

Prosiding Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta
Homepage: https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/semnas-ps
Vol. 4 No. 1, Bulan 2026, halaman: xx~xx
E-ISSN: xxxx-xxxx
http://dx.doi.org/

UPAYA MENINGKATKAN KEYAKINAN DIRI *(SELF EFFICACY)* YANG RENDAH TERHADAP KEMAMPUAN DAN KEBERHASILAN BELAJAR PADA SISWA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)

Rasty Annisah[1*], Agus Taufiq[2], Ibrahim Al Hakim[3], Aam Imaduddin[4], Ineu Maryani[5], Eka Sakti Yudha[6], Ipah Saripah[7], Yusi Riksa Yustiana[8], Sudryat Nurdin Ahmad[9], Anne Hafina[10]
Bimbingan dan Konseling, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat, Indonesia
[1*]Email penulis koresponden: rastyannisah28@gmail.com

Riwayat Artikel

Submited: 23-11-2026
Accepted: 23-11-2026
Published: 23-11-2026

Abstrak

Keyakinan diri (*self efficacy)* diartikan sebagai hasil dalam proses kognitif yang berupa keyakinan ataupun pemikiran seseorang untuk mengetahui mengenai kemampuan dalam dirinya dalam menjalankan kegiatan dan tugas yang perlu dilakukan agar dapat mencapai keberhasilan. Keyakinan diri mempunyai bentuk klasifikasi yaitu keyakinan diri tinggi dan keyakinan diri rendah. Permasalahan dirasakan siswa yang mengalami keyakinan diri rendah ialah cenderung tidak mempercayai dan tidak meyakini baik dirinya maupun kemampuannya dalam mengerjakan suatu hal untuk mencapai keberhasilan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk membantu meningkatkan keyakinan diri siswa mengenai kemampuan yang dimiliki dan keberhasilan yang akan diperoleh serta mengeskplorasi peran bimbingan dan konseling dalam membantu mencegah dan mengatasi keyakinan diri rendah siswa di sekolah menengah atas (SMA). Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik studi literature dan *mini research*. Hasil penelitian menunjukkan peran bimbingan dan konseling dalam meningkatkan keyakinan diri siswa yang rendah dapat dilakukan melalui layanan bimbingan klasikal.

Kata kunci: *Keyakinan Diri, Efikasi Diri, Keberhasilan Belajar, Siswa SMA.*

Abstract

Self-efficacy is defined as the outcome of a cognitive process specifically, an individual's belief or conviction regarding their own ability to execute the activities and tasks necessary to achieve success. Self-efficacy is classified into two levels: high and low. Students with low self-efficacy tend to lack confidence in both themselves and their capabilities when attempting to achieve academic success. This study aims to help boost students' self-efficacy regarding their abilities and potential for success, while also exploring the role of guidance and counseling in preventing and addressing low self-efficacy among high school students. The study employs a qualitative descriptive approach, utilizing literature review and mini-research techniques. The findings indicate that guidance and counseling can play a role in enhancing students' low self-efficacy through the provision of classical guidance services.

Keywords: *Self Efficacy, Learning Success, Senior High School Students.*

Prosiding ***Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Jakarta*** *diterbitkan oleh Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta*

CC BY NC SA

PENDAHULUAN

Keyakinan yang ada dalam diri seseorang atau dalam bahasa psikologi disebut self efficacy merupakan keyakinan seberapa besar seseorang dalam mempertimbangkan mengenai kemampuan dan keberhasilan dirinya dalam melakukan berbagai hal atau tindakan untuk mencapai tujuan (Rahmat, 2011). Menurut Pasya, Ardi, Febriani & Handani (2026) dalam diri seseorang terdapat dua keyakinan diri yaitu bentuk keyakinan diri tinggi dan bentuk keyakinan diri rendah. Selaras dengan hal tersebut, Musbikhin & Hasanah (2023) mengungkapkan bahwa seseorang dengan bentuk keyakinan diri tinggi dalam dirinya akan meyakini kemampuan dan usaha yang akan dilakukan dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan kegiatan atau tugasnya sehingga mampu memperoleh hasil belajar yang maksimal dan dengan itu pula seseorang dengan bentuk keyakinan diri yang tinggi selalu dapat meningkatkan keyakinan dirinya menjadi lebih baik lagi (Tsalitsah & Naqiyah, 2026; Dewi, Lestari & Sandayanti, 2023; Perdiansyah, Basith & Marhayani, 2023). Sementara seseorang dengan keyakinan diri yang rendah biasanya dalam melakukan kegiatan atau tugasnya ia tidak akan berupaya dengan sebaik mungkin hal itu dikarenakan adanya anggapan bahwa ia tidak mampu sehingga timbul keraguan mengenai kemampuan dan keberhasilan dalam dirinya, akibatnya ia gagal memperoleh hasil belajar yang maksimal (Anastasha & Sari, 2025).

Keyakinan diri baik tinggi maupun rendah tersebut sering ditemukan di berbagai tempat ataupun negara, seperti halnya di Indonesia terutama di lingkungan pendidikan yang menjadi tempat pembentukan karakter siswa (Dhiyaulhaq & Wiyono, 2026). Harapannya dalam lingkungan pendidikan terutama sekolah menengah atas (SMA) banyak ditemukan siswa dengan karakteristik keyakinan diri yang tinggi, hal itu dikarenakan siswa sekolah menengah atas (SMA) dianggap sudah cukup mampu untuk mengetahui dan memahami konsep diri dan yakin akan kemampuan dalam dirinya (Amilia, 2022; Sahin, et al., 2024). Namun kenyataannya masih banyak ditemukan kasus siswa di sekolah terutama siswa sekolah menengah atas (SMA) yang memiliki bentuk keyakinan diri rendah dikarenakan ketidakpercayaan dan ketidakyakinan akan kemampuan yang dimiliki untuk berhasil menghadapi tantangan belajar (Dewi & Umam, 2022). Adanya kasus keyakinan diri yang rendah dapat dibuktikan dengan semakin banyaknya pemberitaan mengenai akibat dari keyakinan diri rendah yang terus menerus beredar baik melalui informasi secara sosial media, ataupun melalui media cetak berupa surat kabar hingga melalui layar televisi yang dimuat dalam berita (Karismania et al., 2022).

Seperti halnya, dari data Panitia Seleksi Nasional Penerimaan Mahasiswa Baru (SNPMB) pada tahun 2026 yang menunjukkan bahwa terdapat 1.751 pelanggaran dengan 38 kasus pelanggaran serius yang terdiri dari 27 siswa menggunakan joki sebagai orang pengganti untuk hadir dan mengerjakan ujian atas nama siswa tersebut dan 11 siswa menggunakan alat yang dilarang selama ujian, hal ini dilakukan oleh siswa SMA yang baru saja lulus dan melakukan kecurangan selama pelaksanaan UTBK-SNBT pada tahun 2026. Berdasarkan informasi yang diperoleh diketahui dari 27 siswa yang menggunakan joki sebagai orang pengganti, hanya 7 joki yang hadir pada saat pelaksanaan ujian berlangsung. Berkaitan dengan hal tersebut, mengutip pendapat Ketua Umum Tim Penanggung Jawab SNPMB 2026 yaitu Eduart Wolok bahwa lebih dari 90% kasus kecurangan yang terjadi berkaitan dengan penggunaan joki ini memilih Program Studi Kedokteran. Eduart Walok juga mengungkapkan dalam praktik kecurangan yang menggunakan joki sebagai jasa pengganti bisa saja melibatkan kerja sama dengan berbagai pihak yang mengakibatkan prosesnya dapat berlangsung secara terstruktur dan masif. Selain itu, Eduart Wolok juga menyampaikan bahwa 38 siswa yang terbukti melakukan kecurangan dengan 27 siswa menggunakan joki dan 11 siswa menggunakan alat yang dilarang dikenai sanksi yang serupa yaitu *blacklist* dari seluruh penerimaan mahasiswa baru (PMB) di Perguruan Tinggi Negeri (PTN) manapun termasuk menggunakan jalur mandiri karena data siswa tersebut sudah sepenuhnya diserahkan kepada seluruh Perguruan Tinggi Negeri (PTN) di seluruh Indonesia. Adanya tindakan kecurangan yang dilakukan siswa-siswa yang baru saja lulus dari Sekolah Menengah Atas (SMA) tersebut dikarenakan mereka memiliki keyakinan diri yang rendah terhadap kemampuan dan keberhasilan diri dalam belajar sehingga untuk mengatasi keyakinan

diri yang rendah tersebut mereka memilih melakukan kecurangan dalam mengerjakan soal Ujian Masuk Perguruan Tinggi (UTBK-SNBT). (SNPMB, 2026; Tempo, 2026).

Data hasil tersebut juga selaras dengan data yang didapatkan sewaktu melakukan tanya jawab atau wawancara dalam Devi, Suyati & Dian (2023) di salah satu kelas XI SMA Negeri 2 yang ada di kota Kendal, dari data tersebut diketahui terdapat beberapa siswa di SMA tersebut yang memiliki keyakinan diri rendah, hal tersebut diketahui dengan melihat karakteristik dan perilaku yang ditampilkan, seperti kurangnya rasa percaya diri juga ketidakyakinan akan kemampuan sendiri dalam mengerjakan soal saat pelaksanaan Ujian Harian, Tugas dan bahkan saat Ujian Akhir Semester (UAS) berlangsung. Akibatnya beberapa siswa dari kelas tersebut memutuskan untuk berbuat curang seperti mencontek atau meminta jawaban dari temannya. Berdasarkan data penelitian lain yang ditemukan oleh Collins bahwa terdapat korelasi antara siswa dengan hasil prestasi kurang baik dengan keyakinan diri yang rendah, hal itu diketahui dari kemungkinan akibat mendapatkan prestasi kurang baik dikarenakan dalam diri siswa tersebut ia memiliki keyakinan diri yang rendah terhadap kemampuan dan keberhasilan dirinya dalam belajar (dalam Bandura, 1997).

Kasus atau masalah mengenai keyakinan diri yang rendah seperti yang dijelaskan diatas dapat terjadi dalam dunia pendidikan jenjang mana saja termasuk jenjang sekolah menengah atas (SMA), hal tersebut bukanlah suatu hal yang baru melainkan bagi sebagian orang termasuk siswa sekolah menengah atas (SMA) tentu pernah merasakan keyakinan diri yang rendah terhadap kemampuan dan keberhasilan dalam diri (Simen, Anas & Harum 2023). Keyakinan diri yang rendah pada siswa khususnya dalam hal ini siswa jenjang sekolah menengah atas (SMA) terjadi dikarenakan beberapa faktor yang menjadi penyebabnya, satu diantara faktor yang menyebabkannya adalah masalah pembelajaran yang selama ini masih menunjukkan banyak pembelajaran dengan menghafal teori bukan memahami teori, maka dengan adanya hal itu proses pembelajaran yang dilaksanakan belum mampu untuk memberdayakan siswa agar dapat meningkatkan keyakinan diri mengenai kemampuan dan keberhasilan dalam belajar (Amelya & Puriani, 2026).

Keyakinan diri yang rendah terhadap kemampuan dan keberhasilan dalam diri siswa sekolah menengah atas (SMA) akan terus terjadi apabila tidak ada upaya mengatasi hal tersebut (Yuliana, Gina & Nasir, 2026). Terdapat berbagai macam upaya dalam mengatasi keyakinan diri yang rendah agar tidak terus menerus dirasakan oleh siswa dan berakibat pada kegagalan dalam meraih tujuan dan keberhasilan belajar (Aprillianti & Dewi, 2022). Salah satu upaya dalam mengatasi dan mencegah keyakinan diri yang rendah dapat dengan bantuan yang dilakukan oleh ahli seperti konselor atau guru bimbingan dan konseling (Fitriyah & Ratnawati, 2022). Hal yang mungkin untuk dilakukan ialah melaksanakan beberapa layanan yang ada dalam bimbingan konseling, salah satu layanannya ialah layanan informasi dengan format layanan bimbingan klasikal (Wahid & Neviyarni, 2024). Mengutip pendapat Karnangsyah & Erezka (2025) layanan bimbingan konseling bertujuan untuk dapat memberikan arahan dan dukungan pada agar mendapat pencapaian kematangan dalam berbagai bidang seperti akademik, kepribadian dan sosial. Pelaksanaan layanan bimbingan konseling memiliki nilai positif untuk siswa dengan keyakinan diri yang rendah. Dengan adanya penggunaan layanan tersebut, konselor atau guru bimbingan konseling mampu untuk membantu siswa dengan permasalahan serupa agar masalah tersebut dapat terentaskan dengan baik. (Nduru, 2024)

Layanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan juga mengatasi keyakinan diri yang rendah ialah layanan informasi. Layanan informasi jika diterapkan dengan baik akan sangat berguna, mengingat masih banyak sekali siswa terutama siswa berada di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) yang kurang memiliki pemahaman dan pengetahuan mengenai keyakinan akan kemampuan dan keberhasilan diri dikarenakan berbagai hal seperti minimnya informasi dan pengetahuan yang didapatkan oleh siswa tersebut (Wahid & Neviyarni, 2024). Dengan menerapkan layanan informasi, maka konselor juga guru bimbingan konseling akan mampu untuk memberikan bantuan pada siswa yang berada di Sekolah Menengah Atas (SMA) agar siswa tersebut dapat memahami dengan lebih jelas mengenai keyakinan akan kemampuan dan

keberhasilan dalam diri terutama dalam kegiatan belajar, mampu mencegah keyakinan yang rendah muncul serta mampu pula mengatasi keyakinan diri yang rendah tersebut (Masruroh, Fiktusia, Denanti & Asri, 2025).

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode *literature review* atau kajian literatur dan *mini research* dari berbagai kajian pustaka serta artikel dari banyak hasil penelitian yang tentunya berkaitan dengan tema yang sedang dibahas. Analisis dari *literature review* (kajian literatur) dan artikel hasil penelitian dilakukan dengan tujuan memperoleh sebanyak-banyaknya informasi juga gagasan ilmiah sebagai bentuk gambaran dalam dari upaya yang diterapkan konselor atau guru bimbingan konseling untuk dapat meningkatkan dan mengatasi keyakinan diri (*self efficacy)* yang rendah terhadap kemampuan dan keberhasilan dalam belajar siswa di sma negeri atas (SMA). Upaya yang dapat diterapkan yaitu dengan melaksanakan berbagai jenis layanan bimbingan konseling seperti halnya layanan informasi. Semua literatur yang diambil yang dalam penelitian ini merupakan induk dan pendukung teori dalam pembahasan upaya yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keyakinan diri *(self efficacy)* pada kemampuan dan keberhasilan belajar bagi siswa di sekolah menengah atas (SMA).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari *literature review* atau kajian literatur ini dibuat untuk menerangkan dan menjelaskan tujuan dari penulisan artikel ini dibuat, dimana tujuannya yaitu untuk meningkatkan pemahaman dan menambah pengetahuan mengenai pengertian dari keyakinan diri (*self efficacy)*, klasifikasi dan ciri seseorang dengan keyakinan diri yang tinggi dan rendah, faktor yang menjadi penyebab keyakinan diri rendah dan upaya konselor dan guru bimbingan dan konseling mengatasi keyakinan diri yang rendah terhadap kemampuan dan keberhasilan siswa di sekolah menengah atas (SMA).

Pengertian Keyakinan Diri *(Self Efficacy)*

Keyakinan diri atau dalam istilah psikologi aliran kognitif disebut dengan *self efficacy* merupakan bentuk penilaian seseorang mengenai keyakinan diri akan kemampuan dalam dirinya untuk mengerjakan kegiatan atau tugas sehingga dengan itu mampu mencapai hasil yang sesuai dengan harapan (Wijaya, 2024). Dengan kata lain, keyakinan diri diartikan sebagai adanya pertimbangan dan perkiraan individu dalam menilai kemampuannya dan usahanya untuk melaksanakan suatu kegiatan atau tugas agar mencapai tujuan serta hasil yang diharapkan (Bandura, 2006). Sementara menurut Corsini (Devi, Suyati & Dian, 2023) menjelaskan keyakinan diri atau *self efficacy* merupakan suatu harapan dalam menemukan kesuksesan melalui hasil yang sesuai dengan usahanya. Adanya harapan itu menjadi bentuk pendorong dalam mengadakan usaha agar mendapatkan keberhasilan. Hal serupa juga dikemukakan oleh Wilhite (dalam, Aprillianti & Dewi, 2022) keyakinan diri merupakan bentuk usaha dalam meyakini kemampuan yang dimiliki dalam mewujudkan harapan sehingga mampu memperoleh keberhasilan dan tujuan sesuai dengan yang diinginkan.

Untuk mencapai tujuan dan hasil yang diharapkan tersebut, seseorang tentu harus memiliki keyakinan diri yang tinggi dan baik agar dapat berusaha mewujudkannya, namun kenyataannya tidak semua orang memiliki keyakinan diri yang tinggi seperti halnya siswa di sekolah menengah atas (SMA) juga tidak semua memiliki keyakinan diri tinggi dalam dirinya, sebaliknya ditemukan siswa sekolah menengah atas (SMA) yang merasakan keyakinan diri rendah (Laila, Sinaga & Saputri, 2026). Hal seperti itu diketahui dari berbagai realita siswa dalam mengerjakan soal ujian dimana siswa tidak yakin dengan kemampuannya dalam menjawab soal sehingga bertanya teman dan mempercayai kemampuan dan jawaban teman daripada dirinya. Hal itu menunjukkan siswa tersebut masuk ke dalam klasifikasi bentuk keyakinan diri rendah, penyebab diketahui dengan melihat siswa kurang berusaha dalam mengerjakan soal tersebut sehingga akibatnya ia tidak yakin dan percaya dengan kemampuan dan hasil yang dimilikinya (Setyowati & Hartono, 2023).

Sementara akibat dalam proses pembelajaran ialah tujuan dari pembelajaran untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi itu tidak tercapai dengan baik sebab siswa tersebut memiliki keyakinan diri yang rendah akan kemampuan dan keberhasilan dalam dirinya.

Dengan demikian, berdasarkan beragam pernyataan mengenai keyakinan diri atau *self efficacy* di atas maka disimpulkan keyakinan diri sebagai adanya hasil dari suatu proses secara kognitif yang dalam hal ini berupa ketepatan, penghargaan, keyakinan, kepercayaan, dan pemikiran seseorang dalam mengetahui dan mempertimbangkan kemampuan dalam dirinya untuk melaksanakan berbagai hal seperti kegiatan, tugas, tujuan atau tindakan yang perlu dilakukan agar dapat mencapai keberhasilan yang diinginkan.

Klasifikasi Keyakinan Diri *(Self Efficacy)*

Klasifikasi keyakinan diri dibagi menjadi dua bagian. Berikut penjelasan mengenai klasifikasi keyakinan diri tersebut menurut Wahyuningsih, Suyati & Yulianti (2026):

1. **Keyakinan Diri *(Self Ffficacy)* Tinggi**

   Seseorang dengan keyakinan diri yang tinggi memiliki kecenderungan untuk secara langsung terlibat dalam mengerjakan suatu kegiatan atau tugas meskipun kegiatan atau tugas tersebut merupakan hal yang sulit. Seseorang dengan keyakinan diri yang tinggi tersebut tidak memandang adanya kegiatan atau tugas sebagai bahaya atau ancaman yang harus dihindari. Mereka juga memiliki kecenderungan untuk selalu berusaha dalam melakukan kegiatan atau tugas tersebut termasuk mencegah kegagalan yang mungkin dapat timbul (Yulita & Defrinal, 2025).

   Kharisma & Safitri (2023) menjelaskan seseorang dengan keyakinan diri tinggi memiliki karakteristik seperti aktif dalam memilih kesempatan yang terbaik, mampu mengolah situasi dan menetralkan halangan, mendekati dan melihat kegiatan atau tugas yang sulit sebagai suatu hal yang menantang untuk dimenangkan, mampu menyusun kegiatan atau tugas dan menjaga keyakinan mengenai kegiatan atau tugas tersebut, berusaha dengan sungguh-sungguh, mampu berpikir strategis bahwa seandainya gagal maka kegagalan tersebut dikarenakan minimnya usaha yang dilakukan sehingga memerlukan usaha yang lebih maksimal lagi, mampu mengendalikan keadaan setelah kegagalan dan mampu pula untuk mengendalikan stress terhadap suatu tugas atau kegiatan yang sulit.

2. **Keyakinan Diri *(Self Ffficacy)* Rendah**

   Seseorang yang memiliki keyakinan diri rendah akan kemampuan dan keberhasilannya memiliki kecenderungan untuk menjauhi kegiatan atau tugas yang dianggap mereka sulit dikarenakan pandangan mengenai kegiatan atau tugas tersebut sebagai suatu hal yang berbahaya atau dapat mengancam mereka (Yulita & Defrinal, 2025). Dalam menghadapi kegiatan atau tugas juga seseorang dengan keyakinan diri rendah akan sibuk memikirkan kelemahan, gangguan dan segala hal yang merugikan diri mereka. Selain itu, mereka juga cenderung lebih lamban dalam usaha memperbaiki dan menindaklanjuti mengenai cara yang baik yang dapat dilakukan untuk menghadapi suatu masalah atau kegagalan (Andi, 2022).

   Seseorang dengan keyakinan diri yang rendah memiliki beberapa karakteristik seperti halnya meragukan kemampuan dan keberhasilan diri sendiri sehingga pasif dan lebih memilih menghindari tugas dan kegiatan yang sulit, mereka cenderung berpusat pada kelemahan diri daripada berupaya memperbaiki, mudah menyerah dan tidak bersemangat untuk mencoba kembali, serta memikirkan berbagai alasan sebagai bentuk pembenaran terhadap kegagalan dan tidak meyakini kemampuan yang dimiliki (Al Ghifary & Pratikto, 2022).

Faktor Penyebab Keyakinan Diri *(Self Efficacy)* yang Rendah

Mengutip pendapat Bandura (dalam Alwisol, 2009) keyakinan diri yang rendah terjadi dikarenakan beberapa faktor yang menyebabkannya, berikut beberapa faktor penyebab tersebut:

1. **Pengalaman Performansi *(Performance Accomplishment)***

   Pengalaman performansi atau pengalaman menguasai suatu prestasi yang sebelumnya sudah pernah dicapai saat dulu menjadi keyakinan diri yang paling kuat dalam mempengaruhi keyakinan diri seseorang. Prestasi yang bagus saat dulu mampu meningkatkan ekspektasi keyakinan diri, namun kegagalan atau masalah yang di dapat mampu menurunkan keyakinan diri. Saat seseorang mendapatkan keberhasilan, tentunya keberhasilan itu akan memberikan dampak yang berbeda-beda pada keyakinan diri hal itu dikarenakan seseorang bergantung pada proses pencapaiannya (Moma, 2024).

2. **Pengalaman Vikarius**

   Adanya pengalaman vikarius dalam keyakinan diri seseorang mampu untuk meningkat keyakinan diri yang dimilikinya dimana saat ia mengamati dan memahami keberhasilan orang lain, dan sebaliknya keyakinan diri juga akan dapat menurun apabila dalam hal mengamati orang lain ternyata orang tersebut dalam prosesnya gagal mendapatkan hal yang diharapkan, namun orang tersebut memiliki kemampuan yang sama dengan yang dimiliki seseorang dengan keyakinan diri rendah (Wijaya, 2024). Dalam hal ini juga menjelaskan, jika sekiranya figur yang diamati berbeda dengan dirinya dan kemudian gagal maka pengaruh vikarius tidak berdampak besar, namun apabila figur yang diamati memiliki figur yang sama dengan yang dimiliki oleh seseorang yang mengalami keyakinan diri rendah maka hal tersebut akan menjadi tolak ukur dan menghindari kegagalan dengan tidak mau melaksanakan apa yang harus dilaksanakan dikarenakan keraguan dan banyaknya pertimbangan akan kemampuan dan keberhasilan diri (Aprillianti & Dewi, 2022).

3. **Persuasi Sosial**

   Keyakinan diri yang rendah juga dapat disebabkan oleh persuasi sosial yang dapat memperoleh, meningkatkan, melemahkan, dengan melalui persuasi (tindakan mengajak) sosial. Akibat yang dirasakan dari faktor penyebab ini ialah sumbernya terbatas, namun saat dalam kondisi tepat adanya tindakan persuasi dari seseorang tentu saja mampu mempengaruhi keyakinan yang ada dalam diri. Kondisi tersebut merupakan keyakinan atau kepercayaan yang tumbuh kepada pemberi nasihat, prestasi, dan berbagai sifat yang dipersuasikan (Setiawati, 2022).

4. **Keadaan Emosi**

   Pada faktor ini, keadaan emosi dapat terjadi dalam kegiatan atau tugas yang dalam hal ini dapat mempengaruhi keyakinan diri dalam suatu bidang. Emosi yang kuat dan dapat dirasakan seperti perasaan takut, cemas serta stress mampu mengurangi adanya keyakinan diri yang rendah. Sementara, tindakan yang tidak memicu meningkatnya emosi dengan berlebihan dapat meningkatkan keyakinan diri (Widia, 2022).

Dampak Keyakinan Diri *(Self Reflection)* yang Rendah

Menurut Sahin et. al (2024) terdapat beberapa dampak dari keyakinan diri *(self efficacy)* yang rendah, dampak tersebut antara lain:

1. **Pemilihan Perilaku**

   Dampak yang dirasakan oleh seseorang dengan keyakinan diri yang rendah dapat dilihat berdasarkan bagaimana keyakinan dirinya dalam mengerjakan tugas-tugas atau kegiatan yang akan dilakukannya seperti halnya siswa di sekolah menengah atas (SMA) dalam mengerjakan tugasnya masih mencontek tugas temannya dikarenakan ia tidak mempercayai kemampuan dan keberhasilannya dalam mengerjakan tugas (Fajrianti, 2022). Contoh serupa juga seperti halnya siswa dengan keyakinan diri yang rendah sering tidak mengerjakan tugas sekolah maupun pekerjaan rumah secara mandiri dikarenakan ia merasa tugas tersebut sulit baginya sehingga ia memilih untuk tidak menghindari dengan tidak mengerjakannya (Khoirunnisa & Gumiandari, 2023).

2. **Usaha Motivasi**

Seseorang yang di dalam dirinya memiliki keyakinan diri rendah akan sangat jarang mempunyai dorongan atau motivasi yang kuat untuk berusaha dalam mengerjakan kegiatan atau tugasnya hal itu dikarenakan ia tidak mempercayai dirinya, meragukan kemampuan dan keberhasilan dalam dirinya, serta memiliki anggapan bahwa kegiatan atau tugas tersebut tidak sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya (Yulita & Defrinal, 2025).). Hal tersebut sering ditemukan pada siswa sekolah menengah atas (SMA) yang memiliki keyakinan diri rendah akan dirinya, dampak dari hal tersebut adalah mereka tidak mau berusaha dan tidak pula memiliki motivasi untuk melaksanakan kegiatan atau tugas yang merupakan kewajiban dan tanggung jawabnya sebagai seorang siswa.

3. **Daya Tahan**

   Dampak yang dirasakan oleh seseorang dengan keyakinan diri yang rendah dapat dilihat dari daya tahan mereka saat mengalami kegagalan atau masalah ialah mereka mudah menyerah dan pasrah terhadap kegagalan dan masalah yang dimiliki, mereka tidak memikirkan bagaimana cara atau tindakan lanjutan untuk mengatasi masalah atau kegagalan tersebut (Sahin, et. al., 2024). Seperti halnya siswa sekolah menengah atas (SMA) memiliki keyakinan diri rendah saat mengalami kegagalan dalam mengerjakan ujian mereka akan cenderung pasrah dan menyerah tanpa berusaha mencari tau apa yang menyebabkan mereka gagal dan bagaimana upaya yang dapat dilakukan untuk menghindari kegagalan yang serupa di kemudian harinya.

4. **Pola Pemikiran Fasilitatif**

   Kemudian ada pula dampak lain yang dapat dirasakan oleh seseorang dengan keyakinan diri yang rendah yaitu pola pemikiran fasilitatif. Dimana penilaian keyakinan diri akan memberikan pengaruh pada diri mereka sendiri sama halnya seseorang dengan keyakinan diri rendah dapat saja untuk mengatakan kalimat seperti "Saya tidak mampu dan tidak bisa mengerjakan hal ini dikarenakan saya tidak memiliki kemampuan" pada diri mereka sendiri (Yulita & Defrinal, 2025). Dengan adanya pemikiran tersebut menjadi dampak dari keyakinan diri yang rendah dimana hal tersebut tentunya dapat memperparah keyakinan diri menjadi lebih rendah dan bahkan mungkin saja seseorang tersebut dapat tidak mempercayai dan tidak juga meyakini apapun yang mereka miliki.

5. **Daya Tahan terhadap Stress**

   Dampak yang dirasakan dari seseorang dengan keyakinan diri yang rendah ialah mereka mudah mengalami stress dan malas untuk menghadapi stress tersebut dikarenakan adanya pemikiran bahwa mereka gagal atau bermasalah (Putri, Hasibuan, Rahmi & Sipahutar, 2025). Selain itu, seseorang dengan keyakinan diri yang rendah memiliki kaitan dengan kondisi dengan *learned helplessness* atau dengan kata lain disebut dengan ketidakpercayaan terhadap kemampuan seseorang untuk mengendalikan situasi untuk mencapai tujuan dan keberhasilan yang diharapkan (Andriani, Efendy, & Pratikto. (2024). Singkatnya bahwa seseorang dengan keyakinan diri yang rendah selain mudah mengalami stress dan keyakinan akan kemampuan dan keberhasilan diri melemah sehingga ia tidak mempunyai kendali akan lingkungannya dampaknya mereka tidak mampu mencapai tujuan dan hasil seperti yang mereka harapkan.

Upaya Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling Mengatasi Keyakinan Diri *(Self Efficacy)* yang Rendah pada Siswa di SMA

Terdapat berbagai hal yang dapat dilakukan sebagai bentuk upaya dalam mengatasi keyakinan diri rendah. Upaya tersebut juga dapat diterapkan oleh guru khususnya lagi guru bimbingan konseling atau konselor di lingkungan pendidikan (Andriani, Efendy & Praktikto, 2024). Upaya mengatasi keyakinan diri yang rendah pada siswa di sekolah terutama sekolah menengah atas (SMA) dapat dengan meningkatkan keyakinan dirinya melalui beberapa hal seperti yang dikemukakan oleh (Ahriana et al., 2026; Sahin, et.al., 2024) sebagai berikut :

1. Menetapkan satu tujuan secara sadar dan berdasarkan pertimbangan nyata agar dapat diraih atau dicapai.

2. Tidak menyatukan berbagai pengalaman di masa dahulu dengan merencanakan segala hal yang dilakukan pada masa sekarang.
3. Menjaga fokus dan tingkat konsentrasi diri dalam mempertahankan prestasi yang dimiliki.
4. Membuat berbagai daftar yang berisikan kegiatan atau tugas kemudian mengerjakannya berdasarkan tingkat kesulitan kegiatan atau tugas.

Kemudian, selain cara diatas konselor dan guru bimbingan konseling juga dapat pula menerapkan cara lain untuk mengatasi keyakinan diri yang rendah yang terjadi dan dirasakan oleh siswa terutama siswa di sekolah menengah atas (SMA) (Lembayun, & Santosa, 2026). Cara tersebut dapat dilakukan dengan mengoptimalkan beragam jenis layanan yang terdapat dalam bimbingan dan konseling, hal itu dikarenakan dengan adanya penggunaan layanan tersebut maka dapat membantu mengatasi masalah yang dialami oleh siswa (Prayitno, 2012). Diantara banyaknya layanan yang ada, salah satunya yang dapat diterapkan sebagai perantara untuk mengatasi keyakinan diri yang rendah pada siswa di lingkungan sekolah ialah layanan informasi. Dalam hal ini mengutip pendapat Nurihsan (2009) layanan yang mampu untuk memberikan informasi yang diperlukan oleh siswa dengan tujuan agar siswa memperoleh pengetahuan yang memadai baik tentang dirinya sendiri, lingkungan sekitarnya, maupun sumber belajarnya disebut sebagai layanan informasi. Selaras dengan pendapat tersebut, Prayitno & Amti (2012) mengemukakan bahwa layanan informasi termasuk ke dalam layanan yang mengupayakan untuk mencukupi kekurangan informasi yang dibutuhkan oleh siswa dimana informasi yang diperoleh akan disimpan dan digunakan bagi siswa dalam memenuhi kepentingan hidup dan perkembangannya.

Dari beberapa pengertian diatas mengenai layanan informasi menjadi solusi atau upaya yang dapat diterapkan untuk mengatasi keyakinan diri yang rendah pada siswa, dikarenakan mampu membantu mengentaskan masalah siswa dengan keyakinan diri rendah dengan cara memberikan informasi mengenai upaya mengatasi keyakinan diri yang rendah dan upaya meningkatkan keyakinan diri tersebut. Tujuannya agar siswa mendapatkan pengetahuan dan wawasan mengenai dirinya, keyakinan diri akan kemampuan dan keberhasilan dalam dirinya dan cara meningkatkan keyakinan diri tersebut sehingga dengan itu siswa mampu untuk memenuhi kebutuhan, kepentingan dan perkembangan hidupnya.

Permasalahan atau persoalan keyakinan diri yang rendah pada siswa di sekolah menengah atas (SMA) menjadi tugas dan tanggung jawab konselor dan guru bimbingan konseling. Maka dari itu, untuk membantu dalam mengentaskan dan mengatasi masalah itu konselor dan guru bimbingan dan konseling dapat menerapkan cara-cara diatas dengan harapan setelah dibantu siswa tersebut mampu untuk meningkatkan keyakinan dirinya menjadi lebih baik lagi dengan mempercayai kemampuan dan keberhasilan yang dimilikinya terutama dalam belajar dan mengerjakan tugas.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian terdahulu, dapat diketahui bahwa keyakinan diri atau *self efficacy* diartikan sebagai seberapa besar pertimbangan seseorang mengenai kemampuan dan keberhasilan dirinya dalam mengerjakan berbagai kegiatan, tugas, hal atau tindakan untuk mencapai tujuan dan memperoleh hasil. Dalam klasifikasi keyakinan diri terdapat dua bagian yaitu bentuk keyakinan diri tinggi dan bentuk keyakinan diri rendah. Seseorang dengan keyakinan diri tinggi memiliki karakteristik mampu untuk berusaha dengan sungguh-sungguh dan seandainya gagal mampu mengendalikan kegagalan tersebut. Sementara seseorang dengan keyakinan diri rendah memiliki karakteristik menghindari tugas dan kegiatan yang sulit, mereka cenderung berpusat pada kelemahan diri daripada berupaya memperbaiki, mudah menyerah dan tidak bersemangat untuk mencoba kembali. Terdapat berbagai macam faktor yang menyebabkan seseorang salah satunya ialah siswa di sekolah menengah atas (SMA) memiliki keyakinan diri rendah, adanya faktor-faktor tersebut menimbulkan dampak atau akibat yang dirasakan oleh seseorang seperti siswa SMA. Salah satu dampaknya ialah mereka meragukan kemampuan dan

keberhasilan yang ada dalam diri mereka sehingga mereka tidak mau berusaha lebih lanjut seperti halnya dalam mengerjakan tugas atau ujian mereka memilih untuk mencontek atau meminta jawaban teman daripada mempercayai dan meyakini kemampuan dan jawaban mereka sendiri. Hal tersebut berakibat pada tujuan atau capaian pembelajaran untuk siswa di sekolah menengah atas (SMA) tersebut tidak tercapai dengan baik dan benar.

Dengan demikian maka, konselor dan guru bimbingan konseling mampu untuk mengatasi masalah keyakinan diri yang rendah pada siswa khususnya siswa di sekolah menengah atas (SMA) melalui berbagai cara yang telah disebutkan diatas. Salah satu caranya dapat dengan mengoptimalkan berbagai jenis layanan seperti menerapkan layanan informasi. Dengan adanya penggunaan layanan informasi maka konselor dan guru bimbingan dan konseling telah melakukan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik dan benar yaitu membantu mengentaskan masalah siswa dengan memberikan berbagai informasi untuk meningkatkan keyakinan diri yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

Ahriana, A., Yani, A., & Maruf, M. (2016). Studi Analisis Hubungan Antara Self Efficacy dengan Hasil Belajar Fisika Siswa Kelas XI MIA SMA Negeri 1 Takalar. *Jurnal Pendidikan Fisika*, *4*(2), 223–238.

Al Ghifary, M. U., & Pratikto, H. (2022). Peran Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin. *INNER: Journal of Psychological Research*, *2*(1), 75–86.

Alwisol, M. (2009). *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.

Amelya, H., & Puriani, R. A. (2026). Strategi Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Rendahnya Kepercayaan Diri Siswa: Sebuah Kajian Literatur. *Edukasi Elita: Jurnal Inovasi Pendidikan*, *3*(2), 36-43.

Amilia, A. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri dan Lingkungan Sekolah Terhadap Minat Melanjutkan Pendidikan Ke Perguruan Tinggi Pada Siswa SMA 1 Cawang Baru*. Universitas Negeri Jakarta.

Anastasha, A., & Sari, I. (2025). Pengaruh Self-Efficacy terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMKN 4 Payakumbuh. *Pensa*, *7*(1), 95-101.

Andi, S. R. (2022). *Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo*. Institut agama islam Negeri (IAIN Palopo).

Andriani, N., Efendy, M., & Pratikto, H. (2024). *Problem Solving Ability* pada Siswa: Bagaimana peran Self Efficacy?. *JIWA: JURNAL PSIKOLOGI INDONESIA Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*, *2*(2).

Aprillianti, S. W., & Dewi, D. K. (2022). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Prestasi Belajar Siswa di SMA X. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, *13*(2), 195-213.

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. Macmillan.

Bandura, A. (2006). Guide For Constructing Self-Efficacy Scales. *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*, *5*(1), 307–337.

Devi, I. N., Suyati, T., & Dian, M. P. (2023). Korelasi Self Efficacy dengan Perilaku Menyontek Pada Siswa. *Jurnal Psikoedukasia*, *1*(1), 191-208.

Dewi, S., & Umam, R. N. (2022). Pengembangan Self-Eficacy Mahasiswa Melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Fokus Konseling*, *8*(1), 26–37.

Dewi, A. K., Lestari, S. M. P., & Sandayanti, V. (2023). Can *Self-Efficacy* Have A Role In Learning Interest: Mampukah Efikasi Diri Memiliki Peran Terhadap Minat Belajar. *Jurnal Psikologi*, *12*(2), 302-308.

Dhiyaulhaq, A., & Wiyono, B. D. (2026). Pengembangan Panduan Konseling Kelompok Kognitif Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa SMA. *Jurnal Bk Unesa*, *16*(1), 149-155.

Fajrianti, N. (2022). Pengaruh Tingkat Efikasi Diri Terhadap Tingkat Perilaku Menyontek Pada

Siswa SMP Swasta X. *Psikosains: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, *15*(2), 136–142.
Fitriyah, A. L., & Ratnawati, V. (2022). Permainan Kentang Kari (Kejujuran dan Tantangan Efikasi Diri) sebagai Media BK untuk Meningkatkan Self-efficacy Siswa SMA. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, *2*, 21-28.
Karismania, R., Ratnasari, J., & Nuranti, G. (2022). Pembelajaran Biologi dengan Metode Frequent Practical Work Terhadap Tingkat Self Efficacy dan Hasil Belajar Kognitif Siswa SMA. *Bioedukasi (Jurnal Pendidikan Biologi)*, *13*(1), 9–14.
Karnangsyah, E., & Erezka, R. (2025). Implementasi Program Pelayanan BK Komprehensif di Sekolah Menengah Atas (SMA). *Edu Research*, 6(1), 951-960.
Kharisma, I. P., & Safitri, G. (2023). Efikasi Diri dan Kestabilan Emosi pada Prestasi Belajar. *Educational Leadership: Jurnal Manajemen Pendidikan*, *3*(1), 28-39.Sulistiawati, S. (2018). *Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 19 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018*. UIN Raden Intan Lampung.
Khoirunnisa, K., & Gumiandari, S. (2023). Menurunkan Stres Akademik Siswa SMA NU Lemahabang dengan Menggunakan Teknik Self Intruction dan Self Efficacy. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *6*(2), 887-895.
Laila, I., Sinaga, F. S. S., & Saputri, L. (2026). Pengaruh *Self Efficacy* terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Perspektif Pendidikan dan Keguruan*, *17*(1), 44-54.
Lembayun, M., & Santosa, B. (2026). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mengembangkan Self Efficacy dalam Belajar Siswa Aktivis Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Didactum: Journal of Educational Innovation and Learning Studies*, *1*(1), 435-450.
Masruroh, I. F., Fiktusia, F., Denanti, I. A., & Asri, D. N. (2025). Perspektif Siswa Terhadap Peran Layanan Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 2 Madiun. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami*, *11*(2), 136-144.
Moma, L. (2014). Self-Efficacy Matematik Pada Siswa SMP. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, *3*(2), 85-94.
Musbikhin, M., & Hasanah, M. (2023). Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Siswa. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, *3*(1), 34-48.
Ndruru, M. (2024). Peran Guru Bimbingan Konseling Terhadap Efikasi Diri Siswa SMP Negeri 2 Mazo. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *4*(2), 1-13.
Nurfadhilla, N. (2020). Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Melalui Layanan Bimbingan Konseling. *Enlighten: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, *3*(1), 48–59.
Nurihsan, A. J. (2009). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan.* Bandung: Refika Aditama.
Pasya, M. N., Ardi, Z., Febriani, R. D., & Handani, T. (2026). Hubungan Self-efficacy dengan Minat Belajar Siswa. *Counseling and Humanities Review*, *6*(1), 139-148.
Perdiansyah, P., Basith, A., & Marhayani, D. A. (2023). Hubungan Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri dengan Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran IPS. *Pedadidaktika: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, *10*(3), 496-505.
Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling.* Padang: FIP UNP.
Prayitno, & Amti, E. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling.* Padang: Program PPK Jurusan BK UNP.
Purwanto, N. (2010). Psikologi Pendidikan: Bandung: PT Remaja Rosdakarya. *Oemar Hamalik*.
Putri, A. M., Hasibuan, U. M., Rahmi, N., & Sipahutar, W. M. (2025). Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMK. *Fatih: Journal of Contemporary Research*, *2*(1), 489-497..
Rafli, M. A. (2020). *Faktor yang Berhubungan dengan Self-Efficacy Petugas Lalu Lintas Udara di Bandara Sultan Hasanuddin Makassar Tahun 2020*. Universitas Hasanuddin.
Rahmat, H. D. (2011). *Psikologi Kepribadian dalam Konseling.* Bogor: Ghalia Indonesia.
Setiawati, D. (2022). *Peningkatakn Self-Efficacy Akademik Siswa SMP Melalui Bimbingan Kelompok dengan Cinema Theraphy*. *12*(1), 5.

Setyowati, R., & Hartono, H. (2023). Peranan *Self Efficacy* dan Konsep Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Menyontek. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 102–111.
Sahin, A., Ernawati, R., Amalia, R., Dalimunthe, R. Z., Pautina, A. R., Maghfur, S. B. & AlfayyadI, A. F. (2024). Self-Efficacy Pada Siswa: Systematic Literatur Review. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *8*(2), 627-639.
Seleksi Nasional Penerimaan Mahasiswa Baru. (2026). *Paparan Konferensi Pers Hasil Seleksi Nasional Berdasarkan Tes (SNBT) 2026*. *Retrieved from*: https://files.snpmb.id/web2026/Paparan%20Konferensi%20Pers%20Hasil%20SNBT%202026.pdf. Diakses pada 3 September 2026.
Simen, A. F. F. M., Anas, M., & Harum, A (2023). Penerapan Konseling Realitas untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Enrekang. *Pinisi Journal of Art, humanity and Social Studies,* 3(6), 174-182.
Tempo.co. (2026, May 25). *UTBK 2026: 38 Kasus Kecurangan dan 1.751 Pelanggaran*. Retrieved from:https://www.tempo.co/politik/utbk-2026-38-kasus-kecurangan-dan-1-751-pelanggaran-2138133. Diakses pada 3 September 2026.
Tsalitsah, A., & Naqiyah, N. (2026). Pengaruh *Academic Self-Efficacy* dan *Self-Control* Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA. *Jurnal BK Unesa*, *16*(2), 1-8.

Wahid, A., & Neviyarni, S. (2024). Efektivitas Layanan Informasi dengan Format Klasikal Menggunakan Metode *Small Group Discussion* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Akademik Siswa SMA Negeri 10 Padang. *Current Issues In Counseling*, *4*(1), 1-8.
Wahyuningsih, S., Suyati, T., & Yulianti, P. D. (2026). Pengaruh Self Efficacy terhadap Academic Cheating pada Siswa. *DA'WA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, *5*(2), 141-149.
Widia, E. W. N. (2022). *Pengaruh Self-Efficacy (Keyakinan Diri) Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Kelas X di SMA Negeri 1 Tumijajar Kabupaten Tulang Bawang Barat*. UIN Raden Intan Lampung.
Wijaya, A. D. (2024). Dampak Rendahnya *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, *4*(2), 115-126.
Yuliana, Y. V., Gina, F., & Nasir, N. (2026). Peran Self-Efficacy Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Peserta Didik: Kajian Literatur Psikologi Pendidikan. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, *4*(3), 738-752.
Yulita, R., & Defrinal, D. (2025). Peranan Self Efficacy dalam Meningkatkan Minat Belajar. *Journal of Learning and Teaching*, 9-15.

BIODATA PENULIS KORESPONDEN



Nama : Rasty Annisah, S.Pd.
Institusi Asal : Universitas Pendidikan Indonesia.
Pengalaman : Memiliki pengalaman melakukan penelitian serta mempublikasikan artikel ilmiah berjudul *"Hubungan Self-Compassion dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Akhir di FIP UNP"* tahun 2024.
Nomor HP/WA: 082283348268 | rastyannisah28@gmail.com.