectancy-value beliefs. *Frontiers in Psychology*, 8, 1193. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01193>
- Gebauer, M. M., McElvany, N., Köller, O., & Schöber, C. (2021). Cross-cultural differences in academic self-efficacy and its sources across socialization contexts. *Social Psychology of Education*, 24, 1407–1432. <https://doi.org/10.1007/s11218-021-09658-3>
- Hayat, A. A., Shateri, K., Amini, M., & Shokrpour, N. (2020). Relationships between academic self-efficacy, learning-related emotions, and metacognitive learning strategies with academic performance in medical students: A structural equation model. *BMC Medical Education*, 20, 76. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-01995-9>

- Honicke, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>
- Huang, C. (2016). Achievement goals and self-efficacy: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 19, 119–137. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2016.07.002>
- Huang, S., Li, X., Chen, S.-H., Fang, Z., Lee, C.-Y., & Chiang, Y.-C. (2024). Enhancing academic self-efficacy on decreasing adolescents' unmonitored internet usage and depressive mood. *Heliyon*, 10(1), e23286. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e23286>
- Ifdil, I., Bariyyah, K., Dewi, A. K., & Rangka, I. B. (2019). The College Academic Self-Efficacy Scale (CASES): An Indonesian validation to measure the self-efficacy of students. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 4(4), 115–121. <https://doi.org/10.17977/um001v4i42019p115>
- Jiang, S., Liu, R.-D., Ding, Y., Fu, X., Sun, Y., Jiang, R., & Hong, W. (2020). Implicit theories and engagement in math among Chinese adolescent students: A moderated mediation model of intrinsic value and academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 11, 1325. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01325>
- Kristensen, S. M., Larsen, T. M. B., Urke, H. B., & Danielsen, A. G. (2023). Academic stress, academic self-efficacy, and psychological distress: A moderated mediation of within-person effects. *Journal of Youth and Adolescence*, 52, 1512–1529. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01770-1>
- Lei, W., Wang, X., Dai, D. Y., Guo, X., Xiang, S., & Hu, W. (2022). Academic self-efficacy and academic performance among high school students: A moderated mediation model of academic buoyancy and social support. *Psychology in the Schools*, 59, 885–899. <https://doi.org/10.1002/pits.22653>
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2023). PISA 2022 results (Volume I and II): Country notes—Indonesia. OECD Publishing.
- Putri, E. K., & Febriani, A. (2021). Academic self-efficacy as the mediator of adolescent-parent secure attachment effect towards the academic stress of senior high school students. *Jurnal Psikologi*, 48(2), 57–66. <https://doi.org/10.22146/jpsi.52491>
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175–187. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.9718>
- Schöber, C., Schütte, K., Köller, O., McElvany, N., & Gebauer, M. M. (2018). Reciprocal effects between self-efficacy and achievement in mathematics and reading. *Learning and Individual Differences*, 63, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2018.01.008>
- Taheri, F., Tarrahi, M. J., Mahdavianfar, M., & Fathian-Dastgerdi, Z. (2023). Social, emotional, and academic self-efficacy of adolescents in suburban areas: Analysing interdependencies across socio-demographic factors. *International Journal of Adolescence and Youth*, 28(1), 2270042. <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2270042>

- Talsma, K., Schüz, B., Schwarzer, R., & Norris, K. (2018). I believe, therefore I achieve (and vice versa): A meta-analytic cross-lagged panel analysis of self-efficacy and academic performance. *Learning and Individual Differences*, 61, 136–150. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.11.015>
- Vestad, L., Bru, E., Virtanen, T. E., & Stallard, P. N. (2021). Associations of social and emotional competencies, academic efficacy beliefs, and emotional distress among students in lower secondary school. *Social Psychology of Education*, 24, 413–439. <https://doi.org/10.1007/s11218-021-09624-z>
- Wahyuni, S. F., & Dahlia. (2020). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan prestasi akademik pada siswa SMA di Banda Aceh. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 3(2), 80–100. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v3i2.17612>
- Weißenfels, M., Hoffmann, D., Dörrenbächer-Ulrich, L., & Perels, F. (2023). Linking academic buoyancy and math achievement in secondary school students: Does academic self-efficacy play a role? *Current Psychology*, 42, 23422–23436. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03488-y>
- Yang, Y., Li, G., Su, Z., & Yuan, Y. (2021). Teacher's emotional support and math performance: The chain mediating effect of academic self-efficacy and math behavioral engagement. *Frontiers in Psychology*, 12, 651608. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.651608>
- Yokoyama, S. (2019). Academic self-efficacy and academic performance in online learning: A mini review. *Frontiers in Psychology*, 9, 2794. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02794>
- Zhao, Y., Zheng, Z., Pan, C., & Zhou, L. (2021). Self-esteem and academic engagement among adolescents: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 12, 690828. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.690828>