

PEMBINAAN *SELF-EFFICACY* SEBAGAI UPAYA MENGURANGI PERILAKU *MALADJUSTMENT* SISWA SMA DI KOTA JAMBI

Dani Sartika¹⁾, Massuhartono²⁾, Iin Nirwana³⁾

¹⁾ Program Bimbingan penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, e-mail: danisartika@uinjambi.ac.id

²⁾ Program Bimbingan penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, e-mail: massuhartono@uinjambi.ac.id

³⁾ Tadris Bahasa Inggris, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Pendidikan, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, e-mail: iinnirwana@uinjambi.ac.id

Abstrak

Perilaku *maladjustment* yang sering muncul di kalangan siswa SMA telah menjadi perhatian serius di lingkungan pendidikan. Pengabdian ini bertujuan untuk mengembangkan dan mengimplementasikan program pembinaan *self-efficacy* sebagai strategi mengatasi perilaku *maladjustment* di kalangan siswa SMA di Kota Jambi. Menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR), program ini melibatkan 14 SMA Negeri di Kota Jambi dengan fokus pada pengembangan modul pembinaan *self-efficacy* yang komprehensif. Program dilaksanakan dalam dua tahap utama: eksplorasi permasalahan melalui *Focus Group Discussion* (FGD) dan pengembangan modul pembinaan. Hasil pengabdian menunjukkan keberhasilan dalam menghasilkan tiga luaran utama: (1) modul pembinaan *self-efficacy* yang telah mendapatkan HAKI, (2) peningkatan kapasitas guru BK dalam implementasi program pembinaan *self-efficacy*, dan (3) terbentuknya jejaring kerjasama yang kuat antara universitas dan sekolah-sekolah mitra. Program ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan strategi intervensi berbasis sekolah untuk mengatasi perilaku *maladjustment* siswa, sekaligus memperkuat peran perguruan tinggi dalam pengembangan kualitas pendidikan di tingkat lokal.

Kata Kunci: *maladjustment*, pembinaan, *self-efficacy*, siswa SMA, pengabdian masyarakat

Abstract

Maladjustment behavior commonly found among high school students has become a serious concern in educational settings. This community service program aimed to develop and implement a self-efficacy training program as a strategy to address maladjustment behavior among high school students in Jambi City. Using a Participatory Action Research (PAR) approach, this program involved 14 public high schools in Jambi City, focusing on developing a comprehensive self-efficacy training module. The program was conducted in two main phases: problem exploration through Focus Group Discussions (FGD) and module development. The results demonstrated success in producing three main outputs: (1) a self-efficacy training module that has received intellectual property rights, (2) enhanced capacity of guidance counseling teachers in implementing the self-efficacy training program, and (3) establishment of strong collaborative networks between the university and partner schools. This program contributes significantly to the development of school-based intervention strategies to address student maladjustment behavior, while strengthening the role of higher education in developing educational quality at the local level.

Keywords: community service, high school students, maladjustment, self-efficacy, training

PENDAHULUAN

Amanat Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa. Di lingkungan

sekolah, pelaksanaan pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi serta keterampilan siswa yang dilakukan melalui proses pembelajaran. Ekosistem di dalam lingkungan sekolah merupakan ekosistem pendidikan yang heterogen, di mana siswa dapat

secara bebas berinteraksi dengan lingkungan yang mereka inginkan. Dalam jenjang pendidikan, jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan masa di mana siswa mengalami masa remaja. Fase ini merupakan fase yang paling menyenangkan sekaligus masa yang banyak menimbulkan masalah dan tantangan, baik itu bagi remaja maupun bagi lingkungannya (Rahman, 2012).

Berdasarkan observasi awal pengabdian di beberapa SMAN di Kota Jambi, ditemukan fakta bahwa banyak siswa yang berperilaku menyimpang dari norma dan aturan yang ada. Fenomena bolos sekolah, berkelahi, tawuran, merokok, kebut-kebutan, minum-minuman keras, bahkan tindakan kriminal seperti mencuri, pembegalan, pengeroyokan dengan senjata tajam, prostitusi dan ikut terlibat dalam peredaran narkoba menjadi permasalahan serius. Berdasarkan pemberitaan yang dikutip dari jambione.com pada tanggal 30 Agustus 2022, kenakalan remaja di Kota Jambi semakin mengkhawatirkan. Kejari Jambi mencatat, pada tahun 2022 terdapat 40-46 anak yang terlibat dengan hukum berdasarkan Surat Pemberitahuan Dimulainya Penyidikan (SPDP).

Berbagai fenomena kenakalan remaja ini menandakan tidak adanya kemampuan siswa untuk menyesuaikan diri dengan perubahan diri dan lingkungannya, atau lebih dikenal dengan perilaku *maladjustment*. Gaur (2013) mengungkapkan kaitan antara faktor emosi dan sosial yang sangat berhubungan dengan problem penyesuaian diri setiap individu. Menurut Sobur (2003), pada masa transisi, remaja mengalami perubahan fisik yang cepat sehingga menimbulkan ketidakseimbangan emosi. Hal ini juga mempengaruhi cara remaja berinteraksi dengan situasi sosial dan berusaha menemukan jati dirinya.

Herero, Maestre, dan Gonzales (2008) menegaskan bahwa informasi yang diterima seseorang dari luar dapat mempengaruhi kejiwaannya. Gerungan (2004) menambahkan

bahwa manusia selalu berusaha beradaptasi dengan lingkungannya, dan agar interaksi dapat berjalan, remaja diharapkan mampu beradaptasi secara khusus dengan lingkungan sosialnya. Fenomena siswa SMA yang baru memasuki sekolah dan mengalami tekanan psikis juga banyak terjadi sebagai akibat dari kesulitan siswa dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan akademis. Suryani (2013) dalam hasil risetnya mengonfirmasi bahwa saat ini remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri pada perubahan psikologisnya.

Salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan ini adalah melalui pembinaan *self-efficacy*. *Self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan atau mengatasi masalah yang dihadapi (Baron & Byrne, 2004). Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan terhadap kemampuan seseorang dalam mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan, berusaha menilai tingkat dan kekuatan di seluruh aktivitas dan situasi. Steptoe dan Wardle (2001) menambahkan bahwa karyawan dengan tingkat efikasi diri yang tinggi ditandai dengan kinerja yang tinggi dan sikap kerja yang baik.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh tim pengabdian mengungkapkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku *maladjustment* pada Siswa SMA di Kota Jambi adalah rendahnya kemampuan *self-efficacy* siswa (Dani & Massuhartono, 2024). Hal ini diperkuat oleh temuan Fauziana (2022) yang menyimpulkan bahwa rendahnya rasa percaya diri (*self-efficacy*) secara tidak langsung juga akan mempengaruhi kemampuan memecahkan permasalahan dalam pembelajaran. Lebih lanjut, penelitian Sri Astutik dkk (2021) tentang hubungan *self-efficacy* dan *self-esteem* dengan perilaku berisiko pada remaja menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* dan *self-*

esteem yang dimiliki oleh remaja, maka tingkat kenakalan remaja juga akan cenderung rendah atau tidak berisiko.

Berdasarkan urgensi permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengembangkan dan mengimplementasikan program pembinaan *self-efficacy* sebagai strategi untuk mengurangi perilaku *maladjustment* di kalangan siswa SMA di Kota Jambi. Program ini dirancang dengan melibatkan partisipasi aktif dari seluruh stakeholder pendidikan untuk memastikan efektivitas dan keberlanjutan program.

METODOLOGI PENGABDIAN

Kegiatan pembinaan *self-efficacy* siswa SMA di Kota Jambi ini dilaksanakan melalui metode Participatory Action Research (PAR). PAR merupakan suatu pendekatan penelitian yang mengintegrasikan partisipasi aktif dari komunitas atau masyarakat yang menjadi subjek penelitian. Pendekatan ini dipilih karena berfokus pada kolaborasi antara peneliti dan masyarakat untuk memahami isu-isu sosial yang relevan, sekaligus merancang dan melaksanakan solusi bersama (Kemmis & McTaggart, 2005). Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, PAR bertujuan tidak hanya untuk menghasilkan pengetahuan, tetapi juga untuk memberdayakan masyarakat, dengan memfasilitasi mereka agar dapat mengidentifikasi masalah dan mengembangkan tindakan yang efektif untuk mengatasinya.

Analisis strategi yang dilakukan dalam pengabdian ini menggunakan tiga pendekatan utama: analisis pohon masalah, analisis pohon harapan, dan analisis gap antara masalah, harapan, dan strategi dalam pembinaan dan peningkatan kemampuan *self-efficacy* siswa. Analisis pohon masalah dan pohon harapan dibuat untuk mengidentifikasi serta menganalisis masalah yang dihadapi, sedangkan analisis gap digunakan untuk merencanakan dan

merealisasikan strategi dalam pembinaan dan peningkatan (Afandi, 2017).

Pelaksanaan program pengabdian ini diimplementasikan melalui lima tahap *Participatory Action Research* (PAR) yang bersifat siklis sebagaimana dikemukakan Kemmis dan McTaggart (2005), yaitu *reconnaissance* (pemetaan awal), *planning* (perencanaan partisipatif), *action* (aksi kolaboratif), *observation* (observasi dan pengumpulan data aksi), serta *reflection* (refleksi dan evaluasi). Tahapan ini divisualisasikan pada Gambar 1.

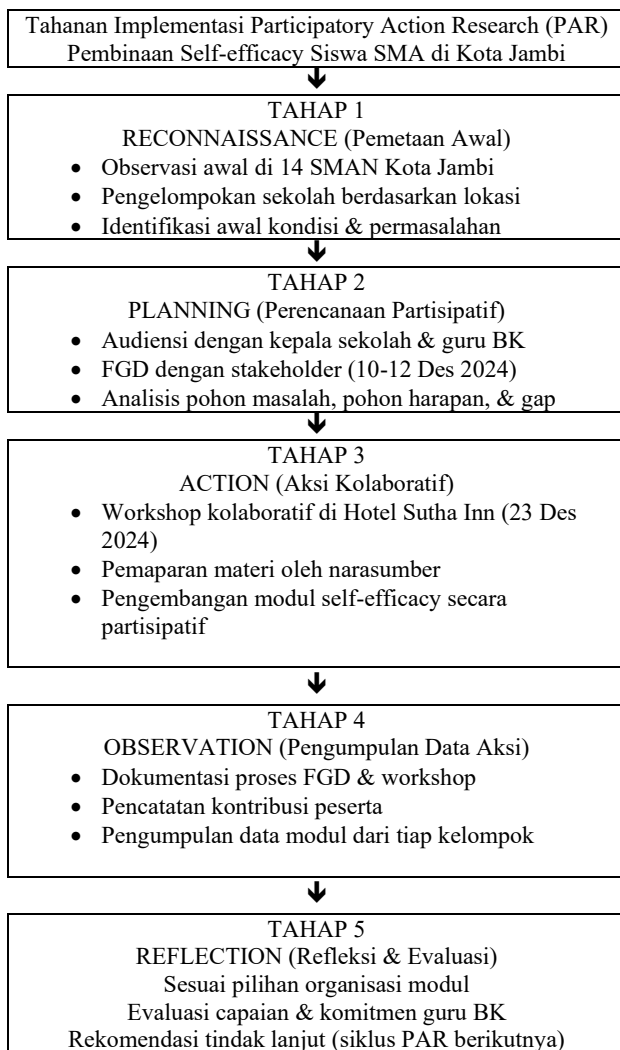
Tahap pertama, *reconnaissance* atau pemetaan awal, dilakukan melalui pengamatan dan pemetaan terhadap seluruh SMA Negeri di Kota Jambi, pengelompokan sekolah berdasarkan kedekatan lokasi untuk efisiensi pelaksanaan, serta mini observasi guna mengidentifikasi kondisi awal sekolah. Tahap ini menghasilkan profil permasalahan *maladjustment* yang menjadi dasar perencanaan intervensi.

Tahap kedua, *planning* atau perencanaan partisipatif, mencakup audiensi dan komunikasi dengan *stakeholder* (kepala sekolah dan guru BK), pelaksanaan *Focus Group Discussion* (FGD) bersama *stakeholder* untuk merumuskan rencana dan strategi pembinaan *self-efficacy*, serta analisis pohon masalah, pohon harapan, dan analisis gap (Afandi, 2017). Tahap ini memastikan rancangan program disusun secara kolaboratif berdasarkan kebutuhan riil di lapangan.

Tahap ketiga, *action* atau aksi kolaboratif, berupa pelaksanaan workshop bersama guru Bimbingan dan Konseling dari sekolah mitra. Pada tahap ini disampaikan materi oleh narasumber dan dilakukan pengembangan modul pembinaan *self-efficacy* secara partisipatif melalui diskusi kelompok. Tahap ini menjadi inti dari intervensi PAR karena seluruh peserta secara aktif berkontribusi merancang produk program.

Tahap keempat, *observation* atau pengumpulan data aksi, dilakukan melalui dokumentasi proses FGD dan workshop, pencatatan kontribusi peserta, serta pengumpulan draf modul dari masing-masing kelompok kerja. Data yang terkumpul menjadi bahan untuk tahap refleksi.

Tahap kelima, *reflection* atau refleksi dan evaluasi, dilaksanakan melalui sesi pleno untuk finalisasi modul, evaluasi capaian, dan penyusunan rekomendasi tindak lanjut. Refleksi ini sekaligus menjadi titik awal bagi siklus PAR berikutnya berupa implementasi modul oleh guru BK di sekolah masing-masing.



Gambar 1: Tahapan implementasi *Participatory Action Research* (PAR)

PELAKSANAAN KEGIATAN

Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan tema “Pembinaan *Self-efficacy* sebagai Upaya Mengurangi Perilaku *Maladjustment* Siswa SMA di Kota Jambi” merupakan program komprehensif yang dilaksanakan selama kurun waktu satu bulan. Program ini melibatkan partisipasi aktif dari 14 SMA Negeri di Kota Jambi dengan tujuan mengembangkan strategi efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa sebagai upaya mengurangi perilaku *maladjustment*.

Rangkaian kegiatan pengabdian ini dirancang dalam dua sesi utama yang saling berkesinambungan. Sesi pertama difokuskan pada eksplorasi permasalahan dan identifikasi kebutuhan melalui serangkaian *Focus Group Discussion* (FGD), sedangkan sesi kedua berkonsentrasi pada pengembangan modul pembinaan *self-efficacy* melalui workshop kolaboratif dengan para guru Bimbingan Konseling (BK). Pendekatan bertahap ini dipilih untuk memastikan program yang dikembangkan benar-benar sesuai dengan kebutuhan dan konteks lokal sekolah-sekolah di Kota Jambi.

Secara metodologis, rangkaian kegiatan ini diimplementasikan mengikuti lima tahap siklus *Participatory Action Research* (PAR) sebagaimana dijelaskan pada bagian metodologi dan Gambar 1. Sesi pertama mencakup tahap reconnaissance dan planning, sedangkan sesi kedua mencakup tahap action, observation, dan reflection. Penjelasan pelaksanaan berikut disusun mengikuti urutan tahapan PAR tersebut.

Sesi pertama dilaksanakan selama tiga hari, dari tanggal 10 hingga 12 Desember 2024, dengan mengunjungi seluruh SMAN di Kota Jambi yang menjadi mitra dalam program ini. Ke-14 sekolah tersebut mencakup SMAN 01 hingga SMAN 14 yang tersebar di berbagai wilayah Kota Jambi. Tahap awal pelaksanaan dimulai dengan persiapan yang matang, di mana tim melakukan koordinasi intensif dengan masing-masing sekolah untuk menyusun jadwal kunjungan yang efektif. Tim pengabdian juga mempersiapkan berbagai instrumen yang diperlukan untuk FGD, termasuk pedoman diskusi, daftar pertanyaan terbuka, dan materi-materi pendukung yang akan digunakan selama proses diskusi.



Gambar 2: Suasana FGD ke sekolah-sekolah SMAN di Kota Jambi

Untuk mengoptimalkan efisiensi waktu dan sumber daya, tim PkM dibagi menjadi dua kelompok yang bertugas mengunjungi sekolah-sekolah yang telah dipetakan sebelumnya. Setiap kunjungan sekolah diawali dengan sesi perkenalan dan pengantar dari tim pengabdian, yang kemudian dilanjutkan dengan pembentukan kelompok-kelompok diskusi yang terdiri dari guru BK, perwakilan siswa, dan pihak manajemen sekolah. Pendekatan ini memungkinkan terciptanya dialog yang komprehensif dan mendalam mengenai berbagai aspek perilaku *maladjustment* yang terjadi di lingkungan sekolah.

Dalam pelaksanaan FGD, diskusi diarahkan pada beberapa topik kunci yang telah diidentifikasi sebelumnya. Para peserta diminta untuk berbagi pengalaman dan pandangan mereka mengenai bentuk-bentuk perilaku *maladjustment* yang sering muncul di kalangan siswa. Diskusi juga mencakup analisis mendalam tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku tersebut, baik dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun pergaulan sosial siswa. Selain itu, peserta juga diminta untuk mengevaluasi berbagai strategi penanganan yang selama ini telah diterapkan oleh sekolah, serta menyampaikan harapan dan ekspektasi mereka terhadap program pembinaan *self-efficacy* yang akan dikembangkan.

Temuan-temuan dari sesi pertama ini kemudian menjadi dasar untuk pelaksanaan sesi kedua, yang diselenggarakan pada tanggal 23 Desember 2024 di Hotel Sutha Inn, Jambi. Pemilihan lokasi ini dimaksudkan untuk menciptakan suasana yang kondusif bagi para

peserta untuk fokus pada pengembangan modul pembinaan *self-efficacy*. Sesi kedua dihadiri oleh perwakilan guru BK dari seluruh sekolah yang terlibat, menciptakan forum yang ideal untuk kolaborasi dan pertukaran gagasan antar profesional pendidikan.

Acara dibuka dengan sambutan dari ketua tim PkM yang kemudian dilanjutkan dengan pemaparan komprehensif mengenai hasil temuan dari sesi pertama. Presentasi ini memberikan gambaran menyeluruh tentang kondisi di lapangan dan menjadi landasan untuk diskusi selanjutnya. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian dua materi utama yang saling melengkapi. Dr. Novi Berliana, SKM., M.P.H menyampaikan materi pertama dengan judul “Mengetahui Faktor Pendukung dan Penghambat *Self-efficacy* Siswa SMA,” yang memberikan pemahaman teoretis dan praktis tentang dinamika *self-efficacy* pada siswa SMA. Materi kedua disampaikan oleh Massuhartono, MA.Si dengan judul “Teknik Praktis Peningkatan *Self-efficacy* Melalui Program Bimbingan dan Konseling di SMA,” yang fokus pada aspek implementasi dan strategi praktis dalam konteks bimbingan konseling di sekolah.

Setelah sesi penyampaian materi, para peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok diskusi untuk memulai proses pengembangan modul. Pembagian kelompok ini dirancang untuk memaksimalkan kontribusi setiap peserta dan memastikan bahwa berbagai perspektif dan pengalaman dapat terakomodasi dalam pengembangan modul. Masing-masing kelompok diberikan kesempatan untuk mendiskusikan dan mengusulkan komponen-komponen yang mereka anggap penting untuk dimasukkan ke dalam modul pembinaan *self-efficacy*.

Hasil dari diskusi kelompok menghasilkan kerangka modul yang komprehensif, mencakup tiga komponen utama. Pertama, konsep dasar *self-efficacy* yang disesuaikan dengan konteks siswa SMA, memberikan landasan teoretis yang kuat untuk program pembinaan. Kedua, strategi peningkatan *self-efficacy* yang praktis dan dapat diterapkan dalam konteks sekolah, termasuk berbagai teknik dan pendekatan yang telah terbukti efektif. Ketiga, panduan aplikasi praktis

yang detail untuk implementasi di lingkungan sekolah, dilengkapi dengan contoh-contoh konkret dan skenario penerapan.

Para peserta juga menyepakati beberapa metode pembelajaran yang dianggap efektif untuk program pembinaan *self-efficacy*, termasuk role-playing, simulasi, dan sistem pemberian umpan balik positif. Metode-metode ini dipilih karena dinilai mampu memberikan pengalaman langsung kepada siswa dan membantu mereka mengembangkan keterampilan praktis dalam meningkatkan *self-efficacy* mereka. Selain itu, peserta juga melakukan penyesuaian materi modul agar lebih relevan dengan kondisi dan karakteristik siswa di Kota Jambi, memastikan bahwa program yang dikembangkan benar-benar dapat diimplementasikan secara efektif di lapangan.



Gambar 3: Suasana workshop kolaboratif pengembangan modul pembinaan *self-efficacy*

Sesi kedua ditutup dengan presentasi hasil diskusi dari masing-masing kelompok, dilanjutkan dengan sesi pleno untuk finalisasi modul. Dalam sesi ini, seluruh peserta berkontribusi dalam menyempurnakan draft modul yang telah disusun, memastikan bahwa setiap aspek telah dipertimbangkan dengan matang dan sesuai dengan kebutuhan di lapangan. Para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dan memberikan apresiasi positif terhadap program ini, sekaligus menyatakan kesiapan mereka untuk mengimplementasikan modul di sekolah masing-masing.

Keseluruhan pelaksanaan program pengabdian ini menunjukkan hasil yang menggembirakan, dengan tercapainya beberapa target utama. Pertama, terbentuknya pemahaman yang lebih mendalam tentang problematika

perilaku *maladjustment* di kalangan siswa SMA di Kota Jambi. Kedua, tersusunnya modul pembinaan *self-efficacy* yang komprehensif dan aplikatif, yang telah disesuaikan dengan konteks lokal dan kebutuhan spesifik sekolah-sekolah di Kota Jambi. Ketiga, terbangunnya komitmen dan kesiapan dari para guru BK untuk mengimplementasikan program pembinaan *self-efficacy* di sekolah masing-masing.

Program ini juga berhasil membangun jejaring kolaborasi yang kuat antara tim pengabdian dari UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi dengan sekolah-sekolah mitra, yang akan sangat bermanfaat untuk keberlanjutan program dan pengembangan inisiatif serupa di masa mendatang. Antusiasme dan respon positif dari para peserta menunjukkan bahwa program ini telah berhasil menjawab kebutuhan nyata di lapangan dan memiliki potensi untuk memberikan dampak positif dalam upaya mengurangi perilaku *maladjustment* di kalangan siswa SMA di Kota Jambi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian pembinaan *self-efficacy* sebagai upaya mengurangi perilaku *maladjustment* pada siswa SMA di Kota Jambi telah menghasilkan beberapa capaian penting yang sejalan dengan teori dan penelitian terdahulu. Pembahasan hasil program ini dapat dianalisis dari beberapa aspek kunci yang saling berkaitan.

Pertama, hasil pengabdian menunjukkan bahwa pendekatan pembinaan *self-efficacy* merupakan strategi yang tepat dalam mengatasi perilaku *maladjustment*. Hal ini sejalan dengan teori Bandura (1997) yang mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan terhadap kemampuan seseorang dalam mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Melalui proses kognitif ini, *self-efficacy* seseorang mempengaruhi perilakunya secara langsung. Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian Dani & Massuhartono (2024) yang mengidentifikasi rendahnya *self-efficacy* sebagai salah satu faktor utama yang mempengaruhi perilaku *maladjustment* pada siswa SMA di Kota Jambi.



Gambar 4: Foto bersama setelah kegiatan workshop kolaboratif

Pengembangan modul pembinaan *self-efficacy* melalui proses FGD dengan guru BK mencerminkan pemahaman bahwa intervensi harus mempertimbangkan konteks lokal dan kebutuhan spesifik siswa. Pendekatan ini sesuai dengan pandangan Gerungan (2004) yang menekankan bahwa manusia selalu berusaha beradaptasi dengan lingkungannya, dan agar interaksi dapat berjalan, remaja diharapkan mampu beradaptasi secara khusus dengan lingkungan sosialnya. Modul yang dikembangkan mempertimbangkan berbagai aspek penyesuaian diri siswa, sejalan dengan temuan Suryani (2013) tentang kesulitan remaja dalam menyesuaikan diri pada perubahan psikologisnya.

Strategi implementasi program yang melibatkan peran aktif guru BK mendukung pendapat Sobur (2003) yang menyatakan bahwa pada masa transisi, remaja mengalami perubahan fisik yang cepat yang menimbulkan ketidakseimbangan emosi. Dalam konteks ini, guru BK berperan penting dalam membantu siswa memahami dan mengelola perubahan tersebut. Herero, Maestre, dan Gonzales (2008) juga menegaskan bahwa informasi yang diterima seseorang dari luar dapat mempengaruhi kejiwaannya, menjustifikasi pentingnya peran guru BK dalam memberikan bimbingan yang tepat.

Hasil pengabdian ini juga mendukung temuan Sri Astutik dkk (2021) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* dan *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja, maka tingkat kenakalan remaja akan cenderung rendah atau tidak berisiko. Modul yang dikembangkan mencakup komponen-

komponen yang secara spesifik dirancang untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa, seperti yang direkomendasikan oleh Steptoe dan Wardle (2001), yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi ditandai dengan kinerja yang tinggi dan sikap yang baik.

Pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) yang digunakan dalam pengabdian ini terbukti efektif dalam membangun keterlibatan aktif seluruh stakeholder. Hal ini sejalan dengan prinsip-prinsip yang dikemukakan oleh Kemmis & McTaggart (2005) tentang pentingnya demokratisasi pengetahuan dan partisipasi aktif masyarakat dalam proses penelitian dan pengambilan keputusan. Melalui pendekatan ini, program pengabdian berhasil memfasilitasi proses belajar bersama antara tim pengabdian dan komunitas sekolah.

Implementasi PAR dalam pengabdian ini dapat ditelusuri pada kelima tahapnya. Tahap reconnaissance menghasilkan profil 14 SMAN dan permasalahan maladjustment yang spesifik di tiap sekolah. Tahap planning berlangsung melalui FGD di tiap sekolah untuk merumuskan kebutuhan dan strategi pembinaan. Tahap action diwujudkan dalam workshop kolaboratif di Hotel Sutha Inn yang menjadi inti intervensi karena semua peserta secara aktif mengonstruksi modul. Tahap observation tercermin dalam pendokumentasian proses FGD, workshop, dan kontribusi peserta sebagai data refleksi. Tahap reflection berlangsung pada sesi pleno yang memfinalisasi modul dan merumuskan rekomendasi tindak lanjut. Refleksi ini bukan akhir, melainkan titik awal siklus PAR berikutnya berupa implementasi modul oleh guru BK di sekolah masing-masing, yang sejalan dengan karakter PAR sebagai spiral of cycles (Kemmis & McTaggart, 2005).

Penggunaan analisis pohon masalah dan pohon harapan dalam perencanaan program sejalan dengan metodologi yang direkomendasikan oleh Afandi (2017). Pendekatan ini memungkinkan identifikasi masalah yang lebih sistematis dan pengembangan solusi yang lebih terarah. Seperti yang dijelaskan oleh Rist & Mohr (1996), analisis pohon masalah membantu memvisualisasikan hubungan sebab-akibat

sehingga dapat menjadi dasar yang kuat untuk perumusan solusi yang efektif dan strategis.

Luaran program dalam bentuk modul pembinaan yang telah mendapatkan HAKI menunjukkan kontribusi signifikan terhadap pengembangan strategi intervensi berbasis sekolah. Hal ini memperkuat temuan Fauziana (2022) yang menyimpulkan bahwa *self-efficacy* mempengaruhi kemampuan memecahkan permasalahan dalam pembelajaran. Modul yang dikembangkan tidak hanya fokus pada peningkatan *self-efficacy*, tetapi juga mempertimbangkan aplikasi praktisnya dalam konteks pembelajaran.

Keberhasilan program dalam membangun jejaring kerjasama antara universitas dan sekolah-sekolah mitra mencerminkan pentingnya pendekatan kolaboratif dalam mengatasi masalah sosial, seperti yang ditekankan oleh Kurniawan (2017) dalam konteks PAR. Mikkelsen (2005) juga menegaskan bahwa keterlibatan aktif seluruh pemangku kepentingan merupakan kunci keberhasilan program pengembangan masyarakat.

Rekomendasi untuk pengembangan program ke depan, termasuk integrasi program ke dalam kurikulum reguler dan pelatihan rutin bagi guru BK, sejalan dengan prinsip keberlanjutan yang dikemukakan oleh para ahli. Seperti yang disampaikan oleh Bayu dkk (2015), remaja yang tidak dapat melakukan penyesuaian diri yang baik akan mengalami berbagai permasalahan psikologis yang dapat menghambat perkembangannya di masa depan. Oleh karena itu, program pembinaan *self-efficacy* perlu dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dalam sistem pendidikan.

Tantangan implementasi program, seperti perlunya penyesuaian dengan konteks lokal dan variasi tingkat kesiapan sekolah, mencerminkan kompleksitas dalam penanganan masalah *maladjustment* remaja. Hal ini sesuai dengan temuan Rahman (2012) yang menggambarkan fase remaja sebagai masa yang penuh tantangan, baik bagi remaja maupun lingkungannya. Oleh karena itu, pendekatan yang fleksibel dan adaptif, seperti yang diterapkan dalam program ini, menjadi sangat penting.

Program pengabdian ini memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan strategi intervensi berbasis sekolah untuk mengatasi perilaku *maladjustment* siswa. Keberhasilan program tidak hanya terlihat dari luaran konkret yang dihasilkan, tetapi juga dari terbentuknya sistem dukungan yang berkelanjutan melalui peningkatan kapasitas guru BK dan penguatan jejaring kerjasama antar institusi.

PENUTUP

Kesimpulan

Program pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pembinaan *self-efficacy* sebagai upaya mengurangi perilaku *maladjustment* siswa SMA di Kota Jambi telah berhasil mencapai tujuan-tujuan yang ditetapkan. Beberapa kesimpulan penting dapat dirumuskan dari pelaksanaan program ini.

Pertama, melalui pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), program ini berhasil mengembangkan modul pembinaan *self-efficacy* yang komprehensif dan aplikatif. Modul ini merupakan hasil kolaborasi antara tim pengabdian dan guru Bimbingan Konseling dari 14 SMAN di Kota Jambi, memastikan relevansi dan kebermanfaatannya dalam konteks lokal. Keberhasilan pengembangan modul ini ditandai dengan diperolehnya Hak atas Kekayaan Intelektual (HAKI), yang menjamin kualitas dan originalitas produk yang dihasilkan.

Kedua, program ini berhasil membangun kapasitas guru BK dalam melakukan pembinaan *self-efficacy* siswa. Melalui serangkaian FGD dan workshop, para guru BK memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang konsep *self-efficacy* dan strategi praktis untuk meningkatkannya di kalangan siswa. Peningkatan kapasitas ini menjadi modal penting untuk keberlanjutan program di masa mendatang.

Ketiga, terbentuknya jejaring kerjasama yang kuat antara universitas dan sekolah-sekolah mitra memberikan landasan yang kokoh untuk pengembangan program-program serupa di masa depan. Kolaborasi ini tidak hanya bermanfaat untuk program pembinaan *self-efficacy* saat ini, tetapi juga membuka peluang untuk berbagai inisiatif pengabdian lainnya.

Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan program, beberapa saran dapat dirumuskan untuk pengembangan program ke depan:

1. Integrasi Program. Perlunya dukungan dari pihak sekolah dan dinas pendidikan untuk mengintegrasikan program pembinaan *self-efficacy* ke dalam kurikulum bimbingan konseling. Selain itu pentingnya penyesuaian program dengan konteks dan kebutuhan spesifik masing-masing sekolah
2. Pengembangan Kapasitas. Perlunya pelatihan rutin bagi guru BK untuk memastikan konsistensi dan efektivitas implementasi program. Selain itu penting juga pengembangan sistem mentoring antar guru BK untuk berbagi pengalaman dan praktik terbaik
3. Monitoring dan Evaluasi Perlunya pengembangan sistem monitoring dan evaluasi yang terstruktur untuk mengukur dampak jangka panjang program. Pentingnya dokumentasi dan diseminasi hasil program untuk mendukung replikasi di sekolah atau daerah lain.
4. Pengembangan Riset. Perlunya penelitian lanjutan untuk mengukur efektivitas modul pembinaan *self-efficacy* yang telah dikembangkan. Selain itu penting untuk melakukan studi longitudinal untuk memahami dampak jangka panjang program terhadap perilaku *maladjustment* siswa

Rekomendasi-rekomendasi ini diharapkan dapat menjadi panduan dalam pengembangan dan penyempurnaan program pembinaan *self-efficacy* di masa mendatang, sekaligus memberikan kontribusi pada upaya yang lebih luas dalam mengatasi permasalahan perilaku *maladjustment* di kalangan siswa SMA.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, S. A. (2021). Hubungan self-efficacy dan self-esteem dengan perilaku berisiko remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 9(2).
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.

- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial*. Erlangga.
- Bayu, B. L., Saraswati, S., & Hartati, M. T. S. (2015). Mengatasi perilaku maladjustment melalui konseling behavioristik dengan teknik pengkondisian operan. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 4(1). <https://doi.org/10.15294/ijgc.v4i1.7510>
- Dako, R. T. (2012). Kenakalan remaja. *Jurnal Inovasi*, 9(2).
- Fauziana. (2022). Pengaruh self-efficacy terhadap kemampuan memecahkan masalah IPA. *Pionir: Jurnal Pendidikan*, 11(1).
- Gerungan, W. A. (2004). *Psikologi sosial*. Refika Aditama.
- Herrero, A. M., Maestre, C. R., & González, V. (2008). Personality, cognitive appraisal and adjustment in chronic pain patients. *The Spanish Journal of Psychology*, 11(2), 531–540. <https://doi.org/10.1017/S1138741600004558>
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2005). Participatory action research: Communicative action and the public sphere. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The Sage handbook of qualitative research* (3rd ed., pp. 559–603). Sage Publications.
- Kurniawan, I. (2017). *Pengantar metode participatory action research*. Andi.
- Mikkelsen, B. (2005). *Methods for development work and research: A new guide for practitioners* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (2001). *Personality: Theory and research* (8th ed.). John Wiley & Sons.
- Rist, R. C., & Mohr, L. B. (1996). *Understanding and using theory in evaluation*. Sage Publications.
- Sartika, D., & Massuhartono. (2024). The impacts of intention, academic stress, and self-efficacy on high school students' maladjustment behaviors. *Indonesian Research Journal in Education (IRJE)*, 8(1).
- Sobur, A. (2003). *Psikologi umum*. Pustaka Setia.
- Stephoe, A., & Wardle, J. (2001). Locus of control and health behavior revisited: A multivariate analysis of young adults from 18

countries. *British Journal of Psychology*,
92(4), 659–672.
<https://doi.org/10.1348/000712601162400>

Suryani, L., Syahniar, & Zikra. (2013).
Penyesuaian diri pada masa pubertas.
Konselor: Jurnal Ilmiah Konseling, 2(1),
136–140.

Republik Indonesia. (2003). Undang-Undang
Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003
tentang Sistem Pendidikan Nasional.
Sekretariat Negara Republik Indonesia.