



PENINGKATAN *SELF-EFFICACY* AKADEMIK MELALUI PSIKOEDUKASI PADA SISWA MTS

Siti Muzaro'atut Dawamah, Cahyaning Suryaningrum, Yuni Nurhamida

Magister Psikologi Sains, Universitas Muhammadiyah Malang

e-mail : sitimuzaroatut@gmail.com, suryaningrumc@gmail.com, yuninurhamida@umm.ac.id

Diterima: 26/06/2026; Direvisi: 08/07/2026; Diterbitkan: 11/07/2026

ABSTRAK

Rendahnya self-efficacy akademik menjadi salah satu faktor yang dapat menghambat kemampuan siswa dalam menghadapi tuntutan pembelajaran, terutama pada siswa MTs yang juga menjalani peran sebagai santri tahfidz dengan beban akademik dan keagamaan secara bersamaan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan self-efficacy akademik melalui program psikoedukasi yang diselenggarakan di MTs Unggulan Al Bahroin. Program dilaksanakan melalui tahapan identifikasi kebutuhan, penyampaian materi berbasis teori self-efficacy, diskusi interaktif, refleksi diri, evaluasi, dan pendampingan untuk mendukung penerapan materi dalam aktivitas belajar. Evaluasi program dilakukan menggunakan desain pre-test dan post-test untuk mengidentifikasi perubahan self-efficacy akademik peserta setelah mengikuti kegiatan. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa program psikoedukasi mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai konsep self-efficacy akademik, memperkuat keyakinan terhadap kemampuan dalam menyelesaikan tugas belajar, serta mendorong berkembangnya motivasi, ketekunan, dan kesiapan dalam menghadapi tantangan akademik. Selain memberikan dampak positif terhadap peserta, kegiatan ini menghasilkan model psikoedukasi yang dapat diimplementasikan sebagai alternatif program pendampingan dalam mendukung penguatan kapasitas psikologis siswa di lingkungan sekolah maupun pesantren.

Kata Kunci: *Self-Efficacy, Psikoedukasi, Siswa MTs, Prestasi Akademik.*

ABSTRACT

Low academic self-efficacy may hinder students' ability to cope with learning demands, particularly among Islamic junior high school students who simultaneously undertake academic and Qur'an memorization responsibilities. This community service program aimed to strengthen students' academic self-efficacy through a psychoeducational intervention implemented at MTs Unggulan Al Bahroin. The program was conducted through a series of activities, including needs assessment, delivery of self-efficacy-based learning materials, interactive discussions, self-reflection sessions, evaluation, and follow-up mentoring to support the application of the acquired knowledge in daily learning practices. Program evaluation employed a pre-test and post-test design to examine changes in participants' academic self-efficacy following the intervention. The implementation results indicated that the psychoeducational program enhanced participants' understanding of academic self-efficacy, strengthened their confidence in managing academic tasks, and fostered greater learning motivation, perseverance, and readiness to address academic challenges. Furthermore, the program produced a practical psychoeducational model that can serve as an alternative student support program for promoting psychological readiness and academic resilience in both school and Islamic boarding school settings.

Keywords: *Self-Efficacy; Psychoeducation; Madrasah Tsanawiyah Students; Academic Achievement.*



PENDAHULUAN

Tugas perkembangan remaja berlangsung secara bertahap dari fase sederhana menuju kompleks sehingga menuntut penyesuaian kemampuan kognitif di setiap jenjang usia. Pada masa MTs, individu berada pada tahap perkembangan menengah di mana siswa mulai menghadapi tuntutan untuk memahami konsep abstrak serta menyelesaikan persoalan akademik secara mandiri di berbagai konteks pembelajaran (Sinne & Santosa, 2023). Proses ini tidak hanya mencakup aspek kognitif, tetapi juga melibatkan dimensi sosial dan emosional yang berinteraksi membentuk kesiapan belajar siswa. Remaja dituntut mampu membangun relasi sosial, menginternalisasi nilai, serta mengembangkan kemampuan berpikir secara lebih sistematis meskipun hambatan regulasi diri masih sering muncul dalam praktiknya (Papilaya dkk., 2022). Tahap operasional formal yang mulai berkembang di tahap ini menjadikan siswa berpikir logis dan hipotetis, tetapi tidak semua individu mampu mencapai secara optimal sehingga berdampak pada capaian akademik (Mauliya, 2019). Kondisi tersebut semakin diperkuat oleh temuan bahwa kesulitan belajar siswa berkaitan dengan keterbatasan proses kognitif, terutama dalam memahami materi abstrak dan menggunakan strategi berpikir yang efektif (Mulya dkk., 2024). Pencapaian akademik ini dipengaruhi oleh kombinasi faktor kognitif dan psikologis, termasuk kemampuan intelektual, strategi belajar, motivasi, serta dukungan sosial (Munjirin & Iswinarti, 2023).

Kondisi perkembangan kognitif tersebut menjadi semakin kompleks ketika siswa MTs menjalani peran ganda sebagai pelajar formal sekaligus santri tahfidz di lingkungan pondok pesantren seperti Yayasan Pondok Pesantren Tahfidz Qur'an Albahroin .” Siswa tahfidz umumnya harus memenuhi dua tuntutan utama yang berjalan secara bersamaan, yaitu mengikuti kurikulum akademik sekolah dan mencapai target hafalan Al-Qur'an terstruktur. Situasi ini menimbulkan tekanan akademik karena padatnya aktivitas belajar di sekolah dan kegiatan keagamaan di pesantren, sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan kognitif dan psikologis. Tekanan tersebut meningkatkan risiko munculnya hambatan dalam mengoptimalkan performa belajar dan pencapaian akademik secara seimbang akibat adanya *overload* tuntutan yang harus dipenuhi dalam waktu bersamaan (Assyidiq & Khusumadewi, 2023). Perbedaan capaian akademik antara siswa tahfidz dan non-tahfidz menunjukkan bahwa tidak semua siswa mampu mempertahankan performa akademik yang optimal ketika menghadapi peran ganda tersebut. Kebutuhan akan strategi khusus seperti pemfokusan mata pelajaran dan pemetaan kemampuan siswa tahfidz mengindikasikan bahwa sistem pembelajaran reguler belum sepenuhnya mampu mengakomodasi kompleksitas tuntutan yang dihadapi siswa tahfidz (Huda, 2021). Tanpa adanya intervensi yang tepat, siswa tahfidz cenderung mengalami kesulitan menyeimbangkan target akademik dan hafalan sehingga berpotensi menurunkan kualitas pencapaian di kedua bidang tersebut.

Keyakinan diri dalam mencapai performa optimal di lingkup akademik merupakan indikator penting untuk mencapai keberhasilan proses pendidikan yang tidak hanya berfokus pada hasil akhir, tetapi juga mencerminkan proses belajar yang dijalani siswa secara menyeluruh. Pengukuran capaian akademik dapat dipahami melalui dua pendekatan utama, yaitu sebagai produk dan sebagai proses yang saling melengkapi dalam memberikan gambaran komprehensif mengenai capaian belajar siswa. Pendekatan sebagai produk menekankan pada hasil berupa nilai atau skor akademik yang diperoleh siswa, sedangkan pendekatan sebagai proses memperhatikan karakteristik belajar, keterlibatan, serta penyelesaian tugas akademik yang dilakukan siswa secara berkelanjutan (Jabir & Farooq, 2022). Keyakinan diri dalam lingkup akademik penting untuk dikaji karena berfungsi sebagai indikator kesiapan kognitif,

keberhasilan pembelajaran, serta dasar dalam menentukan peluang pendidikan di masa depan. Keyakinan diri yang rendah terhadap kemampuannya untuk mencapai kesuksesan di lingkup akademik berimplikasi pada munculnya hambatan dalam memahami materi pelajaran sehingga siswa tidak mampu mencapai tujuan pembelajaran secara optimal dan menunjukkan penurunan kualitas hasil belajar secara keseluruhan (Sidabutar dkk., 2024). Kondisi ini juga menyebabkan siswa cenderung memahami materi secara dangkal, mengalami kesulitan dalam berpikir inferensial, serta membutuhkan intervensi tambahan sebagaimana ditunjukkan oleh temuan bahwa lebih dari 50% siswa MTs memerlukan dukungan untuk mencapai prestasi akademik yang optimal (Nurwahidah dkk., 2025).

Permasalahan keyakinan diri pada kemampuan proses akademik sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor kognitif dan psikologis yang mendorong perlunya intervensi yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik semata, tetapi juga pada penguatan kapasitas internal siswa dalam menghadapi tuntutan belajar (Perry & Penner, 1990). Salah satu pendekatan yang relevan untuk menjawab kebutuhan tersebut adalah psikoedukasi berbasis *self-efficacy* akademik yang berorientasi pada peningkatan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akademik (Athia dkk., 2024). Psikoedukasi berperan meningkatkan pengetahuan, kemampuan *coping*, serta regulasi diri sehingga individu mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan belajar dan memahami strategi yang efektif dalam mengatasi kesulitan akademik (Donker dkk., 2009). Pendekatan ini menjadi penting karena keyakinan individu pada kemampuan akademik tidak hanya ditentukan oleh kemampuan intelektual, tetapi juga oleh motivasi, kepercayaan diri, serta keyakinan siswa terhadap kemampuannya dalam memahami materi, menyelesaikan tugas, dan mencapai target belajar yang ditetapkan. Psikoedukasi juga terbukti mampu meningkatkan keaktifan dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran sehingga mendorong terbentuknya perilaku belajar dan keyakinan diri terhadap kemampuan yang dimiliki secara lebih adaptif (Margaretha & Soetjiningsih, 2022).

Pemilihan *self-efficacy* akademik sebagai basis intervensi didasarkan pada perannya sebagai faktor kunci yang memengaruhi persistensi, usaha, serta strategi belajar siswa dalam menghadapi tantangan akademik (Hinduja dkk., 2024). Integrasi psikoedukasi dengan penguatan *self-efficacy* akademik diharapkan mampu membantu siswa mengelola tuntutan belajar lebih efektif sekaligus meningkatkan peluang pencapaian prestasi akademik optimal (Zamhariroh & Muhid, 2025). Adapun menurut Bandura (1997), *academic self-efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik serta mencapai hasil belajar yang diharapkan. Menurut Bandura (1997), keyakinan diri dalam lingkup akademik tersebut terbentuk melalui empat sumber utama. Pertama, *mastery experience*, yaitu pengalaman keberhasilan yang meningkatkan keyakinan siswa dalam menghadapi tugas akademik berikutnya. Kedua, *vicarious experience*, yaitu pengamatan terhadap keberhasilan orang lain yang dianggap memiliki kemampuan serupa sehingga menumbuhkan keyakinan bahwa dirinya juga mampu berhasil. Ketiga, *verbal persuasion*, berupa dukungan, motivasi, atau umpan balik positif dari lingkungan yang memperkuat kepercayaan diri akademik. Keempat, *physiological and affective states*, yaitu kondisi fisiologis dan emosional, seperti kecemasan atau rasa percaya diri, yang memengaruhi penilaian siswa terhadap kemampuan akademiknya (Maharani & Purnama, 2023).

Efektivitas psikoedukasi *self-efficacy* akademik untuk meningkatkan performa akademik dapat dipahami melalui peran keyakinan diri dalam mengarahkan perilaku belajar siswa secara adaptif. *Academic self-efficacy* memengaruhi cara siswa menilai kemampuan diri



dalam menyelesaikan tugas akademik, menentukan usaha yang diberikan, serta mempertahankan ketekunan saat menghadapi kesulitan belajar (Yulita & Defrinal, 2025). Siswa dengan *self-efficacy* akademik tinggi cenderung menunjukkan optimisme, motivasi, dan orientasi tujuan yang lebih jelas sehingga berdampak positif pada performa akademik (Usán dkk., 2022). Program psikoedukasi yang berbasis teori kognitif sosial juga terbukti mampu meningkatkan keterampilan yang mendukung keberhasilan akademik, seperti perencanaan, pemantauan, dan evaluasi proses belajar mandiri. Kemampuan ini membantu siswa mengelola waktu, memilih strategi belajar yang efektif, serta mengurangi tekanan akademik yang dihadapi (Uzakgiden & Avcı, 2024).

Self-efficacy akademik juga berperan sebagai prediktor keberhasilan akademik karena individu dengan keyakinan yang kuat terhadap kemampuan belajarnya lebih mampu mengatasi kegagalan dan tetap berusaha mencapai target akademik (Moussa, 2023). Intervensi psikoedukasi turut memperkuat kekuatan karakter yang mendukung fokus serta kontrol diri dalam belajar (Güldal & Satan, 2022). Selain itu, psikoedukasi *academic self-efficacy* juga dapat mendorong siswa lebih aktif dan terlibat pada proses pembelajaran sehingga meningkatkan kualitas dalam keberhasilan akademik (Dewi dkk., 2025).

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan suatu upaya yang tidak hanya memberikan pemahaman konseptual, tetapi juga membekali siswa dengan strategi praktis untuk meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan akademiknya. Psikoedukasi berbasis teori *self-efficacy* Bandura dipilih sebagai bentuk intervensi karena mampu mengintegrasikan pengalaman keberhasilan, pembelajaran melalui pengamatan, persuasi verbal, serta pengelolaan kondisi emosional dalam mendukung penguatan keyakinan diri peserta. Oleh karena itu, tim pengabdian melaksanakan program psikoedukasi di MTs Unggulan Al Bahroin sebagai upaya meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar dan santri tahfidz. Kegiatan ini diharapkan mampu memperkuat kapasitas psikologis siswa, meningkatkan kesiapan dalam menghadapi tuntutan akademik, serta menjadi alternatif program pendampingan yang dapat diterapkan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah maupun pesantren.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di MTs Unggulan Al Bahroin dengan sasaran 53 siswa berusia 13–15 tahun yang juga menjalani pendidikan sebagai santri tahfidz. Program bertujuan meningkatkan *self-efficacy* akademik melalui psikoedukasi berbasis teori *self-efficacy* Bandura. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak sekolah dan pengurus pondok pesantren, identifikasi kebutuhan peserta, penyusunan materi psikoedukasi, serta adaptasi instrumen *academic self-efficacy* yang dikembangkan oleh Maharani dan Purnama (2023) sebagai instrumen pre-test dan post-test untuk mengevaluasi perubahan *self-efficacy* akademik peserta.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian pre-test, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi psikoedukasi menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, tanya jawab, dan refleksi diri. Materi disusun berdasarkan empat sumber pembentukan *self-efficacy*, yaitu *mastery experiences*, *vicarious experiences*, *verbal persuasion*, serta *physiological and affective states*, yang diintegrasikan dengan penyusunan strategi belajar sesuai kondisi peserta. Setelah kegiatan inti selesai, peserta mengisi post-test menggunakan instrumen yang sama, kemudian dilanjutkan dengan pendampingan melalui koordinasi bersama

guru dan pengurus pondok pesantren untuk mendukung penerapan strategi belajar yang telah dirancang selama kegiatan.

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai ketercapaian tujuan program melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test, serta observasi terhadap partisipasi peserta selama mengikuti kegiatan. Data hasil evaluasi dianalisis menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics, sedangkan hasil observasi digunakan untuk memberikan gambaran mengenai efektivitas pelaksanaan program sebagai dasar penyempurnaan kegiatan pengabdian selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Program psikoedukasi *self-efficacy* akademik dilaksanakan di Aula Pondok Pesantren dengan melibatkan 53 siswa berusia 13–15 tahun. Kegiatan diawali dengan pemberian pre-test, dilanjutkan dengan penyampaian materi, diskusi interaktif, refleksi diri, dan diakhiri dengan post-test sebagai bagian dari evaluasi program. Selama pelaksanaan, peserta terlibat aktif dalam setiap tahapan kegiatan yang dirancang untuk memperkuat keyakinan terhadap kemampuan akademik melalui pengalaman belajar yang partisipatif. Dokumentasi pelaksanaan program psikoedukasi disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan Psikoedukasi *Self-Efficacy* Akademik

Pelaksanaan program berlangsung dengan baik dan memperoleh respons positif dari peserta. Hal ini terlihat dari keterlibatan aktif siswa selama penyampaian materi, diskusi, tanya jawab, dan sesi refleksi diri. Peserta menunjukkan antusiasme dalam mengemukakan pengalaman belajar, target akademik yang ingin dicapai, serta berbagai kendala yang dihadapi selama proses pembelajaran. Interaksi yang terbangun selama kegiatan menunjukkan bahwa materi psikoedukasi relevan dengan kebutuhan peserta sebagai siswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar dan santri tahfidz.

Melalui diskusi dan refleksi, peserta mampu mengidentifikasi berbagai faktor yang memengaruhi *self-efficacy* akademik, seperti pengalaman keberhasilan, dukungan lingkungan, motivasi belajar, dan kemampuan mengelola tantangan akademik. Kegiatan ini juga mendorong peserta menyusun strategi belajar yang lebih adaptif sehingga mereka memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mencapai tujuan akademik. Luaran tersebut menunjukkan bahwa psikoedukasi tidak hanya meningkatkan pemahaman konseptual, tetapi juga membekali peserta dengan strategi praktis yang dapat diterapkan dalam aktivitas belajar sehari-hari.

Untuk mengetahui efektivitas program, dilakukan evaluasi melalui pengukuran **pre-test** dan **post-test** menggunakan instrumen *academic self-efficacy*. Data hasil evaluasi selanjutnya dianalisis untuk mengidentifikasi perubahan *self-efficacy* akademik peserta setelah mengikuti rangkaian psikoedukasi. Sebelum dilakukan analisis perbedaan, data terlebih dahulu diuji normalitas sebagai dasar dalam menentukan teknik analisis yang digunakan. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Skor Self-Efficacy Akademik Peserta Sebelum dan Sesudah Psikoedukasi

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre	.138	53	.013	.906	53	<.001
post	.176	53	<.001	.917	53	.001

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 1 menunjukkan bahwa data pre-test memiliki nilai signifikansi $< 0,001$ dan data post-test memiliki nilai signifikansi $< 0,001$. Karena nilai signifikansi kedua variabel lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data pre-test dan post-test tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis hipotesis dilanjutkan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Self-Efficacy Akademik Peserta

Paired Samples Test										
		Paired Differences					t	df	Significance	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pair 1	pre – post	-.90741	.93705	.12752	-1.16317	-.65164	-7.116	53	<.001	<.001

Tabel 2 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor self-efficacy akademik sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi ($t = -7,116$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi yang diberikan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy* akademik peserta. Dengan demikian, intervensi yang dilakukan dapat dinyatakan efektif dalam meningkatkan keyakinan peserta terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tugas dan tantangan akademik.

Tabel 3. Perubahan Skor Self-Efficacy Akademik Peserta

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post - Pre	Negative Ranks	1 ^a	14.50	14.50
	Positive Ranks	35 ^b	18.61	651.50

Ties	17 ^c		
Total	53		

- a. Post < Pre
- b. Post > Pre
- c. Post = Pre

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa dari total 53 peserta, sebanyak 35 peserta mengalami peningkatan skor setelah diberikan intervensi atau psikoedukasi (*positive ranks*), 1 peserta mengalami penurunan skor (*negative ranks*), dan 17 peserta memiliki skor yang tetap atau tidak mengalami perubahan (*ties*). Nilai *Sum of Ranks* pada kelompok yang mengalami peningkatan sebesar 651,50, jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok yang mengalami penurunan sebesar 14,50. Temuan ini menunjukkan bahwa perubahan skor yang terjadi setelah intervensi didominasi oleh peningkatan dibandingkan penurunan. Dengan demikian, secara deskriptif dapat dikatakan bahwa sebagian besar peserta menunjukkan perkembangan yang positif setelah mengikuti kegiatan yang diberikan.

Pembahasan

Program psikoedukasi memberikan ruang bagi peserta untuk merefleksikan pengalaman belajar yang selama ini memengaruhi keyakinan terhadap kemampuan akademiknya. Proses refleksi yang dipadukan dengan diskusi kelompok membantu peserta mengenali bahwa keberhasilan belajar tidak hanya ditentukan oleh kemampuan intelektual, tetapi juga oleh cara memandang kemampuan diri ketika menghadapi tantangan akademik. Kesempatan untuk mengevaluasi pengalaman keberhasilan maupun kegagalan tersebut mendorong terbentuknya keyakinan yang lebih positif terhadap kemampuan menyelesaikan tugas belajar. Penguatan keyakinan seperti ini menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap berkembangnya motivasi dan persistensi belajar siswa (Athia dkk., 2024).

Pendekatan partisipatif yang diterapkan selama psikoedukasi turut memperkuat keterlibatan peserta dalam setiap sesi kegiatan. Diskusi, tanya jawab, dan refleksi diri tidak hanya menjadikan peserta sebagai penerima informasi, tetapi juga memberikan kesempatan untuk membangun pengetahuan melalui pengalaman yang dimiliki. Interaksi tersebut memungkinkan peserta saling memberikan dukungan, berbagi strategi belajar, dan memperoleh umpan balik yang memperkuat kepercayaan terhadap kemampuan akademiknya. Aktivitas pembelajaran yang bersifat kolaboratif seperti ini diketahui mampu meningkatkan keterlibatan belajar sekaligus memperkuat kemampuan regulasi diri peserta didik (Dewi dkk., 2025). Pengalaman belajar yang aktif juga berperan dalam membantu siswa memilih strategi belajar yang lebih efektif ketika menghadapi tuntutan akademik (Uzakgiden & Avcı, 2024).

Peningkatan *self-efficacy* akademik tidak hanya tercermin dari perubahan skor evaluasi, tetapi juga dari kemampuan peserta dalam merumuskan strategi belajar yang lebih terarah setelah mengikuti kegiatan. Peserta mulai mampu menetapkan target belajar yang realistis, mengidentifikasi hambatan yang berpotensi mengganggu proses belajar, serta menentukan langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasinya. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa psikoedukasi mampu memperkuat aspek kognitif dan psikologis yang mendukung keberhasilan belajar. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung mempertahankan usaha ketika menghadapi kesulitan serta lebih konsisten dalam mencapai tujuan akademik (Moussa, 2023). Keyakinan terhadap kemampuan diri juga berkaitan dengan berkembangnya kemampuan mengelola proses belajar secara mandiri dan adaptif (Hinduja dkk., 2024).



Nilai utama dari kegiatan pengabdian ini tidak hanya terletak pada peningkatan hasil evaluasi, tetapi juga pada tersedianya model psikoedukasi yang dapat diterapkan secara berkelanjutan oleh sekolah dan pondok pesantren. Integrasi materi *self-efficacy* ke dalam layanan bimbingan, pembinaan santri, maupun kegiatan pengembangan karakter berpotensi memperkuat kesiapan akademik peserta dalam jangka panjang. Upaya tersebut menjadi penting karena penguatan *self-efficacy* memerlukan latihan dan dukungan lingkungan yang dilakukan secara konsisten agar perubahan perilaku belajar dapat dipertahankan (Zamhariroh & Muhid, 2025).

Program psikoedukasi yang dilaksanakan menunjukkan bahwa penguatan *self-efficacy* akademik dapat diintegrasikan sebagai bagian dari layanan pengembangan siswa di lingkungan sekolah maupun pondok pesantren. Pendekatan yang mengombinasikan penyampaian materi, diskusi, dan refleksi diri memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan akademiknya sekaligus membangun strategi belajar yang lebih adaptif. Pelaksanaan program secara berkelanjutan dengan melibatkan guru, konselor, dan pengurus pondok pesantren diharapkan mampu memperkuat dampak intervensi sehingga pengembangan *self-efficacy* akademik tidak hanya menjadi luaran sesaat, tetapi juga menjadi bagian dari budaya belajar yang mendukung peningkatan kualitas pembelajaran dan perkembangan akademik peserta didik.

KESIMPULAN

Program psikoedukasi *self-efficacy* akademik yang dilaksanakan pada siswa MTs Unggulan Al Bahroin terbukti efektif dalam meningkatkan keyakinan peserta terhadap kemampuan akademiknya. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor yang signifikan antara sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan, dengan mayoritas peserta mengalami peningkatan *self-efficacy akademik*. Selain meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya keyakinan diri dalam belajar, program ini juga mendorong berkembangnya motivasi belajar, ketekunan, kemampuan menetapkan tujuan, serta strategi menghadapi tantangan akademik secara lebih adaptif.

Melalui pendekatan yang mengintegrasikan pengalaman keberhasilan, pembelajaran melalui pengamatan, dukungan verbal, dan pengelolaan kondisi emosional, peserta mampu membangun keyakinan yang lebih positif terhadap kemampuan dirinya. Oleh karena itu, psikoedukasi *self-efficacy* akademik dapat direkomendasikan sebagai salah satu program pengembangan kapasitas siswa yang efektif untuk mendukung peningkatan kualitas pembelajaran dan pencapaian akademik, khususnya bagi siswa yang menghadapi tuntutan akademik dan nonakademik secara bersamaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Assyidiq, M. H., & Khusumadewi, A. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Stres Akademik Terhadap Psychological Well-Being Siswa Tahfidz Smp Unggulan Pondok Pesantren Al-Furqon Driyorejo Gresik. *Jurnal BK UNESA*, 13(04), 430–437. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/54324>
- Athia, R. A. M., & Fatimahtuzzahro, L. (2024). Self-efficacy academic pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 6(3). <https://doi.org/10.37776/jizp.v6i3.1445>
- Bandura, A., & Wessels, S. (1997). *Self-efficacy* (Vol. 10). Cambridge: Cambridge University Press.



- Dewi, F. I. R., Agnestiara, A. C., & Tiarti, S. (2025). Psikoedukasi Mengenai Bangun Percaya Diri, Raih Prestasi dengan Teknologi. *ARSY: Jurnal Aplikasi Riset kepada Masyarakat*, 6(3), 879-884. <https://doi.org/10.55583/arsy.v6i3.1746>
- Donker, T., Griffiths, K. M., Cuijpers, P., & Christensen, H. (2009). Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: a meta-analysis. *BMC Medicine*, 7(1), 79. <https://doi.org/10.1186/1741-7015-7-79>
- Güldal, Ş., & Satan, A. (2022). The effect of mindfulness based psychoeducation program on adolescents' character strengths, mindfulness and academic achievement. *Current Psychology*, 41(9), 6608–6619. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01153-w>
- Hinduja, P., Fakir Mohammad, R., & Siddiqui, S. (2024). Factors Influencing Students' Academic Self-Efficacy in Related Domains. *Sage Open*, 14(4). <https://doi.org/10.1177/21582440241289738>
- Huda, K. (2021). Strategi Pencapaian Prestasi Akademik Dan Tahfidz Al Quran (Studi Kasus di SMP Muhammadiyah 15 Brondong, Lamongan). *Studia Religia: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 5(1), 174–186. <https://doi.org/10.30651/sr.v5i2.10045>
- Jabir, M. S., & Farooq, M. S. (2022). Development And Validation of Students' Academic Performance Scale For Higher Secondary School Level. *Global Social Sciences Review*, VII(II), 447–462. [https://doi.org/10.31703/gssr.2022\(VII-II\).44](https://doi.org/10.31703/gssr.2022(VII-II).44)
- Maharani, I. A., & Purnama, I. G. A. V. (2023). The Influence Of Self-Efficacy On Students' Academic Achievement. *JPBII: Jurnal Pendidikan Bahasa Inggris Indonesia*, 11(2), 56–67. <https://doi.org/10.23887/jpbi.v11i2.2645>
- Margaretha, O., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Self-esteem dengan narsistik pada remaja yang hobi foto selfie menggunakan filter instagram. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(1). <https://doi.org/10.23887/jibk.v13i1.45012>
- Mauliya, A. (2019). Perkembangan Kognitif pada Peserta Didik SMP (Sekolah Menengah Pertama) Menurut Jean Piaget. *ScienceEdu*, 2(2), 86. <https://doi.org/10.19184/se.v2i2.15059>
- Moussa, N. M. (2023). Promoting Academic Achievement: The Role of Self-efficacy in Predicting Students' Success in the Higher Education Settings. *Psychological Science and Education*, 28(2), 18–29. <https://doi.org/10.17759/pse.2023280202>
- Mulya, Z. A., Putri, I. K. K., Chadjiyah, S., & Hariyanto, T. (2024). Strategi Inovatif Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa SMP: Perspektif Kognitif Piaget. *Kharismatik : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2), 108–119. <https://doi.org/10.70757/kharismatik.v2i2.94>
- Munjirin, A., & Iswinarti. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik Remaja. *Cognicia*, 11(2), 106–111. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i2.29010>
- Nurwahidah, N., Khairunnisa, R., Haniah, S., & Yasriati, Y. (2025). Dampak Ketidakmampuan Membaca terhadap Prestasi Akademik Siswa SMPN 1 Mappakasunggu. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(3), 33584–33592. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i3.33009>



- Papilaya, J. O., Wenno, Y. H., & Haumahu, C. P. (2022). Identifikasi Tugas Perkembangan Siswa SMP Negeri 10 Ambon. *Pedagogika*, 10(1), 50-55. <https://doi.org/10.30598/pedagogikavol10issuelpage50-55>
- Perry, R. P., & Penner, K. S. (1990). Enhancing academic achievement in college students through attributional retraining and instruction. *Journal of Educational Psychology*, 82(2), 262–271. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.2.262>
- Sidabutar, A. P., Sidebang, D. D., Hutapea, D. O., Sihite, D. V., Ramadhania, J. A., Asari, N. A., & Bara, A. N. B. (2024). Dampak Nilai Tugas Rendah terhadap Prestasi Akademik Siswa pada Mata Pelajaran PPKn di SMP Negeri 35 Percut Sei Tuan. *Journal Innovation In Education*, 2(2), 125–130. <https://doi.org/10.59841/inoved.v2i2.1189>
- Sinne, D., & Santosa, B. (2023). Pencapaian Tugas Perkembangan Remaja Ditinjau dari Kematangan Intelektual di SMP N I Sasak Ranah Pasisia Kabupaten Pasaman Barat. *ARZUSIN*, 3(3), 269–276. <https://doi.org/10.58578/arzusin.v3i3.1088>
- Usán, P., Salavera, C., & Quílez-Robres, A. (2022). Self-Efficacy, Optimism, and Academic Performance as Psychoeducational Variables: Mediation Approach in Students. *Children*, 9(3), 420. <https://doi.org/10.3390/children9030420>
- Uzakgiden, A. M., & Avcı, R. (2024). The effect of social cognitive theory based group psychoeducation program on the self-regulated learning skills and academic achievement of high school students. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 7(2), 650–671. <https://doi.org/10.33400/kuje.1526022>
- Yulita, R., & Defrinal, D. (2025). Peranan Self Efficacy Dalam Meningkatkan Minat Belajar. *Journal of Learning and Teaching*, 2(1), 9–15. <https://doi.org/10.70692/pla0zq35>
- Zamhariroh, N. M., & Muhid, A. (2025). Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Integrasi Self-Efficacy Bandura dan Tawakal Ibnu Qayyim. *An-Nuha*, 5(2), 175–193. <https://doi.org/10.24036/annuha.v5i2.615>