

***SELF-EFFICACY (EFIKASI DIRI) DAN STRATEGI
KONSELING PADA SISWA SEKOLAH DASAR : SYSTEMATIC
LITERATURE REVIEW***

Amalia Rizki Pautina¹, Wiwik Pratiwi²

Program Studi Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
IAIN Sultan Amai Gorontalo¹

Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan
Keguruan IAIN Sultan Amai Gorontalo²

Email: wiwikalias88@iaingorontalo.ac.id

ABSTRAK

Self-efficacy akan membuat siswa memiliki keyakinan terhadap kesuksesan, keberhasilan atau prestasi yang akan dicapai. Untuk meningkatkan *self-efficacy* pada siswa, dapat diupayakan melalui bimbingan dan konseling di sekolah. Layanan BK bertujuan untuk membantu peserta didik berkembang menjadi individu yang produktif, mandiri, kreatif, dan bertanggung jawab dalam kehidupannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apasaja komponen-komponen *self-efficacy* dan strategi konseling pada anak sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan SLR (*Systematic Literature Review*) dengan Metode PRISMA untuk melakukan kajian sistematis pada penelitian ini dengan mengkaji hasil penelitian yang dipublish dari tahun 2018-2023, Sumber artikel yang digunakan diperoleh melalui pencarian dengan kata kunci "*elementary students*", dipadukan dengan "*counseling strategy*", dan "*self-efficacy*". Database yang digunakan melalui Scopus, Taylor & Francis Group, dan Sage Journals. Hasil kajian literatur yaitu Komponen-komponen *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar meliputi *self-efficacy* akademik, *self-efficacy* social dan *self-efficacy* regulasi diri. Strategi konseling di sekolah dasar dilaksanakan secara komprehensif dan kolaboratif. Penelitian yang spesifik membahas tentang strategi konseling yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar tidak ditemukan dan *Self-efficacy* hanya merupakan bagian dari indicator variable yang dapat dipengaruhi melalui penerapan strategi-strategi konseling pada siswa sekolah dasar.
Kata kunci : *self-efficacy*, strategi konseling, siswa sekolah dasar

ABSTRACT

Self-efficacy will make students have confidence in success or achievement to be achieved. To increase students self-efficacy, it can be pursued through guidance and counseling at school. BK services aim to help students develop into productive, independent, creative, and responsibility in their lives. The purpose of this research was to find out what are the components of self-efficacy and counseling strategies in elementary school. This research uses SLR (Systematic Literature Review) with PRISMA Method to conduct a systematic review of the research by reviewing the results of research that published from 2018-2023, The source of the article used was obtained through searches with the keywords "elementary students", combined with "counseling strategy", and "self-efficacy". The database is used through Scopus, Taylor & Francis Group, and Sage Journals. The components of self-efficacy in elementary school include academic self-efficacy, social self-

efficacy and regulation self-efficacy. Counseling strategies in elementary schools are implemented comprehensively and collaboratively. Specific research discussing counseling strategies that can affect self-efficacy in elementary school students, that was not found and self-efficacy is only part of variable indicators that can be influenced through the application of counseling strategies in elementary school.

Keywords: *self-efficacy, counseling strategy, elementary school students*

PENDAHULUAN

Self-efficacy (efikasi diri) didefinisikan sebagai keyakinan seseorang untuk menilai kemampuannya sendiri dalam melaksanakan suatu tugas sehingga mencapai tujuan dan hasil yang diharapkan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Bandura yang menjelaskan *self-efficacy* sebagai kemampuan mental seorang pelajar dalam mengatur dan melakukan tindakan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas dan mengusulkan konsep “triadic reciprocity,” yang menyatakan bahwa factor yang mempengaruhi individu mencakup peristiwa kognitif dan fisiologis, khususnya kognitif mempengaruhi motivasi dan perilaku dengan menilai kemampuan dan persepsi diri sendiri tentang keefektifan tindakan¹. Selanjutnya, Bandura juga menjelaskan bahwa *self-efficacy* menekankan pada interaksi dinamis antara perilaku, pribadi, dan lingkungan dalam pembelajaran. Intinya, perilaku seperti mempelajari keterampilan baru atau membaca satu bab dalam buku, kemudian terjadi kaitan dengan faktor pribadi (keyakinan sebelumnya, kognisi, emosi) dan faktor eksternal (lingkungan sosial dan fisik). Interaksi antara faktor perilaku, pribadi, dan lingkungan dalam pembelajaran bersifat timbal balik. Misalnya, lingkungan, seperti ruang kelas, dapat mendukung atau menghalangi kebutuhan atau keyakinan pribadi siswa; Namun, secara timbal balik, siswa dapat membawa keyakinan dan perilaku pribadinya ke lingkungan sosial dan mengubahnya².

Selain itu, Santrock juga memberikan pengertian tentang *self-efficacy* yaitu sebagai keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk dapat menguasai suatu kondisi atau situasi dan memberikan hasil yang positif³. Selanjutnya, Gufon juga berpendapat bahwa efikasi diri (*self-efficacy*) ialah suatu keyakinan yang dimiliki individu tentang kemampuan dirinya untuk dapat melaksanakan tugas atau tindakan yang dilakukan sehingga tercapai hasil yang diinginkan⁴. *Self-efficacy* mengacu pada *self-confidence* (kepercayaan diri) dalam melakukan sesuatu. Jika individu memiliki keyakinan sebelum melakukan sesuatu, maka dirinya akan memperoleh hasil yang baik. Siswa dapat mengembangkan *self-*

¹ Yune Jung Kim and Inhye Heo, “Efficacy of the Elementary, Middle, and High School Students’ Persuasive Speech: Evidence from South Korea,” *International Journal of Evaluation and Research in Education* 12, no. 2 (2023): 798–808, <https://doi.org/10.11591/ijere.v12i2.23786>.

² Riikka Anttonen et al., “Sixth Graders Evaluating Online Texts: Self-Efficacy Beliefs Predict Confirming but Not Questioning the Credibility,” *Scandinavian Journal of Educational Research*, 2023, 1–17, <https://doi.org/10.1080/00313831.2023.2228834>.

³ John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan Buku 1 Edisi 5* (Jakarta: Salemba Humanika, 2017).

⁴ M. Nur dan Ghufon and Rini Risnawitaq S, *Teori-Teori Psikologi*, ed. Rose Kusumaningratri (Jogjakarta: Ar-ruzz Media, 2017).

efficacy dengan membandingkan hasil pekerjaan yang telah mereka lakukan dengan hasil pekerjaan orang lain ⁵.

Self-efficacy membantu individu menjadi lebih percaya pada dirinya sendiri dan membuat dirinya menjadi lebih yakin sehingga mereka dapat melakukan apapun yang mereka inginkan tanpa hambatan dan halangan. Individu dapat memperoleh, merubah atau meningkatkan *self-efficacy* yang dimilikinya melalui salah satu sumber *self-efficacy* atau mengkombinasikan beberapa sumber *self-efficacy*. Adapun sumber-sumber *self-efficacy* yaitu pengalaman menguasai sesuatu (*mastery experiences*), pemodelan social (*vicarious experiences*), persuasi social (*social persuasion*), dan keadaan fisik dan emosional (*psychological or emotional states*). Pengalaman menguasai sesuatu merupakan sumber *self-efficacy* yang paling penting. Hal ini karena pengalaman kesuksesan menimbulkan perasaan bahwa seseorang dapat menguasai tugas di masa depan juga, sedangkan pengalaman kegagalan menghambat perasaan efikasi. Selain pengalaman belajar langsung, efikasi diri juga dapat dikembangkan melalui pemodelan sosial (yaitu melihat kesuksesan orang lain, khususnya teman sebaya). Persuasi sosial verbal dari guru, teman sebaya, atau orang tua juga dapat meningkatkan atau mengurangi *self-efficacy*. Dengan umpan balik yang akurat dan konstruktif, guru dapat mendukung siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam tugas tertentu. Terakhir, interpretasi keadaan psikologis atau emosional, seperti kecemasan, kelelahan, atau stres, juga dapat memengaruhi *self-efficacy* siswa ⁶.

Setiap aktivitas pembelajaran yang dilakukan oleh siswa di sekolah, dipengaruhi oleh tinggi rendahnya *self-efficacy* yang dimiliki. Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan memiliki keyakinan terhadap kesuksesan, keberhasilan atau prestasi yang akan dicapai. Sementara siswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah tidak akan mempunyai motivasi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas, dan akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas pada setiap mata Pelajaran. Sebagaimana penjelasan dalam teori Bandura bahwa peserta didik yang mempunyai *self-efficacy* yang rendah akan mendapatkan kesusahan ketika menyelesaikan tugas dan akan berpikir bahwa tugas itu merupakan suatu bahaya yang dapat mengancam dirinya, peserta didik yang memiliki *self-efficacy* yang rendah juga memiliki harapan dan komitmen pada tujuan yang lemah dan memiliki kecenderungan mudah menyerah. sedangkan, siswa dengan *self-efficacy* pada kategori tinggi akan mempunyai harapan dan komitmen yang tinggi juga terhadap tujuan, tugas yang susah akan dihadapi

⁵ Shari L Britner and Frank Pajaresand, "Sources of Science Self-Efficacy Beliefs of Middle School Students," *Journal of Research in Science Teaching* 43, no. 5 (2006): 485-499, <https://doi.org/10.1002/tea.20131>.

⁶ Anttonen et al., "Sixth Graders Evaluating Online Texts: Self-Efficacy Beliefs Predict Confirming but Not Questioning the Credibility."

sebagaimana tantangan yang harus dipecahkan dan bukan merupakan ancaman yang harus dihindari⁷.

Dengan demikian, *self-efficacy* penting untuk dimiliki siswa terlebih pada siswa sekolah dasar, dengan *self-efficacy* diharapkan para siswa akan termotivasi dalam melakukan kegiatan pembelajaran. Dalam meningkatkan *self-efficacy* pada peserta didik, dapat diupayakan melalui bimbingan dan konseling di sekolah. Layanan BK di sekolah dilakukan dengan mempertimbangkan usia dan tahap perkembangan peserta didik. Berbagai layanan BK bertujuan untuk membantu peserta didik berkembang menjadi individu yang produktif, mandiri, kreatif, dan bertanggung jawab dalam kehidupannya.

Strategi layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan Lampiran Permendikbud No 111 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling di sekolah dasar dan menengah, menjelaskan bahwa strategi layanan bimbingan dan konseling terbagi dalam empat komponen yaitu 1) layanan dasar, 2) peminatan dan perencanaan individual, 3) layanan responsif, dan 4) dukungan sistem. Penggunaan strategi layanan bimbingan dan konseling dapat mempercepat perubahan emosional, kognitif, dan perilaku konseli⁸. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja komponen *self-efficacy* dan strategi konseling pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kumpulan pengetahuan dan penelitian empiris. Kajian literatur ini dapat digunakan sebagai sumber referensi bagi berbagai pihak di bidang bimbingan dan konseling, psikologi dan khususnya di Pendidikan sekolah dasar. Temuan-temuan dalam penelitian ini, dapat memotivasi para peneliti untuk melakukan penelitian tentang *self-efficacy* dan strategi konseling pada siswa sekolah dasar.

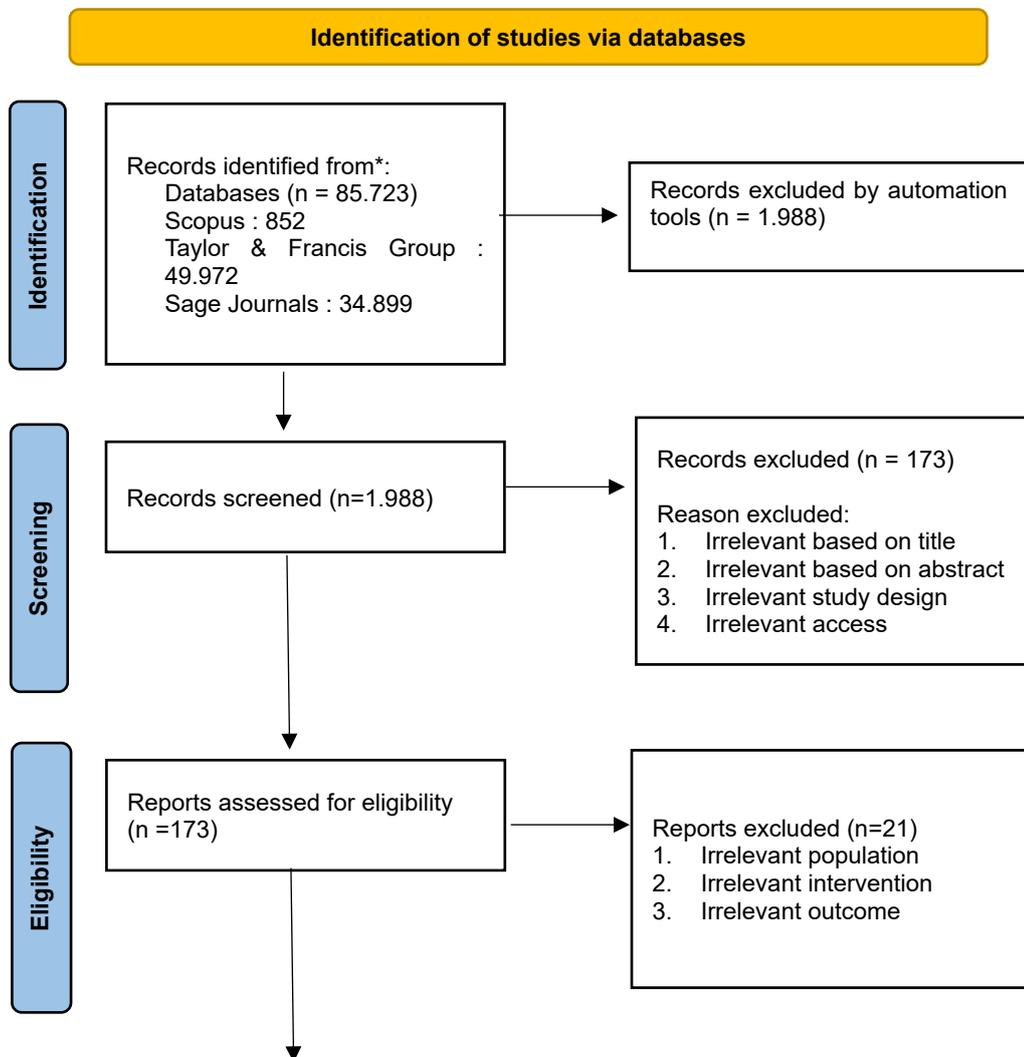
METODE PENELITIAN

Pengkajian literatur dalam penelitian ini menggunakan *systematic literature review*. Sistematis Review (SR), juga dikenal sebagai *Systematic Literature Review* (SLR), merupakan metode sistematis untuk mengumpulkan, mengevaluasi secara kritis, mengintegrasikan, dan menampilkan hasil temuan dari berbagai studi penelitian yang terkait dengan pertanyaan penelitian atau topik penelitian. *Systematic Literature Review* (SLR) ini juga memiliki langkah-langkah dan prosedur pelaksanaan yang terstruktur dan mengikuti protokol yang telah dibuat sebelumnya. Sebagaimana disampaikan oleh Barbara Kitchenham dan Stuart M. Charters bahwa *Systematic Literature Review* (SLR) merupakan cara atau metode untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menginterpretasi semua temuan penelitian yang relevan dengan pertanyaan penelitian, topik atau fenomena yang menarik (Kitchenham, Barbara Ann and Charters, 2007).

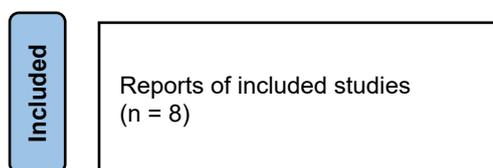
⁷ Albert Bandura, *Self Efficacy – The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman & Company, 1997).

⁸ Mochamad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling* (Jakarta Barat: Akademia Permata, 2014).

Kajian sistematis ini dilakukan pada artikel yang telah dipublikasi mulai dari tahun 2018 sampai tahun 2023 melalui *database* pencarian Scopus, Taylor & Francis Group, dan Sage Journals. Panduan yang digunakan dalam tinjauan literatur pada penelitian ini menggunakan metode *The Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). PRISMA mencakup berbagai konsep umum dan topik yang dapat diterapkan pada tinjauan sistematis apa pun⁹. Selanjutnya, prosedur pemilihan artikel dalam penelitian ini sehingga relevan dengan pertanyaan penelitian menggunakan diagram alir PRISMA. Diagram alir PRISMA meliputi empat tahap, yaitu *identification*, *screening*, *eligibility*, *included*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 1.



⁹ David Moher et al., "Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement," *International Journal of Surgery* 8, no. 5 (2010): 336–41, <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijisu.2010.02.007>.



Gambar 1. Diagram Alur PRISMA

Bagian awal atau dasar pelaksanaan penelitian SLR adalah merumuskan pertanyaan penelitian/*research question* (RQ). RQ merupakan panduan yang menuntun proses pencarian artikel pada *database* dan ekstraksi literatur. Formulasi RQ harus dirumuskan berdasarkan pada lima elemen yang populer dengan istilah PICOC: 1) *Population (P)*: Target group dari investigasi, 2) *Intervention (I)*: Aspek detail dari investigasi, atau isu yang menarik bagi peneliti, 3) *Comparison (C)*: Aspek dari investigasi di mana *Intervention (I)* akan dibandingkan, 4) *Outcomes (O)*: Efek dan hasil dari *Intervention (I)*, dan 5) *Context (C)*: *Setting* dan lingkungan

Kriteria Kelayakan

Kriteria seleksi dalam penelitian ini, dapat dilihat pada table berikut:

Table 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria Inklusi (Penerimaan)	<ol style="list-style-type: none">Artikel sesuai dengan topik penelitian tentang <i>self-efficacy</i> dan strategi konseling pada siswa sekolah dasarArtikel yang dipublikasi (2018-2023)Penelitian dengan desain : pra eksperimen, quasi eksperimen, penelitian korelasional, <i>action research</i>, R & D, penelitian kuantitatif, dan penelitian kualitatif
Kriteria Eksklusi (Penolakan)	<ol style="list-style-type: none">Artikel yang bukan berbahasa Indonesia dan InggrisTipe dokumen yang bukan artikel jurnal seperti buku, bab dalam buku, prosiding, makalah, dan lain-lainArtikel bukan <i>open access</i>

Proses Pencarian

Pencarian artikel dalam penelitian ini menggunakan kata kunci. Kata kunci dikembangkan menggunakan *thesaurus online*, kata kunci dari penelitian sebelumnya, kata kunci yang diberikan oleh scopus, serta kata kunci yang direkomendasikan oleh para ahli¹⁰. Adapun kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel menggunakan kata kunci dan Boolean Operator berikut: “elementary students OR primary school students AND counselling models OR

¹⁰ Chitu Okoli, “A Guide to Conducting a Standalone Systematic Literature Review,” *Communications of the Association for Information Systems* 37, no. 43 (2015): 879–910, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17705/1CAIS.03743>.

counseling models OR counselling strategy OR counseling strategy OR counselling approach OR counseling approach AND self-efficacy OR self-belief OR self-confidence". Kemudian dilakukan evaluasi dengan cara menghapus jurnal ganda yang mempunyai judul dan penulis yang sama serta teks yang tidak lengkap. Selanjutnya artikel yang terpilih disaring berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Prosedur ini dilakukan secara manual, peneliti memeriksa artikel yang dikumpulkan secara manual untuk menjamin bahwa semua artikel memenuhi persyaratan.

Penilaian Kualitas

Penilaian kualitas merupakan suatu pendekatan untuk menilai relevansi dan validasi hasil penelitian dengan cara mengenali kelebihan dan kekurangan publikasi penelitian¹¹. Dalam penelitian ini, penilaian kualitas artikel dilakukan dengan menganalisis beberapa pertanyaan, sebagai berikut : 1) apakah artikel tersebut memuat komponen-komponen *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar? 2) apakah artikel tersebut menjelaskan bagaimana strategi konseling yang dapat diterapkan pada siswa sekoah dasar? 3) apakah artikel tersebut memuat hasil penelitian tentang strategi konseling yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* siswa sekolah dasar?

Ekstraksi Data

Setelah melakukan evaluasi hasil ekstraksi artikel, diperoleh 8 artikel. Data yang dibutuhkan termasuk nama penulis, tahun publikasi, lokasi, jenis penelitian, serta hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses *systematic literature review* dengan menggunakan metode PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses*) dalam penelitian ini dilakukan melalui empat tahap, yaitu *identification*, *screening*, *eligibility* atau kelayakan dan *included* atau hasil yang diterima.

Pada tahap *identification* dilakukan penelusuran literatur dengan mengakses database elektronik *online* dari *scopus*, *taylor & francis online* serta *sage publication*. Pada awal pencarian dengan database menggunakan kata kunci dan Boolean operator sehingga didapatkan artikel berjumlah 85.723. Pada tahap *screening* dilakukan seleksi awal berdasarkan judul dan abstrak artikel untuk mengevaluasi kesesuaian artikel dengan topik atau tema penelitian, setelah proses seleksi jumlah jurnal menjadi 1.988.

Pada tahap *eligibility* dilakukan seleksi tahap lanjut berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan sebelumnya, pada tahap ini, banyak jurnal yang harus dikeluarkan karena tidak sesuai dengan kriteria. Pada tahap ini,

¹¹ E. Munn, Z., Barker, T. H., Moola, S., Tufanaru, C., Stern, C., McArthur, A., Stephenson, M., & Aromataris, "Methodological Quality of Case Series Studies: An Introduction to the JBI Critical Appraisal Tool," *JBI Evidence Synthesis* 18, no. 10 (2020): 2127–2133, <https://doi.org/https://doi.org/10.11124/JBISRIR-D-19-00099>.

jurnal yang tersisa berjumlah 21. Tahap terakhir adalah *included*, pada tahap ini dilakukan evaluasi secara menyeluruh pada semua artikel yang terpilih. Sehingga terdapat 8 artikel yang memenuhi syarat untuk selanjutnya diekstraksi, dianalisis dan disintesa. Rangkuman artikel yang dikaji tersebut dapat dilihat pada table 2.

Table 2. Data Artikel Hasil Review

No	Judul/ Penulis/ Tahun	Negara	Bahasa	Jenis Penelitian	Hasil
1	Judul: “Student support teams: perceptions of the nature, scope and function in post-primary education” Penulis : Eileen O’Toole, Joanne O’Flaherty & Lucy Hearne Tahun : 2022	Irlandia	Inggris	Penelitian naturalistic dengan desain studi kasus	Secara keseluruhan, SST memainkan peran integral dalam program bimbingan dan konseling sekolah. Namun, pelaksanaan program ini membutuhkan komitmen yang tinggi dari manajemen senior dan pemahaman yang lebih besar dari komunitas sekolah yang lebih luas
2	Judul : “Educational and psychosocial support for conflict-affected youths: The effectiveness of a school-based intervention targeting academic underachievement” Penulis: June T. Forsberg and Jon-Håkon Schultz Tahun : 2023	Norwegia	Inggris	Eksperimen dengan desain kontrol acak	Terjadi peningkatan dalam semua domain yang diukur setelah partisipasi: fungsi sekolah yang lebih baik, penurunan tingkat gejala yang berhubungan dengan stres, serta efek jangka panjang dalam kemampuan untuk mengatur emosi negatif, efikasi diri, keterampilan belajar yang lebih baik, dan kinerja akademik yang lebih tinggi
3	Judul : “Teacher–student relationships and students’ selfefficacy beliefs. Rationale, validation and further potential of two instruments” Penulis: Ulf Jederlund & Tatjana von Rosen Tahun: 2022	Swedia	Inggris	Korelasional	Temuan menunjukkan kurangnya invariansi multigrup di seluruh jenis kelamin dan tingkat sekolah untuk model TSR. Hubungan yang substansial ditemukan dari persepsi siswa terhadap dukungan guru, dan efikasi diri siswa untuk regulasi diri dalam pembelajaran dan keberhasilan akademik tingkat global.
4	Judul : “Existential Therapy for Children: Impact of a Philosophy for Children Intervention on Positive and Negative Indicators of Mental Health in Elementary School Children” Penulis : Catherine Malboeuf-Hurtubise, Carina Di Tomaso, David Lefrançois, Geneviève A. Mageau, Geneviève Taylor, Marc-André Éthier, Mathieu Gagnon and Terra Léger-Goodes Tahun : 2021	Kanada	Inggris	eksperimen	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa P4C dapat menjadi intervensi yang menjanjikan untuk menumbuhkan kemandirian, sekaligus meningkatkan kesehatan mental pada anak sekolah dasar

IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 20 Nomor 1 Mei 2024

Halaman 28-44

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

No	Judul/ Penulis/ Tahun	Negara	Bahasa	Jenis Penelitian	Hasil
5	Judul : “When Do Posttraumatic Stress and Related Problems Abate During School-Based Group Therapy for Elementary Students?” Penulis : Stevie N. Grasseti, Briana Haut, Ryan M. Beveridge, Timothy R. Fowles, Leigh Andrews, Adina M. Seidenfeld Tahun : 2020	Amerika	Inggris	Eksperimen	Siswa dalam sampel saat ini mengalami penurunan gejala PTS, distress, masalah internalisasi, dan masalah eksternalisasi secara signifikan. Perubahan signifikan pada PTS dan distress terjadi pada bagian pertama pengobatan sebelum narasi trauma dan tidak terjadi pada bagian kedua pengobatan. Pengobatan penuh diperlukan untuk perubahan signifikan pada hasil sekunder dari masalah internalisasi dan eksternalisasi
6	Judul : “Exploring the Benefits of an Arts-Based Mindfulness Group Intervention for Youth Experiencing Challenges in Schooling” Penulis : Diana Coholic, Mark Eys, Kaitlenn Shaw, and Martine Rienguette Tahun : 2023	Kanada	Inggris	mix- methode	Hasil penelitian menunjukkan bahwa MBI dapat meningkatkan resiliensi anak tapi tidak signifikan. Namun, persepsi orang tua mengenai perilaku anak mereka menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kompetensi sosial dan perilaku internalisasi/eksternalisasi. Selain itu, terjadi peningkatan dalam kesadaran diri, penilaian diri, pemikiran, suasana hati, kemampuan untuk membuat pilihan, keterampilan sosial, koping, dan regulasi emosi
7	Judul : “Efficacy of the elementary, middle, and high school students’ persuasive speech: Evidence from South Korea” Penulis : Yune Jung Kim, Inhye Heo Tahun : 2023	Korea Selatan	Inggris	Penelitian kuantitatif	Pertama, perlu adanya penspesifikasian konten edukasi agar dapat diterapkan secara berbeda, sesuai dengan kondisi siswa. Kedua, konten pendidikan yang membahas sikap, kesadaran diri, dan partisipasi siswa dalam isu-isu kemasyarakatan harus diperkuat. Ketiga, konten pendidikan yang berkaitan dengan persiapan persuasi, metode pengorganisasian konten, strategi, dan aspek meta-kognitif harus disajikan secara berurutan dari awal, pengembangan, dan penerapan, sesuai dengan masing-masing jenjang pendidikan. Keempat, perlu dilakukan peninjauan ulang terhadap metode pembelajaran untuk meningkatkan efektivitas pendidikan pidato persuasif. Kelima, perlu dipertimbangkan secara khusus kelemahan siswa sekolah menengah, yang memiliki kesenjangan besar dalam hal keefektifan sehubungan dengan pengetahuan mereka tentang pidato persuasif

No	Judul/ Penulis/ Tahun	Negara	Bahasa	Jenis Penelitian	Hasil
8	Judul : “School-based cognitive behavioural intervention programme for addressing anxiety in 10- to 11-year-olds using short classroom activities in Japan: a quasi-experimental study” Penulis : Yuko Urao, Michiko Yoshida, Yasunori Sato, and Eiji Shimizu Tahun : 2022	Jepang	Inggris	Kuasi eksperimen	Penurunan yang signifikan secara statistik pada skor SCAS pada kelompok intervensi ditemukan pada tindak lanjut bulan ke—2 dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penurunan yang signifikan juga terlihat pada skor SDQ

Berdasarkan hasil *Systematic Literature Review* (SLR) diperoleh 8 artikel dengan teks lengkap, dan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Artikel-artikel tersebut dapat dikelompokkan menurut tahun publikasi, negara, dan metode penelitian.

PEMBAHASAN

Hasil telaah literatur ini akan membahas berdasarkan dua pertanyaan Penelitian : *Pertama* komponen-komponen *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar, Hasil telaah literatur terhadap 8 jurnal, menunjukkan bahwa pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Ulf Jederlund & Tatjana von Rosen, komponen *self-efficacy* terbagi atas *self-efficacy* akademik, *self-efficacy* social, dan *self-efficacy* regulasi diri. *Self-efficacy* akademik mengkespresikan pandangan umum siswa atas ekspektasi terhadap seberapa baik mereka akan berhasil di sekolah. *Self-efficacy* social menggambarkan apresiasi siswa terhadap kemampuan mereka dalam menjalin hubungan, rasa memiliki dan ketegasan diri di sekolah. Selanjutnya, *self-efficacy* regulasi diri pada intinya mengekspresikan kepercayaan diri siswa terhadap kemampuan yang mereka miliki untuk mengelola strategi belajar yang berfungsi dengan baik¹².

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yune Jung Kim dan Inhye Heo, yang menguraikan bahwa komponen *self-efficacy* terbagi atas kognitif efikasi, afektif efikasi, dan social efikasi. Efikasi kognitif dapat didefinisikan sebagai *self-efficacy* yang berfungsi dalam proses kognitif untuk memprediksi hasil dari peristiwa atau situasi tertentu, merumuskan aturan atau strategi, dan menyusun opini. Efikasi semacam ini memengaruhi analisis, strategi, dan ekspresi, dan ekspresi, seperti menyusun pengetahuan, mengumpulkan informasi yang dapat diprediksi, dan mengekspresikan informasi dengan tepat. Selanjutnya, *self-efficacy*

¹² Ulf Jederlund and Tatjana von Rosen, “Teacher–Student Relationships and Students’ Self-Efficacy Beliefs. Rationale, Validation and Further Potential of Two Instruments,” *Education Inquiry* 00, no. 00 (2022): 1–25, <https://doi.org/10.1080/20004508.2022.2073053>.

membantu memprediksi apa yang akan terjadi ketika faktor kecemasan berkurang. Hal ini menyiratkan bahwa proses afektif membantu memprediksi bagaimana berperilaku dalam situasi sulit dengan menerima *self-efficacy* dan berperan dalam menangani emosi negatif seperti kecemasan dan ketidakpercayaan secara memadai. Dalam hal ini, efikasi afektif dapat dianggap sebagai rasa efikasi yang relevan dengan pengendalian emosi, psikologi, dan sikap. Sedangkan Efikasi sosial merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan sesuatu dalam situasi tertentu. Efikasi sosial didefinisikan sebagai keyakinan individu tentang kemampuan dirinya untuk berhasil melakukan tugas atau tindakan tertentu dalam suatu hubungan social. Dengan kata lain, efikasi diri memengaruhi pilihan perilaku individu yang dapat memengaruhi kehidupan masyarakat, termasuk minat, sistem nilai, dan pengaruh social¹³.

Di Indonesia sendiri, penelitian tentang *self-efficacy* juga telah dilakukan, seperti pada penelitian oleh Fitri Aryadini Dewi, Adi Atmoko, dan Triyono. Di dalam penelitiannya, diuraikan bahwa efikasi diri adalah salah satu dimensi tentang kesadaran diri (*selfknowledge*) yang mempengaruhi kehidupan individu setiap hari. Hal tersebut dikarenakan karena *self-efficacy* yang dimiliki dapat mempengaruhi individu dalam mengambil keputusan tentang tindakan-tindakan yang akan dilakukan dalam mencapai suatu tujuan, termasuk perkiraan tentang berbagai peristiwa atau kejadian yang akan dihadapinya. Selain itu, efikasi diri juga merupakan keyakinan yang berkaitan dengan sejauh mana individu mampu memperkirakan kemampuan atau potensi-potensi yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas yang dibutuhkan dalam kehidupan sosial atau yang disebut dengan efikasi diri dalam hubungan sosial¹⁴.

Berdasarkan hasil SLR, dapat diketahui bahwa topik penelitian tentang *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar telah dilakukan di berbagai belahan dunia. Akan tetapi, selama lima tahun terakhir, hanya terdapat beberapa artikel yang meneliti tentang *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar sebagai variable utama dan bukan tentang *self-efficacy* dalam konteks pembelajaran. Selanjutnya, dari hasil SLR juga dapat diketahui bahwa terdapat kesamaan padangan tentang komponen-komponen *self-efficacy* dari penelitian-penelitian yang dilakukan di benua Eropa, Amerika dan Asia bahwa komponen-komponen dalam *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar meliputi *self-efficacy* akademik, *self-efficacy* social dan *self-efficacy* regulasi diri.

¹³ Kim and Heo, "Efficacy of the Elementary, Middle, and High School Students' Persuasive Speech: Evidence from South Korea."

¹⁴ Fitri Aryadini Dewi, Adi Atmoko, and Triyono, "Keefektifan Teknik Self Instruction Dalam Konseling Kognitif-Perilaku Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Sosial Siswa SMKN 2 Malang," *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 4 (2016): 172–78.

Kedua, Hasil SLR menunjukkan bahwa terdapat beberapa strategi konseling yang dapat digunakan pada siswa sekolah dasar, sebagai mana hasil penelitian yang dilakukan oleh Eileen O'Toole, Joanne O'Flaherty & Lucy Hearne, hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa program layanan bimbingan di sekolah dasar dilaksanakan secara menyeluruh dan dengan membentuk tim, anggota tim terdiri dari wakil kepala sekolah, guru kelas, dan konselor sekolah¹⁵.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Juni T. Forsberg & Jon-Håkon Schultz menunjukkan bahwa intervensi psikososial berbasis sekolah dapat meningkatkan *self-efficacy*¹⁶. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuko Urao, Michiko Yoshida, Yasunori Sato dan Eiji Shimizu, hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa program perilaku kognitif yang disebut dengan "Journey of the Brave" dapat mengatasi kecemasan pada anak-anak. Isi program didasarkan pada protokol CBT untuk pengobatan kecemasan. Isinya meliputi pendidikan psikologi, relaksasi, rumusan kasus kecemasan, pemaparan, restrukturisasi kognitif, dan keterampilan ketegasan ketika menghadapi kecemasan social¹⁷.

Penelitian yang dilakukan oleh Diana Coholic, Mark Eys, Kaitlenn Shaw, dan Martine Rienguette menunjukkan bahwa *arts-based Mindfulness-Based Interventions* atau yang disebut dengan *Holistic Arts-Based Program (HAP)* membantu anak-anak untuk meningkatkan kesadaran diri, penilaian diri, pemikiran, suasana hati, kemampuan membuat pilihan, keterampilan sosial, penanganan masalah, dan pengaturan emosi. Selain itu, HAP dengan pendekatan seni dan kerajinan dapat membantu anak membantu untuk meningkatkan regulasi emosi, suasana hati, keterampilan mengatasi dan sosial, kepercayaan diri dan harga diri, empati, dan kemampuan untuk memperhatikan serta konsep diri. HAP adalah program 12 minggu dan difasilitasi sesi kelompok kecil 2 jam setiap minggu. Tujuan pelaksanaan program ini adalah untuk memberikan bantuan kepada anak dan remaja mengembangkan kesadaran, ketahanan, dan kesejahteraan. Secara khusus HAP mengajarkan konsep dan praktik berbasis kesadaran dengan cara yang menyenangkan dan mudah diakses, sehingga anak-anak dan remaja dapat

¹⁵ Eileen O'Toole, Joanne O'Flaherty, and Lucy Hearne, "Student Support Teams: Perceptions of the Nature, Scope and Function in Post-Primary Education," *Irish Educational Studies*, 2022, 1–22, <https://doi.org/10.1080/03323315.2022.2088594>.

¹⁶ June T. Forsberg and Jon Håkon Schultz, "Educational and Psychosocial Support for Conflict-Affected Youths: The Effectiveness of a School-Based Intervention Targeting Academic Underachievement," *International Journal of School and Educational Psychology* 11, no. 2 (2023): 145–66, <https://doi.org/10.1080/21683603.2022.2043209>.

¹⁷ Yuko Urao et al., "School-Based Cognitive Behavioural Intervention Programme for Addressing Anxiety in 10- to 11-Year-Olds Using Short Classroom Activities in Japan: A Quasi-Experimental Study," *BMC Psychiatry* 22, no. 1 (2022): 1–12, <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04326-y>.

mengembangkan kesadaran diri, mendorong ekspresi diri, meningkatkan kasih sayang dan empati pada diri sendiri. Contoh kegiatannya adalah *painting on a line*, dimana seutas tali digantung di dalam ruangan sehingga membentuk garis kemudian selembar kertas sejumlah peserta ditempelkan pada tali dengan menggunakan jepitan. Kemudian peserta diminta untuk melukis sesuatu secara bersamaan tanpa memegang kertas dengan tangan mereka. Selanjutnya peserta diajak berdiskusi tentang kegiatan tersebut¹⁸.

Selanjutnya, riset yang dilaksanakan oleh Catherine Malboeuf-Hurtubise et al, menunjukkan bahwa Philosophy for children (P4C) mempunyai efek positif pada hasil psikologis seperti *self-efficacy*, keterbukaan kritis, skeptisisme relative, *self-esteem*, ketahanan serta kebahagiaan. Intervensi P4C dilaksanakan selama lima minggu. Setiap sesi mingguan berlangsung sekitar 60 menit. Dua tema disajikan setiap minggunya. Intervensi ini terdiri dari tema-tema berikut: (1) kebahagiaan; normal vs tidak normal; (2) melakukan kesalahan; kebanggaan dan rasa malu; (3) mengejek; pemisahan; (4) kesedihan; kematian; (5) kemarahan; identitas dan pertumbuhannya. Semua tema dipilih berdasarkan kedekatannya dengan psikologi eksistensial dan asumsi bahwa tema tersebut akan mendorong kepuasan kebutuhan psikologis dasar yang lebih besar pada anak-anak. Berbagai macam dasar eksistensial digunakan selama intervensi, anak-anak disajikan dengan cerita pendek, poster, strip dan gambar, yang diambil dari “Les petits Philosophes” majalah anak-anak berbahasa Perancis *Pomme D’Api* (dalam bahasa Inggris: Little Philosophers) koleksi dan koleksi buku Les Goûters Philo, atau klip video pendek dari serial BBC versi *francophone*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa P4C dapat menumbuhkan kemandirian sekaligus meningkatkan kesehatan mental pada anak-anak¹⁹.

Selanjutnya, intervensi klinis dapat dilakukan dengan berbasis sekolah, penelitian yang dilakukan oleh Stevie N. Grasseti, Briana Haut, Ryan M. Beveridge, Timothy R. Fowles, Leigh Andrews, dan Adina M. Seidenfeld menunjukkan bahwa Program Bounce Back adalah CBT yang berfokus pada trauma untuk siswa taman kanak-kanak hingga kelas 5 yang dilaksanakan dalam 10 sesi kelompok. Tim klinis terdiri dari psikolog dan dokter psikologi klinis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa banyak peserta yang mengalami penurunan gejala

¹⁸ Diana Coholic et al., “Exploring the Benefits of an Arts-Based Mindfulness Group Intervention for Youth Experiencing Challenges in Schooling,” *SAGE Open* 13, no. 3 (2023): 1–13, <https://doi.org/10.1177/21582440231192111>.

¹⁹ Catherine Malboeuf-Hurtubise et al., “Existential Therapy for Children: Impact of a Philosophy for Children Intervention on Positive and Negative Indicators of Mental Health in Elementary School Children,” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18, no. 23 (2021), <https://doi.org/10.3390/ijerph182312332>.

pasca trauma bahkan sebelum menyelesaikan narasi trauma Ketika berperan dalam program Bounce Back ²⁰.

Strategi-strategi konseling dalam artikel hasil SLR tersebut merupakan program-program yang dapat diterapkan di sekolah. Strategi konseling di sekolah dasar dilaksanakan secara komprehensif dan kolaboratif, hal ini seperti yang dijelaskan di dalam buku panduan “Implementasi Bimbingan dan Konseling untuk Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah”. Strategi/intervensi konseling tersebut merupakan suatu upaya yang dapat dilaksanakan oleh guru untuk memberikan pelayanan terbaik kepada peserta didik dan menunjang tercapainya profil pelajar Pancasila di segenap bidang Pendidikan dan pembelajaran, namun tidak hanya dengan memanfaatkan sumber daya pada satuan Pendidikan secara optimal, peran keluarga sebagai pihak pendidik utama dapat dijadikan mitra kolaborasi yang selaras dengan penerapan strategi tersebut. Strategi pelaksanaan layanan BK hendaknya dirumuskan secara menyeluruh untuk memenuhi kebutuhan peserta didik demi memaksimalkan semua unsur yang ada pada lembaga pendidikan. Rancangan strategi tersebut meliputi pembuatan program baru, penyempurnaan program yang sudah jadi, bahkan memodifikasi program yang sudah jadi dengan sasaran yang telah menyesuaikan pada kepentingan siswa. Layanan konseling dan konsultasi harus diberikan dengan memahami siswa berdasarkan umur dan tingkat perkembangannya, serta mengembangkan strategi berbeda yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa yang berbeda. Beragam layanan BK memiliki tujuan untuk membina perkembangan peserta didik sehingga dapat meneguhkan dirinya menjadi efektif, mandiri, kreatif dan bertanggung jawab dalam hidupnya. Sementara menurut prinsip inklusif, layanan bimbingan dan konseling merupakan hak seluruh siswa. Jika, pada suatu lembaga Pendidikan belum mempunyai guru bimbingan konseling atau pendidik dengan spesifikasi Pendidikan dibidang bimbingan konseling, maka tugas dan fungsi bimbingan konseling bisa diampuh oleh wali kelas atau guru mata pelajaran dengan tugas tambahan dari kepala sekolah, namun pihak sekolah tetap harus terus mengupayakan ketersediaan guru bimbingan konseling yang memadai untuk peserta didik ²¹.

Studi SLR juga menunjukkan bahwa terdapat beberapa artikel yang membahas tentang strategi konseling pada siswa sekolah dasar. Sementara artikel spesifik tentang strategi konseling yang mempengaruhi *self-efficacy* tidak

²⁰ Stevie N. Grasseti et al., “When Do Posttraumatic Stress and Related Problems Abate During School-Based Group Therapy for Elementary Students?,” *School Mental Health* 12, no. 4 (2020): 689–702, <https://doi.org/10.1007/s12310-020-09377-8>.

²¹ Kepala Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, *Implementasi Bimbingan Dan Konseling Untuk Jenjang Pendidikan Dasar Dan Menengah*, Kemendikbudristek BSKAP RI, 2020.

ditemukan. *Self-efficacy* hanya merupakan bagian dari indicator variable yang dapat dipengaruhi melalui penerapan strategi-strategi konseling pada siswa sekolah dasar tersebut. Hal ini dapat menjadi novelty bagi peneliti-peneliti yang ingin melakukan penelitian terkait strategi konseling yang dapat memengaruhi *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar.

KESIMPULAN

Artikel ini menyajikan tinjauan sistematis literatur yang terkait dengan *self-efficacy* dan strategi konseling pada siswa sekolah dasar. Dari hasil analisis ditemukan 8 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Secara geografis, artikel-artikel tersebut berlokasi di benua Eropa, Amerika dan Asia. Selanjutnya, hasil SLR menunjukkan bahwa komponen-komponen dalam *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar meliputi *self-efficacy* akademik, *self-efficacy* social dan *self-efficacy* regulasi diri. Strategi konseling di sekolah dasar dilaksanakan secara komprehensif dan kolaboratif. Penelitian yang spesifik membahas tentang strategi konseling yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* pada siswa sekolah dasar tidak ditemukan. *Self-efficacy* hanya merupakan bagian dari indicator variable yang dapat dipengaruhi melalui penerapan strategi-strategi konseling pada siswa sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anttonen, Riikka, Eija Räikkönen, Kristian Kiili, and Carita Kiili. "Sixth Graders Evaluating Online Texts: Self-Efficacy Beliefs Predict Confirming but Not Questioning the Credibility." *Scandinavian Journal of Educational Research*, 2023, 1–17. <https://doi.org/10.1080/00313831.2023.2228834>.
- Bandura, Albert. *Self Efficacy – The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman & Company, 1997.
- Coholic, Diana, Mark Eys, Kaitlenn Shaw, and Martine Rienguette. "Exploring the Benefits of an Arts-Based Mindfulness Group Intervention for Youth Experiencing Challenges in Schooling." *SAGE Open* 13, no. 3 (2023): 1–13. <https://doi.org/10.1177/21582440231192111>.
- Dewi, Fitri Aryadini, Adi Atmoko, and Triyono. "Keefektifan Teknik Self Instruction Dalam Konseling Kognitif-Perilaku Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Sosial Siswa SMKN 2 Malang." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 4 (2016): 172–78.

IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 20 Nomor 1 Mei 2024

Halaman 28-44

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

Forsberg, June T., and Jon Håkon Schultz. "Educational and Psychosocial Support for Conflict-Affected Youths: The Effectiveness of a School-Based Intervention Targeting Academic Underachievement." *International Journal of School and Educational Psychology* 11, no. 2 (2023): 145–66. <https://doi.org/10.1080/21683603.2022.2043209>.

Ghufron, M. Nur dan, and Rini Risnawitaq S. *Teori-Teori Psikologi*. Edited by Rose Kusumaningratri. Jogjakarta: Ar-ruzz Media, 2017.

Grassetti, Stevie N., Briana Haut, Ryan M. Beveridge, Timothy R. Fowles, Leigh Andrews, and Adina M. Seidenfeld. "When Do Posttraumatic Stress and Related Problems Abate During School-Based Group Therapy for Elementary Students?" *School Mental Health* 12, no. 4 (2020): 689–702. <https://doi.org/10.1007/s12310-020-09377-8>.

Jederlund, Ulf, and Tatjana von Rosen. "Teacher–Student Relationships and Students' Self-Efficacy Beliefs. Rationale, Validation and Further Potential of Two Instruments." *Education Inquiry* 00, no. 00 (2022): 1–25. <https://doi.org/10.1080/20004508.2022.2073053>.

Kim, Yune Jung, and Inhye Heo. "Efficacy of the Elementary, Middle, and High School Students' Persuasive Speech: Evidence from South Korea." *International Journal of Evaluation and Research in Education* 12, no. 2 (2023): 798–808. <https://doi.org/10.11591/ijere.v12i2.23786>.

Malboeuf-Hurtubise, Catherine, Carina Di Tomaso, David Lefrançois, Geneviève A. Mageau, Geneviève Taylor, Marc André Éthier, Mathieu Gagnon, and Terra Léger-Goodes. "Existential Therapy for Children: Impact of a Philosophy for Children Intervention on Positive and Negative Indicators of Mental Health in Elementary School Children." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18, no. 23 (2021). <https://doi.org/10.3390/ijerph182312332>.

Moher, David, Alessandro Liberati, Jennifer Tetzlaff, and Douglas G Altman. "Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement." *International Journal of Surgery* 8, no. 5 (2010): 336–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijssu.2010.02.007>.

Munn, Z., Barker, T. H., Moola, S., Tufanaru, C., Stern, C., McArthur, A., Stephenson, M., & Aromataris, E. "Methodological Quality of Case Series Studies: An Introduction to the JBI Critical Appraisal Tool." *JBI Evidence Synthesis* 18, no. 10 (2020): 2127–2133. <https://doi.org/https://doi.org/10.11124/JBISRIR-D-19-00099>.

IRFANI: JURNAL PENDIDIKAN ISLAM

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272

Volume 20 Nomor 1 Mei 2024

Halaman 28-44

<http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir>

Nursalim, Mochamad. *Strategi & Intervensi Konseling*. Jakarta Barat: Akademia Permata, 2014.

O'Toole, Eileen, Joanne O'Flaherty, and Lucy Hearne. "Student Support Teams: Perceptions of the Nature, Scope and Function in Post-Primary Education." *Irish Educational Studies*, 2022, 1–22. <https://doi.org/10.1080/03323315.2022.2088594>.

Okoli, Chitu. "A Guide to Conducting a Standalone Systematic Literature Review." *Communications of the Association for Information Systems* 37, no. 43 (2015): 879–910. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17705/1CAIS.03743>.

Pembelajaran, Kepala Pusat Kurikulum dan. *Implementasi Bimbingan Dan Konseling Untuk Jenjang Pendidikan Dasar Dan Menengah*. Kemendikbudristek BSKAP RI, 2020.

Santrock, John W. *Psikologi Pendidikan Buku 1 Edisi 5*. Jakarta: Salemba Humanika, 2017.

Shari L Britner, and Frank Pajaresand. "Sources of Science Self-Efficacy Beliefs of Middle School Students." *Journal of Research in Science Teaching* 43, no. 5 (2006): 485–499. <https://doi.org/10.1002/tea.20131>.

Urao, Yuko, Michiko Yoshida, Yasunori Sato, and Eiji Shimizu. "School-Based Cognitive Behavioural Intervention Programme for Addressing Anxiety in 10- to 11-Year-Olds Using Short Classroom Activities in Japan: A Quasi-Experimental Study." *BMC Psychiatry* 22, no. 1 (2022): 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04326-y>.