

Evaluasi Program Psikoedukasi dalam Mendukung Kepercayaan Diri dan Self-Regulated Learning Siswa SMP Sekolah Rakyat 9 Bandung: Pendekatan Mixed Methods

Elsa Sri Wahyuni¹, Pratidina Ekanesia², Rifqi farisan Akbar³

Universitas Indonesia membangun

Penulis Korespondensi: elsasriwahyuni@student.inaba.ac.id¹,
pratidina.ekanesia@inaba.ac.id², rifqi.farisan@inaba.ac.id³

Article Information:

Received: 06 Agustus 2026; Accepted: 13 Agustus 2026, Published: 14 Agustus 2026

Abstract

This study aims to describe self-confidence and self-regulated learning, analyze their relationship with students' perceptions of a psychoeducational program, and explore the students' experiences at SMP Sekolah Rakyat 9 Bandung. The study employs a mixed-methods approach with an embedded design. Quantitative analysis was conducted on 46 respondents using descriptive statistics and multiple linear regression, while qualitative data were obtained through interviews and observations. The results indicate that self-confidence has a positive but non-significant relationship with perceptions of the program, whereas self-regulated learning shows a negative relationship that is also non-significant. Simultaneously, self-confidence and self-regulated learning do not provide sufficient explanatory power regarding the variation in students' perceptions of the psychoeducational program. Qualitative findings reveal changes in discipline, the courage to ask questions, the ability to seek help, and adaptation to the school environment, although some students still experience difficulties with public speaking. The study's results suggest that the evaluation of psychoeducational programs needs to consider broader psychological and contextual factors.

Keywords: Psychoeducation, Self-Confidence, Self-Regulated Learning, Student Perceptions, Sekolah Rakyat

1. Pendahuluan

Pendidikan pada masa remaja tidak hanya berkaitan dengan pencapaian akademik, tetapi juga dengan pembentukan kapasitas psikologis yang memungkinkan peserta didik beradaptasi terhadap tuntutan perkembangan dan lingkungan sosialnya. Masa remaja awal merupakan periode ketika individu menghadapi perubahan pada aspek kognitif, emosional, sosial, dan perilaku sehingga kemampuan memahami diri, mengelola respons emosional, serta memperoleh dukungan dari lingkungan menjadi semakin penting. [Ekanesia et al. \(2024\)](#) menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan remaja berkaitan dengan kondisi

kesehatan mental mereka. Dalam penelitian terhadap 721 siswa SMP berusia 13–15 tahun, kelompok dengan *perceived social support* yang lebih tinggi cenderung memperlihatkan kondisi kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan kelompok dengan tingkat dukungan yang lebih rendah. Temuan tersebut sejalan dengan [Wahdah dan Akbar \(2025\)](#), yang memperlihatkan bahwa pengalaman psikososial dan dukungan sosial merupakan bagian penting dari dinamika regulasi emosi pada remaja. Dengan demikian, lingkungan pendidikan perlu menyediakan dukungan yang tidak hanya berorientasi pada transfer pengetahuan, tetapi juga pada penguatan kemampuan psikologis siswa agar mereka mampu menghadapi tuntutan perkembangan secara lebih adaptif.

Kebutuhan tersebut menjadi semakin penting dalam konteks Sekolah Rakyat, yaitu program pendidikan berasrama gratis yang diperuntukkan bagi anak-anak dari keluarga miskin dan miskin ekstrem. Program ini dirancang tidak hanya untuk memperluas akses pendidikan, tetapi juga sebagai intervensi sosial jangka panjang untuk memutus transmisi kemiskinan antargenerasi. Berdasarkan data [Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, hingga April 2026](#) Sekolah Rakyat telah menjangkau hampir 15.000 siswa pada 166 lokasi di 36 provinsi dan melibatkan lebih dari 2.500 tenaga pendidik dan kependidikan. Karakteristik pendidikan berasrama memberikan siswa kesempatan memperoleh lingkungan belajar yang lebih terstruktur, tetapi sekaligus menuntut kemampuan beradaptasi dengan rutinitas, aturan, teman sebaya, guru, serta kondisi hidup yang berbeda dari lingkungan sebelumnya. Pada SMP Sekolah Rakyat 9 Bandung, observasi dan wawancara awal dengan guru BK, wali asuh, wali asrama, dan siswa menunjukkan bahwa sebagian siswa masih merasa minder, cenderung pasif dalam berinteraksi, ragu terhadap kemampuan sendiri, serta belum sepenuhnya nyaman menyampaikan pendapat atau tampil di depan kelas. Beberapa siswa juga masih menunjukkan ketergantungan pada orang lain ketika menghadapi kesulitan belajar. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses adaptasi siswa Sekolah Rakyat tidak hanya memerlukan dukungan akademik, tetapi juga penguatan aspek psikologis dan kemandirian belajar.

Salah satu aspek psikologis yang relevan dengan proses tersebut adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri menggambarkan kemampuan individu untuk memberikan penilaian positif terhadap dirinya, meyakini kapasitas yang dimiliki, bertindak secara bertanggung jawab, serta menghadapi situasi sosial dan akademik tanpa didominasi oleh keraguan yang berlebihan. Fatimah (2006) menempatkan keyakinan terhadap kemampuan diri, kemampuan mengendalikan diri, sikap objektif, serta pandangan positif terhadap diri dan lingkungan sebagai karakteristik penting kepercayaan diri. Lauster, sebagaimana dikutip dalam Tuzaroh (2025), juga mengemukakan bahwa kepercayaan diri berkaitan dengan keyakinan terhadap kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, serta kemampuan berpikir secara rasional dan realistis. Kerangka tersebut masih digunakan dalam penelitian terbaru mengenai kepercayaan diri remaja, termasuk [Yorissa dan Syariful \(2025\)](#), yang menempatkan kepercayaan diri sebagai salah satu kapasitas psikologis penting pada fase perkembangan remaja. Dalam konteks siswa Sekolah Rakyat, kepercayaan diri menjadi relevan karena keberanian bertanya, berinteraksi, menyampaikan pendapat, dan tampil di depan kelas merupakan bagian dari proses adaptasi terhadap lingkungan pendidikan yang baru. Studi psikologis [Akbar \(2022\)](#) juga menunjukkan bahwa kapasitas psikologis yang berkaitan dengan pengelolaan diri dapat ditingkatkan melalui intervensi terstruktur, yang memperkuat pentingnya menyediakan program pengembangan psikologis bagi peserta didik.

Selain kepercayaan diri, kemampuan siswa dalam mengelola kegiatan belajarnya juga merupakan bagian penting dari keberhasilan adaptasi akademik. Konsep *self-regulated learning*

menggambarkan proses aktif ketika siswa merencanakan tujuan, mengatur strategi, mengendalikan perilaku selama belajar, serta mengevaluasi hasil belajarnya. Dalam kerangka [Zimmerman \(2022\)](#), proses tersebut mencakup tiga fase utama, yaitu forethought, performance/volitional control, dan self-reflection. Ketiga fase tersebut menggambarkan bahwa keberhasilan belajar tidak semata-mata bergantung pada kemampuan kognitif, tetapi juga pada kemampuan siswa mengatur tujuan, mempertahankan usaha, memonitor perilaku, dan mengevaluasi strategi yang digunakan. [Almitha dan Sastri \(2025\)](#) menegaskan bahwa self-regulated learning membantu individu mempertahankan fokus terhadap tujuan belajar, mengelola proses belajar secara lebih mandiri, serta menyesuaikan strategi ketika menghadapi kesulitan. Dalam konteks pendidikan berasrama, kemampuan tersebut menjadi semakin penting karena siswa dituntut untuk menyesuaikan diri dengan jadwal dan tanggung jawab yang lebih terstruktur. Temuan awal di SMP Sekolah Rakyat 9 Bandung menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengatur aktivitas belajar secara mandiri, masih bergantung pada bantuan orang lain ketika menemui kesulitan, serta belum sepenuhnya percaya diri ketika harus mempresentasikan hasil belajar. Kondisi ini menunjukkan bahwa aspek kepercayaan diri dan SRL perlu dikembangkan secara bersamaan karena keduanya berhubungan dengan kesiapan siswa menjalani tuntutan akademik dan sosial.

Salah satu bentuk intervensi yang dapat digunakan untuk mendukung pengembangan kapasitas tersebut adalah psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan pendekatan yang mengintegrasikan unsur edukatif dan psikologis untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta keterampilan individu dalam menghadapi persoalan psikososial ([Asiyah & Mauliyah, 2021](#)). Nasri et al. (2023) menekankan bahwa psikoedukasi merupakan proses pemberian informasi psikologis yang disusun secara sistematis agar individu mampu memahami kondisinya dan mengembangkan respons yang lebih adaptif. Selain meningkatkan pemahaman, psikoedukasi dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan psikologis, meningkatkan kemampuan adaptasi, serta membantu individu mengenali dan memanfaatkan sumber daya personal maupun sosial yang tersedia ([Asiyah & Mauliyah, 2021](#); [Nurafni et al., 2024](#)).

Bukti mengenai potensi intervensi psikologis yang terstruktur juga dapat ditemukan dalam penelitian [Akbar \(2022\)](#), yang menunjukkan bahwa problem solving therapy dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada subjek yang diteliti. Dalam lingkungan pendidikan, penguatan kapasitas psikologis juga dapat dilakukan melalui kegiatan berbasis kelompok dan dukungan sebaya, sebagaimana ditunjukkan dalam program peer counseling training yang dikembangkan [Akbar et al. \(2024\)](#). Berdasarkan dasar tersebut, program psikoedukasi di SMP Sekolah Rakyat 9 Bandung dirancang dalam delapan sesi yang diarahkan pada pengenalan potensi diri, pembentukan pola pikir yang lebih positif, keberanian berinteraksi, serta pengembangan kemampuan mengelola proses belajar.

Dalam evaluasi program psikoedukasi, perubahan yang dirasakan peserta perlu dipahami tidak hanya dari karakteristik program, tetapi juga dari kondisi personal dan lingkungan tempat peserta menjalani proses pendidikan. Kepercayaan diri dan self-regulated learning dapat memengaruhi bagaimana siswa berpartisipasi, merespons materi, serta memaknai pengalaman yang diperoleh selama program. Pada saat yang sama, pengalaman siswa dalam lingkungan sekolah berasrama berlangsung secara bersamaan dengan berbagai bentuk dukungan dari guru, wali asuh, teman sebaya, serta rutinitas institusional. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa evaluasi program tidak cukup hanya melihat apakah siswa menunjukkan perubahan perilaku atau memberikan penilaian positif terhadap program, tetapi juga perlu mempertimbangkan bagaimana karakteristik psikologis siswa dan konteks sosial pendidikan berhubungan dengan

pengalaman mereka selama mengikuti program. Pendekatan mixed methods menjadi relevan dalam konteks ini karena memungkinkan hubungan antarvariabel ditelaah secara kuantitatif sekaligus memberikan ruang untuk memahami pengalaman siswa secara lebih mendalam melalui data kualitatif.

Meskipun studi mengenai kesehatan mental remaja, dukungan sosial, regulasi emosi, kepercayaan diri, dan pembelajaran mandiri telah berkembang, penelitian yang mengintegrasikan kepercayaan diri, self-regulated learning, dan evaluasi program psikoedukasi dalam konteks Sekolah Rakyat masih terbatas. [Ekanesia et al. \(2024\)](#) telah menunjukkan pentingnya dukungan sosial bagi kesehatan mental siswa SMP, sedangkan [Wahdah dan Akbar \(2025\)](#) memperlihatkan kompleksitas hubungan pengalaman psikososial dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja. Penelitian lain seperti [Akbar \(2022\)](#) menunjukkan bahwa intervensi psikologis terstruktur dapat menghasilkan perubahan pada kapasitas pengelolaan diri, tetapi konteks dan karakteristik intervensinya berbeda dengan kebutuhan siswa Sekolah Rakyat. Dengan karakteristik sebagai pendidikan berasrama bagi kelompok sosial ekonomi rentan, Sekolah Rakyat menghadirkan konteks yang khas karena siswa harus menghadapi proses adaptasi akademik, sosial, dan personal secara bersamaan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kondisi kepercayaan diri dan self-regulated learning siswa setelah mengikuti program psikoedukasi, menganalisis persepsi siswa terhadap program tersebut, serta mengeksplorasi pengalaman dan perubahan yang dirasakan siswa selama proses adaptasi di Sekolah Rakyat melalui pendekatan mixed methods. Integrasi data kuantitatif dan kualitatif diharapkan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai potensi program psikoedukasi dalam mendukung perkembangan psikologis dan kemandirian belajar siswa SMP Sekolah Rakyat 9 Bandung.

2. Literature Review

2.1 Self-Confidence

Kepercayaan diri merupakan salah satu kapasitas psikologis yang berperan dalam membantu individu menghadapi tuntutan personal, akademik, dan sosial. [Fatimah \(2006\)](#) menjelaskan kepercayaan diri sebagai sikap positif terhadap diri yang memungkinkan individu memahami kemampuan yang dimiliki dan memberikan penilaian terhadap dirinya secara lebih proporsional. Individu dengan tingkat kepercayaan diri yang baik cenderung mampu mengambil keputusan, mempertahankan keyakinan terhadap kapasitas diri, serta menghadapi berbagai situasi tanpa terlalu bergantung pada penilaian eksternal. Dalam kerangka Lauster, kepercayaan diri mencakup keyakinan terhadap kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, serta kemampuan berpikir secara rasional dan realistis (Lauster, as cited in [Tuzaroh, 2025](#)). Dengan demikian, kepercayaan diri tidak hanya tercermin dalam keberanian tampil di hadapan orang lain, tetapi juga pada kemampuan individu untuk mengenali potensi, menerima keterbatasan, dan merespons situasi secara adaptif.

Dalam konteks pendidikan, kepercayaan diri menjadi penting karena proses pembelajaran menuntut siswa untuk terlibat aktif dalam berbagai aktivitas akademik maupun sosial. Siswa perlu berani bertanya ketika tidak memahami materi, menyampaikan pendapat, mengambil bagian dalam diskusi, bekerja sama dengan teman sebaya, serta menampilkan kemampuan ketika memperoleh tugas presentasi. Tingkat kepercayaan diri yang rendah dapat membuat siswa cenderung menghindari situasi yang dianggap menantang, merasa ragu terhadap kemampuan diri, dan lebih mudah dipengaruhi oleh penilaian lingkungan. Sebaliknya, keyakinan terhadap kapasitas diri dapat mendorong keterlibatan yang lebih aktif serta

meningkatkan kesiapan siswa dalam menghadapi pengalaman belajar baru.

Kepercayaan diri pada remaja juga berkembang melalui interaksi antara karakteristik personal dan lingkungan sosial. Hal ini penting karena masa remaja merupakan periode ketika penilaian terhadap diri semakin dipengaruhi oleh interaksi dengan teman sebaya, guru, keluarga, dan lingkungan sosial lainnya. [Ekanesia et al. \(2024\)](#) menunjukkan bahwa remaja memiliki profil *perceived social support* yang berbeda, dan perbedaan tersebut berkaitan dengan kondisi kesehatan mental mereka. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa perkembangan psikologis remaja tidak berlangsung secara terpisah dari dukungan yang tersedia di lingkungan. Dalam konteks siswa yang memasuki lingkungan pendidikan baru, dukungan sosial dan pengalaman positif dapat menjadi sumber yang membantu pembentukan penilaian diri yang lebih adaptif.

Kepercayaan diri juga tidak harus dipahami sebagai karakter yang sepenuhnya menetap. Pengalaman belajar, interaksi sosial, umpan balik, dan intervensi psikologis dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk membangun penilaian yang lebih positif terhadap kemampuan dirinya. [Akbar \(2022\)](#), melalui penelitian mengenai *problem solving therapy*, menunjukkan bahwa kapasitas psikologis individu dapat mengalami perubahan setelah memperoleh intervensi yang diberikan secara terstruktur. Walaupun konstruk yang diteliti berbeda dengan kepercayaan diri, temuan tersebut memperlihatkan bahwa keterampilan psikologis dapat dikembangkan melalui proses pembelajaran dan latihan yang sistematis. Atas dasar tersebut, siswa yang memiliki kepercayaan diri lebih baik diperkirakan akan lebih terbuka untuk berpartisipasi dalam kegiatan psikoedukasi, lebih aktif terlibat dalam prosesnya, serta lebih mampu mengenali manfaat yang diperoleh dari program.

2.2 Self-Regulated Learning

Self-regulated learning merupakan kemampuan siswa untuk secara aktif mengatur berbagai aspek yang terlibat dalam proses belajar. Dalam kerangka [Zimmerman \(2002\)](#), regulasi belajar berlangsung melalui tiga fase yang saling berkaitan, yaitu *forethought*, *performance or volitional control*, dan *self-reflection*. Fase *forethought* berkaitan dengan kemampuan siswa menentukan tujuan serta merencanakan strategi sebelum melakukan aktivitas belajar. Fase *performance* mencakup penerapan strategi, pengendalian perhatian, pengaturan usaha, dan pemantauan diri selama proses pembelajaran. Sementara itu, fase *self-reflection* berkaitan dengan evaluasi terhadap hasil, strategi, dan pengalaman belajar yang telah berlangsung. Ketiga fase tersebut menunjukkan bahwa SRL merupakan proses dinamis yang melibatkan perencanaan, pengendalian, dan evaluasi diri secara berkelanjutan.

Kemampuan regulasi belajar memiliki posisi penting dalam pendidikan karena keberhasilan akademik tidak semata-mata ditentukan oleh kemampuan kognitif. Siswa juga perlu mengetahui bagaimana menetapkan prioritas, mengalokasikan waktu, mempertahankan perhatian, mengatasi kesulitan, mencari bantuan ketika diperlukan, dan mengevaluasi strategi yang telah digunakan. [Almitha dan Sastri \(2025\)](#) menjelaskan bahwa SRL membantu individu mempertahankan fokus terhadap tujuan belajar, mengelola proses pembelajaran secara mandiri, serta melakukan penyesuaian strategi ketika menghadapi hambatan. Oleh sebab itu, siswa dengan SRL yang baik bukan sekadar siswa yang dapat belajar tanpa bantuan, melainkan individu yang mampu memilih dan mengelola sumber daya belajar secara sadar sesuai dengan kebutuhan yang dihadapi.

Kebutuhan terhadap kemampuan tersebut semakin besar ketika siswa berada dalam lingkungan pendidikan berasrama. Kehidupan sekolah yang lebih terstruktur menuntut peserta didik untuk

mengelola jadwal akademik, aktivitas harian, hubungan sosial, dan berbagai tanggung jawab secara bersamaan. Dalam situasi seperti ini, kemampuan merencanakan dan memonitor proses belajar dapat membantu siswa menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan secara lebih efektif. Sebaliknya, keterbatasan SRL dapat membuat siswa lebih mudah bergantung pada bantuan eksternal, kesulitan mengatur prioritas, atau tidak konsisten dalam menjalankan strategi pembelajaran.

Regulasi belajar juga berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengelola respons ketika menghadapi hambatan. Proses belajar sering kali melibatkan kegagalan, ketidakpastian, dan kebutuhan untuk melakukan penyesuaian strategi. Penelitian [Wahdah dan Akbar \(2025\)](#) menunjukkan bahwa pengalaman psikososial memiliki hubungan dengan kemampuan regulasi emosi remaja. Meskipun regulasi emosi berbeda secara konseptual dengan SRL, temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa kemampuan regulasi pada masa remaja berkembang melalui interaksi yang kompleks antara kondisi personal dan pengalaman lingkungan. Atas dasar ini, siswa dengan SRL yang lebih berkembang diperkirakan lebih mampu mengikuti, mengolah, dan merefleksikan pengalaman yang diperoleh selama mengikuti program psikoedukasi.

2.3 Psychoeducation Program

Psikoedukasi merupakan pendekatan yang menggabungkan unsur psikologis dan edukatif dalam suatu proses pembelajaran yang terstruktur. [Asiyah dan Mauliyah \(2021\)](#) menjelaskan bahwa psikoedukasi bertujuan meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan keterampilan individu dalam menghadapi persoalan psikososial. [Nasri et al. \(2023\)](#) juga menempatkan psikoedukasi sebagai proses penyampaian informasi psikologis yang dilakukan secara sistematis agar individu mampu memahami kondisi yang dialami dan mengembangkan respons yang lebih adaptif. Dengan demikian, psikoedukasi tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga diarahkan pada pembentukan pemahaman dan keterampilan yang dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

Fungsi psikoedukasi dapat mencakup aspek preventif, promotif, dan pengembangan. [Nurafni et al. \(2024\)](#) menjelaskan bahwa psikoedukasi dapat membantu individu mengenali permasalahan, mengembangkan strategi *coping*, serta memanfaatkan sumber daya dan dukungan sosial yang tersedia. Fungsi psikoedukasi dapat mencakup aspek preventif, promotif, dan pengembangan. [Nurafni et al. \(2024\)](#) menjelaskan bahwa psikoedukasi dapat membantu individu mengenali permasalahan, mengembangkan strategi *coping*, serta memanfaatkan sumber daya dan dukungan sosial yang tersedia. Perspektif tersebut menunjukkan bahwa program psikoedukasi memiliki relevansi dalam konteks sekolah, khususnya ketika peserta didik sedang menghadapi proses adaptasi terhadap tuntutan akademik dan sosial yang baru.

Dalam lingkungan pendidikan, psikoedukasi dapat dirancang untuk mendorong peserta didik mengenali potensi personal, mengembangkan pola pikir yang konstruktif, meningkatkan keberanian dalam berinteraksi, serta membangun strategi untuk mengelola kegiatan belajar. Pendekatan semacam ini menjadi relevan ketika siswa tidak hanya membutuhkan pengetahuan akademik, tetapi juga keterampilan psikologis untuk menghadapi berbagai situasi di sekolah. Penelitian [Akbar \(2022\)](#) mengenai intervensi psikologis memperlihatkan bahwa proses yang diberikan secara sistematis dapat mendukung perubahan pada kemampuan regulasi individu. Sementara itu, pelatihan konseling sebaya yang dilakukan [Akbar et al. \(2024\)](#) memperlihatkan bahwa lingkungan pendidikan dapat menjadi ruang untuk mengembangkan keterampilan psikologis melalui kegiatan yang dirancang secara terstruktur.

Pada penelitian ini, psikoedukasi dilaksanakan melalui delapan sesi yang diarahkan pada pengenalan potensi diri, pengembangan pola pikir positif, peningkatan keberanian dalam berinteraksi, serta penguatan kemampuan mengatur proses belajar. Program tersebut tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga menyediakan aktivitas yang memungkinkan siswa merefleksikan pengalaman pribadi dan menghubungkannya dengan tuntutan kehidupan di sekolah. Oleh karena itu, persepsi siswa terhadap program menjadi penting untuk memahami sejauh mana kegiatan yang diberikan dianggap relevan, bermanfaat, dan sesuai dengan kebutuhan mereka.

2.4 Self-Confidence, Self-Regulated Learning, and Students' Perceptions of Psychoeducation

Persepsi terhadap program psikoedukasi menggambarkan bagaimana siswa menilai pengalaman yang diperoleh selama mengikuti kegiatan. Penilaian tersebut dapat mencakup pemahaman terhadap materi, relevansi kegiatan dengan kebutuhan pribadi, manfaat yang dirasakan, serta pengalaman dalam mengikuti seluruh rangkaian program. Persepsi peserta tidak selalu terbentuk hanya dari karakteristik program, tetapi juga dari kesiapan dan kondisi psikologis individu yang mengikutinya. Dua siswa yang mengikuti aktivitas yang sama dapat memberikan penilaian yang berbeda karena memiliki tingkat keterlibatan, pengalaman, dan kapasitas personal yang berbeda.

Kepercayaan diri merupakan salah satu karakteristik yang dapat berkaitan dengan proses tersebut. Siswa yang memiliki keyakinan lebih positif terhadap dirinya cenderung lebih berani menyampaikan pendapat, mengikuti aktivitas kelompok, mencoba pengalaman baru, dan terlibat dalam latihan yang diberikan selama kegiatan. Partisipasi yang lebih aktif memungkinkan siswa memiliki pengalaman yang lebih luas untuk menilai manfaat suatu program. Sebaliknya, siswa yang masih merasa ragu atau takut menghadapi situasi sosial tertentu dapat mengalami keterbatasan dalam mengeksplorasi kegiatan yang diberikan. Oleh karena itu, semakin baik kepercayaan diri siswa, semakin besar kemungkinan mereka memberikan evaluasi yang positif terhadap pengalaman psikoedukasi yang telah diikuti.

SRL juga dapat berhubungan dengan cara peserta didik memahami dan mengevaluasi kegiatan psikoedukasi. Siswa dengan kemampuan regulasi belajar yang baik memiliki kecenderungan lebih kuat untuk menetapkan tujuan, mempertahankan perhatian, memonitor pengalaman, serta merefleksikan hasil yang diperoleh. Kemampuan tersebut memungkinkan peserta didik tidak hanya mengikuti aktivitas secara pasif, tetapi juga menghubungkan materi yang diperoleh dengan kebutuhan belajar maupun pengalaman personalnya. Dari perspektif ini, kemampuan refleksi yang menjadi bagian dari SRL dapat membantu siswa mengenali manfaat dan keterbatasan kegiatan psikoedukasi secara lebih sistematis.

Kepercayaan diri dan SRL pada akhirnya merepresentasikan dua kapasitas personal yang berbeda, tetapi dapat bekerja secara komplementer. Kepercayaan diri berkaitan dengan keyakinan untuk menghadapi tuntutan dan terlibat dalam lingkungan, sementara SRL berkaitan dengan kemampuan mengorganisasi, memonitor, dan mengevaluasi proses pencapaian tujuan. Dalam program psikoedukasi, keterlibatan siswa membutuhkan keberanian untuk berpartisipasi sekaligus kemampuan untuk memproses dan merefleksikan pengalaman yang diperoleh. Karena itu, kedua karakteristik tersebut diperkirakan secara bersama-sama berkaitan dengan bagaimana siswa memberikan penilaian terhadap program psikoedukasi.

Hubungan tersebut perlu dipahami dengan tetap memperhatikan bahwa proses psikologis remaja tidak berlangsung secara sederhana. [Ekanesia et al. \(2024\)](#) menunjukkan bahwa kondisi

psikologis siswa berkaitan dengan tingkat dukungan sosial yang mereka persepsikan, sementara [Wahdah dan Akbar \(2025\)](#) memperlihatkan bahwa hubungan antara pengalaman psikososial, dukungan sosial, dan kemampuan regulasi dapat menghasilkan pola yang berbeda ketika diuji secara empiris. Hal ini menunjukkan perlunya pengujian langsung terhadap hubungan antarvariabel dan tidak hanya mengandalkan asumsi teoritis. Berdasarkan kerangka tersebut, penelitian ini menguji apakah kepercayaan diri dan *self-regulated learning*, baik secara individual maupun bersama-sama, memiliki keterkaitan dengan persepsi siswa terhadap program psikoedukasi yang telah mereka ikuti.

3. Research Method

3.1 Research Design

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed methods* dengan desain *embedded*, yaitu data kuantitatif digunakan sebagai sumber data utama, sedangkan data kualitatif berfungsi memperkaya dan memberikan konteks terhadap hasil kuantitatif. Pendekatan ini dipilih karena evaluasi program psikoedukasi tidak hanya memerlukan pengukuran kondisi psikologis siswa, tetapi juga pemahaman terhadap pengalaman yang mereka rasakan selama mengikuti program. Data kuantitatif meliputi kepercayaan diri, *self-regulated learning* (SRL), dan persepsi siswa terhadap program psikoedukasi, sedangkan data kualitatif diperoleh melalui wawancara dan observasi.

Pengumpulan data dilakukan setelah siswa menyelesaikan delapan sesi program psikoedukasi. Dengan demikian, penelitian ini merupakan evaluasi pascaintervensi dan tidak menggunakan *pretest* maupun kelompok kontrol. Oleh karena itu, hasil penelitian tidak dimaksudkan untuk membuktikan hubungan kausal antara program psikoedukasi dan perubahan kepercayaan diri atau SRL, tetapi untuk menggambarkan kondisi siswa setelah mengikuti program, menganalisis hubungan antarvariabel, serta mengeksplorasi pengalaman siswa selama proses tersebut. Struktur ini sekaligus memperbaiki rancangan awal naskah yang sebelumnya masih menggunakan istilah efektivitas secara terlalu luas.

3.2 Participants and Sampling

Populasi penelitian terdiri atas seluruh siswa SMP Sekolah Rakyat 9 Bandung yang terdaftar pada tahun ajaran 2025/2026. Populasi awal berjumlah 47 siswa yang berasal dari kelas VII A dan VII B. Karena jumlah populasi relatif terbatas, penelitian menggunakan teknik sampling jenuh atau *total sampling*, sehingga seluruh anggota populasi dilibatkan pada tahap pengumpulan data.

Pemeriksaan kelengkapan data menunjukkan bahwa satu responden tidak menyelesaikan instrumen *self-regulated learning* secara lengkap. Untuk menjaga konsistensi analisis dan memastikan bahwa setiap kasus memiliki data pada seluruh variabel penelitian, responden tersebut tidak disertakan dalam analisis kuantitatif. Dengan demikian, sampel analisis final berjumlah 46 responden dengan data lengkap. Pendekatan *complete-case analysis* ini diterapkan secara konsisten pada statistik deskriptif, pengujian instrumen, dan analisis regresi.

3.3 Research Instruments

Data kuantitatif dikumpulkan menggunakan tiga instrumen, yaitu skala kepercayaan diri, skala *self-regulated learning*, dan kuesioner persepsi siswa terhadap program psikoedukasi. Seluruh instrumen menggunakan skala Likert lima poin.

Tabel 1. Instrumen Penelitian

Published by:

Variabel	Dasar Instrumen	Jumlah Item	Skala
Kepercayaan Diri (X_1)	Adaptasi Pohan (2023) berdasarkan konsep Fatimah dan Lauster	12	Likert 5 poin
Self-Regulated Learning (X_2)	Berdasarkan kerangka SRL Zimmerman	42	Likert 5 poin
Persepsi Siswa terhadap Program Psikoedukasi (Y)	Kuesioner evaluasi pengalaman dan manfaat program yang disesuaikan dengan konteks psikoedukasi	26	Likert 5 poin
Total		80	

Instrumen kepercayaan diri mencakup aspek keyakinan terhadap kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, serta kemampuan berpikir rasional dan realistis. Pengukuran SRL mengacu pada proses *forethought*, *performance/volitional control*, dan *self-reflection*. Sementara itu, instrumen persepsi program digunakan untuk menangkap evaluasi siswa terhadap pengalaman serta manfaat program yang mereka rasakan. Karena instrumen terakhir merupakan adaptasi dalam konteks pendidikan, skor tersebut diinterpretasikan sebagai persepsi siswa terhadap program, bukan sebagai ukuran langsung efektivitas intervensi.

3.4 Data Collection Procedure

Program psikoedukasi dilaksanakan dalam delapan sesi yang berorientasi pada pengenalan potensi diri, pengembangan pola pikir positif, peningkatan keberanian dalam interaksi sosial, serta penguatan kemampuan mengelola kegiatan belajar. Setelah seluruh sesi selesai, siswa mengisi instrumen kepercayaan diri, SRL, dan persepsi terhadap program psikoedukasi.

Data kualitatif diperoleh melalui wawancara dan observasi. Wawancara diarahkan untuk menggali pengalaman siswa mengenai perubahan kebiasaan, keberanian dalam pembelajaran, adaptasi terhadap lingkungan Sekolah Rakyat, serta hambatan yang masih dirasakan. Observasi digunakan untuk memperkuat interpretasi terhadap perilaku dan interaksi siswa dalam lingkungan sekolah.

3.5 Data Analysis

Statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan standar deviasi. Konsistensi internal instrumen diperiksa menggunakan Cronbach's Alpha. Analisis regresi linear berganda selanjutnya digunakan untuk menguji kemampuan kepercayaan diri dan SRL dalam menjelaskan variasi persepsi siswa terhadap program psikoedukasi.

Model regresi dirumuskan sebagai:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \varepsilon$$

dengan (Y) merupakan persepsi siswa terhadap program psikoedukasi, (X_1) kepercayaan diri, (X_2) *self-regulated learning*, α konstanta, β koefisien regresi, dan ε komponen galat. Taraf signifikansi ditetapkan pada ($p < 0,05$).

Sebelum interpretasi regresi, asumsi model diperiksa melalui normalitas residual, multikolinearitas, heteroskedastisitas, dan independensi residual. Data kualitatif dianalisis menggunakan model analisis interaktif [Miles et al. \(2014\)](#) melalui proses kondensasi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan.

4. Findings and Discussion

Published by:

4.1 Descriptive Findings

Analisis deskriptif dilakukan terhadap 46 responden yang memiliki data lengkap pada seluruh variabel penelitian. Hasil analisis menunjukkan adanya variasi skor yang cukup besar pada kepercayaan diri, SRL, maupun persepsi siswa terhadap program psikoedukasi.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	SD
Kepercayaan Diri	46	14	44	26,39	6,202
Self-Regulated Learning	46	45	139	82,33	19,347
Persepsi terhadap Program Psikoedukasi	46	61	130	91,72	14,494

Sumber: Data penelitian diolah, 2026.

Kepercayaan diri memperoleh skor rata-rata sebesar 26,39 dengan standar deviasi 6,202 dan rentang skor 14–44. SRL memiliki rata-rata sebesar 82,33 dengan standar deviasi 19,347 dan rentang skor 45–139. Sementara itu, persepsi siswa terhadap program psikoedukasi memperoleh rata-rata 91,72 dengan standar deviasi 14,494 dan rentang skor 61–130. Variasi skor terbesar ditemukan pada SRL, yang menunjukkan heterogenitas kemampuan siswa dalam merencanakan, mengendalikan, dan mengevaluasi kegiatan belajarnya.

Penelitian tidak mengategorikan skor sebagai rendah, sedang, atau tinggi karena tidak tersedia titik potong normatif yang tervalidasi untuk populasi penelitian. Oleh karena itu, skor ketiga variabel dipertahankan dalam bentuk kontinu untuk analisis berikutnya.

4.2 Instrument Quality

Hasil perhitungan ulang menunjukkan bahwa ketiga instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang memadai hingga sangat baik.

Tabel 3. Reliabilitas Instrumen Penelitian

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	Interpretasi
Kepercayaan Diri	12	0,688	Memadai
Self-Regulated Learning	42	0,921	Sangat baik
Persepsi Program Psikoedukasi	26	0,859	Baik

Nilai Cronbach's Alpha tertinggi diperoleh pada instrumen SRL ($\alpha = 0,921$), diikuti persepsi terhadap program psikoedukasi ($\alpha = 0,859$). Instrumen kepercayaan diri menghasilkan koefisien yang lebih rendah ($\alpha = 0,688$), tetapi masih menunjukkan konsistensi internal yang memadai untuk analisis eksploratif.

Khusus instrumen persepsi program, reliabilitas yang baik menunjukkan bahwa respons antaritem relatif konsisten. Namun, karena instrumen tersebut merupakan hasil penyesuaian terhadap konteks program psikoedukasi, temuan penelitian dibatasi pada persepsi siswa terhadap program dan tidak digunakan sebagai bukti objektif bahwa program efektif meningkatkan kondisi psikologis siswa.

4.3 Regression Assumption Tests

Sebelum pengujian model regresi dilakukan, sejumlah asumsi statistik diperiksa untuk memastikan kelayakan model.

Tabel 4. Ringkasan Pengujian Asumsi Regresi

Pengujian	Hasil	Interpretasi
Shapiro-Wilk residual	p = 0,228	Residual berdistribusi normal
Kolmogorov-Smirnov residual	p = 0,842	Residual berdistribusi normal
Breusch-Pagan	p = 0,891	Tidak terdapat indikasi heteroskedastisitas
Durbin-Watson	2,167	Tidak terdapat indikasi autokorelasi serius
Tolerance	0,454	Memenuhi kriteria
VIF	2,204	Tidak terdapat multikolinearitas bermasalah

Nilai signifikansi pada pengujian normalitas berada di atas 0,05, yang menunjukkan bahwa distribusi residual tidak menyimpang secara signifikan dari distribusi normal. Pengujian heteroskedastisitas juga tidak menunjukkan adanya masalah ($p = 0,891$). Nilai Durbin-Watson sebesar 2,167 berada di sekitar nilai 2, sedangkan VIF sebesar 2,204 masih jauh di bawah batas umum yang menunjukkan adanya multikolinearitas serius. Dengan demikian, data dinilai memadai untuk dianalisis menggunakan regresi linier berganda.

4.4 Multiple Regression Results

Analisis regresi linear berganda digunakan untuk menguji kemampuan kepercayaan diri dan SRL dalam menjelaskan persepsi siswa terhadap program psikoedukasi.

Tabel 5. Model Regresi Linear Berganda

Prediktor	B	SE	Beta	t	p
Konstanta	102,827	9,907	–	10,379	<0,001
Kepercayaan Diri	0,515	0,508	0,220	1,014	0,316
Self-Regulated Learning	-0,300	0,163	-0,401	-1,843	0,072

Persamaan regresi yang diperoleh adalah:

$$Y = 102,827 + 0,515X_1 - 0,300X_2$$

Koefisien kepercayaan diri menunjukkan arah positif sebesar 0,515. Artinya, secara matematis peningkatan satu satuan skor kepercayaan diri berkaitan dengan peningkatan sekitar 0,515 satuan skor persepsi terhadap program ketika SRL dikendalikan. Namun, hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik ($t = 1,014$; $p = 0,316$). Dengan demikian, data belum memberikan bukti bahwa kepercayaan diri merupakan prediktor yang signifikan terhadap persepsi siswa mengenai program psikoedukasi.

SRL menghasilkan koefisien negatif sebesar -0,300 dengan $\beta = -0,401$. Walaupun arah hubungan menunjukkan bahwa skor SRL yang lebih tinggi cenderung berkaitan dengan penilaian program yang lebih rendah, hubungan tersebut juga belum mencapai signifikansi statistik pada taraf 5% ($t = -1,843$; $p = 0,072$). Oleh karena itu, arah negatif tersebut perlu diperlakukan sebagai kecenderungan empiris dalam sampel, bukan sebagai bukti adanya pengaruh negatif yang dapat digeneralisasi.

Koefisien Determinasi dan Uji Simultan

Hasil analisis model menunjukkan:

$R^2 = 0,079$ dan: Adjusted $R^2 = 0,036$

Dengan demikian, kepercayaan diri dan SRL secara bersama-sama menjelaskan sekitar 7,9% variasi persepsi siswa terhadap program psikoedukasi. Sisanya, sekitar 92,1%, berkaitan dengan variasi yang tidak dijelaskan oleh kedua prediktor dalam model.

Published by:

Pengujian simultan menghasilkan:

$$F(2,43)=1,832;\text{quad } p=0,172$$

Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, model regresi secara keseluruhan tidak signifikan. Dengan demikian, kepercayaan diri dan SRL secara simultan belum memberikan kemampuan penjas yang cukup kuat terhadap variasi persepsi siswa mengenai program psikoedukasi.

Temuan tersebut sekaligus menunjukkan bahwa ekspektasi teoretis pada bagian sebelumnya tidak memperoleh dukungan statistik yang memadai. Hasil yang tidak signifikan tetap merupakan temuan ilmiah dan tidak perlu diarahkan secara paksa agar sesuai dengan hipotesis.

4.5 Discussion

Analisis data wawancara menunjukkan empat tema utama yang menggambarkan pengalaman siswa selama menjalani pendidikan di Sekolah Rakyat dan mengikuti program psikoedukasi, yaitu perubahan kebiasaan dan kedisiplinan, peningkatan keberanian dalam proses pembelajaran, adaptasi terhadap lingkungan sekolah, serta tantangan dalam berbicara di depan umum. Keempat tema tersebut menunjukkan bahwa pengalaman siswa tidak hanya berkaitan dengan aspek akademik, tetapi juga dengan proses penyesuaian psikologis dan sosial. Dalam konteks perkembangan remaja, dukungan lingkungan memiliki peran penting karena persepsi terhadap dukungan sosial berkaitan dengan kondisi kesehatan mental remaja ([Ekanesia et al., 2024](#)).

4.5.1 Perubahan Kebiasaan dan Kedisiplinan

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami perubahan pada kebiasaan sehari-hari setelah memasuki lingkungan Sekolah Rakyat. Perubahan terutama terlihat pada kebiasaan bangun lebih awal, keteraturan menjalankan aktivitas, pola makan, pelaksanaan kegiatan keagamaan, serta kepatuhan terhadap jadwal sekolah. Salah satu siswa menjelaskan bahwa ketika berada di rumah ia terbiasa bangun sekitar pukul tujuh atau delapan pagi, sedangkan selama tinggal di Sekolah Rakyat aktivitas sudah dimulai sejak sekitar pukul empat pagi untuk mempersiapkan diri dan mengikuti kegiatan keagamaan. Temuan tersebut menggambarkan proses penyesuaian terhadap pola kehidupan yang lebih terstruktur.

Perubahan rutinitas tersebut dapat dipahami sebagai bagian dari berkembangnya pengelolaan diri. Dalam konteks akademik, kemampuan mengatur waktu, aktivitas, dan tanggung jawab merupakan aspek penting dalam membantu individu menghadapi tuntutan belajar. [Sastri \(2022\)](#) menunjukkan bahwa persoalan prokrastinasi akademik berkaitan dengan bagaimana mahasiswa mengelola tanggung jawab akademiknya, sehingga diperlukan strategi pengelolaan diri untuk mengurangi kecenderungan menunda pekerjaan. Meskipun penelitian tersebut dilakukan pada mahasiswa, prinsip pengaturan aktivitas tetap relevan untuk memahami pentingnya pembentukan kebiasaan belajar yang terstruktur sejak jenjang sekolah.

Namun demikian, perubahan kedisiplinan pada siswa dalam penelitian ini tidak dapat diatribusikan secara eksklusif kepada program psikoedukasi. Siswa secara bersamaan menjalani kehidupan berasrama yang memiliki jadwal, aturan, pendampingan wali asuh, serta rutinitas institusional. Oleh sebab itu, perubahan kebiasaan yang ditemukan lebih tepat dipahami sebagai bagian dari proses adaptasi siswa terhadap ekosistem Sekolah Rakyat secara keseluruhan.

4.5.2 Peningkatan Keberanian dalam Proses Pembelajaran

Published by:

Tema kedua menunjukkan bahwa sebagian siswa mulai memperlihatkan keberanian yang lebih besar dalam mengikuti proses pembelajaran. Siswa melaporkan bahwa mereka menjadi lebih bersedia bertanya kepada guru ketika mengalami kesulitan, menjawab pertanyaan, meminta bantuan, dan berpartisipasi dalam kegiatan kelas. Salah satu siswa menyatakan bahwa ketika menghadapi tugas yang sulit, ia memilih untuk bertanya agar tidak mengalami kesalahan pemahaman.

Keberanian meminta bantuan dapat dipahami sebagai bentuk penggunaan sumber daya sosial secara adaptif dan tidak selalu menunjukkan ketergantungan. Ketika siswa mampu mengenali keterbatasan pemahaman dan kemudian mencari dukungan yang relevan, perilaku tersebut dapat menjadi bagian dari strategi menghadapi tuntutan belajar. Pentingnya dukungan sosial pada masa remaja juga ditunjukkan oleh [Ekanesia et al. \(2024\)](#), yang menemukan bahwa perbedaan tingkat *perceived social support* berkaitan dengan perbedaan kondisi kesehatan mental remaja. Dalam lingkungan sekolah, keberadaan guru, teman sebaya, dan wali asuh dengan demikian dapat menjadi sumber dukungan psikologis yang membantu siswa menghadapi kesulitan akademik maupun sosial.

Temuan mengenai keberanian dalam menghadapi tuntutan akademik juga dapat dilihat dari perspektif keyakinan terhadap kapasitas personal. [Mukaromah dan Sastri \(2025\)](#) menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki relevansi terhadap kesejahteraan psikologis ketika individu menghadapi tuntutan dan kecemasan masa depan. Walaupun *self-efficacy* berbeda secara konseptual dari kepercayaan diri, kedua konsep sama-sama menekankan pentingnya keyakinan individu terhadap kapasitas dirinya dalam menghadapi situasi yang menantang.

4.5.3 Adaptasi terhadap Lingkungan Sekolah Rakyat

Hasil wawancara menunjukkan bahwa proses memasuki Sekolah Rakyat pada awalnya menimbulkan berbagai respons emosional. Beberapa siswa mengungkapkan rasa takut dan cemas karena harus tinggal jauh dari keluarga, berinteraksi dengan teman-teman baru, serta menghadapi lingkungan yang belum dikenal. Kekhawatiran juga muncul mengenai kemungkinan mengalami perundungan atau kesulitan membangun hubungan sosial. Seiring berjalannya waktu, siswa mulai menunjukkan kenyamanan yang lebih besar dalam berinteraksi dengan teman, guru, dan wali asuh. Salah satu siswa menggambarkan pengalaman tersebut secara positif karena memperoleh teman-teman baru.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa adaptasi siswa merupakan proses yang melibatkan hubungan antara karakteristik personal dan pengalaman terhadap lingkungan. [Nuradina et al. \(2023\)](#) menunjukkan bahwa karakteristik personal memiliki peran dalam pembentukan persepsi positif terhadap iklim lingkungan institusional. Walaupun penelitian tersebut dilakukan dalam konteks universitas, temuan tersebut memberikan perspektif bahwa individu tidak selalu memberikan respons yang sama terhadap lingkungan yang serupa karena proses persepsi turut dipengaruhi karakteristik personal.

Adaptasi juga menuntut kemampuan mengubah pola perilaku ketika menghadapi kondisi baru. [Bernadus dan Prasetyaningtyas \(2023\)](#) menekankan pentingnya kemampuan beradaptasi ketika individu menghadapi perubahan dan tuntutan lingkungan. Dalam konteks penelitian ini, perpindahan dari lingkungan keluarga menuju sistem pendidikan berasrama merupakan perubahan yang cukup besar sehingga siswa membutuhkan waktu untuk membangun rutinitas baru, hubungan sosial baru, dan cara menghadapi tuntutan yang sebelumnya tidak mereka alami.

4.5.4 Tantangan dalam Berbicara di Depan Umum

Meskipun terdapat perubahan positif pada interaksi sehari-hari, beberapa siswa masih melaporkan kesulitan ketika menghadapi situasi yang menuntut penampilan di depan banyak orang. Hambatan tersebut muncul ketika siswa harus melakukan presentasi di depan kelas, menyampaikan laporan kegiatan, berbicara saat apel, atau menyampaikan informasi kepada teman-temannya. Kondisi ini menunjukkan bahwa perkembangan kepercayaan diri tidak terjadi secara seragam pada setiap situasi.

Siswa dapat merasa cukup nyaman ketika berinteraksi secara interpersonal tetapi tetap mengalami keraguan ketika menjadi pusat perhatian kelompok. Oleh karena itu, kemampuan berbicara di depan umum memerlukan proses pengembangan yang lebih spesifik dibandingkan keberanian dalam komunikasi sehari-hari. Latihan yang dilakukan secara bertahap, kesempatan memperoleh pengalaman keberhasilan, serta lingkungan yang memberikan umpan balik secara suportif dapat menjadi bagian penting dari pengembangan kemampuan tersebut.

Dalam proses tersebut, kualitas lingkungan sosial tetap perlu diperhatikan. [Ekanesia et al. \(2024\)](#) menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan kondisi psikologis remaja. Oleh karena itu, pengembangan keberanian siswa sebaiknya tidak hanya diarahkan pada tuntutan agar siswa mampu tampil, tetapi juga pada penciptaan lingkungan belajar yang memberikan rasa aman untuk mencoba, melakukan kesalahan, dan memperoleh dukungan dari guru maupun teman sebaya.

Sintesis Temuan Kualitatif

Secara keseluruhan, temuan kualitatif memperlihatkan bahwa siswa mengalami proses penyesuaian yang multidimensional selama berada di Sekolah Rakyat. Perubahan tidak hanya terlihat pada keteraturan aktivitas, tetapi juga pada keberanian berinteraksi, penggunaan dukungan sosial ketika mengalami kesulitan, serta kemampuan membangun kenyamanan dalam lingkungan baru. Temuan tersebut sejalan dengan argumentasi bahwa perkembangan psikologis remaja dipengaruhi oleh interaksi antara sumber daya personal dan kondisi lingkungan sosial ([Ekanesia et al., 2024](#); [Nuradina et al., 2023](#)).

Namun, hasil wawancara juga memperlihatkan bahwa perubahan belum terjadi secara merata. Kesulitan berbicara di depan umum masih ditemukan pada sebagian siswa, sementara perubahan kedisiplinan juga berlangsung bersamaan dengan penerapan sistem pendidikan berasrama. Oleh sebab itu, temuan kualitatif tidak digunakan untuk menyimpulkan bahwa seluruh perubahan merupakan akibat langsung dari program psikoedukasi. Temuan tersebut lebih tepat dipahami sebagai gambaran pengalaman siswa selama periode program dan proses adaptasi mereka di lingkungan Sekolah Rakyat. Pendekatan interpretasi yang hati-hati ini penting karena desain penelitian tidak menggunakan pengukuran *pretest-posttest* maupun kelompok kontrol.

5. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi siswa terhadap program psikoedukasi tidak dapat dijelaskan secara memadai hanya melalui kepercayaan diri dan *self-regulated learning*. Berdasarkan analisis terhadap 46 responden dengan data lengkap, kepercayaan diri menunjukkan arah hubungan positif dengan persepsi terhadap program, tetapi tidak signifikan secara statistik ($B=0,515$; $p=0,316$). *Self-regulated learning* menunjukkan arah hubungan negatif ($B=-0,300$), namun hubungan tersebut juga belum mencapai tingkat signifikansi 5%

(($p=0,072$)). Secara simultan, kedua variabel hanya mampu menjelaskan sekitar 7,9% variasi persepsi siswa terhadap program psikoedukasi (($R^2=0,079$)), dan model regresi secara keseluruhan tidak signifikan (($F(2,43)=1,832$; $p=0,172$)).

Temuan kuantitatif tersebut dilengkapi oleh hasil wawancara yang memperlihatkan pengalaman siswa yang lebih beragam. Siswa melaporkan perubahan pada kedisiplinan, keteraturan aktivitas, keberanian untuk bertanya dan meminta bantuan, serta kemampuan beradaptasi dengan lingkungan Sekolah Rakyat. Di sisi lain, sebagian siswa masih mengalami hambatan ketika harus berbicara atau tampil di depan umum. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman siswa selama mengikuti program berlangsung bersamaan dengan proses adaptasi terhadap sistem pendidikan berasrama, dukungan guru dan wali asuh, serta interaksi dengan teman sebaya. Karena itu, perubahan yang dirasakan siswa tidak dapat diatribusikan secara langsung dan eksklusif kepada program psikoedukasi.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa evaluasi program psikoedukasi pada siswa Sekolah Rakyat perlu mempertimbangkan faktor yang lebih luas daripada kepercayaan diri dan *self-regulated learning*. Program selanjutnya dapat dikembangkan dengan pendekatan yang lebih sesuai dengan kebutuhan individual siswa, terutama melalui penguatan keterampilan berbicara di depan umum, pengelolaan belajar, dukungan sosial, dan latihan adaptasi secara bertahap. Penelitian berikutnya disarankan menggunakan desain *pretest-posttest*, kelompok pembandingan, serta melibatkan variabel lain seperti dukungan sosial, *self-efficacy*, keterlibatan siswa, dan persepsi terhadap kualitas fasilitasi agar efektivitas program dapat dievaluasi secara lebih kuat.

References

- Akbar, R. F. (2022). Efektivitas problem solving therapy untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi. *Schema: Journal of Psychological Research*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.5002>
- Akbar, R. F., Sastri, P. D., Djaelani, B. P. P., Azzahra, S. M., Halawa, W. N. H., Bernadus, B., & Oktaviani, F. (2024). Peer mentoring training for students. *Inaba of Community Services Journal*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.56956/inacos.v3i1.276>
- Almitha, S., & Sastri, P. D. (2025). Hubungan role conflict dan self regulated learning dengan student engagement pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun kelas reguler sore. *Jurnal ISO: Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Humaniora*, 5(2), Article 14. <https://doi.org/10.53697/iso.v5i2.2792>
- Asiyah, N., & Mauliyah, A. (2021). Penerapan psikoedukasi tentang pengetahuan kesiapan sekolah anak terhadap ibu untuk meningkatkan kemandirian anak. *Tunjuk Ajar: Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 4(2), 191–199. <https://doi.org/10.31258/jta.v4i2.191-199>
- Bernadus, B., & Prasetyaningtyas, S. (2023). *Memimpin melalui perubahan dan disruptsi: Strategi dan keterampilan untuk bertahan di dunia yang berubah dengan cepat*. Deepublish.

- Ekanesia, P., Akbar, R. F., & Sastri, P. D. (2024). Profil perceived social support dan hubungannya dengan kesehatan mental remaja di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 22(1), 21–33. <https://doi.org/10.47007/jpsi.v22i01.361>
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi perkembangan: Perkembangan peserta didik*. Pustaka Setia.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. (2026, May 8). *Sekolah Rakyat hadir memutus rantai kemiskinan melalui pendidikan*.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Mukaromah, U. L., & Sastri, P. D. (2025). The role of future anxiety and self-efficacy on final-year students' psychological well-being. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(7), 3413–3423. <https://doi.org/10.59141/japendi.v6i7.8425>
- Nasri, L. A., Maulana, R., & Sahrazad, S. (2023). Layanan informasi bermuatan cinematherapy untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan mental. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 55–62. <https://doi.org/10.26539/teraputik.711857>
- Nuradina, K., Ekanesia, P., Athallah, S. F., & Mukin, R. (2023). The importance of personal characteristic in shaping positive perceptions of organizational climate in universities. *West Science Interdisciplinary Studies*, 1(9), 721–730. <https://doi.org/10.58812/wsis.v1i09.204>
- Nurafni, N., Muhopilah, P., Muhammad, S., & Muawiyah, S. (2024). Psikoedukasi pengembangan diri untuk remaja (Sebuah kajian pengembangan kepribadian) di Sekolah Menengah Pertama Kabupaten Majalengka. *Jurnal Pengabdian Sosial*, 1(7), 572–578. <https://doi.org/10.59837/jq4vb689>
- Pohan, R. A. (2023). Pengembangan dan validasi instrumen kepercayaan diri siswa dalam merespon. *Jurnal Wahana Konseling*, 6(1), 47–54. <https://doi.org/10.31851/juang.v6i1.11494>
- Sastri, P. D. (2022). The academic procrastination in students and how to overcome it. *Journal of Business and Management Inaba*, 1(2), 89–96. <https://doi.org/10.56956/jbmi.v1i02.118>
- Tuzaroh, F. (2025). *Pengaruh pengasuhan positif dan religiositas terhadap kepercayaan diri remaja tingkat SLTA di Kota Yogyakarta* [Master's thesis, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta]. Institutional Repository UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Wahdah, N. S., & Akbar, R. F. (2025). Pengaruh adverse childhood experiences dan perceived social support terhadap regulasi emosi remaja pelaku self injury di Sekolah Menengah Atas X di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Insight*, 9(1), 57–70. <https://doi.org/10.17509/insight.v9i1.82923>
- Yorissa, L., & Syariful. (2025). Hubungan antara interaksi sosial dengan kepercayaan diri pada siswa SMK Perbankan Riau. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 43–50. <https://doi.org/10.30588/jpsi.v21i1.2190>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/S15430421TIP4102_2

Copyrights

Copyright for this article is retained by the author(s), with first publication rights granted to the journal.

This is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

