

## Pengaruh *Vicarious Experiences* terhadap *Self-Efficacy* Akademik Remaja

Sheila Syafitri Rahmadani<sup>1</sup>, Devi Rusli<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Departemen Psikologi, Universitas Negeri Padang

e-mail: [Sheilasyafitri56@gmail.com](mailto:Sheilasyafitri56@gmail.com)

### Abstrak

Tujuan studi penelitian ini adalah guna melihat adanya pengaruh *vicarious experiences* terhadap *self-efficacy* akademik remaja. Penelitian ini menggunakan metode desain *pretest-posttest control group design*. Sebanyak 60 siswa SMA Pertiwi 1 Padang terlibat dalam penelitian ini. Subjek dipilih dengan metode *simple random sampling*. Skala yang digunakan ialah skala *Self-Efficacy* Akademik oleh (Jannah, 2021) dan modul yang sudah dilakukan *professional judgement*. *Independent sample t-test* merupakan analisis data yang dipergunakan untuk penelitian ini. Analisis data memperlihatkan hasil Sig. (2-tailed) sebesar 0,012 dimana Sig. (2-tailed) < 0,05. Jika nilai tersebut diinterpretasikan yaitu 0,012 < 0,05, maka dapat dikatakan bahwa *vicarious experiences* mampu dalam meningkatkan *self-efficacy* akademik remaja.

**Kata kunci:** Self-efficacy Akademik, Vicarious Experiences, Remaja SMA

### Abstract

Purpose of this research study is to see the effect of vicarious experiences on academic self-efficacy of teenagers. This study used the pretest-posttest control group design method. A total of 60 students of SMA Pertiwi 1 Padang were involved in this study. The subjects were selected by simple random sampling. The scale used is the Academic Self-Efficacy scale by (Jannah, 2021) and modules that have been carried out by professional judgement. Independent sample t-test is an analysis of data used for this study. Data analysis showed a Sig. (2-tailed) result of 0.012 where Sig. (2-tailed) < 0.05. If the value is interpreted as 0.012 < 0.05, then it can be said that vicarious experiences are able to increase adolescent academic self-efficacy.

**Keywords:** Academic Self-Efficacy, Vicarious Experiences, High School Teens

### PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahap perkembangan yang kritis. Hal ini dikarenakan terjadinya proses peralihan pada masa anak-anak hingga menuju dewasa. Peralihan ini berkaitan dengan fungsi mental, fungsi fisik, dan juga fungsi psikologis (Prabowo, 2016). Fuhrmann menjabarkan pendapatnya bahwa tugas-tugas perkembangan remaja ialah sikap dan juga perilaku remaja itu sendiri terhadap bagaimana mereka menyikapi lingkungan yang ada di sekitarnya. Adanya perubahan-perubahan yang timbul ketika masa remaja, baik dari segi fisik maupun psikologisnya, membuat remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar serta juga tantangan hidup yang akan dihadapinya (Marliani, 2016).

Remaja yang masih mengenyam pendidikan juga memiliki tuntutan lainnya, yaitu tuntutan akademik. Tuntutan akademik ini tidak lepas dari suatu proses belajar siswa. Hanya saja, tidak semua siswa dapat belajar dengan baik. Tidak sedikit juga siswa yang menyontek ketika mengerjakan tugas ataupun mengerjakan ujian. Hal tersebut salah satunya ialah karena adanya pengaruh *self-efficacy* yang rendah.

*Self-efficacy* akademik ialah suatu keyakinan pada individu akan kemampuannya ketika memenuhi tuntutan-tuntutan pembelajaran (Herdian & Yendi, 2019). Siswa yang mempunyai

*self-efficacy* akademik tinggi akan menjadi semakin percaya diri ketika menyelesaikan tugas yang dihadapinya karena siswa tersebut yakin dengan kemampuannya. Sedangkan siswa dengan *self-efficacy* akademik rendah cenderung untuk menghindari tugas dan menyontek karena mereka kurang yakin dengan kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas (Valentin & Hadi, 2018). Hal ini dibuktikan oleh hasil penelitian yang dilakukan Sari dan Mariah (2017) bahwa *self-efficacy* berpengaruh akan meningkatnya suatu prestasi akademik mahasiswa. Ini dikarenakan peran *self-efficacy* memegang peranan penting untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Selain itu, pada penelitian Sari & Akmal (2018) terdapat 60% siswa SMA memiliki efikasi diri yang rendah. Rendahnya efikasi diri di kalangan siswa karena mengalami kesulitan dalam memenuhi tuntutan tugasnya seperti menghafal, menarik kesimpulan, dan menganalisis masalah. Bandura (dalam Ghufron & Risnawita, 2016) menjelaskan, *self-efficacy* akademik dapat ditingkatkan dengan salah satu cara, yaitu dengan *vicarious experiences*. *Vicarious experiences* adalah salah satu sumber yang bisa membuat *self-efficacy* akademik dengan cara mengamati keberhasilan orang lain yang kemampuan yang sama meningkat. Melalui *vicarious experiences*, remaja akan termotivasi dengan keberhasilan tersebut dan akan meningkatkan *self-efficacy* akademiknya agar dapat mencapai keberhasilan yang sama dengan orang lain.

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah tersebut, masih terdapat siswa yang memiliki *self-efficacy* akademik rendah sehingga perlu dilakukan peningkatan dalam *self-efficacy* akademik dengan salah satu sumber yang dapat meningkatkan *self-efficacy* akademik. Oleh sebab itu, peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti pengaruh *vicarious experiences* terhadap *self-efficacy* akademik remaja.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang mana memiliki tujuan untuk melihat hubungan sebab akibat diantara kedua faktor dengan melakukan sebuah *treatment* (Sudaryono, 2018). Desain yang digunakan dalam penelitian ini ialah *pretest-posttest control group design*. Penelitian ini menggunakan *simple random sampling* yaitu metode penarikan sampel secara acak. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini ialah siswa SMA Pertiwi 1 Padang sebanyak 60 siswa dengan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Penelitian ini dilakukan dengan memberikan *pre-test* dan *post-test* skala *self-efficacy* akademik pada kedua kelompok. Adapun perlakuan diberikan kepada kelompok eksperimen setelah diberikan *pre-test* dengan mengacu pada modul yang sudah dibuat. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan *independent sample t-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan kepada remaja yang bersekolah di SMA Pertiwi 1 Padang dengan berjumlah 60 siswa. Penelitian ini dibagi menjadi kelompok eksperimen yang mana kelompok ini diberi perlakuan dan juga kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan. Berdasarkan hasil penelitian, gambaran *self-efficacy* akademik pada remaja dalam penelitian ini mengalami peningkatan yang mana terlihat pada tabel 1. Terdapat nilai mean pada *pre-test* skala *self-efficacy* akademik sebesar 40,40 dan nilai *post-test* sebesar 43,67 pada kelompok eksperimen. Nilai *post-test* meningkat dari nilai *pre-test* setelah mendapat perlakuan pada kelompok eksperimen. Sedangkan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan, memiliki *self-efficacy* akademik yang cenderung menurun dibandingkan kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan.

**Tabel 1. Statistik Deskriptif**

Descriptive Statistics			
Kelompok	Mean	Std. Dev	Variance
Pre-Test Eksperimen	40,40	5,952	35,421
Post-Test Eksperimen	43,67	3,871	14,989
Pre-Test Kontrol	40,70	3,282	10,769
Post-Test Kontrol	40,47	5,575	31,085

Selain itu, didapatkan juga hasil bahwa terdapat pengaruh *vicarious experiences* terhadap *self-efficacy* akademik remaja yang mana tujuan dari penelitian ini tercapai. Hal ini dapat dilihat pada tabel 2 uji hipotesis menggunakan uji *independent sample t-test* yang mana diperoleh hasil Sig. (2-tailed) senilai  $0,012 < 0,05$ . Sehingga hal ini membuktikan adanya peningkatan dalam *self-efficacy* akademik sebelum menerima perlakuan dan sesudah menerima perlakuan yang mana dapat dilihat dari nilai *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen.

**Tabel 2. Uji Independent Samples Test**

		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)
Hasil Self-Efficacy Akademik	Equal variances assumed	2.516	.118	2.582	58	.012
	Equal variances not assumed			2.582	51.691	.013

Hipotesis yang diterima dalam penelitian ini membuktikan bahwa modul *vicarious experiences* yang diterapkan dalam penelitian ini mampu untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik remaja. Modul dibuat guna untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik remaja yang mana salah satu sumbernya berasal dari *vicarious experiences*. Modul berisikan mengenai kegiatan berupa *talkshow* dan juga konseling kelompok yang telah divalidasi dengan *professional judgment*. Penelitian oleh Billiny dan Purwanto (2020) menerangkan bahwa konseling kelompok dengan menggunakan teknik *vicarious experience* dan juga *enactive mastery experience*, mendapat hasil yang efektif pada peningkatan *self-efficacy* siswa SMA dalam pengambilan suatu keputusan karir. Materi dan juga kegiatan pada modul ini disusun agar subjek dapat mengamati keberhasilan-keberhasilan orang lain dalam bidang akademik sehingga *self-efficacy* subjek dapat meningkat.

Pada penelitian ini, peneliti tidak melakukan pengukuran berupa *post-test* secara berulang. Dengan hal ini, peneliti tidak dapat mengetahui apakah data yang didapatkan stabil atau tidak. Penelitian ini memiliki kelebihan yaitu terdapat modul atau panduan psikoedukasi *vicarious experiences*. Adapun modul ini dapat digunakan sebagai pedoman untuk peneliti lain ketika melaksanakan penelitian berikutnya yang berhubungan dengan penelitian ini. Hal ini dikarenakan modul ini sudah dilakukan validasi oleh tenaga *professional*. Selain itu, pada penelitian ini memakai dua kelompok sampel yang mana terdapat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

## SIMPULAN

Dari penelitian yang sudah dilaksanakan ini, bisa dinyatakan bahwa terjadi peningkatan *self-efficacy* akademik remaja setelah mendapat perlakuan berupa *vicarious experiences*. Tidak hanya itu, dalam penelitian ini juga disimpulkan bahwa adanya pengaruh *vicarious*

*experiences* terhadap *self-efficacy* akademik remaja. Peneliti yang ingin meneliti tentang penelitian ini disarankan agar dapat melakukan pengisian kuesioner *post-test* secara berulang agar mendapatkan data yang lebih akurat dan stabil. Selain itu, disarankan untuk lebih membangun *rapport* dengan subjek penelitian agar penelitian dapat berjalan dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Billiny, A. S., Sugiyo, E. P. (2020). The Use of Vicarious Experience and Enactive Mastery Experience to Improve Career Decision Making in Group Counseling. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(4), 113-117
- Ghufron, M. N & Risnawati, R. (2016). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media
- Herdian, A. H., & Yendi, F. M. (2019). Teknik Modelling: Sebuah Alternatif dalam Peningkatan Self Efficacy Akademik. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 89. <https://doi.org/10.23916/08412011>
- Marliani, R. (2016). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Pustaka Setia.
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologi remaja di sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*.
- Sari, R. N., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan Gaya Kelekatan Dengan Self-Efficacy Akademik Siswa SMA Di Jakarta. *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 14(1), 37. <https://doi.org/10.32528/ins.v14i1.1054>
- Sari, A. S. (2017). Kontribusi Self-Efficacy Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa PKK UST. *Jurnal Taman Vokasi*, 5(2), 136-142.
- Sudaryono. (2018). *Metodologi penelitian*. Depok : Rajawali Pers
- Valentin, R. R., & Hadi, N. U. (2018). Analisis Keyakinan Diri (Self Efficacy) Akademik Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Mata Pelajaran Ekonomi Kelas X Sma Negeri 1 Tulungagung Tahun Pelajaran 2017/2018. *JURNAL PENDIDIKAN EKONOMI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi Dan Ilmu Sosial*, 12(1), 142. <https://doi.org/10.19184/jpe.v12i1.7749>