



JURNAL PSIKOHUMANIKA

<http://ejournal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/psikohumanika>

ACADEMIC SELF-EFFICACY MAHASISWA PENDIDIKAN PROFESI PSIKOLOGI: STUDI FENOMENOLOGIS TENTANG PERSIAPAN KARIR SEBAGAI PSIKOLOG

Adistya Nurwahyuni

Fakultas Psikologi, Program Magister Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta

ARTICLE INFO

Article History

Be accepted:

Jun 2025

Approved:

Aug 2025

Published:

Dec 2025

Keywords: *academic self-efficacy; professional psychology education; career readiness..*

ABSTRACT

Academic self-efficacy is an important aspect for professional psychology students who face complex academic demands and professional practice requirements. This study aims to understand how students interpret and develop their academic self-efficacy in preparing for their careers as psychologists. The research employed a qualitative method with a phenomenological approach. Participants were selected using purposive sampling, consisting of three active professional psychology students who were undergoing the LPPPU program. Data were collected through primary and secondary sources, semi-structured interviews, and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The findings show that participants demonstrated strong academic self-efficacy across four aspects: self-engagement, self-oriented decision-making, other-oriented problem-solving, and interpersonal climate. These results indicate that academic self-efficacy plays an essential role in learning persistence, emotional regulation, collaboration, and readiness to meet practice demands. This study contributes to the development of professional psychology curricula by emphasizing the strengthening of academic self-efficacy as a foundation for academic and career readiness.

Alamat Korespondensi:

Jalan Colombo No. 1, Karangmalang,
Yogyakarta 55281.

E-mail:

adistyanurwahyuni.2024@student.uny.ac.id

(correspondence)

p-ISSN: 1979-0341

e-ISSN : 2302-

0660

INFO ARTIKEL**Sejarah Artikel****Diterima:**

Juni 2025

Disetujui:

Agustus 2025

Dipublikasikan:

Desember 2025

Kata Kunci:*academic self-
efficacy*;
pendidikan profesi
psikolog, kesiapan
karier.**ABSTRAK**

Academic self-efficacy menjadi aspek penting bagi mahasiswa pendidikan profesi psikologi yang menghadapi tuntutan akademik dan praktik profesional yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana mahasiswa memaknai dan mengembangkan *academic self-efficacy* mereka dalam mempersiapkan karier sebagai psikolog. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan dipilih melalui teknik *purposive sampling* dengan jumlah partisipan sebanyak tiga, yakni mahasiswa aktif pendidikan profesi psikologi yang sedang menjalani LPPPU. Data diperoleh melalui data primer dan sekunder, wawancara semi-terstruktur, dan dianalisis menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil menunjukkan bahwa para partisipan memiliki *academic self-efficacy* yang baik pada empat aspek, yaitu keterlibatan diri, pengambilan keputusan berorientasi pada diri, memecahkan masalah berorientasi pada orang lain, dan iklim interpersonal. Temuan ini mengindikasikan bahwa *academic self-efficacy* berperan penting dalam ketekunan belajar, regulasi emosi, kolaborasi, serta kesiapan menjalani tuntutan praktik. Penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan kurikulum profesi psikologi dengan menekankan

PENDAHULUAN

Persiapan karier merupakan aspek penting dalam pendidikan profesi psikologi karena menentukan kesiapan mahasiswa untuk memasuki dunia kerja sebagai psikolog profesional. Proses ini mencakup penguasaan kompetensi akademik, keterampilan profesional, dan kesiapan etis untuk menjalankan praktik psikologi secara bertanggung jawab (Rossen, Politikos, & Prus, 2023). Pengembangan keterampilan profesional melalui *experiential learning* seperti magang, proyek, pelayanan masyarakat, dan pelatihan keterampilan interpersonal menjadi elemen penting dalam meningkatkan kesiapan kerja mahasiswa psikologi (Akande, Lavetsky, & Conway, 2024; Syed et al., 2025). Profesi psikolog merupakan salah satu profesi yang menuntut kompetensi akademik, keterampilan interpersonal, dan tanggung jawab etis yang tinggi.

Dalam konteks pendidikan psikologi di Indonesia, mahasiswa pendidikan profesi psikologi dipersiapkan tidak hanya untuk memahami teori dan metode ilmiah, tetapi juga untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam praktik profesional yang kompleks, seperti asesmen, intervensi, dan konseling psikologis (Kenkel et al., 2003; Rossen, Politikos, & Prus, 2023). Proses pendidikan ini membutuhkan kesiapan akademik dan mental yang matang agar lulusan mampu beradaptasi dengan dinamika pekerjaan sebagai psikolog profesional. Oleh karena itu, penguatan faktor-faktor internal seperti keyakinan diri terhadap kemampuan akademik menjadi sangat penting dalam tahap persiapan karier ini. Salah satu faktor psikologis yang berpengaruh besar terhadap kesiapan karier mahasiswa adalah *academic self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik secara efektif (Khine & Nielsen, 2022; van Zyl et al., 2022).

Self-efficacy berasal dari teori kognitif sosial Albert Bandura (Bandura, 1986), yang dikaitkan dengan banyak bidang, termasuk akademik (Bandura 1997). Menurut Bandura (2006) *academic self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akademik guna mencapai tujuan akademik dan mengatasi hambatan yang dihadapi. Menurut Sagone dan Caroli (2014) mengacu pada teori Bandura, aspek *academic self-efficacy* terdiri dari empat yaitu keterlibatan diri, pengambilan keputusan yang berorientasi pada diri, keterampilan

memecahkan masalah berorientasi pada orang lain, dan iklim interpersonal.

Keyakinan ini berperan penting dalam menentukan tingkat motivasi, keterlibatan, serta ketekunan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik (Adams et al., 2020; Dibenedetto & Schunk, 2022). Dalam konteks pendidikan profesi psikologi, *academic self-efficacy* menjadi pondasi penting karena mahasiswa tidak hanya dituntut menguasai teori psikologi, tetapi juga harus mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam praktik profesional yang menuntut tanggung jawab etis dan kompetensi interpersonal tinggi (Chen, Sun, & Zhu, 2025). *Academic self-efficacy* yang tinggi terbukti berperan penting dalam mendorong motivasi, keterlibatan belajar, serta adaptasi terhadap tuntutan akademik dan profesional di bidang psikologi (Guo et al., 2025). Dengan demikian, *academic self-efficacy* bukan sekadar konstruk akademik, tetapi juga faktor penentu kesiapan mahasiswa dalam mengembangkan diri sebagai calon psikolog yang kompeten dan percaya diri.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada mahasiswa pendidikan profesi psikologi, didapatkan bahwa mahasiswa dihadapkan dengan tugas-tugas cukup sulit dengan deadline yang sangat singkat. Untuk tugas kelompok, beberapa mahasiswa terkadang merasa kurang cocok dengan teman kelompoknya. Hari libur dihabiskan untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik. Kemudian, mahasiswa yang sedang menjalani LPPPU (Layanan Psikologi Profesi Psikolog Umum) diharuskan memenuhi target waktu minimal 1000 jam, masing-masing setting sebanyak 270 jam selama 3 bulan/setting. Mahasiswa juga ditargetkan menyelesaikan kasus untuk dijadikan laporan setiap akhir praktik sebanyak 7 yaitu di setting kesehatan (2 laporan), komunitas (1 laporan), tempat kerja (2 laporan), pendidikan (2 laporan). Hal ini menyebabkan mahasiswa merasa tidak baik-baik saja dan kesulitan selama praktik, yang pada akhirnya membuat mahasiswa stres bahkan demotivasi.

Bukan suatu hal yang mudah menjadi mahasiswa karena banyaknya tantangan dan kewajiban yang harus dihadapi dan dijalani (Maisara, Zulkarnain, & Pohan, 2020). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti pengalaman akademik sebelumnya, umpan balik dosen, serta dukungan lingkungan belajar yang positif (Nielsen, 2022; van Rooij et al., 2017). Mahasiswa dengan tingkat *academic self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih percaya diri menghadapi tantangan akademik, memiliki ketekunan lebih besar, serta lebih siap menghadapi situasi profesional yang menuntut tanggung jawab tinggi (Adams et al., 2020; Chen, Sun, & Zhu, 2025). Mahasiswa dengan *academic self-efficacy* tinggi cenderung lebih aktif mencari bantuan adaptif, mengelola stres akademik dengan efektif, dan menunjukkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas-tugas kompleks (Meng & Zhang, 2023; Shareefa et al., 2025). Di sisi lain, rendahnya *academic self-efficacy* dapat menyebabkan penurunan motivasi belajar, rasa cemas terhadap performa akademik, serta keraguan dalam mengambil keputusan karier (Gaber et al., 2025).

Academic self-efficacy dapat dipahami melalui aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sagone dan Caroli (2014). Berbagai temuan meta-analisis menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa baik secara perilaku, emosional, maupun kognitif berhubungan positif dengan pencapaian akademik, seperti peningkatan prestasi dan kualitas pembelajaran (Chang et al., 2016; Lei et al., 2018; Carini et al., 2006). Keterlibatan yang tinggi memperkuat motivasi dan kepuasan belajar sehingga mendorong mahasiswa untuk mempertahankan performa akademik yang optimal

(Wowor et al., 2025). Di samping itu, keterlibatan diri berkontribusi terhadap kesiapan karier melalui pengembangan *career adaptability*, yaitu kemampuan menavigasi tuntutan dan transisi dalam dunia kerja (Oliveira & Marques, 2024; Zhang et al., 2024). Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya dalam mengambil keputusan karier cenderung menunjukkan perilaku persiapan karier yang lebih matang, kepastian memilih karier yang lebih tinggi, serta tingkat kebingungan karier yang lebih rendah (de Bruin & Cornelius, 2011; Kim & Ra, 2022).

Mahasiswa juga perlu memiliki keterampilan *problem solving* yang baik. Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *problem solving* berkoerlasi kuat secara positif dengan hasil belajar, di mana individu yang mampu menganalisis situasi, menemukan solusi, dan mengevaluasi strategi secara efektif cenderung mencapai performa akademik yang lebih baik (Kusuma, Utami, & Mulyani, 2021). Temuan ini diperkuat oleh meta-analisis terhadap 22 studi yang menunjukkan korelasi positif yang konsisten serta pengaruh kemampuan *problem solving* terhadap hasil belajar dan menegaskan bahwa keterampilan tersebut merupakan komponen penting dalam keberhasilan akademik mahasiswa (Banawi et al., 2024). Di sisi lain, hubungan dengan dosen, teman sebaya, serta rasa diterima dalam lingkungan kampus berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar, konsep diri akademik, dan keterlibatan mahasiswa, yang pada akhirnya berdampak pada pencapaian akademik yang lebih baik (Zysberg & Schwabsky, 2021; Gentzis & Dixson, 2024; Auer et al., 2025).

Di dalam konteks pendidikan profesi psikologi, *academic self-efficacy* tidak hanya berperan dalam pencapaian akademik semata, tetapi juga dalam membentuk keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya menjalankan peran sebagai psikolog di masa depan. Sebuah studi menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki *academic self-efficacy* tinggi menunjukkan kesiapan yang lebih baik dalam pembelajaran, yang menjadi bagian integral dari proses pengembangan kompetensi profesional, termasuk psikologi (An et al., 2024). Selain itu, perkembangan psikologis seperti *self-efficacy* juga berdampak pada manajemen karier dan perilaku proaktif, yang penting untuk mengakses serta menerapkan strategi yang tepat, serta membuat keputusan yang benar di lingkungan kerja (Tripathi & Singh, 2024). Dengan kata lain, pendidikan yang meningkatkan *self-efficacy* tidak hanya mempersiapkan mahasiswa untuk ujian akademik, tetapi juga untuk tantangan nyata dalam bidang profesional seperti praktik klinis dan konsultasi psikologis (Machin & Gasson, 2025). Oleh karena itu, peningkatan dalam pendidikan profesi psikologi memiliki dampak langsung terhadap kesiapan karier, *academic self-efficacy* terutama dalam hal kemampuan mahasiswa untuk menghadapi situasi praktik klinis, konsultasi, dan intervensi psikologis di dunia kerja.

Namun demikian, sebagian besar penelitian mengenai *academic self-efficacy* masih berfokus pada mahasiswa sarjana atau bidang pendidikan lain (Yokoyama, 2024; Moraga-Pumarino et al., 2025), sementara kajian terhadap mahasiswa pendidikan profesi psikologi masih terbatas, terutama dalam kaitannya dengan kesiapan karier sebagai psikolog. Mahasiswa profesi menghadapi tantangan akademik dan emosional yang berbeda dibandingkan mahasiswa sarjana, seperti supervisi intensif, praktik profesional, serta tekanan untuk memenuhi standar kompetensi yang ditetapkan oleh asosiasi profesi psikologi. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *academic self-efficacy* memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan

mahasiswa untuk menyelesaikan tuntutan akademik maupun mencapai tujuan karier yang kompeten dan adaptif di era modern. Meskipun demikian, penelitian terkait variabel ini belum meninjau perspektif mahasiswa pendidikan profesi psikologi, mengingat program studi tersebut baru ditetapkan pada tahun 2023, sehingga kajian lebih lanjut menjadi relevan untuk dilakukan.

Sejalan dengan itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana mahasiswa pendidikan profesi psikologi memaknai serta mengembangkan *academic self-efficacy* mereka dalam mempersiapkan karier sebagai psikolog. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami cara mahasiswa pendidikan profesi psikologi memaknai *academic self-efficacy* serta menggambarkan bagaimana mereka mengembangkan keyakinan akademik tersebut sebagai bagian dari persiapan menuju profesi psikolog.



Gambar 1. Kerangka Konsep

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Fenomenologi merupakan pendekatan yang digunakan untuk mendeskripsikan pemaknaan dari beberapa individu terhadap pengalaman hidup yang mereka alami berkaitan dengan suatu konsep atau fenomena (Creswell & Creswell, 2018). Metode yang dikenal sebagai pendekatan fenomenologi melibatkan penggunaan prosedur logis, sistematis, kritis untuk memperoleh pengetahuan baru atau memperluas pengetahuan yang sudah ada. Metode ini tidak didasarkan pada prasangka dan tidak memiliki sifat diognosis (Donny, 2005).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non probability sampling* yaitu *purposive sampling* peneliti menetapkan karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian agar dapat menjawab masalah penelitian (Creswell & Creswell, 2018). Jumlah partisipan dalam penelitian ini yaitu tiga orang mahasiswa pendidikan profesi psikologi yang masih aktif dan sedang menjalani LPPPU (Layanan Psikologi Profesi Psikolog Umum), serta bersedia menjadi partisipan penelitian. Seluruh partisipan direkrut secara sukarela dan telah diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, potensi risiko, serta manfaat penelitian. Peneliti juga memastikan bahwa para partisipan memahami hak-hak mereka sebagai responden, termasuk

hak untuk menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi apa pun. Sebelum pengumpulan data dilakukan, setiap partisipan telah menandatangani *informed consent* sebagai bentuk persetujuan sadar untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Penggunaan tiga partisipan dalam penelitian fenomenologis dipilih karena fokus utama pendekatan ini adalah menggali secara mendalam pengalaman subjektif individu, bukan menghasilkan generalisasi luas. Menurut Creswell (2013), studi fenomenologi umumnya melibatkan 3–10 partisipan agar peneliti dapat melakukan eksplorasi pengalaman secara komprehensif tanpa kehilangan kedalaman data. Moustakas (1994) juga menegaskan bahwa jumlah partisipan dalam fenomenologi dapat kecil sepanjang setiap individu memiliki pengalaman langsung (*lived experience*) terkait fenomena yang diteliti. Data demografis partisipan penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1.
Data Demografis Partisipan

Partisipan	Usia	Jenis Kelamin	Semester	Pengalaman Praktik (LPPPU)	Minat Karier
EN	24	Perempuan	4	Praktik di Klinik Kesehatan dan Kecantikan, Sekolah, serta BKKBN	Psikolog Pendidikan
WO	23	Perempuan	2	Praktik di Puskesmas	Psikolog Industri dan Pendidikan
SM	25	Perempuan	2	Praktik di Puskesmas	Psikolog Industri Organisasi

Sumber data dalam penelitian ini yaitu data primer dan sekunder. Data primer didapatkan dari partisipan langsung melalui instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tiga mahasiswa pendidikan profesi psikologi dan data sekunder didapatkan dari artikel jurnal serta hasil penelitian-penelitian sebelumnya bukan dari partisipan langsung.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur di mana peneliti membuat daftar atau panduan wawancara serta pertanyaan sesuai dengan aspek *academic self-efficacy* agar sesuai dengan tujuan penelitian dan memberikan kebebasan kepada peneliti untuk mengeksplorasi fenomena lebih dalam. Instrumen dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri yang melakukan wawancara secara langsung dengan bantuan alat bantu perekam handphone, buku, serta alat tulis. Peneliti melakukan wawancara dengan cara membuat janji dengan partisipan untuk waktu dan lokasi pertemuan kemudian mendatangi partisipan sesuai dengan janji tersebut. Peneliti melakukan pertemuan sebanyak 3 kali pada masing-masing partisipan dengan durasi wawancara total 810 jam dan lokasi penelitian di Yogyakarta. Jadwal pengambilan data partisipan dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2.
Jadwal Pengambilan Data Partisipan

Pertemuan	Waktu Pengambilan Data		
	Partisipan EN	Partisipan WO	Partisipan SM
1	10 April 2025	12 April 2025	10 April 2025
2	6 Mei 2025	8 Mei 2025	7 Mei 2025
3	9 Mei 2025	9 Mei 2025	9 Mei 2025

Keabsahan data dalam penelitian kualitatif dapat dilakukan dengan beragam cara, di penelitian ini cara yang dilakukan yaitu uji kredibilitas dan kepercayaan data. Creswell dan Creswell (2018) menjelaskan bahwa validitas kualitatif bertujuan untuk memastikan akurasi temuan melalui prosedur tertentu, dan peneliti dianjurkan menggunakan beberapa strategi untuk meningkatkan kredibilitas hasil penelitian. Salah satu strateginya adalah triangulasi dengan membandingkan berbagai sumber data untuk membangun justifikasi tematik yang kuat, serta *member checking*, yaitu meminta partisipan meninjau kembali rangkuman temuan atau tema yang telah disusun untuk memastikan kesesuaiannya dengan pengalaman mereka. Dengan demikian, menerapkan prosedur ini dapat menghasilkan temuan yang lebih dapat dipercaya dan mencerminkan sudut pandang partisipan secara akurat.

Data dianalisis menggunakan *Interpretative Phenomenology Analysis* (IPA) yaitu metode yang memeriksa dan menafsirkan secara menyeluruh pengalaman hidup yang dialami seseorang. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan utama sebagaimana dijelaskan oleh Smith, Flowers, dan Larkin (2009), meliputi tahap membaca berulang transkrip, membuat *initial noting*, mengembangkan tema-tema emergen, mencari keterkaitan antar tema, serta menyusun tema superordinat dengan cara mengintegrasikan beberapa tema awal yang memiliki pola, kesamaan pengalaman, atau esensi yang serupa sehingga dapat menggambarkan makna mendasar dari pengalaman partisipan terkait efikasi diri akademik dalam persiapan karier psikolog. Tujuan metode ini untuk menentukan bagaimana subjek memaknai dunia sosial dan pribadi mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 partisipan, partisipan EN menyatakan bahwa dirinya mampu memajemen diri dalam menyeimbangkan tuntutan akademik.

"...harus pinter-pinter bagi waktu dan bagi diri sih kapan waktu buat LP3U, kapan waktu buat belajar, kapan waktu buat istirahat kaya gitu sih, jadi punya manajemen diri yang bagus, terus juga latih terus dirinya buat kaya ditempa ditempa terus..." (EN/6/5/25/131-139)

Partisipan EN menyatakan bahwa dirinya orang yang suka dengan hal baru atau menantang dan punya strategi belajar secara mandiri dan adaptif.

"...waktu saya dapet mata kuliah yang belum saya pelajari biasanya tu saya cukup exited untuk belajar..." (EN/6/5/25/159-161)

"...jadi biasanya saya akan catat pelajaran yang belum pernah saya pelajari itu, terus... saya tanda-tandain pake stabilo gitu, jadi biasanya ee kalo misalnya udah saya stabilo itu sama dengan saya udah paham dengan materi itu..." (EN/6/5/25/166-173)

Partisipan EN menyatakan bahwa dirinya mengalami kesenjangan antara teori dan praktik namun tetap merasa yakin dengan potensi dan kompetensi dirinya.

"... ternyata kita harus more extra butuh lebih daripada yang kita punya gitu loh... harus belajar sendiri giru..." (EN/6/5/25/190-197)

"...yakin sama diri sendiri kalo misalnya memang kita tu punya potensi loh, kita tu sebenarnya punya kemampuan itu, dan punya ilmunya tinggal kita gimana ee nerapinnya di klien kita kaya gitu..." (EN/6/5/25/197-205)

"...jadi kaya sepengetahuan saya tu seperti ini gitu loh, ilmu yang saya punya tu segini jadi itu juga bisa jadi pondasi awal ketika saya ujian kasuistik gitu" (EN/6/5/25/224-228)

Partisipan WO menyatakan bahwa dirinya mampu mengatur kondisi emosional dan fisik serta mampu mengenali batas diri untuk menjaga performa akademik dalam jangka panjang

"...me time dulu kaya tidur dulu... setelah tidur enak perasaan baru habis itu kerjain lagi yang harus dikerjakan" (WO/8/5/25/102-105)

"Iya betul mba, kalo ga gitu biasanya saya bakalan pusing dan ga bisa fokus sepenuhnya" (WO/8/5/25/109-111)

Partisipan WO menyatakan bahwa dirinya mencari informasi dan pemahaman secara mandiri untuk mendukung proses akademik.

"Hmm kalo saya nyari referensi sih, lebih banyak baca..." (WO/8/5/25/116-117)

Partisipan WO menyatakan bahwa dirinya menerapkan cara belajar yang kooperatif dan berbagi pengetahuan serta yakin dengan apa yang dirinya lakukan dalam mencapai target yang ia inginkan

"...sering sharing ke temen, jadi kalo semisal ada temen yang belum paham, terus saya paham, yaudah saya yang jelasin begitupun sebaliknya" (WO/8/5/25/133-136)

"Hmm biasanya saya tekuni ilmu tersebut dan pastinya yakin, usaha, doa ga pernah lupa. Selain itu, saya juga akan tetap fokus dengan target yang akan saya tuju" (WO/8/5/25/140-144)

Partisipan SM menyatakan bahwa dirinya tetap bisa memfokuskan kegiatan akademiknya bahkan saat berada di luar kegiatan akademik.

"...jadi kalopun saya jalan tu ya emang ingetannya tu ya LP3U, jadi lebih fokus juga ke LP3U..." (SM/7/5/25/113-115)

"...misalnya saya emang udah senggang atau ga pas jalan sama dia pasti dibawa tugas-tugas saya..." (SM/7/5/25/122-124)

Partisipan SM adalah orang yang memiliki gaya belajar reaktif dan mengandalkan pemahaman secara instan atau yang dianggap perlu, tanpa usaha ekstra atau proaktif.

"Hmm yaitu caranya ga gimana-gimana sih mba hehe, saya bukan tipe yang belajar-belajar banget jadi kaya ya ikutin aja, yang penting di kelas paham..." (SM/7/5/25/138-143)

Partisipan SM menyatakan bahwa dirinya masih mengandalkan supervisor karena belum sepenuhnya percaya diri dalam penerapan ilmu yang dimiliki, namun tetap memiliki keinginan untuk terus belajar melalui bimbingan dan pengalaman orang lain.

“Hmm mungkin terus banyak belajar dari pengalaman temen-temen yang lain juga atau ga sama supervisor, jadi masih sambil nanya-nanya terus misalnya kita kepikiran untuk intervensi dengan ini atau asesmen dengan cara ini bisa konsul ke SPV dulu...” (SM/7/5/25/153-160)

“Karna saya takut salah pergerakan. Tapi untuk yang lain maksudnya saya alhamdulillah udah lumayan bagus lah menerapkan ilmunya... jadi yang memang saya inget aja kalo saya ga inget bisa tanya ke supervisor” (SM/7/5/25/168-176)

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 partisipan, partisipan EN menyatakan bahwa dirinya mampu mengambil keputusan dengan cara memiliki growth mindset, regulasi emosi dan kontrol diri, problem solving yang baik saat menghadapi kesulitan atau hambatan agar menemukan solusi terbaik, dan tidak mudah bergantung pada orang lain untuk mengambil keputusan.

“...kalo saya tu mindset-nya gapapa gagal, gapapa jatuh tapi ayo kita bangkit lagi. Jadi ketika saya gagal tu gapapa saya sedih gitu kan, gapapa saya mau nangis itu gapapa tapi jangan ee putus asa gitu loh, ‘kamu tetep harus coba E’ gitu...” (EN/6/5/25/241-246)

“...saya merasa semua yang saya lakukan tu semua kosong, saya ga paham apa-apa... tapi ee saya percaya kalo diri saya mampu gitu loh, kaya meyakinkan diri sendiri untuk berani coba... seminggu pertama tu ngerasa struggle... tapi makin ke sini saya jadi paham...” (EN/6/5/25/357-368)

“...yang pertama itu punya kontrol diri... kaya kapan kita bisa bereaksi, kapan kita bisa ngomong, kapan harus diam dan kapan kita turut serta dalam menyelesaikan sesuatu gitu loh...” (EN/6/5/25/268-276)

“kalo kita bisa ngontrol diri sesuai situasi atau masalahnya kan pasti ketemu solusi terbaiknya nanti” (EN/6/5/25/294-297)

“...kenali diri kita dan kenali potensi diri kita, minta pendapat gapapa, dikumpulin, disaring, dikelola... yang paling penting... yakin bahwa keputusan saya tu benar gitu loh...” (EN/6/5/25/309-317)

“...kita harus menyesuaikan kemampuan kita ketika mengambil suatu keputusan dan bukan berarti harus mengabaikan pendapat orang lain ya...” (EN/6/5/25/339-343)

“kalo memang itu tentang saya maka saya akan make it clear... misal hubungan internal... dengan teman-teman gitu.. kaya ‘kamu ga suka dimana?’ atau ‘kamu ada masalah dimana?’, jadi... diselesain, dikomunikasiin, terus cari jalan keluarnya” (EN/6/5/25/407-416)

Partisipan WO menyatakan bahwa dirinya mampu mengambil keputusan berdasarkan inisiatif, penilaian pribadi, penerimaan dan strategi diri, serta keyakinan pada kemampuan diri bukan karena paksaan dari eksternal untuk mengubah keadaan, namun tetap menggunakan informasi atau bantuan eksternal untuk membantu dirinya mengambil keputusan.

“Kecewa, saya kecewa huhuhu... awalnya tu merasa kaya anjir bodoh banget, kaya gitu kek ‘kok gini aja ga bisa’, tapi ya paling sehari dua hari lah kaya begitu, habis itu kaya ‘ga, kita harus bisa’...” (WO/8/5/25/157-162)

“...gapapa banget kok kecewa, sedih, tapi habis itu harus yakin kalo kita tu bisa kok” (WO/8/5/25/166-168)

“Hmm kalo saya banyak-banyak cerita sih sama temen, banyak cerita, jadi banyak insight...” (WO/8/5/25/174-176)

“...kalo saya cerita ke temen-temen saya nanti saya dapet insight baru dan itu membantu saya untuk berpikir apa yang harus saya lakukan untuk menyelesaikan situasi ini” (WO/8/5/25/181-185)

“...kalo ngambil keputusan ya saya ambil sendiri tapi ee apa ya tapi saya tetap mendengarkan pendapat orang lain” (WO/8/5/25/193-196)

“saya kumpulkan dari semua pendapat itu... yang mana... yang paling cocok buat saya lakukan...” (WO/8/5/25/201-204)

“jujur ya kalo boleh jujur saya tu pengen lari rasanya hhh, pengen kaya ‘ya Allah pengen menghilang’... cuman saya hadapin aja sih, saya paksa, ee sebenarnya apa ya ee bawa santai.. hal yang tidak menyenangkan tu pasti ada aja, ga bisa dihindari, jadi ya gimana” (WO/8/5/25/251-260)

Partisipan SM menyatakan bahwa dirinya mampu mengambil keputusan berdasarkan inisiatif, refleksi diri, dan berbagai strategi efektif dalam menyikapi kondisi emosional, kegagalan atau situasi sulit, serta mengambil keputusan berdasarkan pemahaman dan nilai-nilai pribadinya namun menjadikan pendapat orang lain sebagai bahan pertimbangan.

“Hmm sedih ya kaya kecewa kok ga bisa atau apa, tapi habis itu ya seharian lah saya pikirin, terus saya mikir juga lah ya ‘gapapa gagal ya toh kamu juga masih belajar’ nah habis tu penerimaan diri walau masih agak sedih atau kecewa tapi maksudnya sudah lebih plong gitu” (SM/7/5/25/182-189)

“...saya udah menerapkan teknik grounding sih... kalo misalnya overwhelmed atau saya bisa grounding atau ga bisa ee apa sih... mindful greeting setiap pagi sama malem sebelum tidur atau ga saya denger-dengerin ee podcast atau ga youtube tentang meditasi biar saya lebih rileks...” (SM/7/5/25/196-204)

“Hmm itu tergantung juga kondisinya, maksudnya saya tipenya buka tipe yang ngikutin orang lain, saya juga berpendirian, jadi saya tu biasa apa-apa emang ngambil keputusan dari apa.. ee dari diri saya sendiri. Nah, kalo dari orang lain tu sebagai pertimbangan aja...” (SM/7/5/25/217-224)

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 partisipan, partisipan EN menyatakan bahwa dirinya mampu menghadapi kesulitan akademik dengan cara berinisiatif untuk berdiskusi secara kritis dan terbuka terhadap umpan balik ketika terjadi perbedaan pandangan dengan dosen maupun supervisor, mencari solusi melalui bantuan pihak berwenang, serta membangun hubungan baik dengan klien untuk mendukung efektivitas intervensi/praktik.

“...misalnya saya punya persepsi yang berbeda atau setahunya saya itu bukan kaya gitu biasanya saya akan ajak diskusi lagi sih gitu, kaya hmm ngomong lagi ke dosennya gitu...” (EN/9/5/25/443-447)

“...apa yang saya pikirin atau apa yang saya konsepkan gitu tu ga sesuai dengan dosen ataupun supervisor... biasanya ini bakal... saya akan diskusikan lagi...” (EN/9/5/25/463-469)

“...kalo ada masalah itu memang supervisor itu sangat membantu... sampaikan saja keluhannya apa, masalahnya apa, nanti biasanya mereka akan bantu cari jalan keluarnya...” (EN/9/5/25/497-501)

“...jadi memang pendekatan saya ya building rapport itu penting, tiap hari ngintilin klien... baru kekekatannya bisa tumbuh” (EN/9/5/25/531-534)

Partisipan WO menyatakan bahwa dirinya mampu menghadapi kesulitan akademik dengan cara mencari referensi tambahan, bertanya kepada asisten dosen atau pihak lain, komunikasi dua arah untuk saling terbuka agar menemukan solusi atau jalan tengah, rutin melakukan monitoring dan evaluasi berkala untuk meminta bantuan, serta menjaga koordinasi dan etika komunikasi agar diterima dengan positif oleh klien maupun komunitas.

“... jalan pintasnya ya tanya ke asdos, kita kan ada asdos kan, jadi bisa langsung nanya” (WO/9/5/25/271-273)

“Jadi lebih banyak diskusinya memang sama supervisor, kalo pun ga sejalan ya tetep didiskusikan dengan baik, kalo kita tu pemikirannya kaya gini, supervisor pemikirannya kaya gitu, terus cari jalan tengahnya” (WO/9/5/25/292-297)

“Kalo saya caranya dengan adanya bimbingan rutin, kalo sama supervisor itu ada.. kita ada bimbingan rutin tiap minggu. Kita sampaikan kendala kita apa, terus kita udah melakukan apa, nanti dari supervisornya kaya ee menyampaikan dari pendapat dia kaya gimana begitu” (WO/9/5/25/311-318)

“Hmm sejauh ini aman-aman aja, interaksinya ya ada yang online, ada yang offline... karena memang... ada beberapa hal yang memang... kalo kita izin tu ya kita lewat online dulu, kita chat dulu, sejauh ini baik-baik aja sih, terus kita diterima dengan baik, alhamdulillah nya” (WO/9/5/25/330-339)

Partisipan SM menyatakan bahwa dirinya mampu menghadapi kesulitan akademik dengan bertanya kepada orang lain untuk memastikan pemahaman materi, menyaring ide-ide dari dosen maupun supervisor yang terkadang tidak sejalan dan melakukan konfirmasi dengan pihak yang dianggap lebih memahami konteks lapangan, menghindari risiko dengan mengandalkan supervisor eksternal untuk meminimalisir kesalahan di lapangan melalui bimbingan langsung, serta membangun hubungan yang suportif dan empatik dengan klien, kemudian mampu melakukan asesmen psikologis berdasarkan karakteristik dan kebutuhan klien.

“Hmm saya nanya ke SPV atau ga ke temen-temen yang mana sih yang bener, jadi saya cari sampe yakin ee materinya yang bener yang mana sih” (SM/9/5/25/294-297)

“Saya konfirmasi, ee ini loh ee..pak.. kalo misalnya dari dosen ini katanya kaya gini, terus ‘yang mana yang bener seharusnya’... soalnya kan... supervisor yang tau kita di lapangan kaya gimana dan tau keadaan lapangannya...” (SM/9/5/25/304-310)

“...iya jadi saya lebih melibatkan supervisor eksternal kalo misalnya kan supervisor eksternal saya kan Mas T, jadi kalo misalnya ada apa-apa kebingungan atau soal apa, saya tanya ke Mas T ‘ini gimana baiknya?’ kaya gitu, supaya juga nanti pas di lapangan kan ga salah ngambil langkah karna takut juga ya kalo misalnya salah-salah” (SM/9/5/25/332-341)

“...nah saya ngobrol sama kliennya itu tergantung kliennya juga, jadi kaya saya menempatkan juga kalo misalnya lebih tua saya nya lebih hormat..., tapi kalo misalnya

yang setara atau lebih kecil saya ngomongnya lebih kaya temen sih supaya mereka lebih nyaman gitu ngomong sama saya...” (SM/9/5/25/396-406)

“...kan kalo biasanya klien yang memang saya dapet itu di antaranya bumil atau ga caten. Kalo bumil itu biasa ditanya udah ee trimester berapa, ditanyain keluhan-keluhannya, ada kecemasannya atau engga. Kalo caten itu lebih ke... berapa lama hubungannya, pernikahannya kapan, udah berapa persen persiapannya, terus kesiapan mentalnya gimana...” (SM/9/5/25/356-366)

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 partisipan, partisipan EN menyatakan bahwa dirinya tetap menjaga hubungan sosial yang baik dan kolaboratif selama kegiatan akademik karena dirinya mampu memajemen waktunya secara bijak, menjalin kerja sama tim secara efektif, saling pengertian dan menyesuaikan diri dengan dinamika tim, berpegang teguh pada tujuan meski ada tekanan interpersonal dari keluarga, serta menerima hasil akademik meskipun tidak sesuai harapan tanpa menyalahkan orang lain dan terbuka terhadap kritik atau saran dari orang lain untuk menjadi lebih baik.

“...sejauh ini tu balance aja sih antara kehidupan pertemanan sama kehidupan LP3U... saya tetap bisa pergi sama teman, mungkin waktunya aja engga sefleksibel waktu belum LP3U ya. Jadi agak harus milih waktu yang tepat kaya gitu...” (EN/9/5/25/546-555)

“...tetap bersosial dengan baik hehe, cuman emang waktunya aja sih perlu dipilih dengan baik dan benar...” (EN/9/5/25/564-566)

“...tapi sejauh ini saya cukup bisa bekerja sama... saling paham, dan yang pasti tu komunikasi sih kaya misalnya apa-apa tu harus dikomunikasiin dan gimana control ourself juga... Jadi tau kapan kita ngomong, kapan kita mengutarakan pendapat, kapan kita nyampein kalo mungkin kita ga suka atau perilaku dia kurang tepat, terus juga kapan kita kaya ‘yaudah gapapa’...” (EN/9/5/25/582-600)

“...my mom is not hmm gimana ya ngomongnya, hmm tidak terlalu merestui kalo saya jadi psikolog sebenarnya karena dia mikir ‘kamu tu nanti bakalan ngurusin masalah orang...jadi masalahmu nanti bakal dikesampingkan... it’s true...cuman sejauh ini lancar-lancar aja sih dan i’m happy for my life and my choose, i think” (EN/9/5/25/637-649)

“biasanya yang pertama accaptence ya of course acceptance... kalo ga acceptance sih ya pasti denial... dan itu ga baik untuk ke depannya... saya terima dan cari tau kurangnya dimana, salah saya di mana, dan untuk next-nya saya bakalan do better lagi...” (EN/9/5/25/668-683)

Partisipan WO menyatakan bahwa dirinya tetap menjaga hubungan sosial yang baik selama kegiatan akademik karena meskipun terdapat perubahan dinamika kelompok semenjak LP3U, namun hubungan sosial secara emosional jauh lebih dekat dibandingkan saat sebelum LP3U, mampu menjaga komunikasi dengan terbuka dalam tim, serta berani menyuarkan pendapatnya terkhusus dalam penilaian akademik yang tidak sesuai harapan.

“Pas teori itu kita masih masing-masing, masih circle-circle-an, kalo sekarang kita berbaur ke semua orang, bener-bener kita satu angkatan tu... pasti kita sharing, jadi kaya hubungan kita tu makin erat gitu loh terjalin... antar kelompok, antar perorangan... makin baik.” (WO/9/5/25/356-363)

“... tetep dikomunikasikan baik-baik gitu, jadi ya poinnya adalah komunikasi gitu kalo dalam kelompok tu paling krusial sih, segala hal yang disukai ataupun ga disukai selalu omongkan, jadi ga ada kesalahpahaman.” (WO/9/5/25/394-400)

“Protes hhhee, karena kan hasil akademik... jadi kaya ya minta lah perbaikan... ‘ini yang perlu diperbaiki apa?’...” (WO/9/5/25/440-449)

“...saya kan ga tau ya salahnya dimana, jadi harus protes minta kejelasan yang mana salahnya biar saya tau gitu” (WO/9/5/25/451-454)

Partisipan WO menyatakan bahwa dirinya tetap menjaga hubungan sosial yang baik dan terlibat aktif dalam interaksi dengan teman-temannya selama kegiatan akademik, mampu bekerja sama dan saling mendukung dalam tim, dan berani untuk bertanya pada pihak terkait serta mencari tahu kesalahan yang dilakukannya, kemudian diperbaiki.

“Yaa biasa kadang masih chat-chatan di grup terus kalo misalnya... kalo saya pulang duluan saya datengin temen-temen saya... atau ga kita main bareng, nongkrong bareng...” (SM/9/5/25/416-423)

“Hmm yang penting itu saling ngerti kondisi temen kita dan bisa saling back up... jadi saling nge-back up... saling nolong...” (SM/9/5/25/442-447)

“... semuanya juga saling tolong menolong, kalo misal satu ga bisa.. satunya back up... terus satu ga bisa... satu back up...” (SM/9/5/25/449-452)

“... ya tinggal belajar lagi atau misalnya ada yang salah tinggal tanya yang salahnya dimana...” (SM/9/5/25/505-507)

Pada aspek pertama, keterlibatan diri dilihat dari bagaimana mahasiswa memanfaatkan waktu, energi, pikiran, usahanya dalam kegiatan akademik (Nababan dkk., 2021).

Tabel 3.

Keterlibatan Diri

Partisipan	Gambaran Aspek Academic Self-Efficacy
Partisipan EN	Mampu memajemen waktunya dan memiliki strategi belajar secara mandiri serta adaptif, walaupun ada kesenjangan antara teori dan praktek namun tetap yakin dengan kemampuannya
Partisipan WO	Mampu mengenali batas diri untuk menjaga performa akademik dan memiliki keyakinan, usaha, doa, fokus dalam mencapai tujuannya
Partisipan SM	Mampu untuk tetap fokus dalam kegiatan akademiknya bahkan saat berada di luar kegiatan akademik.

Berdasarkan gambaran pada tabel 3, seluruh partisipan yaitu EN, WO, dan SM mempunyai kemampuan keterlibatan diri yang baik dalam kegiatan akademiknya. Menurut Sagone dan Caroli (2014) mengacu pada konsep *self-efficacy* Albert Bandura mengatakan bahwa keterlibatan diri mendorong mahasiswa untuk berfokus pada kegiatan akademiknya dengan terlibat aktif seperti menyeimbangkan kegiatan akademik dan non akademik, belajar secara mandiri,

mengajukan pertanyaan untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa, dan membangkitkan motivasi belajar.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa motivasi menjadi elemen kunci dalam meningkatkan keterlibatan mahasiswa. Mahasiswa yang termotivasi cenderung memiliki tingkat keterlibatan yang lebih tinggi dan performa akademik yang lebih baik. Di sisi lain, kurangnya motivasi dapat mengakibatkan penurunan keterlibatan (Wei-yi et al., 2023). Selain itu, pentingnya manajemen waktu dan motivasi akademik dalam meningkatkan keterlibatan mahasiswa, menunjukkan bahwa keterlibatan ini tidak hanya bergantung pada minat, tetapi juga pada kemampuan mereka untuk mengatur waktu dan fokus (Peker, 2024).

Mahasiswa yang terlibat dalam belajar dengan baik cenderung mengalami tingkat kecemasan akademis yang lebih rendah. Yan et al. (2024) menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa yang tinggi terkait erat dengan kesehatan mental yang lebih baik, yang pada gilirannya mendukung proses pembelajaran mereka. Di sisi lain, penelitian oleh Chaudhry et al. (2024) menggarisbawahi pentingnya lingkungan sosial yang mendukung dalam meningkatkan keterlibatan akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Jihan et al. (2023) mengatakan bahwa keterlibatan dalam aktivitas kelompok, baik di dalam maupun di luar kampus, mampu meningkatkan emosi positif yang mendasari keterlibatan pembelajaran.

Pada aspek kedua, pengambilan keputusan berorientasi pada diri mengacu pada persepsi dan perilaku individu dalam pengambilan keputusan berdasarkan situasi yang dihadapi terlepas dari berbagai konteks sosial (Maki & Nurjaman, 2022).

Tabel 4.

Pengambilan Keputusan Berorientasi Pada Diri

Partisipan	Gambaran Aspek <i>Academic Self-Efficacy</i>
Partisipan EN	Memiliki <i>growth mindset</i> , regulasi emosi yang baik ketika menghadapi masalah, mengontrol diri saat situasi sulit, dan keyakinan diri dalam mengambil keputusan berdasarkan kemampuannya
Partisipan WO	Memiliki inisiatif, penilaian dan strategi diri, kepercayaan diri, dan strategi koping yang baik serta mampu dalam mengambil keputusan secara mandiri
Partisipan SM	Memiliki strategi dalam mengelola kondisi dirinya, melakukan refleksi sebelum membuat keputusan, dan adanya pemahaman serta nilai pribadi sebagai dasar pengambilan keputusan.

Berdasarkan gambaran pada tabel 4, seluruh partisipan yaitu EN, WO, dan SM mempunyai kemampuan pengambilan keputusan berorientasi pada diri yang sangat baik dalam kegiatan akademiknya. Sejalan dengan pendapat Sagone dan Caroli (2014) yang mengacu pada konsep *self-efficacy* Albert Bandura bahwa individu yang mengandalkan dirinya sendiri dalam kegiatan akademik atau memiliki strategi dalam mengatur diri, mengelola hambatan selama kuliah maka akan mampu untuk menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan ini tidak hanya

membantu mahasiswa bertahan dan beradaptasi dalam tekanan akademik, tetapi juga berperan penting saat mereka mengambil keputusan karier sebagai psikolog. Berdasarkan penelitian, mahasiswa yang memiliki *academic self-academic* yang lebih tinggi cenderung lebih berhasil dalam membuat keputusan karier yang matang dan terencana (Kim & Ra, 2022; Lee et al., 2022).

Menurut teori kognitif sosial, kemampuan individu untuk mengatur diri dan menghadapi kesulitan selama masa kuliah sangat mempengaruhi proses pengambilan keputusan mereka (Wang & Lent, 2022). Dengan keyakinan pada kapasitas diri serta kemampuan menilai tantangan secara realistis, mahasiswa lebih mampu memilih langkah-langkah karier yang sesuai dengan kompetensi, nilai, dan tujuan profesional mereka, termasuk kesiapan menjalani proses panjang dan kompleks dalam praktik psikologi. Selain itu, studi juga mengungkapkan bahwa pola pikir dan nilai-nilai karier yang dibawa mahasiswa memainkan peranan penting dalam membentuk preferensi dan harapan mereka terhadap masa depan, dan ini berpengaruh signifikan terhadap keputusan memilih jalur karier yang akan diambil (Wang, Wang, & WenYa, 2023; Rahim et al., 2021).

Pada aspek ketiga, memecahkan masalah berorientasi pada orang lain mengacu pada bagaimana mahasiswa melibatkan peran dosen atau pihak terkait dalam menghadapi tantangan akademik untuk meningkatkan motivasi, prestasi, dan kreativitas (Suhaida & Azwar, 2018; Xanda dkk., 2023).

Tabel 5.

Memecahkan Masalah Berorientasi Pada Orang Lain

Partisipan	Gambaran Aspek <i>Academic Self-Efficacy</i>
Partisipan EN	Memiliki <i>problem solving</i> yang baik dengan melibatkan dosen maupun supervisor dan mampu berdiskusi secara kritis dan terbuka dengan pihak lain sebagai strategi dalam memahami materi perkuliahan
Partisipan WO	Mampu berkomunikasi dua arah untuk menemukan solusi dan melakukan monitoring serta evaluasi berkala dalam memecahkan permasalahan yang dialami selama kegiatan akademik
Partisipan SM	Memanfaatkan pihak lain dalam mendukung kegiatan akademik dan mencari informasi dari berbagai pihak khususnya yang paham dengan kondisi lapangan untuk menyelesaikan masalah

Berdasarkan gambaran pada tabel 5, seluruh partisipan yaitu EN, WO, dan SM mempunyai kemampuan memecahkan masalah berorientasi pada orang lain yang sangat baik dalam kegiatan akademiknya. Sejalan dengan pendapat Sagone dan Caroli (2014) yang mengacu pada konsep *self-efficacy* Albert Bandura bahwa mahasiswa yang berdiskusi dengan teman, dosen, staf akademik dalam memecahkan masalah/kendala dan menjalin komunikasi yang baik maka akan dengan mudah menjalani kegiatan akademik karena mendapat dukungan, motivasi, dan adanya perspektif baru. Penelitian Yusuf et. al. (2022) mengatakan bahwa mahasiswa yang aktif melakukan diskusi dengan teman, dosen, dan staf akademik dapat mengatasi hambatan akademik

dengan lebih baik. Komunikasi yang baik menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, sehingga mahasiswa merasa lebih termotivasi untuk menjalani proses belajar.

Self-efficacy dapat dipengaruhi oleh berbagai elemen dalam lingkungan pendidikan. Pembelajaran yang terstruktur dan penggunaan strategi pembelajaran yang tepat mendorong pengembangan *self-efficacy* yang lebih baik (Palennari et al., 2021). Mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu memotivasi diri dan mengatasi berbagai kendala akademik yang mereka hadapi (Wulandari et al., 2020; Yolantia et al., 2021). Di sisi lain, dosen memainkan peran krusial dalam meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa melalui kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif. Dosen yang bersikap terbuka, empatik, dan mendukung, serta mampu membangun hubungan positif dengan mahasiswa dapat meningkatkan prestasi akademik mahasiswa (Yusuf et al., 2022). Penelitian juga menunjukkan bahwa keterlibatan dosen dalam proses diskusi dan konseling dapat memperkuat keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka, sehingga mendorong motivasi dan kreativitas dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik (Nurmalia et al., 2020; Martua & Mashita, 2022).

Pada aspek keempat, iklim interpersonal mengacu pada bagaimana mahasiswa dapat aktif bekerja sama dan bertindak kooperatif dengan baik dalam suatu kelompok agar mampu menyelesaikan tugas dan tanggungjawab akademik bersama-sama (Septiani & Qohar, 2020)

Tabel 5.

Iklim Interpersonal

Partisipan	Gambaran Aspek Academic Self-Efficacy
Partisipan EN	Memiliki kemampuan untuk bekerja sama dengan tim dan mampu menyeimbangkan antara kehidupan sosial dan akademiknya.
Partisipan WO	Memiliki kemampuan untuk beradaptasi terhadap dinamika pola hubungan sosialnya dan memiliki rasa penuh pengertian dalam suatu kelompok
Partisipan SM	Memiliki kemampuan untuk terlibat aktif dalam interaksi sosial dengan teman sebaya dan mampu bekerja sama serta adanya solidaritas antar teman

Berdasarkan gambaran pada tabel 6, seluruh partisipan yaitu EN, WO, dan SM mempunyai kemampuan iklim interpersonal dalam kegiatan akademiknya. Sejalan dengan pendapat Sagone dan Caroli (2014) yang mengacu pada konsep *self-efficacy* Albert Bandura bahwa mahasiswa yang dapat bekerja sama atau berkolaborasi dengan teman-temannya/berkelompok maka akan memudahkan mereka dalam menjalani proses perkuliahan terutama dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu berinteraksi dan berkolaborasi secara efektif, yang pada gilirannya memfasilitasi pencapaian tujuan akademik mereka bersama dengan rekan-rekannya (Herizal, 2021; Anisa et al., 2020; Maulana & Paryontri, 2024).

Studi menunjukkan bahwa interaksi sosial dan dukungan emosional dalam kelompok dapat mengurangi tingkat stres akademik yang dihadapi mahasiswa (Cahyani & Mastuti, 2022;

Maulidya, 2022; Munthe, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa sering kali mengalami stres akibat tuntutan akademik dan masalah interpersonal, sehingga penting bagi mahasiswa untuk memiliki kapasitas kolaborasi yang baik untuk mengatasi situasi ini (Munthe, 2023). Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa penggunaan model pembelajaran yang mengedepankan komunikasi dan kerjasama antar mahasiswa dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan kolaboratif mereka, sejalan dengan konsep *self-efficacy* yang menekankan pentingnya percaya pada kemampuan diri dalam konteks akademik (Ekaputra, 2023).

Berdasarkan pemaparan masing-masing aspek di atas, diketahui seluruh partisipan menunjukkan keterlibatan diri yang baik dalam kegiatan akademik, terlihat dari kemampuan menyeimbangkan tuntutan akademik dan non-akademik, belajar mandiri, serta aktif berdiskusi dan bertanya. Penerapan strategi manajemen waktu yang terstruktur terbukti memperkuat konsep diri akademik sekaligus menurunkan prokrastinasi dan kecemasan menghadapi evaluasi akademik (Kordzanganeh et al., 2021; Motavaf & Shoaie, 2025). Pembelajaran mandiri serta keterlibatan aktif dalam diskusi terbukti menguatkan pemahaman konseptual dan membangun kepercayaan diri mahasiswa, sehingga meningkatkan ketahanan terhadap tekanan akademik (Sudirman et al., 2023; Septiawati et al., 2024).

Selain itu, dukungan sosial dari teman dan kelompok belajar menciptakan kenyamanan psikologis yang memperkuat partisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Dukungan psikososial di lingkungan pendidikan termasuk bantuan dari teman sebaya berperan penting dalam menurunkan stres dan meningkatkan kemampuan penyesuaian mahasiswa (Buthelezi & Hlalele, 2024). Bentuk dukungan ini juga terbukti mendorong keterlibatan kognitif, yang menjadi kunci bagi peningkatan kinerja akademik, terutama pada situasi belajar yang menuntut partisipasi aktif (Achdiyah et al., 2023). Di sisi lain, keberadaan kelompok dukungan sebaya memberikan ruang bagi mahasiswa untuk saling berbagi pengalaman dan belajar bersama, sehingga memperkuat komitmen mereka terhadap proses pembelajaran (Auer et al., 2024).

Partisipan juga menunjukkan kemampuan pengambilan keputusan yang berorientasi pada diri serta keterampilan pemecahan masalah interpersonal yang kuat. Partisipan memiliki regulasi diri yang tinggi, mampu menghadapi tantangan akademik, dan merencanakan langkah karier secara lebih terarah, termasuk persiapan sebagai calon psikolog. Regulasi diri diketahui berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa (Nurgiyanti & Syah, 2025). Lingkungan akademik yang suportif melalui interaksi dengan dosen, supervisor, dan teman sebaya mendorong fleksibilitas berpikir dan membentuk iklim interpersonal positif yang memperkuat keyakinan diri serta kesiapan profesional. Program mentoring yang relevan juga dapat memperkuat rasa percaya diri mahasiswa (Sohail, 2025), sementara dukungan dari dosen, supervisor, dan teman sebaya membantu mereka menghadapi tantangan akademik dan meningkatkan ketahanan belajar (Dahal et al., 2023; Robinson, 2025).

Meskipun seluruh partisipan menunjukkan tingkat *academic self-efficacy* yang baik, analisis aspek-aspeknya mengindikasikan perbedaan perilaku akademik, yaitu proaktif dan reaktif. *Academic self-efficacy* tidak hanya mencerminkan keyakinan terhadap kemampuan akademik, tetapi juga memengaruhi inisiatif, strategi, dan kemampuan menghadapi tantangan. Mahasiswa dengan *academic self-efficacy* tinggi cenderung proaktif, aktif mencari bantuan, mengelola

waktu secara efektif, dan bertahan menghadapi kesulitan akademik, sehingga meningkatkan kinerja mereka (Meng & Zhang, 2023; Supervía et al., 2022; Nordstokke & Hindes, 2025). Sebaliknya, mahasiswa dengan *academic self-efficacy* rendah cenderung reaktif terhadap tekanan situasional dan menunjukkan reaktivitas yang lebih tinggi terhadap stres akademik maupun psikologis (Sanz & Méndez-Ulrich, 2021; Tyne et al., 2024).

Perbedaan perilaku akademik mahasiswa dapat dipengaruhi oleh kepribadian, pola pikir, pengalaman sebelumnya, serta kualitas pengalaman lapangan dan dukungan supervisor, di mana faktor-faktor positif cenderung memperkuat *self-efficacy* dan mendorong perilaku proaktif (Rasyid & Marta, 2020; Wang et al., 2022). Keterlibatan dalam pengalaman lapangan yang mendukung, seperti pendidikan berbasis proyek, terbukti meningkatkan keterampilan berpikir kreatif dan *self-efficacy* (Anwar, Nurfadhilah, & Tibrani, 2024), sementara hubungan positif dengan supervisor dapat menambah kepercayaan diri mahasiswa (Li et al., 2025). Pola pikir berkembang, yang menekankan pembelajaran dari kegagalan dan tantangan, juga berperan penting dalam meningkatkan *self-efficacy* (Limeri et al., 2020; Dulai et al., 2022). Dengan demikian, interaksi antara kepribadian, pengalaman, dukungan supervisor, dan pola pikir membentuk *self-efficacy* mahasiswa, yang selanjutnya memengaruhi perilaku proaktif atau reaktif, sehingga lingkungan belajar yang mendukung sangat penting untuk pengembangan perilaku proaktif di kalangan mahasiswa (Yong & Roberts, 2024; Samsudin et al., 2020).

Self-efficacy mahasiswa, yang terbentuk melalui interaksi kepribadian, pengalaman, pola pikir, dan dukungan supervisor, secara langsung memengaruhi perilaku akademik dan kesiapan karier. Mahasiswa dengan *academic self-efficacy* tinggi cenderung proaktif menghadapi tantangan, gigih dalam belajar, dan percaya diri dalam merencanakan langkah kariernya, fokus menyelesaikan tugas yang menantang, serta menggunakan strategi kognitif, pengelolaan waktu, dan kontrol usaha belajar secara efektif (Mayalianti, Fatimahtuzzahro, & Maryana, 2024; Rasyid & Marta, 2020). Sebaliknya, mahasiswa dengan *self-efficacy* rendah cenderung menghindari tugas sulit dan responsif terhadap tekanan situasional. Dengan demikian, seluruh aspek yang ditemukan mencerminkan bagaimana *academic self-efficacy* membentuk perilaku akademik dan kesiapan mahasiswa terhadap kariernya.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga partisipan mampu memaknai dan mengembangkan *academic self-efficacy* mereka dalam mempersiapkan karier sebagai psikolog, sesuai dengan tujuan penelitian. Partisipan menunjukkan keterlibatan diri yang tinggi, kemampuan pengambilan keputusan berorientasi pada diri, pemecahan masalah interpersonal, dan adaptasi terhadap iklim interpersonal yang mendukung. Meskipun menghadapi tantangan akademik dan praktik LPPPU yang menimbulkan stres dan demotivasi, pemahaman dan keyakinan terhadap kemampuan diri memungkinkan mereka tetap fokus pada tujuan karier dan bersikap proaktif. Temuan ini menegaskan bahwa faktor-faktor seperti pola pikir berkembang, pengalaman lapangan yang mendukung, serta dukungan supervisor dan teman sebaya memperkuat *academic self-efficacy* dan keterlibatan akademik, yang pada gilirannya membentuk kesiapan profesional.

Dosen dan supervisor disarankan membina hubungan positif, memberikan pengalaman praktis yang menantang, serta umpan balik konstruktif untuk meningkatkan *academic self-efficacy* mahasiswa. Mahasiswa dianjurkan mengembangkan manajemen waktu, belajar mandiri, dan pola pikir berkembang guna memperkuat kesiapan karier. Institusi pendidikan sebaiknya menyediakan lingkungan belajar yang suportif, program mentoring, dan fasilitas kolaboratif, sementara kurikulum dapat dirancang berbasis proyek dan pengalaman praktik untuk meningkatkan keterampilan berpikir kritis, kreatif, dan *self-efficacy*. Penelitian selanjutnya direkomendasikan menggunakan desain longitudinal, sampel lebih besar, dan kombinasi metode kualitatif-kuantitatif untuk menelusuri *dinamika academic self-efficacy* dan perilaku akademik mahasiswa secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Achdiyah, H., Latipun, L., & Yuniardi, M. (2023). The influence of social support on academic performance: the mediating role of cognitive engagement. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 11(2), 85-90. <https://doi.org/10.22219/jipt.v11i2.22651>.
- Adams, A. -M., Wilson, H., Money, J., Palmer-Conn, S., & Fearn, J. (2020). Student engagement with feedback and attainment: the role of academic self-efficacy. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 45(2), 317-329. <https://doi.org/10.1080/02602938.2019.1640184>.
- Akande, A. O., Lavetsky, M. B., & Conway, S. (2024). *Experiential learning and internship for undergraduates: a workbook for undergraduate interns in the human services field*. Taylor and Francis.
- An, R., Wang, J., Li, S., Yin, Y., & Wang, X. (2024). Relationship between readiness for interprofessional learning and academic self-efficacy among nursing students: a cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 24(62). <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04953-3>.
- Anisa, A., Magfirah, N., & Thahir, R. (2020). Peranan self efficacy dan self regulated learning terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Biodik*, 7(2), 63-70. <https://doi.org/10.22437/bio.v7i2.12824>.
- Anwar, Y., Nurfadhilah, D., & Tibrani, M. (2024). The effectiveness of the project based learning (pjbl) model on the creative thinking skill of students in the human respiration system. *Jurnal Penelitian Pendidikan Ipa*, 10(2), 599-608. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v10i2.4941>.
- Auer, S., Matandirotya, N., Mathe, P., Moyo, M., Sherburne, L., & Dickin, K. (2024). Participants in a peer-based nutrition and health program in zimbabwe value dialogue, peer support, and tangible action: a qualitative exploration of peer group experiences. *Plos Global Public Health*, 4(10), e0003525. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003525>.
- Auer, T., Reindl, M., & Gniewosz, B. (2025). *Is the clique a pond? The big-fish-little-pond effect and the relative meaning of clique and classroom*. *Learning and Instruction*, 89. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2024.101997>.
- Banawi, A., Rumasoreng, M. I., Hasanah, N., Rahawarin, D. A., & Basta, I. (2024). The Relationship between Problem-Solving Skills and Student Academic Achievement: A Meta-Analysis in Education. *Journal of Ecohumanism*, 3(3). <https://doi.org/10.62754/joe.v3i3.3413>.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Bandura, A. (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164–180.
- Buthelezi, M. and Hlalele, D. (2024). Assessing students` experiences of psychosocial support for sustainable learning at a south african tvet college. *E-Journal of Humanities Arts and Social Sciences*, 735-750. <https://doi.org/10.38159/ehass.20245513>.
- Cahyani, D. and Mastuti, E. (2022). Pengaruh self-efficacy terhadap stres akademik mahasiswa

- perantau pada pembelajaran di masa pandemi covid-19. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (Brpkm)*, 2(1), 789-798. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.36526>.
- Carini, R. M., Kuh, G. D., & Klein, S. P. (2006). *Student engagement and student learning: Testing the linkages. Research in Higher Education*, 47(1), 1–32. <https://doi.org/10.1007/s11162-005-8150-9>.
- Chang, D.-F., Chien, W.-C., & Chou, W.-C. (2016). *Meta-analysis approach to detect the effect of student engagement on academic achievement. ICIC Express Letters*, 10(10), 2241–2246.
- Chaudhry, S., Tandon, A., Shinde, S., & Bhattacharya, A. (2024). Student psychological well-being in higher education: the role of internal team environment, institutional, friends and family support and academic engagement. *Plos One*, 19(1), e0297508. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297508>.
- Chen, C., Sun, Y., & Zhu, Y. (2025). The mechanism of academic self-efficacy in the relationship between professional identity and learning engagement among university students. *Scientific Reports*, 15(10640). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-95556-z>.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications, Inc.
- Dahal, R., Ghimire, B., Karki, D., & Joshi, S. (2023). Elevating job search effectiveness: the significance of self-directed learning and self-control. *Intellectual Economics*, 17(2). <https://doi.org/10.13165/ie-23-17-2-08>.
- de Bruin, K., & Cornelius, E. (2011). Self-directed learning and career decision-making. *Acta Academica: Critical Views on Society, Culture and Politics*, 43(2), 214–235. <https://doi.org/10.38140/aa.v43i2.1316>.
- Dibenedetto, M. K., & Schunk, D. H. (2022). *Assessing academic self-efficacy*. Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-981-16-8240-7_2.
- Dulai, K., Kranzfelder, P., Signorini, A., Pusey, T., Valencia, A., Urbina, C., ... & Oviedo, N. (2022). Collaborative teaching plus (ct+): a timely, flexible, and dynamic course design implemented during emergency remote teaching in an introductory biology course. *Cbe—life Sciences Education*, 21(4). <https://doi.org/10.1187/cbe.21-08-0199>.
- Ekaputra, F. (2023). Application of discovery learning model in practical learning to improve students' communication and collaboration skills. *EduLine Journal of Education and Learning Innovation*, 3(2), 307-311. <https://doi.org/10.35877/454ri.eduline1833>.
- Gaber, S. A., Gadelmawla, A. M., Shahat, H. A., & Badawy, M. E. (2025). PERMA-Training education students on academic self-efficacy and engagement. *Journal of Educational and Social Research*, 15(1), 116-129. <https://doi.org/10.36941/jesr-2025-0010>.
- Gentzis, E.-A., & Dixon, D. D. (2024). *How school climate relates to other psychosocial perceptions and academic achievement across the school year. School Psychology Review*, 53(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/2372966X.2023.2261835>.
- Guo, W., Wang, J., Li, N., & Wang, L. (2025). The impact of teacher emotional support on learning engagement among college students mediated by academic self-efficacy and academic

- resilience. *Scientific Reports*, 15(3670). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-88187-x>.
- Herizal, H. (2021). Self-efficacy mahasiswa dalam pembuktian matematis. *Ar-riyadhiyyat: Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(1), 1-10. <https://doi.org/10.47766/arriyadhiyyat.v2i1.1399>.
- Jihan, J., Mamonto, S., Fatmawati, E., Darmo, I., & Muchtar, M. (2023). Exploring the impact of post-pandemic learning strategies on university students' engagement and academic achievement. *Al-Ishlah Jurnal Pendidikan*, 15(3), 3017-3027. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i3.3742>.
- Kenkel, M. B., DeLeon, P. H., Albino, J. E. N., & Porter, N. (2003). Challenges to Professional Psychology Education in the 21st Century: Response to Peterson. *American Psychologist*, 58(10), 801–805. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.10.801>.
- Khine, M. S., & Nielsen, T. (2022). *Current Status of Research on Academic Self-efficacy in Education*. Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-981-16-8240-7_1.
- Kim, H. and Ra, Y. (2022). Effect of academic self-efficacy and career decision level on career preparation behavior of south korean college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13705. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013705>.
- Kim, H., & Ra, Y.-A. (2022). Effect of Academic Self-Efficacy and Career Decision Level on Career Preparation Behavior of South Korean College Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13705. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013705>.
- Kordzanganeh, Z., Bakhtiarpour, S., Hafezi, F., & Dashtbozorgi, Z. (2021). The relationship between time management and academic burnout with the mediating role of test anxiety and self-efficacy beliefs among university students. *Journal of Medical Education*, 20(1). <https://doi.org/10.5812/jme.112142>.
- Kusuma, A. K., Utami, B., & Mulyani, B. (2021). The relationship between students' problem solving skills and scientific attitude with students' learning outcomes on stoichiometry at tenth grade at high school in Boyolali, Central Java, Indonesia. *Journal of Physics: Conference series*, 1842. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1842/1/012027>.
- Lee, S., Jung, J., Baek, S., & Lee, S. (2022). The relationship between career decision-making self-efficacy, career preparation behaviour and career decision difficulties among south korean college students. *Sustainability*, 14(21), 14384. <https://doi.org/10.3390/su142114384>.
- Lei, H., Cui, Y., & Zhou, W. (2018). *Relationships between student engagement and academic achievement: A meta-analysis*. *Social Behavior and Personality*, 46(3), 517–528. <https://doi.org/10.2224/sbp.7054>.
- Li, P., Tang, X., Sun, Y., & Huang, S. (2025). How do supervisor-student relationship affect anxiety of graduate students? —the mediating role of research self-efficacy and the moderating role of mindset. *Plos One*, 20(8), e0328068. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0328068>.
- Limeri, L., Carter, N., Choe, J., Harper, H., Martin, H., Benton, A., ... & Dolan, E. (2020). Growing a growth mindset: characterizing how and why undergraduate students' mindsets change. *International Journal of Stem Education*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s40594->

[020-00227-2](#).

- Machin, M. A., & Gasson, N. (2025). The measurement of psychological literacy and employable skills self-efficacy in undergraduate psychology students. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*, 11(2), 188-199. <https://doi.org/10.1037/stl0000336>.
- Maisara, I., Zulkarnain, & Pohan, R. A. (2020). Efikasi diri mahasiswa bimbingan konseling islam dalam mempersiapkan karier. *Syaiful Qulub: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 1-8. <https://doi.org/10.32505/syifaulqulub.v1i1.1812>.
- Maki, H. A., & Nurjaman, U. (2022). Pengambilan keputusan dalam pendidikan berbasis agama, filsafat, psikologi, dan sosiologi. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, 16(1), 88-102. <http://dx.doi.org/10.35931/aq.v16i1.813>.
- Martua, S. and Mashita, R. (2022). Pengaruh psikoterapi shalat terhadap peningkatan self efficacy selama penyelesaian tugas akhir pada mahasiswa universitas islam negeri sulthan thaha saifuddin jambi. *Jurnal Ilmiah Social Teknik*, 4(1), 60-64. <https://doi.org/10.59261/jequi.v4i1.71>.
- Maulana, R. and Paryontri, R. (2024). Hubungan efikasi diri dengan stres akademik pada mahasiswa akhir. *G-Couns Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1413-1427. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5913>.
- Maulidya, N. (2022). Pelatihan academic self efficacy untuk menurunkan academic burnout pada mahasiswa ekonomi stie perbanas surabaya. *Surya Abdimas*, 6(2), 378-385. <https://doi.org/10.37729/abdimas.v6i2.1586>.
- Mayalianti, R. A., Fatimahtuzzahro, L., & Maryana. (2024). Self-efficacy academic pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 6(3). <https://doi.org/10.37776/jizp.v6i3.1445>.
- Meng, Q., & Zhang, Q. (2023). The influence of academic self-efficacy on university students' academic performance: the mediating effect of academic engagement. *Sustainability*, 15(7), 5767. <https://doi.org/10.3390/su15075767>.
- Moraga-Pumarino, A., Salvo-Garrido, S., & Ortiz-Cea, V. (2025). Gender, Self-Efficacy, and Academic Performance: Evidence in Business Education Program. *Behavioral Sciences*, 15(5), 563. <https://doi.org/10.3390/bs15050563>.
- Motavaf, F. and Shoaei, L. (2025). Cultivating academic self-concept and reducing test anxiety through time management training. *Research and Development in Medical Education*, 14, 33316. <https://doi.org/10.34172/rdme.025.33316>.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. SAGE Publications.
- Munthe, R. (2023). The influence of emotional intelligence, self-efficacy, and gender on the level of academic stress of students working on thesis tasks in the business education study program, medan state university. *OJE*, 2(2), 73-85. <https://doi.org/10.61730/oje.v2i2.173>.
- Nababan, G., Purba, J. E. L., & Aji, K. A. (2021). Mengukur keterlibatan siswa dalam pembelajaran online siswa kelas VII di sekolah abc pada pembelajaran matematika. *Jurnal Magister Pendidikan Matematika (Jumadika)*, 3(2), 100-109. <https://doi.org/10.30598/jumadikavol3iss2year2021page100-109>.
- Nielsen, T. (2022). *Predicting student teachers' academic learning self-efficacy at the second semester from their pre-academic learning self-efficacy*. Nova Science Publishers, Inc.

- Nordstokke, D. and Hindes, Y. (2025). Relationships between first-year student resilience and academic stress. *Behavioral Sciences*, 15(6), 772. <https://doi.org/10.3390/bs15060772>.
- Nurgiyanti, A. and Syah, M. (2025). Analisis dukungan keluarga, konsep diri dan regulasi diri dalam meningkatkan motivasi belajar. *Cetta Jurnal Ilmu Pendidikan*, 8(3), 208-217. <https://doi.org/10.37329/cetta.v8i3.4261>.
- Nurmalia, T., Choirunnisa, D., Hanim, W., & Marjo, H. (2020). Self efficacy dengan menggunakan pendekatan rational emotive behavior therapy (rebt) dalam konseling kelompok pada peserta didik sma. *Visipena Journal*, 11(2), 404-415. <https://doi.org/10.46244/visipena.v11i2.1298>.
- Oliveira, Í. M., & Marques, C. (2024). *The role of career adaptability and academic engagement in college student's life satisfaction*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(5), 596. <https://doi.org/10.3390/ijerph21050596>.
- Palennari, M., Daud, F., & Nurhayati, B. (2021). Hubungan antara self regulated learning dengan self efficacy mahasiswa melalui strategi blended learning pada perkuliahan biologi dasar. *Sainsmat Jurnal Ilmiah Ilmu Pengetahuan Alam*, 10(2), 172. <https://doi.org/10.35580/sainsmat102262232021>.
- Peker, M. (2024). Willing, able, and engaged: roles of action-state orientation, intrinsic academic motivation, and time management on academic engagement. *Current Psychology*, 43(20), 18444-18454. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05630-4>.
- Rahim, N., Jaafar, W., & Arsad, N. (2021). Career maturity and career decision-making self-efficacy as predictors of career adaptability among students in foundation program, universiti putra malaysia. *Asian Journal of University Education*, 17(4), 464. <https://doi.org/10.24191/ajue.v17i4.16181>.
- Rasyid, F. and Marta, M. (2020). Impact of organizational politics on proactive behavior of government employees: the moderating role of self-efficacy. *Problems and Perspectives in Management*, 18(1), 385-393. [https://doi.org/10.21511/ppm.18\(1\).2020.33](https://doi.org/10.21511/ppm.18(1).2020.33).
- Robinson, L. (2025). Exploring determinants of online learning acceptance: the role of readiness, peer support, and instructional support. *The Electronic Journal of E-Learning*, 23(2), 130-142. <https://doi.org/10.34190/ejel.23.2.4048>.
- Rossen, E., Politikos, N. N., & Prus, J. S. (2023). *Graduate preparation and credentialing. In school psychology: professional issues and practices (2nd ed., chapter 6)*. Springer Publishing. <https://doi.org/10.1891/9780826163448.0006>.
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2014). Locus of control and academic self-efficacy in university students: The effects of Self-concepts. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 222-228. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.689>.
- Samsudin, M., Jamali, S., Zain, A., & Ebrahim, N. (2020). The effect of stem project based learning on self-efficacy among high-school physics students. *Journal of Turkish Science Education*, 16(1), 94-108. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3574024>.
- Sanz, A. and Méndez-Ulrich, J. (2021). Intraocular pressure reactivity to social stressors. *Journal of Psychophysiology*, 35(2), 89-101. <https://doi.org/10.1027/0269-8803/a000264>.
- Septiani, I. T., & Qohar, A. (2020). Kerjasama mahasiswa dalam pembelajaran kooperatif tipe

- jigsaw pada mata kuliah pengantar aljabar. *Jurnal Didaktik Matematika*, 7(1), 60-71. <https://doi.org/10.24815/jdm.v7i1.15365>.
- Septiawati, A., Sulistiyana, C., & Primanagara, R. (2024). Correlation between self-compassion and academic procrastination with learning achievement among the medical students at universitas swadaya gunung jati, cirebon, indonesia. *GHMJ (Global Health Management Journal)*, 7(4), 200-211. <https://doi.org/10.35898/ghmj-741083>.
- Shareefa, M., Moosa, V., Saeed, K., Hassan, V., & Kashif, M. (2025). Impact of students' self-regulation and mindfulness on academic self-efficacy; the mediation effect of mental well-being. *Cogent Education*, 12(1), 2498183. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2025.2498183>.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method, and Research*. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington: Sage.
- Sohail, N. (2025). Time to introduce a mentoring program in postgraduate medical training in pakistan. *Pakistan Postgraduate Medical Journal*, 36(02), 53-54. <https://doi.org/10.51642/ppmj.v36i02.805>.
- Sudirman, S., Reza, F., Yusri, N., & Rina, R. (2023). Putting off until tomorrow: academic procrastination, perfectionism, and fear o failure. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i1.17576>.
- Suhaida, D., & Azwar, I. (2018). Peran Dosen dalam Mengembangkan Karakter Mandiri pada Mahasiswa. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 5(1), 1–19.
- Supervía, P., Salavera, C., & Quílez-Robres, A. (2022). Self-efficacy, optimism, and academic performance as psychoeducational variables: mediation approach in students. *Children*, 9(3), 420. <https://doi.org/10.3390/children9030420>.
- Syed, A., Pereira, J. A., Alsabbagh, M. H. D. W., & Waite, N. M. (2025). *Fostering career-readiness in pharmacy students through work-integrated learning: qualitative analysis of co-op supervisor and rotation preceptor feedback on student performance*. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 17(10), 10243. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2025.102413>.
- Tripathi, P., & Singh, H. K. (2024). Study the future manager's proactive conduct and sense of self-efficacy affect their career management. *International Journal of Information Technology and Management*, 17(1), 150-161. <https://doi.org/10.29070/ke0hj134>.
- Tyne, W., Fletcher, D., Stevinson, C., & Paine, N. (2024). Cardiovascular reactivity to acute psychological stress is associated with generalized self-efficacy and self-efficacy outcomes during adventure challenges. *Psychophysiology*, 61(6). <https://doi.org/10.1111/psyp.14540>.
- van Rooij, E. C. M., Jansen, E. P. W. A., & van de Grift, W. J. C. M. (2017). Factors that contribute to secondary school students' self-efficacy in being a successful university student. *Research in Post-Compulsory Education*, 22(4), 535-555. <https://doi.org/10.1080/13596748.2017.1381301>.
- van Zyl, L. E., Klibert, J., Shankland, R., See-To, E. W. K., & Rothmann, S. (2022). The general academic self-efficacy scale: psychometric properties, longitudinal invariance, and criterion Validity. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(6), 777-789.

- <https://doi.org/10.1177/07342829221097174>.
- Wang, Q., Xin, Z., Zhang, H., Du, J., & Wang, M. (2022). The effect of the supervisor–student relationship on academic procrastination: the chain-mediating role of academic self-efficacy and learning adaptation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2621. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052621>.
- Wang, R. and Lent, R. (2022). Applying social cognitive career theory to the study abroad choice process. *Journal of Counseling Psychology*, 69(4), 463-473. <https://doi.org/10.1037/cou0000597>.
- Wang, X., Wang, H., & WenYa, L. (2023). Improving the quality of career decision-making of students in chinese higher vocational colleges. *Sage Open*, 13(2). <https://doi.org/10.1177/21582440231180105>.
- Wei-yi, L., Zaman, S., Jamil, S., & Khan, S. (2023). Students engagement in distant learning: how much influence do the critical factors have for success in academic performance?. *Psychology in the Schools*, 60(7), 2373-2394. <https://doi.org/10.1002/pits.22858>.
- Wowor, W., Juliana, J., Pramezwary, A., Yulius, K. G., & Djakasaputra, A. (2025). *Exploring the impact of student delight and engagement on academic achievement: A study of holistic learning experiences*. In *Studies in Systems, Decision and Control (Chapter 11)*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-031-95280-7_11.
- Wulandari, M., Umaroh, S., & Mariskha, S. (2020). Pengaruh efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa universitas 17 agustus 1945 samarinda. *Motiva Jurnal Psikologi*, 3(1), 35. <https://doi.org/10.31293/mv.v3i1.4808>.
- Xanda, A. N., Suryono, W., Abubakar, Irmawati, Rino, A., Vanchapo, Chayaton, Y., & Machsunah. (2023). Analisis Peran Dosen dalam Meningkatkan Kreativitas Mahasiswa di Universitas. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 6(4), 1223– 1228.
- Yan, T., Yu, H., & Tang, J. (2024). The influence of multiple factors on musicology doctoral students' academic performance: an empirical study based in china. *Behavioral Sciences*, 14(11), 1073. <https://doi.org/10.3390/bs14111073>.
- Yokoyama, S. (2024). Impact of academic self-efficacy on online learning outcomes. *EXCLI Journal*, 23, 960-966. <https://doi.org/10.17179/excli2024-7502>.
- Yolantia, C., Artika, W., Nurmaliah, C., Rahmatan, H., & Muhibbuddin, M. (2021). Penerapan modul problem based learning terhadap self efficacy dan hasil belajar peserta didik. *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*, 9(4), 631-641.
- Yong, J. and Roberts, G. (2024). Reflection and self-efficacy for clinical skills. *The Clinical Teacher*, 22(1). <https://doi.org/10.1111/tct.13833>.
- Yusuf, E., Suryani, A., & Kalsum, U. (2022). Pengaruh kemampuan komunikasi interpersonal dosen terhadap prestasi akademik mahasiswa di program studi pendidikan ekonomi fkip umb. *Edunomia Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi*, 2(2), 103-108. <https://doi.org/10.24127/edunomia.v2i2.2130>.
- Zhang, J., Chen, G., Yu, Q., Meng, Y., Iv, Z., & He, J. (2024). Longitudinal relations between future time perspective and academic engagement among chinese college students: the mediating role of career adaptability. *Current Psychology*, 43, 37123-37137. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06951-0>.

Zysberg, L., & Schwabsky, N. (2021). *School climate, academic self-efficacy and student achievement. Educational Psychology, 41(3), 324–338.*
<https://doi.org/10.1080/01443410.2020.1813690>