

CONFIDENTIAL



Efikasi Diri Akademik Sebagai Pencegahan **Burnout** Akademik Pada Siswa SMK



Case File:
Self-Efficacy Academic Investigation



INVESTIGATION

Disusun Oleh Kelompok 3:

Asmaul Chusna	(I532400048)
Bintang Lestyasari	(I532500029)
Ade Rully Sofi Nilasari	(I532500030)
Rais Kaisariadi	(I532500035)
Maria Claudiani Wela Roja	(I532500037)
Novry Kadang	(I532500039)



Program Studi Magister Psikologi
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

2026

"Aku Tidak Sepintar Teman-Temanku"

IDENTITAS KELOMPOK

KELAS : _____
NAMA KELOMPOK : _____
NAMA ANGGOTA KELOMPOK :
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

KRONOLOGI KASUS

Risky adalah siswa jurusan TEK yang mulai merasa tertinggal dibanding teman-temannya. Saat praktik, ia sering takut salah dan memilih diam karena merasa kemampuannya kurang bagus. Setelah beberapa kali mendapat nilai rendah, Risky mulai berpikir bahwa dirinya memang tidak cocok di jurusan tersebut.

Lama-kelamaan, Risky jadi malas mengerjakan tugas dan lebih sering bermain game sepulang sekolah untuk menghilangkan stres. Ia merasa sekolah semakin melelahkan dan membuatnya kehilangan semangat belajar.



PERTANYAAN KASUS

1. Kejadian apa yang dialami tokoh utama secara singkat.

2. Apa penyebab utama burnout dari tokoh utama?

3. Kenapa ini disebabkan oleh rendahnya efikasi diri akademik?

4. Apa bukti (kalimat/dialog) yang menunjukkan efikasi diri tokoh utama rendah?

5. Bagaimana cara/solusi untuk meningkatkan efikasi diri yang dialami tokoh utama?

Large lined area for writing answers to the case questions.

KESIMPULAN KELOMPOK

Tuliskan kesimpulan akhir dari hasil investigasi kelompok kalian.

STATUS KASUS

- TERIDENTIFIKASI
- BUTUH BUKTI TAMBAHAN
- BELUM TERPECAHKAN



"Takut Mengecewakan Orang Lain"

IDENTITAS KELOMPOK

KELAS : _____
NAMA KELOMPOK : _____
NAMA ANGGOTA KELOMPOK :
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

KRONOLOGI KASUS

Nadia adalah siswa Tata Boga yang selalu ingin mendapatkan hasil sempurna. Ia sering mengulang tugas berkali-kali karena takut hasilnya jelek. Saat ujian praktik, Nadia merasa sangat cemas dan takut mengecewakan guru maupun orang tuanya.

Karena terlalu banyak berpikir dan kurang istirahat, Nadia mulai merasa cepat lelah, sulit fokus, dan kehilangan semangat sekolah.

Walaupun nilainya bagus, ia tetap merasa dirinya kurang mampu.



PERTANYAAN KASUS

1 Kejadian apa yang dialami tokoh utama secara singkat.

2 Apa penyebab utama burnout dari tokoh utama?

3 Kenapa ini disebabkan oleh rendahnya efikasi diri akademik?

4 Apa bukti (kalimat/dialog) yang menunjukkan efikasi diri tokoh utama rendah?

5 Bagaimana cara/solusi untuk meningkatkan efikasi diri yang dialami tokoh utama?

KESIMPULAN KELOMPOK

Tuliskan kesimpulan akhir dari hasil investigasi kelompok kalian.

STATUS KASUS

TERIDENTIFIKASI
 BUTUH BUKTI TAMBAHAN
 BELUM TERPECAHKAN



"Sekolah Rasanya Melelahkan"

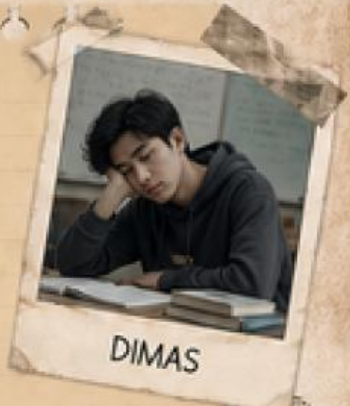
IDENTITAS KELOMPOK

KELAS : _____
NAMA KELOMPOK : _____
NAMA ANGGOTA KELOMPOK :
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

KRONOLOGI KASUS

Dimas dulu termasuk siswa yang aktif di kelas, tetapi sekarang ia sering terlambat mengumpulkan tugas dan tidak fokus saat pelajaran. Ia merasa tugas sekolah terlalu banyak dan mulai berpikir bahwa belajar tidak ada gunanya karena nilainya tetap rendah.

Dimas menjadi mudah bosan, malas mengikuti praktik, dan merasa sekolah hanya membuatnya stres. Ia juga mulai kehilangan semangat untuk mencapai cita-citanya.



PERTANYAAN KASUS

1 Kejadian apa yang dialami tokoh utama secara singkat.

2 Apa penyebab utama burnout dari tokoh utama?

3 Kenapa ini disebabkan oleh rendahnya efikasi diri akademis?

4 Apa bukti (kalimat/dialog) yang menunjukkan efikasi diri tokoh utama rendah?

5 Bagaimana cara/solusi untuk meningkatkan efikasi diri yang dialami tokoh utama?

KESIMPULAN KELOMPOK

Tuliskan kesimpulan akhir dari hasil investigasi kelompok kalian.

STATUS KASUS

- TERIDENTIFIKASI
- BUTUH BUKTI TAMBAHAN
- BELUM TERPECAHKAN



"Aku Takut Gagal"

IDENTITAS KELOMPOK

KELAS : _____
NAMA KELOMPOK : _____
NAMA ANGGOTA KELOMPOK :
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

KRONOLOGI KASUS

Salsa adalah siswa jurusan akuntansi yang sering merasa cemas saat menghadapi tugas dan ujian praktik. Ia takut hasil pekerjaannya jelek dan sering membandingkan dirinya dengan teman-teman yang terlihat lebih pintar.

Karena terlalu takut gagal, Salsa sering menunda belajar dan merasa panik ketika mendapat tugas tambahan. Ia mulai merasa dirinya tidak mampu menghadapi tuntutan sekolah.



SALSA



PERTANYAAN KASUS

1 Kejadian apa yang dialami tokoh utama secara singkat.

2 Apa penyebab utama burnout dari tokoh utama?

3 Kenapa ini disebabkan oleh rendahnya efikasi diri akademik?

4 Apa bukti (kalimat/dialog) yang menunjukkan efikasi diri tokoh utama rendah?

5 Bagaimana cara/solusi untuk meningkatkan efikasi diri yang dialami tokoh utama?

KESIMPULAN KELOMPOK

Tuliskan kesimpulan akhir dari hasil investigasi kelompok kalian.

STATUS KASUS

- TERIDENTIFIKASI
- BUTUH BUKTI TAMBAHAN
- BELUM TERPECAHKAN



"Aku Sudah Terlalu Capek"

IDENTITAS KELOMPOK

KELAS : _____
NAMA KELOMPOK : _____
NAMA ANGGOTA KELOMPOK :
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

KRONOLOGI KASUS

Ardi adalah siswa DKV yang harus membagi waktu antara sekolah, tugas praktik, organisasi, dan membantu orang tua bekerja. Awalnya ia masih bisa menjalani semuanya, tetapi lama-kelamaan ia mulai merasa kelelahan dan sulit fokus saat belajar.

Ardi sering begadang mengerjakan tugas dan merasa hasil kerjanya tidak pernah cukup bagus. Ia mulai kehilangan semangat dan merasa tidak sanggup menghadapi semua tuntutan tersebut.



PERTANYAAN KASUS

1 Kejadian apa yang dialami tokoh utama secara singkat.

2 Apa penyebab utama burnout dari tokoh utama?

3 Kenapa ini disebabkan oleh rendahnya efikasi diri akademik?

4 Apa bukti (kalimat/dialog) yang menunjukkan efikasi diri tokoh utama rendah?

5 Bagaimana cara/solusi untuk meningkatkan efikasi diri yang dialami tokoh utama?

KESIMPULAN KELOMPOK

Tuliskan kesimpulan akhir dari hasil investigasi kelompok kalian.

STATUS KASUS

- TERIDENTIFIKASI
- BUTUH BUKTI TAMBAHAN
- BELUM TERPECAHKAN

