

Vol. 43 No. 2 (2026)

EFIKASI DIRI KONSELOR : MODEL PELATIHAN DAN FUTURE OPPORTUNITIES (KHUSUSNYA DI INDONESIA)

Narno

Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja

Email: narno.lalanlangi72@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis upaya peningkatan efikasi diri konselor dalam menghadapi tantangan abad 21 melalui pendekatan systematic literature review (SLR). Efikasi diri konselor memainkan peran penting dalam menentukan keberhasilan kinerja konselor, yang berdampak pada kualitas layanan bimbingan dan konseling. Penelitian ini menggunakan analisis PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) dengan sumber data dari artikel di database Scopus periode 2014-2024 dan Google Scholar. Dari 213 artikel yang teridentifikasi, 18 artikel dipilih untuk dianalisis secara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berbagai strategi seperti pelatihan kreatif, pengembangan model konseling, dan pelatihan keterampilan multikultural efektif dalam meningkatkan efikasi diri konselor. Semua artikel yang dianalisis melaporkan hasil positif dari upaya peningkatan efikasi diri, baik melalui skala pengukuran efikasi diri maupun hasil implementasi praktik konseling. Penelitian ini menyimpulkan bahwa peningkatan efikasi diri konselor penting untuk mendukung profesionalitas dalam menjalankan tugas-tugas konseling dan perlu terus dikembangkan dalam penelitian lanjutan.

Kata Kunci: Efikasi diri, konselor, systematic literature review, PRISMA, abad 21

Abstract

This study aims to analyze efforts to enhance counselors' self-efficacy in facing the challenges of the 21st century through a systematic literature review (SLR) approach. Counselors' self-efficacy plays a crucial role in determining their performance success, which impacts the quality of counseling services. This research utilized the PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) analysis, with data sources from Scopus articles from the 2014-2024 period and Google Scholar. Out of 213 identified articles, 18 were selected for in-depth analysis. The results showed that various strategies such as creative training, counseling model development, and multicultural skills training were effective in improving counselors' self-efficacy. All analyzed articles reported positive outcomes from the efforts to enhance self-efficacy, either through self-efficacy measurement scales or the results of counseling practice implementation. This study concludes that enhancing counselors' self-efficacy is essential to support professionalism in fulfilling counseling tasks and should be further developed in future research.

Keywords: self-efficacy, counselors, systematic literature review, PRISMA, 21st century

PENDAHULUAN

Efikasi diri menjadi inti dari teori kognitif sosial dari Bandura. Keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan merupakan efikasi diri (Bandura, 1986). Bandura juga menggambarkan efikasi diri sebagai penentu tentang rasa, pikir, motivasi, serta perilaku. Efikasi diri menjadi faktor kuat dalam menentukan bagaimana seseorang akan bertindak, berpikir dan bereaksi ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan (Alavi et al., 2017; Downes et al., 2016). Pengetahuan tentang diri yang berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari menjadi salah satu aspek efikasi diri (Feist, Jess., Feist, 2008). Efikasi diri terlibat dalam mempengaruhi individu untuk menentukan tindakan yang akan dilakukan serta capaian tujuan (Hastings & West, 2011). Efikasi diri dijelaskan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan mereka sendiri untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan sukses (Puspitasari et al., 2021). Efikasi diri memiliki aplikasi luas, termasuk dalam kinerja akademis dan lingkungan profesional seperti konseling, di mana efikasi diri berperan penting dalam menentukan kompetensi dan kinerja kerja (Indreswari et al., 2022).

Dalam konteks pendidikan, efikasi diri mengarahkan kepercayaan diri mahasiswa terhadap kemampuannya untuk mencapainya tugas tertentu (Erickson et al., 2016). Definisi yang lebih luas mencakup keyakinan diri bahwa kemampuan tidak tetap tetapi dapat tumbuh bersama upaya. Maka, efikasi diri adalah keyakinan individu pada kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi atau menyelesaikan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan untuk mencapai suatu hasil dalam situasi tertentu. Lebih lanjut, aspek efikasi diri meliputi, 1) tingkatan yang diamati dari keyakinan individu [8] dengan tingkat yang berbeda, 2) keluasan yang diamati dari keyakinan individu terhadap penguasaan pada bidang tertentu, 3) kekuatan yang diamati dari keyakinan individu dalam menyelesaikan tugasnya (Erickson et al., 2016).

Efikasi diri telah dikaitkan dengan ketekunan, keuletan, dan prestasi dalam pengaturan pendidikan (Bandura, 1986; Zimmerman & Schunk, 1989). Sebuah metaanalisis penelitian dalam pengaturan pendidikan menemukan bahwa efikasi diri memiliki hubungan terhadap kinerja akademik ($r = 0,38$) dan ketekunan ($r = 0,34$) (Multon et al., 1991). Kontribusi efikasi diri terhadap pencapaian pendidikan didasarkan pada peningkatan penggunaan aktivitas dan strategi kognitif yang spesifik, serta berdampak positif pada keterampilan metakognitif dan kemampuan mengatasi yang lebih luas dan lebih umum.

Bukti bahwa efikasi diri mampu meningkatkan kinerja di bidang kognitif tertentu berkembang dengan baik, dan juga sangat jelas bahwa efikasi diri lebih dari sekadar cerminan kemampuan spesifik konten. Efikasi diri berperan untuk mempengaruhi tingkat dari usaha yang dilakukan individu, dari usaha tersebut akan berpengaruh kepada keberhasilan pencapaian tujuan (Mustaqim, 2008). Lebih lanjut, keyakinan diri dapat diperoleh baik dalam meningkatkan maupun menurunkan melalui dorongan atau motivasi yang mempengaruhi pada kesiapan belajar dirinya (Wulandari & Pravesti, 2021)

Pengaruh efikasi diri dalam diri guru bimbingan dan konseling sudah banyak dibahas di beberapa artikel penelitian. Efikasi diri guru bimbingan dan konseling berpengaruh dalam kinerja konselor maupun hasil konseling yang dilakukannya secara tidak langsung (Hanson, 2006)(Morrison, 2016). Kinerja guru bimbingan dan konseling berpengaruh pada kualitas pendidikan (Hidayat et al., 2019). Efikasi diri pada guru mampu untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam bentuk perilaku, emosi dan kognitif untuk mengikuti pembelajaran (Emiru & Gedefaw, 2024). Selain itu, efikasi diri yang tinggi pada guru berpengaruh positif dalam praktik mengajar guru, motivasi belajar, dan prestasi belajar (Alibakhshi et al., 2020) (Achurra & Villardón, 2012). Efikasi diri memiliki pengaruh dalam meningkatkan kinerja dalam mencapai keberhasilan pencapaian akademik dan kinerja (Salami & Ogundokun, 2009). Dengan kata lain, maka efikasi diri konselor berpengaruh kepada kinerja konselor. Kinerja konselor terlihat pada kompetensi konselor dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling (Murad, 2012).

Efikasi diri konselor pada abad 21 menjadi aspek penting dalam menghadapi berbagai tantangan yang semakin kompleks di dunia pendidikan dan kesehatan mental. Di era ini, konselor dituntut untuk memiliki kepercayaan yang kuat terhadap kemampuan diri dalam memberikan layanan yang efektif dan relevan, sejalan dengan perkembangan teknologi, keragaman budaya, serta perubahan sosial yang cepat. Efikasi diri di abad ke-21 dijelaskan sebagai keyakinan seorang guru terhadap kemampuannya untuk mengajarkan keterampilan penting seperti komunikasi, kolaborasi, berpikir kritis, dan kreativitas. Studi ini menemukan bahwa efikasi diri memainkan peran penting dalam membentuk praktik pengajaran yang efektif, terutama dalam mendorong kolaborasi dan ekspektasi tinggi pada siswa. Guru yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih mampu beradaptasi dengan tuntutan pendidikan modern, mempertahankan ketahanan, dan secara positif mempengaruhi hasil belajar siswa (J. Quiño & Corpuz, 2021). Efikasi diri di abad 21 merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan

mereka untuk berhasil dalam tugas-tugas atau tantangan tertentu, terutama dalam merespons tuntutan modern seperti kemajuan teknologi yang cepat, kolaborasi global, dan kebutuhan berpikir kritis. Misalnya, dalam konteks pendidikan atau konseling, efikasi diri di abad 21 sangat penting karena para profesional perlu beradaptasi dengan lingkungan online, setting multikultural, dan metode pemecahan masalah yang inovatif. Keyakinan ini terhadap kemampuan diri memengaruhi seberapa efektif seseorang dapat mengajar, memberikan konseling, atau belajar dalam situasi yang semakin kompleks dan dinamis (Vincenzes et al., 2023).

Melihat urgensi perlunya efikasi diri dalam diri konselor, maka peneliti tertarik untuk mencoba menganalisis upaya apa saja yang sudah dilakukan untuk meningkatkan efikasi diri konselor melalui *systematic literature review* (SLR).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* (SLR). *Systematic literature review* bertujuan untuk mengidentifikasi, menilai dan mensintesis semua bukti penelitian yang relevan dengan fokus pertanyaan peneliti secara sistematis dan transparan (Lame, 2019). Penelitian ini menggunakan analisis *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Artikel yang digunakan bersumber dari databased scopus mulai tahun 2014 – 2024 (bulan Agustus) melalui web *scopus*. Kata kunci yang digunakan dalam mencari artikel yakni “self-efficacy counselor”. PRISMA merupakan pedoman yang membantu peneliti untuk melaporkan tinjauan sistematis dan meta-analisis yang sudah disusun secara transparan dan lengkap (Page et al., 2021). Selain itu, peneliti juga melakukan analisis sederhana yang bersumber dari google scholar untuk mengetahui penelitian terkait upaya peningkatan efikasi diri konselor untuk data efikasi diri konselor di Indonesia. Artikel yang bersumber dari google scholar diperoleh peneliti dengan bantuan aplikasi *publish or perish*.

Pertanyaan Penelitian

Q1: Bagaimana Upaya peningkatan efikasi diri konselor pada rentang tahun 2014-2024?

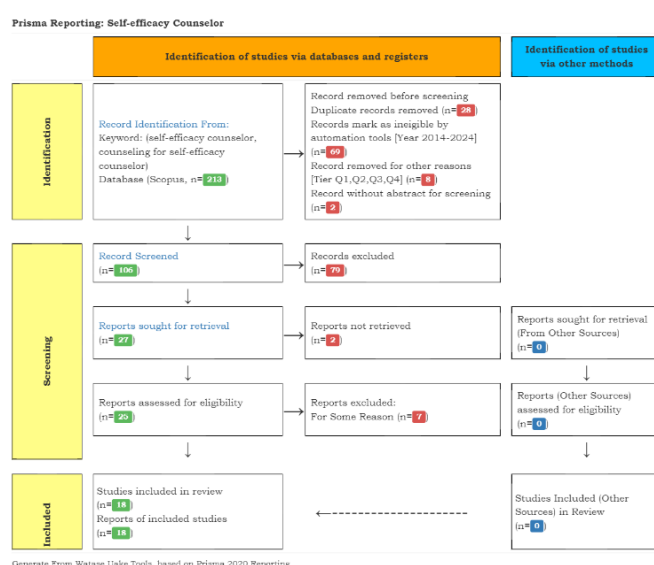
Q2: Bagaimana future opportunities upaya peningkatan efikasi diri konselor (khususnya di Indonesia)?

HASIL DAN PEMBAHASAN

Q1: Upaya Peningkatan Efikasi Diri Konselor Pada Rentang Tahun 2014-2024

Hasil analisis yang dilakukan oleh peneliti dengan keyword yang sudah dipilih memunculkan 213 artikel. Dari hasil tersebut peneliti melakukan *screened* atau pemilihan artikel yang sesuai dengan

batasan yang dilakukan oleh peneliti. Screened dilakukan melalui pengecekan abstrak dan keyword yang ada dalam setiap artikel. Dari hasil screened diperoleh 27 artikel yang selanjutnya akan masuk dalam tahap retrieval yang bertujuan untuk mengumpulkan artikel secara utuh atau mendownload full paper dari artikel yang sudah lolos dari hasil screened. Setelah proses pengumpulan artikel, peneliti membaca secara keseluruhan isi artikel untuk mencari data terkait upaya yang dilakukan untuk meningkatkan efikasi diri, hasil dari upaya peningkatan efikasi diri, metode penelitian yang digunakan dan lokasi tempat penelitian. Dari hasil membaca secara keseluruhan setiap artikel diperoleh 18 artikel yang memunculkan data-data yang menjadi focus pengungkapan data systematica literature review dari peneliti. Berikut bagian PRISMA yang dihasilkan:



Berikut data 18 artikel yang terpilih dari proses analisis PRISMA yang dilakukan oleh peneliti:

Watsave Data Export Path & Item						
No	Authors	Year	Title	Journal	Citation	JournalRank*
1	Spears, James; Duffey, Madelyn; Prasath, Priscilla	2024	Examining Counselor-In-Training Self-Efficacy Through a Choose-Your-Own-Adventure Classroom Activity	Journal of Creativity in Mental Health	0	Q3
2	Urkmez, Bilal; Singhani, Sunder	2023	Effectiveness of Experiential Group Training in Developing Leadership Self-Efficacy of Counselors-In-Training	The Journal for Specialists in Group Work	0	Q3
3	Merlin-Knoblich, Clare; Dack, Hilary; Elizondo, Joseph Anthony	2023	A Pre-Experimental Pilot Study of School Counselors Completing an 8-Month Professional Development Program to Improve Self-Efficacy	Counseling Outcome Research and Evaluation	1	Q2
4	Levy, Ian P.; Keum, Brian TaeHyuk	2022	Supporting school counselor s multicultural self-efficacy	Journal of Poetry Therapy	0	Q3

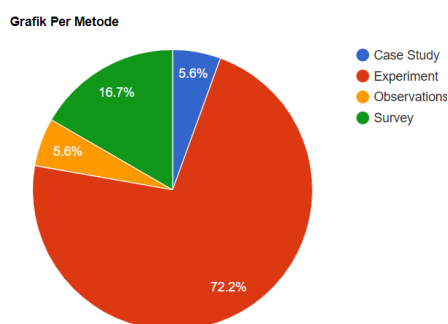
			development through Hip Hop based coursework			
5	Akçabozan-Kayabol, Nazl? Bü?ra; Ozdemir, Nurtan Karacan; Güneri, Oya Yerin; Korkut-Owen, Fidan	2021	Integrating video-modeling into counseling skills and techniques course and its impact on counseling self-efficacy	Current Psychology	5	Q2
6	Johnson, Kaprea F.	2020	Counselor Trainees Interprofessional Self-Efficacy After a Career Development Intervention	Journal of Employment Counseling	2	Q2
7	Tagay, Özlem	2020	Effect of psychological counseling with experiential relational focus group on psychological counselors self-efficacy and listening skills	Current Psychology	0	Q2
8	Özteke Kozan, Hatice ?rem	2020	A Qualitative Approach to School Counsellor Self-Efficacy Sources and Enhancement Strategies	Journal of Psychologists and Counsellors in Schools	5	Q3
9	Meola, Cheryl C.; Sias, Shari M.; Atherton, W. Leigh; Leierer, Stephen J.; Crowe, Allison; Scroggs, Lauren Bethune	2020	The Effects of an Equine Assisted Learning Supervision Intervention on Counselors -in-training Performance Anxiety and Counseling Self- Efficacy	Journal of Creativity in Mental Health	2	Q3
10	Owens-Thomas, Elizabeth; Wusik, Katie; He, Hua; Yager, Geoffrey; Atzinger, Carrie L.	2019	The relationship between genetic counseling student self-efficacy and clinical training	Journal of Genetic Counseling	8	Q2
11	Hatch-Maillette, Mary A.; Harwick, Robin; Baer, John S.; Wells, Elizabeth A.; Masters, Tatiana; Robinson, Audra; Cloud, Kasie; Peavy, Michelle; Wiest, Katharina; Wright, Lynette; Dillon, Kathleen; Beadnell, Blair	2019	Increasing substance use disorder counselors self-efficacy and skills in talking to patients about sex and HIV risk A randomized training trial	Drug and Alcohol Dependence	4	Q1
12	Supriyadi, Aliyaturrahmah; Setiyawati, Diana	2019	Validation of training module to increase self-efficacy of adolescent peer counsellors in Indonesia	Journal of Mental Health	4	Q1
13	Kwong, Jacky Z.; Gray, Jennifer M.; Rein, Lisa; Liu, Ying;	2019	An educational intervention for medical students to improve self-	Injury Epidemiology	9	Q2

	Melzer-Lange, Marlene D.		efficacy in firearm injury prevention counseling			
14	Caldwell, Sarah; Wusik, Katie; He, Hua; Yager, Geoffrey; Atzinger, Carrie	2018	The Relationship Between the Supervisory Working Alliance and Student Self-Efficacy in Genetic Counseling Training	Journal of Genetic Counseling	6	Q2
15	Hayden, Laura; Cook, Amy; Gracia, Robert; Silva, Meghan Ray; Cadet, Melanie	2017	Evaluating Fieldwork and a Targeted Curriculum on Urban Counselor Trainees Self- Efficacy	Counseling Outcome Research and Evaluation	2	Q2
16	Midgett, Aida; Hausheer, Robin; Dumas, Diana M.	2016	Training Counseling Students to Develop Group Leadership Self- Efficacy and Multicultural Competence Through Service Learning	The Journal for Specialists in Group Work	22	Q3
17	Springer, Sarah I.; Schimmel, Christine J.	2015	Creative Strategies to Foster Pre- Service School Counselor Group Leader Self-Efficacy	The Journal for Specialists in Group Work	9	Q3
18	Goreczny, Anthony J.; Hamilton, Deanna; Lubinski, Leanna; Pasquinelli, Matt	2015	Exploration of Counselor Self- Efficacy Across Academic Training	The Clinical Supervisor	20	Q2

Dari 18 artikel yang sudah dianalisis oleh peneliti memunculkan beberapa upaya yang dilakukan untuk meningkatkan efikasi diri. Upaya-upaya yang ada dalam 18 artikel tersebut tidak ada yang sama bentuknya. Upaya tersebut meliputi strategi kreatif, strategi eksplorasi, experiential group training, pelatihan kesehatan mental, pelatihan kompetensi multicultural, konseling pencegahan, pembentukan kurikulum, pelatihan akademik, pendekatan relasional eksperiensial dan pendidikan pelatihan konseling genetika dan training pengembangan. Jika dikaji lebih dalam, 18 upaya tersebut dikemas dalam bentuk pelatihan yang memunculkan beberapa pertemuan sebagai upaya peningkatan efikasi diri konselor. Ada beberapa penelitian yang mencoba untuk mengemas pelatihan dalam bentuk yang baru seperti training CYOA dan strategis kreatif. Efikasi diri dianggap sebagai variabel penting yang berkaitan dengan identitas akademik yang sukses. Efikasi diri membantu mengembangkan kepercayaan diri dalam kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas akademik (Chen, 2024).

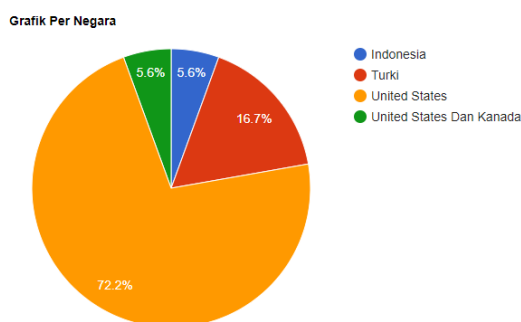
Hasil dari upaya peningkatan efikasi diri yang ada di masing-masing artikel menunjukkan 100% dari upaya yang dilakukan efektif untuk meningkatkan efikasi diri konselor. Peningkatan efikasi diri konselor dalam artikel-artikel tersebut lebih banyak terlihat dari peningkatan hasil pengukuran efikasi diri menggunakan skala atau instrument pengukuran yang dibuat oleh peneliti pada masing-masing artikel. Selain itu, ada satu artikel yang menganalisis beberapa sumber yang bisa berpengaruh dalam efikasi diri konselor yang meliputi jenjang Pendidikan konselor, pengalaman praktek konselor, pengawasan dan factor pribadi atau kepribadian konselor. Ada hubungan positif yang signifikan antara

efikasi diri guru dan praktik mengajar yang efektif, di mana guru dengan kualifikasi pendidikan yang lebih tinggi menunjukkan kinerja yang lebih baik (J. B. Quiño, 2021). Selain itu, adanya hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri kreatif dan kemampuan mengajar keterampilan ini, yang berarti bahwa semakin tinggi kepercayaan guru terhadap kemampuan kreatif mereka, semakin efektif mereka dalam mengajar keterampilan abad ke-21 (Öpengin & Elmas, 2023). Metode penelitian yang digunakan dalam 18 artikel yang dianalisis oleh peneliti Sebagian besar menggunakan eksperimen. Berikut gambaran metode penelitian yang ada:



Sebagian besar lokasi penelitian terkait upaya peningkatan efikasi diri konselor yakni pada negara United States. Lokasi penelitian untuk negara Indonesia diwakili dengan 1 artikel yang berfokus pada upaya peningkatan efikasi diri konselor sebaya melalui modul training. Berikut Gambaran sebaran negara lokasi penelitian upaya peningkatan efikasi diri konselor:

TABEL PENGELOMPOKAN ARTIKEL PER NEGARA



Selain data dari scopus, peneliti mencoba untuk menganalisis data penelitian yang bersumber dari google scholar melalui publish or perish menggunakan keyword efikasi diri konselor pada artikel tahun 2014 – 2024 (bulan oktober). Berikut data yang diperoleh oleh peneliti dari google scholar:

Cites	Per year	Rank	Authors	Title	Year	Publication	Publisher	Type
30	30.00	1	NY Setyaputri, BB Lasan...	Pengembangan paket pelatihan "ground, understand, revise, use (G...	2024	Jurnal Kajian Bimbingan ...	citeus.um.ac.id	
0	0.00	5	N AFIHAH	HUBUNGAN PANGGILAN KARIER DENGAN EFikasi DIRI KONSELOR ...	2023		repository.unj.ac.id	
0	0.00	6	A Pandang, M Anas	Skala Efikasi Diri Menjadi Konselor	2021		eprints.unm.ac.id	
4	1.00	3	R Haryadi	Interelasi Kompetensi Profesional, Multikultural, dan Efikasi Diri Kon...	2020	Guidance: Jurnal Bimbanga...	academia.edu	PDF
2	0.50	12	A Pandang, N Umar	Pengembangan Model Program Konseling Sebaya untuk Meningkatkan...	2020	Laporan Penelitian. LPPM ...		CITATION
0	0.00	8	H NURLAILA	Pelatihan" Konseling Santri" untuk Meningkatkan Keterampilan Dasa...	2020		etd.repository.ugm.ac.id	
0	0.00	9	A Pandang, F Umar	Panduan PKS-EDK: Program Kobseling Sebaya Untuk Meningkatkan ...	2019		eprints.unm.ac.id	
0	0.00	7	S ALIYATURRAHMAH	Validasi Modul Pelatihan Keterampilan Dasar Konseling untuk Meni...	2018		etd.repository.ugm.ac.id	
16	2.29	11	A Latif, AM Yusuf, ZM Efendi	Hubungan perencanaan karier dan efikasi diri dengan kesipan kerja ...	2017			CITATION
8	1.14	2	MA Rizqi, F Nashori, YD Astuti	Pelatihan konseling kesehatan remaja untuk meningkatkan efikasi di...	2017	JIP (Jurnal Intervensi Psikol...	journal.uin.ac.id	
0	0.00	10	LA Wahid	TAZKIVATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUN...	2017		digilib.uin-suka.ac.id	
1	0.13	4	MW SATYAJATI	Person-Centered Expressive Arts Therapy untuk Meningkatkan Efikas...	2016		etd.repository.ugm.ac.id	

Dari data diatas diperoleh data hanya 7 penelitian yang dilakukan dalam upaya peningkatan efikasi diri konselor yakni pengembangan paket pelatihan pada tahun 2024, pengembangan model program konseling sebaya pada tahun 2020, pelatihan konseling santri pada tahun 2020, panduan PKS-EDK pada tahun 2019, validasi modul pelatihan keterampilan dasar konseling pada tahun 2018, pelatihan konseling Kesehatan remaja pada tahun 2017, pelatihan komunikasi konseling pada tahun 2017 dan person centered expressive art therapy pada tahun 2016. Urgensi efikasi diri bagi konselor terletak pada peran pentingnya dalam membentuk kompetensi dan efektivitas mereka. Konselor dengan efikasi diri yang tinggi lebih percaya diri dalam kemampuannya untuk mengelola sesi, berinteraksi dengan konseli, dan menerapkan teknik terapi yang tepat. Keyakinan ini membantu mengurangi kecemasan, meningkatkan kinerja, dan mendukung hasil yang lebih baik bagi konseli. Selain itu, efikasi diri mempengaruhi bagaimana konselor beradaptasi dengan situasi yang menantang, menjadikannya faktor kunci dalam pengembangan profesional dan praktik yang sukses (Vincenzes et al., 2023).

Efikasi diri konselor dianggap sebagai faktor kunci dalam efektivitas keterampilan konseling. Konselor yang memiliki efikasi diri tinggi lebih mungkin untuk berhasil dalam memberikan konseling, mengatasi kecemasan, dan menetapkan tujuan yang realistis. Penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri konselor memiliki hubungan positif dengan kinerja konselor, penyesuaian kerja, kepuasan kerja, dan pengurangan stres. Oleh karena itu, pengembangan efikasi diri sangat penting dalam pelatihan dan supervisi konselor untuk memastikan mereka siap menghadapi tantangan profesi konseling (Can, 2010). Selain itu, efikasi diri konselor penting karena mempengaruhi kemampuan konselor untuk menjalankan tugas konseling dengan percaya diri dan efektif. Konselor dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu menghadapi situasi yang sulit, mengatasi kecemasan, dan menetapkan tujuan yang realistis dalam proses konseling. Efikasi diri yang baik juga berkontribusi pada kepuasan kerja yang lebih tinggi, kompetensi yang lebih baik, serta penurunan risiko burnout. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan konseling secara signifikan meningkatkan efikasi diri konselor, yang sangat penting dalam pengembangan profesional mereka (Hunsmann et al., 2024). Konselor dengan efikasi diri yang kuat cenderung lebih gigih dan termotivasi, serta mampu mengambil keputusan yang lebih baik dalam situasi sulit (Pravesti et al., 2023).

Q2: Future Opportunities Upaya Peningkatan Efikasi Diri Konselor Khususnya di Indonesia

Berdasarkan pemetaan artikel dalam tinjauan ini, peluang pengembangan efikasi diri konselor di Indonesia terletak pada penyusunan pelatihan yang menghubungkan penguasaan keterampilan, pengalaman praktik, supervisi, dan refleksi diri. Ragam pendekatan yang ditemukan menunjukkan bahwa pengembangan efikasi diri dapat dilakukan melalui berbagai aktivitas pembelajaran. Namun, perbedaan populasi, konteks layanan, dan desain penelitian membatasi kesimpulan mengenai pendekatan yang paling efektif. Oleh karena itu, agenda penelitian selanjutnya perlu diarahkan pada pengembangan program yang sesuai dengan kebutuhan konselor Indonesia sekaligus pengujian yang mampu menjelaskan bagaimana perubahan efikasi diri terjadi.

Peluang pertama adalah mengembangkan pelatihan yang secara eksplisit mengintegrasikan empat sumber efikasi diri dalam teori kognitif sosial Bandura, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman melalui pengamatan, persuasi verbal, serta kondisi fisiologis dan emosional (Bandura, 1986). Dalam pelatihan konselor, pengalaman keberhasilan dapat dibangun melalui praktik keterampilan secara bertahap, mulai dari simulasi kasus hingga pelaksanaan konseling dengan supervisi. Pengalaman melalui pengamatan dapat difasilitasi melalui demonstrasi konseling dan pengamatan terhadap model konselor yang kompeten. Persuasi verbal dapat diberikan melalui umpan balik yang spesifik, sedangkan pengelolaan kondisi emosional dapat dilakukan melalui refleksi terhadap kecemasan dan kesulitan selama praktik. Integrasi tersebut menjadi dasar konseptual untuk merancang pelatihan yang membantu peserta membentuk keyakinan atas kemampuan konselingnya berdasarkan pengalaman yang dapat dievaluasi.

Peluang kedua adalah memperluas sasaran penelitian dan membedakan kebutuhan setiap kelompok peserta. Pelatihan bagi mahasiswa bimbingan dan konseling perlu menekankan keterampilan dasar, pengelolaan sesi, dan kesiapan menghadapi konseli. Pada guru bimbingan dan konseling yang telah bekerja, pengembangan dapat difokuskan pada tugas yang lebih kompleks, seperti menangani siswa yang menunjukkan resistensi, memimpin kelompok, melakukan konsultasi, dan menggunakan teknik asesmen. Penelitian kualitatif Özteke Kozan mengidentifikasi bidang-bidang tersebut sebagai tema yang berkaitan dengan sumber efikasi diri dan strategi pengembangannya. Temuan ini mendukung perlunya pelatihan yang disesuaikan dengan tugas konselor, meskipun tidak merupakan bukti kausal efektivitas intervensi tertentu. Sementara itu, konselor sebaya memerlukan pelatihan yang menekankan keterampilan membantu, pengenalan batas peran, dan kemampuan merujuk masalah kepada tenaga profesional. Pembedaan sasaran diperlukan agar keberhasilan pelatihan pada satu kelompok tidak langsung digeneralisasikan kepada kelompok lainnya.

Peluang ketiga adalah mengembangkan pelatihan yang responsif terhadap keragaman budaya Indonesia. Materi pelatihan dapat menggunakan kasus yang mencerminkan perbedaan bahasa, agama,

nilai keluarga, kondisi sosial ekonomi, dan lingkungan sekolah. Nilai budaya lokal juga dapat digunakan sebagai bahan refleksi untuk membantu konselor memahami respons pribadi dan asumsi yang dibawa ke dalam proses konseling. Namun, integrasi budaya perlu disertai penjelasan mengenai hubungan antara aktivitas pelatihan, proses pembentukan efikasi diri, dan keterampilan yang ditargetkan. Dengan demikian, unsur budaya memiliki fungsi yang jelas dalam pembelajaran. Efektivitas pendekatan tersebut selanjutnya perlu diuji dengan memperhatikan kesesuaian budaya peserta dan karakteristik konseli yang dilayani.

Peluang keempat adalah memperkuat penelitian pelatihan konselor sebaya yang telah berkembang di Indonesia. Supriyadi dan Setiyawati melaporkan bahwa modul pelatihan yang mereka teliti memiliki validitas isi dan empiris untuk meningkatkan efikasi diri konseling pada konselor sebaya remaja. Temuan tersebut dapat menjadi pijakan bagi pengembangan program lanjutan, khususnya untuk menguji keberlanjutan perubahan setelah pelatihan dan penerapan keterampilan dalam situasi nyata. Penelitian berikutnya juga dapat menelaah kontribusi pendampingan guru BK terhadap pemeliharaan efikasi diri konselor sebaya. Pengembangan ini perlu tetap memperhatikan bahwa konselor sebaya memiliki kapasitas dan tanggung jawab yang berbeda dari konselor profesional.

Peluang kelima adalah mengembangkan format pelatihan berbantuan teknologi. Video demonstrasi, simulasi kasus interaktif, jurnal reflektif digital, dan supervisi daring dapat dipertimbangkan sebagai komponen program yang memungkinkan peserta mengamati, berlatih, dan memperoleh umpan balik secara berulang. Dalam konteks Indonesia, penelitian dapat membandingkan pelatihan tatap muka, daring, dan kombinasi keduanya dengan mempertimbangkan akses internet, kesiapan teknologi, serta kesempatan praktik peserta. Fokus pengujian perlu diarahkan pada kualitas pengalaman belajar yang diberikan setiap format dan kontribusinya terhadap efikasi diri. Penggunaan rekaman praktik juga memerlukan persetujuan dan perlindungan kerahasiaan konseli.

Peluang keenam adalah memperkuat desain evaluasi pelatihan. Penelitian dengan kelompok pembandingan dan pengukuran tindak lanjut diperlukan untuk menilai apakah perubahan efikasi diri berkaitan dengan program yang diberikan dan bertahan setelah program selesai. Pengukuran sebelum dan sesudah pelatihan dapat dilengkapi dengan observasi keterampilan, penilaian supervisor, dan refleksi peserta. Langkah ini penting karena meningkatnya keyakinan atas kemampuan diri belum dengan sendirinya menunjukkan peningkatan kompetensi yang setara. Penelitian selanjutnya dapat memeriksa kesesuaian antara perubahan efikasi diri dan kemampuan konselor dalam melaksanakan tugas, sehingga hasil pelatihan dapat ditafsirkan secara lebih utuh.

Selain desain evaluasi, pengembangan instrumen juga menjadi agenda penting. Instrumen perlu mengukur keyakinan peserta terhadap kemampuan menjalankan tugas konseling secara spesifik, bukan hanya kepercayaan diri secara umum. Adaptasi instrumen untuk konteks Indonesia perlu

memperhatikan kesesuaian bahasa, relevansi tugas, validitas konstruk, dan reliabilitas. Penggunaan instrumen yang sesuai dengan populasi dan tujuan pelatihan akan membantu peneliti mengidentifikasi bidang kemampuan yang mengalami perubahan serta bidang yang masih memerlukan penguatan.

Berdasarkan peluang tersebut, arah pengembangan di Indonesia dapat difokuskan pada model pelatihan berkelanjutan yang memadukan pemodelan, praktik bertahap, umpan balik, refleksi, dan penerapan di tempat kerja. Rangkaian ini merupakan usulan konseptual yang diturunkan dari pemetaan studi dan teori efikasi diri, sehingga masih memerlukan pengujian empiris. Kontribusi penelitian mendatang diharapkan tidak hanya menghasilkan program pelatihan yang dapat digunakan, tetapi juga menjelaskan komponen yang mendukung perubahan, kelompok peserta yang memperoleh manfaat, dan keberlanjutan perubahan dalam praktik konseling.

KESIMPULAN

Dari hasil analisis PRISMA yang bersumber dari 18 artikel scopus menunjukkan hasil yang positif dari upaya peningkatan efikasi diri konselor. Selain itu, dari 7 artikel yang dianalisis oleh peneliti yang bersumber dari google scholar menunjukkan hasil yang positif juga untuk upaya peningkatan efikasi diri konselor. Melihat hal tersebut maka diharapkan untuk kedepannya penelitian terkait upaya efikasi diri konselor lebih dikembangkan lagi guna mendukung profesionalitas konselor dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achurra, C., & Villardón, L. (2012). Teacher' Self-Efficacy And Student Learning. *The European Journal of Social & Behavioural Sciences*, 2, 366–383. [https://doi.org/10.15405/FutureAcademy/ejsbs\(2301-2218\).2012.2.17](https://doi.org/10.15405/FutureAcademy/ejsbs(2301-2218).2012.2.17)
- Alibakhshi, G., Nikdel, F., & Labbafi, A. (2020). Exploring the consequences of teachers' self-efficacy: a case of teachers of English as a foreign language. *Asian-Pacific Journal of Second and Foreign Language Education*, 5. <https://doi.org/10.1186/s40862-020-00102-1>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall, Inc.
- Can, G. (2010). Development of the elementary school counselor self-efficacy Scale. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 9, 1158–1161. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.300>
- Chen, S. (2024). Structural modeling of Chinese students' academic achievement identity and basic psychological needs: do academic self-efficacy, and mindfulness play a mediating role? *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01571-6>
- Emiru, E., & Gedefaw, M. (2024). The effect of teacher self-efficacy on learning engagement of secondary school students. *Cogent Education*, 11. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2024.2308432>
- Feist, Jess., Feist, G. J. (2008). A theory of personality. In *McGraw-Hill Companies.Companies*. McGraw-Hill Companies. <https://doi.org/10.1037/h0075794>

- Hanson, M. (2006). *Counselor self-efficacy : supervision contributions, impact on performance, and mediation of the relationship between supervision and performance*.
- Hidayat, D. R., Badrujaman, A., & Suryarsi, S. (2019). Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling SMP di Sub Rayon 01 Kota Bekasi. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(1), 51–64. <https://doi.org/10.21009/insight.081.05>
- Hunsmann, J. J., Ay-Bryson, D. S., Kobs, S., Behrend, N., Weck, F., Knigge, M., & Kühne, F. (2024). Basic counseling skills in psychology and teaching: validation of a short version of the counselor activity self-efficacy scales. *BMC Psychology*, 12(1), 32. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01506-7>
- Indreswari, H., Yafie, E., & Ramalingam, K. (2022). The Effectiveness of Parental Self-Efficacy Program to Improve Children's Moral Development with Single-Parent Status. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*, 30(1), 381–405. <https://doi.org/10.47836/pjssh.30.1.18>
- Lame, G. (2019). Systematic Literature Reviews: An Introduction. *Proceedings of the Design Society: International Conference on Engineering Design*, 1(1), 1633–1642. <https://doi.org/10.1017/dsi.2019.169>
- Morrison, M. A. (2016). *Counseling Self-Efficacy and the Relational Efficacy Model*.
- Murad, A. (2012). TINGKAT KINERJA KONSELOR PROFESIONAL. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 17. <https://doi.org/10.17977/jip.v17i5.2861>
- Mustaqim. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Pustaka Pelajar.
- Öpengin, E., & Elmas, İ. (2023). The Examination of the Relationship Between Prospective Teachers' Creative Self-Efficacy and Teaching 21st Century Skills. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(4), 804–818. <https://doi.org/10.34056/aujef.1271748>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pravesti, C., Mufidah, E. F., & Lathifah, M. (2023). TINGKAT EFIKASI DIRI MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9(1), 193. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v9i1.9961>
- Puspitasari, Y., Lasan, B. B., & Setiyowati, A. J. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi Siswa SMA. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(10), 838–846. <https://doi.org/10.17977/um065v1i102021p838-846>
- Quiño, J. B. (2021). Self-Efficacy and Practices in Teaching 21 st-Century Skills. *International Journal of Scientific & Engineering Research*, 12(6). <http://www.ijser.org>
- Quiño, J., & Corpuz, G. (2021). Self-efficacy and practices in teaching 21st-century skills. *Academia Letters*. <https://doi.org/10.20935/AL1255>
- Salami, S. O., & Ogundokun, M. O. (2009). "Emotional intelligence and academic self-efficacy as predictors of academic performance among senior secondary school students in Oyo state, Nigeria".
- Vincenzes, K., Pechek, A., & Sprong, M. (2023). Counselor Trainees' Development of Self-Efficacy in an Online Skills Course. *Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 17.
- Wulandari, D. P., & Pravesti, C. A. (2021). Pengembangan Permainan Ular Tangga Keyakinan dalam Peningkatan Efikasi Diri Siswa SMP. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 95. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v11i1.8882>