

PELATIHAN EFIKASI DIRI PADA SISWA BARU SMK DI SURABAYA

Umi Anugerah Izzati¹, Olievia Prabandini Mulyana², Ni Wayan Sukmawati Puspitadewi³,
Aulia Mufida⁴, Laura Novita Prasojo⁵, Amirafatin Salsabila⁶

^{1,2,3,4,5,6} Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
e-mail: umianugerah@unesa.ac.id

Abstrak

Saat siswa baru memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi belum semuanya memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya untuk mengatur dan melakukan suatu tindakan. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa baru SMK. Efikasi diri merupakan hal yang penting untuk dimiliki setiap individu khususnya bagi siswa yang baru memasuki jenjang pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan. Peserta pelatihan ini adalah siswa baru salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya yang berjumlah 60 orang. Siswa baru tersebut terdiri dari siswa yang berasal dari 3 kompetensi keahlian yaitu akuntansi dan keuangan lembaga, otomatisasi dan tata kelola perkantoran serta multi media. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini adalah ceramah, *game*, dan brainstorming sesuai materi. Hasil dari adanya pelatihan ini adalah siswa baru SMK dapat memiliki pengetahuan tentang keyakinan atas kemampuan dirinya sehingga dapat mengatur dan melakukan tindakan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Keywords : Pelatihan, Efikasi Diri, Siswa Baru, SMK

Abstract

When new students enter a higher level of education, not all of them have confidence in their ability to organize and take an action. This training aims to improve self-efficacy in new SMK students. Self-efficacy is an important thing for every individual, especially for students who have just entered the Vocational High School education level. The participants of this training are new students from one of the Vocational High Schools in Surabaya, totaling 60 people. The new students consist of students who come from 3 skill competencies, namely accounting and institutional finance, office automation and governance and multimedia. The methods used in this training are lectures, games, and brainstorming according to the material. The result of this training is that new SMK students can have knowledge about confidence in their abilities so that they can organize and take action to achieve the expected goals.

Keywords : Training, Self-Efficacy, New Students, SMK

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan, pada masa ini peserta didik mulai memasuki fase mulai mencari diri jadi diri, mulai berfikir tentang masa depan, serta menanamkan keyakinan-keyakinan dalam dirinya dimasa depan untuk mencapai tujuan hidup. Peserta didik (siswa) yang baru memasuki sekolah menengah dari segi usia berkisar antara usia 15-18 tahun (Hurlock, 2003). Sementara itu Suwanto (2016) menyatakan pada masa ini juga termasuk dalam periode dimana sudah semestinya mampu membentuk aspirasi karir dengan mempertimbangkan kebutuhan, minat, kapasitas dan nilai pribadi (Suwanto, 2016). Pada masa ini diharapkan siswa akan memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya sehingga dapat mengatur dan melakukan tindakan.

Menurut Bandura (1997) efikasi diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan dirinya untuk mengatur dan melakukan suatu tindakan. Karakteristik individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam apa yang dilakukannya dan meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat

memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi stressor atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya. Sementara itu, Dewi (2012) menyatakan bahwa orang yang mempunyai efikasi diri tinggi memiliki ciri-ciri memiliki kemampuan diri, memiliki keyakinan diri dan memiliki kemampuan diri dalam situasi yang berbeda.

Bila ada individu yang memiliki efikasi diri yang rendah dapat menimbulkan hambatan pada bidang kehidupan pribadi, sosial, belajar dan karirnya. Individu yang memiliki efikasi diri rendah dalam kehidupan pribadinya diliputi dengan keragu-raguan untuk menentukan suatu tindakan, mudah cemas, selalu tidak yakin, dan mudah patah semangat. Hal ini diperkuat oleh teori sosial kognitif, rendahnya efikasi diri akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Individu akan menghindari aktivitas-aktivitas yang dapat memperburuk keadaan, hal ini bukan disebabkan oleh ancaman tapi karena merasa tidak mempunyai kemampuan untuk mengelola aspek-aspek yang berisiko (Bandura, 1997).

Saat wawancara dengan pihak salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya yang diwakili oleh kepala sekolah, guru bimbingan konseling dan beberapa perwakilan wali kelas mendapatkan informasi bahwa siswa baru belum memiliki efikasi diri yang tinggi. Selain itu, wawancara juga dilaksanakan dengan beberapa siswa perwakilan dari 3 kompetensi keahlian yang ada di Sekolah Menengah Kejuruan tersebut. Hal ini ditunjang dengan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa siswa baru ada yang mengalami kesulitan mengerjakan tugas, kurang percaya diri atas kemampuan yang dimiliki, mudah menyerah saat mengalami kesulitan, belum dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang baru, siswa ada yang belum mampu mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru, ada siswa yang sering mengalami keraguan dalam melakukan tindakan, belum semua siswa mengetahui cita-cita yang ingin dicapai, beberapa siswa belum mampu mengambil keputusan saat memilih kegiatan ekstrakurikuler. Selain itu, saat pelajaran siswa tidak berani bertanya bila ada materi yang belum jelas, ada juga yang tidak mau menyatakan pendapatnya ketika guru memberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat.

Rustika (2012) menyebutkan bahwa efikasi memegang peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya. Efikasi diri tidak datang dengan sendirinya, tetapi merupakan hasil dari berbagi pengetahuan dan tanggung jawab, hubungan yang beragam, tugas-tugas yang bermanfaat dan interaksi dengan orang lain. Adicondro dan Alfi (2011) mengemukakan jika seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi maka dia akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Sebaliknya jika seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan sangat memengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu.

Berdasarkan fenomena kondisi siswa baru yang belum memiliki efikasi diri yang tinggi di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya, maka kami mengadakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat melalui Pelatihan. Kegiatan pelatihan efikasi diri pada siswa baru SMK dilaksanakan di SMK Wachid Hasyim Surabaya. Peserta pelatihan berasal dari kompetensi keahlian yaitu Multimedia, Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran serta Akuntansi dan Keuangan Lembaga. Pelatihan ini bertujuan untuk memberi pengetahuan tentang cara-cara meningkatkan efikasi diri sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada siswa baru yang berupa pelatihan efikasi diri meliputi tahapan-tahapan berikut :

- a. Melakukan studi awal
- b. Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah.
- c. Menetapkan target peserta yaitu siswa baru memiliki efikasi diri yang belum optimal
- d. Melakukan koordinasi dengan pihak se
- e. Menentukan pelaksanaan pelatihan yang dilakukan secara online menggunakan *zoom meeting* dan *mentimeter*

- f. Menentukan pelaksanaan pelatihan pada bulan Oktober dengan rangkaian kegiatan selama 2 hari sebagai berikut :
 1. Hari pertama adalah pembukaan, pengenalan tim dan kontrak pelatihan, ice breaking, pretes, pemberian materi pertama tentang Keberhasilan Pengalaman Pribadi dan materi kedua Keberhasilan Pengalaman Orang lain.
 2. Hari kedua adalah ice breaking, materi ketiga Persuasi Verbal dan materi keempat Citra Diri serta diakhiri dengan post tes dan penutupan.
- g. Melakukan evaluasi

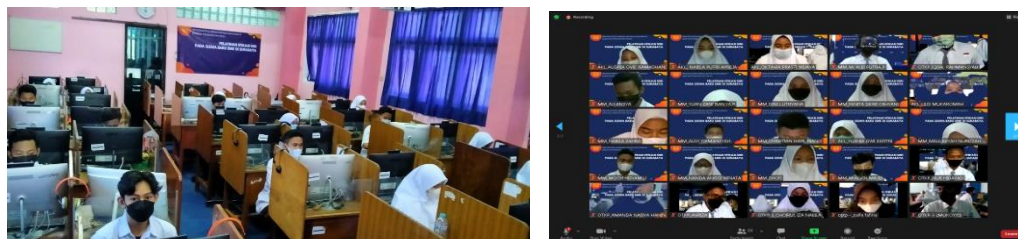
HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk pelatihan yang dilaksanakan dalam waktu dua hari. Kondisi saat pelatihan masih dalam situasi pandemi sehingga jumlah peserta terbatas yang di ikuti 60 orang yang merupakan siswa perwakilan dari 3 kompetensi keahlian yaitu Multimedia, Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran serta Akuntansi dan Keuangan Lembaga. Selain itu, sekolah menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Teknis pelaksanaannya adalah siswa yang mengikuti pelatihan hadir di sekolah dan memasuki beberapa ruang laboratorium komputer. Selanjutnya siswa mengikuti pelatihan secara *online* dalam aplikasi *zoom*. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa ada peningkatan efikasi diri peserta sebelum mengikuti pelatihan dan sesudah mengikuti pelatihan.

2. Pembahasan

Ketercapaian target pelatihan pada PKM ini tergolong baik karena pelatihan telah dilakukan dengan baik secara keseluruhannya. Materi pelatihan efikasi diri yang telah disampaikan yaitu : Materi pertama tentang Keberhasilan Pengalaman Pribadi. Materi kedua tentang Pengalaman Keberhasilan orang lain. Materi ketiga tentang Persuasi Verbal. Sedangkan pada materi keempat yang didapatkan peserta berupa pembahasan mengenai citra diri. Metode pelatihan ini menggunakan ceramah, game, dan brainstorming sesuai materi.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan Efikasi Diri Pada Siswa Baru di SMK

Peserta yang mengikuti pelatihan efikasi diri sebagian besar menyatakan puas dan merasa senang selama mengikuti kegiatan. Penyampaian materi dilakukan dengan menggunakan berbagai metode yang menyenangkan sehingga tidak membuat bosan. Selain itu, peserta merasa puas karena telah mendapatkan pengetahuan dan pemahaman sehingga memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya untuk dapat mengatur dan melakukan tindakan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat yang disampaikan dalam bentuk pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa baru di SMK mengenai efikasi diri. Pelatihan ini diadakan karena adanya beberapa fenomena yang menunjukkan efikasi diri yang belum optimal dikalangan siswa baru SMK. Adapun mitra pelaksanaan kegiatan pelatihan efikasi diri adalah SMK Wachid Hasyim Surabaya.

Pelatihan efikasi diri ini diikuti oleh 60 siswa baru di SMK Wachid Hasyim Surabaya dengan 3 jurusan yaitu: Multimedia, Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran serta Akuntansi dan Keuangan

Lembaga. Hasil dari pelatihan efikasi diri memberikan hasil yang cukup signifikan bagi peningkatan efikasi diri pada peserta pelatihan. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat diketahui bahwa pelatihan efikasi diri yang telah diberikan dapat memberikan manfaat pada masyarakat khususnya bagi siswa baru SMK menjadi lebih optimal dalam mengembangkan dan meningkatkan efikasi diri.

SARAN

Berdasarkan evaluasi yang telah dilakukan dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut diantaranya adalah : waktu pelaksanaan pelatihan lebih panjang dan jumlah peserta supaya lebih diperluas lagi. Selain itu, perlu adanya peran guru dan orang tua untuk mendampingi siswa, perlu adanya kegiatan lanjutan yang berupa pelatihan sejenis yang diselenggarakan secara periodik sehingga dapat meningkatkan efikasi diri peserta didik dalam lingkungan sekitarnya khususnya di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak lepas dari dukungan berbagai pihak. Dalam kesempatan ini tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada SMK Wachid Hasyim Surabaya dan Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas sehingga dapat melaksanakan program pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, Nobelina dan Alfi Purnamasari. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII. *Jurnal Humanitas*. Vol. VIII, No. 1, Januari 2011.
- Bandura, A., Freeman, W.H., & Lightsey, R. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. In of *Cognitive Psychoteraphy* (Vol.13. Issue 2, pp. 158-166)
- Hurlock. (2003). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga. Jakarta.
- Nihaya, E. F. K. (2020). Peran Efikasi Diri tinggi dalam membentuk kemampuan berpikir kreatif matematika mahasiswa pada perkuliahan program linear. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 4(2), 127.
- Feist, J., & Feist, G.J. (2008). *Theory of personality*. (Edisi Keenam). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fitriyanti, K., & Wilani, N. M. (2019). Pengaruh pelatihan efikasi diri terhadap tingkat kecemasan berkomunikasi pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 771-781.
- Suwanto, I. (2016). *Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK*. JBKI (*Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*), 1(1), 1.
- Rustika, Made. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Albert Bandura. *Jurnal Psikologi*. Vol.20, No. 1-2, 2018