Home / Archives / Vol. 11 No. 01 (2026): Volume 11 No. 01 Maret 2026 / Articles

Pengaruh Program Karantina terhadap Self-Efficacy Abang None Jakarta Barat 2025

Reagan Alexandre
Universitas Tarumanagara

Untung Subroto
Universitas Tarumanagara

DOI: https://doi.org/10.23969/jp.v11i01.40405

Keywords: Keywords: Abang None, Quarantine Program, Self-Efficacy, Training, Pageants

Menu Cepat
Akses cepat layanan JPPD

Call Center 1
Acep Roni Hamdani

Call Center 2
Taufiqulloh Dahlan

Call Center 3
Feby Inggriyani

Call Center 4
Sopyan Hendrayana

About
Profil & fokus jurnal

Submissions
Panduan & alur submit

Online 1

SERTIFIKAT

Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Riset dan Teknologi
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Republik Indonesia

TERAKREDITASI

Kutipan dari Keputusan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Republik Indonesia

Nomor: 164/E/KPT/2021
Peringkat Akreditasi Jurnal Ilmiah Periode II Tahun 2021
Nama Jurnal Ilmiah:
Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar

E-ISSN: 25486950
PGSD FKIP Universitas Pasundan
Ditetapkan Sebagai Jurnal Ilmiah:
TERAKREDITASI PERINGKAT 4

Akreditasi Berlaku selama 5 (lima) Tahun, yaitu:
Volume 6 Nomor 1 Tahun 2021 Sampai Volume 11 Nomor 4 Tahun 2026
Jakarta, 27 December 2021
Plt. Direktur Jendral Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi

Prof. Ir. Nizam, M.Sc., DIC, Ph.D., IPU, ASEAN Eng
NIP. 196107061987101001

PENGARUH PROGRAM KARANTINA TERHADAP *SELF-EFFICACY* PARA FINALIS ABANG NONE JAKARTA BARAT 2025

Reagan Alexandre[1], Untung Subroto[2]
[12]Universitas Tarumanagara
[1]reagan.705220273@stu.untar.ac.id, [2]untungs@fpsi.untar.ac.id,

ABSTRACT

Self-efficacy is an individual's belief in their ability to organize and carry out the actions necessary to achieve a goal or deal with a particular situation. This study aims to determine the effect of the 2025 West Jakarta Abang None quarantine program on increasing the self-efficacy of the finalists. The study used a quantitative method with a one-group pretest–posttest design without a control group, involving 30 participants (15 Abang and 15 None). The measurement instrument was the General Self-Efficacy Scale (Schwarzer & Jerusalem, 1995). Data analysis was performed using a paired-samples t-test. After analysis, the results were found to be (t(29) = -1.53, p = 0.138; Cohen's d = 0.28), meaning that there was no effect of the quarantine program on the self-efficacy of the 2025 West Jakarta Abang None finalists.

Keywords: Abang None, Quarantine Program, Self-Efficacy, Training, Pageants

ABSTRAK

Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan atau menghadapi situasi tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program karantina Abang None Jakarta Barat 2025 terhadap peningkatan *self-efficacy* para finalis. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *one-group pretest–posttest* tanpa kelompok kontrol, melibatkan 30 peserta (15 Abang dan 15 None). Instrumen pengukuran ialah *General Self-Efficacy Scale*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *paired-samples t-test*. Setelah dilakukan analisa, didapatkan hasil (t(29) = -1.53, p = 0.138; Cohen's d = 0.28), artinya bahwa tidak terdapat pengaruh program karantina terhadap *self-efficacy* para finalis Abang None Jakarta Barat 2025.

Kata Kunci: Abang None, Program Karantina, *Self-Efficacy*, Pelatihan

A. Pendahuluan

Abang None Jakarta merupakan ajang pencarian duta pariwisata DKI Jakarta yang diselenggarakan secara rutin sejak tahun 1968 atas inisiatif H.Usmar Ismail. Kompetisi ini dibentuk untuk memilih pemuda-

pemudi terbaik di tingkat Provinsi DKI Jakarta dengan tujuan untuk mempromosikan pariwisata serta penguatan identitas budaya Betawi (Mahendra, 2019). Proses seleksi Abang dan None dilakukan secara berjenjang di setiap wilayah administrasi atau Tingkat II di seluruh wilayah DKI Jakarta (Waliyyayasi, 2021). Setelah itu, para pemenang yang terpilih dalam setiap wilayah akan berkompetisi di tingkat Provinsi DKI Jakarta (Mahendra, 2019).

Berdasarkan data dari beberapa artikel, jumlah peserta yang mendaftar ajang Abang None di setiap administrasi wilayah menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun. (Berita Jakarta, 2023; Berita Jakarta, 2025). Walikota Jakarta Barat, Uus Kuswanto mengumumkan bahwa di tahun 2025 jumlah pendaftar Abang None di Jakarta Barat mengalami peningkatan terbesar dibandingkan wilayah administrasi yang lain, yaitu sekitar 314 or ang yang terdiri dari 97 laki-laki dan 217 perempuan (Kota Administrasi Jakarta Barat, 2025). Fenomena tingginya jumlah pendaftar disebabkan karena adanya sejumlah prestasi pencapaian finalis Abang None Jakarta Barat 2023 dan 2024 yang berhasil memenangkan gelar selempang di tingkat Provinsi (Kota Administrasi Jakarta Barat, 2025).

Dinas Pariwisata dan Ekonomi Kreatif DKI Jakarta sebagai lembaga yang menaungi Abang None Jakarta juga memberdayakan para finalis dan pemenang Abang None untuk ikut berperan aktif dalam berbagai penugasan selama masa bakti satu tahun. Para personil Abang None Jakarta akan ditugaskan mulai dari penugasan tingkat regional (wilayah), nasional, hingga skala internasional (Putra, Akbari, & Christy, 2020). Bentuk penugasan yang dijalankan oleh Abang None Jakarta juga sangat bervariasi, mulai dari penyambutan seremonial tamu VVIP, tugas-tugas protokoler pemerintahan, moderator dalam sesi FGD (*Forum Group Discussion*), hingga menjadi *Master of Ceremony* (Waliyyayasi, 2021).

Sebelum ditugaskan, seluruh finalis Abang None wajib mengikuti pelatihan terlebih dahulu berupa serangkaian program pelatihan karantina yang terstruktur (Mahendra, 2019). Dalam konteks ajang pemilihan duta, program pelatihan juga menjadi komponen kompetisi paling utama

dalam meningkatkan kapasitas dan kesiapan diri para finalis. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian sebelumnya pada ajang Puteri Indonesia, yang menunjukkan bahwa para kandidat umumnya wajib mengikuti rangkaian pelatihan terstruktur melalui *pageant camp* yang mencakup sesi seperti *styling*, *catwalk training*, *public speaking*, pembentukan karakter, hingga latihan tanya jawab sebagai bentuk kesiapan performa sebelum berkompetisi di tingkat nasional (Suwardi, 2019).

Pembinaan pelatihan Abang None Jakarta ditetapkan berdasarkan Peraturan Gubernur Nomor 30 Tahun 2010 yang mengatur mengenai seluruh prosedur penyelenggaraan dan rangkaian pemilihan kompetisi. Pada tahap awal, seleksi dilaksanakan secara serentak di setiap wilayah administrasi. Seleksi dilakukan melalui tes secara lisan atau tertulis yang mencakup pengetahuan umum, kebudayaan Betawi, hingga *public speaking* dan bahasa asing. Selain itu, dewan juri juga menilai kemampuan peserta dalam teknik penampilan, kedisiplinan, kesopanan, komunikasi, dan empati (Mahendra, dalam Waliyyayasi, 2021). Implementasi program karantina para finalis tersebut juga diterapkan secara spesifik di setiap wilayah administratif Jakarta, khususnya Jakarta Barat sebagai salah satu wilayah yang aktif dalam pembinaan finalis Abang None sekaligus menjadi fokus pada penelitian ini. Khusus di wilayah Jakarta Barat, pelaksanaan karantina finalis tahun 2025 ini berlangsung kurang lebih 1,5 bulan. Dalam rentang waktu tersebut, para peserta melalui proses pembinaan secara sistematis oleh mentor profesional serta dibekali pelatihan-pelatihan berbasis *soft skills* dan *hard skills*.

Program karantina tersebut juga dirancang dan diterapkan dengan tujuan untuk mempersiapkan para finalis Abang None yang akan menghadapi berbagai tekanan dan tantangan dalam bertugas. Dalam setiap penugasan, para personil Abang None dituntut untuk memiliki keterampilan komunikasi, perilaku, kepercayaan diri, hingga kemampuan penyelesaian masalah dengan baik. Puspaningrum & Santi (2022) menjelaskan salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan dan keterampilan seseorang dalam mengemban tugasnya adalah *self-efficacy*. Maka dari itu, *self-efficacy* menjadi salah satu aspek yang

dibutuhkan dalam diri setiap personil Abang None untuk menjalankan peran sebagai duta pariwisata.

Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* merupakan persepsi individu akan kemampuannya dalam melakukan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan seseorang dalam melakukan suatu tugas untuk mencapai tujuannya (Saraswati, Lie, & Roland, 2022). Penelitian sebelumnya oleh Paradewari (2017) mengungkapkan bahwa Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung mampu mengelola kecemasan, mempertahankan performa di bawah tekanan, dan juga menunjukkan kualitas penampilan komunikasi yang lebih baik. Selanjutnya, Wijaya, Siregar, & Hidayat (2020) turut menunjukkan bahwa Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih siap dalam menghadapi tuntutan kerja karena mampu mengatasi kesulitan tugas, mengendalikan kondisi mental, dan memaksimalkan kemampuan yang dimiliki.

Menurut Kusnadi (dalam Fitri, Hartati, & Fadhli, 2023), jika seseorang memiliki efikasi diri yang rendah, maka cenderung kurang memiliki keyakinan dengan keputusan yang mereka jalani karena mereka kurang percaya diri dapat menyelesaikannya dengan baik. Sementara jika seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi, mereka akan lebih percaya diri akan kemampuannya untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi (Fitri et al., 2023).

Sejumlah penelitian sebelumnya memperkuat bahwa program pelatihan terbukti dapat meningkatkan *self-efficacy* secara efektif dalam berbagai konteks. Studi sebelumnya oleh Puspaningrum dan Santi (2022) menunjukkan hasil penelitiannya bahwa pelatihan komunikasi dapat meningkatkan efikasi diri karyawan, terutama terkait kemampuan menghadapi tugas-tugas profesional yang menuntut interaksi interpersonal. Hasil serupa juga ditunjukkan oleh Lystia et al. (2023), dimana pelatihan komunikasi yang diberikan secara efektif kepada mahasiswa terbukti meningkatkan efikasi diri dalam berkomunikasi, memperkuat bukti bahwa keterampilan praktis dapat meningkatkan keyakinan individu untuk tampil percaya diri di situasi sosial yang menantang.

Selanjutnya, Mata et al. (2021), melalui sebuah pendekatan

systematic review, menemukan bahwa pelatihan komunikasi berkontribusi signifikan dalam meningkatkan *self-efficacy* profesional, terutama dalam menghadapi situasi kerja yang kompleks dan penuh tekanan.

Studi-studi sebelumnya telah membahas mengenai efektivitas pelatihan dalam peningkatan *self-efficacy*, namun masih terbatas pada populasi tertentu seperti mahasiswa, karyawan, guru, hingga siswa. Sehingga belum terdapat penelitian yang mengevaluasi pengaruh pelatihan karantina terhadap *self-efficacy* pada konteks duta pariwisata seperti Abang None secara kuantitatif. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada finalis Abang None Jakarta Barat 2025 dengan pertimbangan fenomena berupa tingginya jumlah pendaftar, tuntutan kompetisi yang tinggi, serta pertimbangan metodologis berupa keseragaman program karantina dalam satu angkatan.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah program karantina berpengaruh pada *self-efficacy* para finalis. Temuan dalam penelitian ini diharapkan mampu menjadi dasar dalam penyempurnaan rancangan model pelatihan karantina yang juga terfokus dalam memperkuat dasar kemampuan pada aspek kesehatan mental dan psikologis, serta memperkuat argumentasi tentang pentingnya intervensi strategis dalam pembentukan karakter peserta ajang *pageant* berbasis budaya lokal.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan desain eksperimen semu yang menggunakan model *one-group pre/post-test design* untuk menguji pengaruh program karantina terhadap *self-efficacy* para finalis Abang None Jakarta Barat 2025, baik sebelum maupun sesudah menjalani karantina.

Partisipan penelitian adalah 30 finalis Abang dan None Jakarta Barat 2025 yang telah lolos seleksi pertama dan kedua, serta sedang menjalankan proses karantina. Para partisipan memiliki kualifikasi umur pada rentang usia 18-25 tahun dan tingkat pendidikan sesuai dengan syarat dan ketentuan umum yang telah tertuang dalam Pergub No.3 Tahun 2010. Pemilihan partisipan dilakukan dengan menggunakan teknik

purposive sampling berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Data diperoleh dengan melakukan penyebaran kuesioner secara *online* menggunakan *Google Form* dan diserahkan kepada pihak PIC harian karantina untuk memberikan sosialisasi terkait pengambilan data partisipan (sebelum dan sesudah karantina) serta menyebarkan kuesioner secara langsung kepada seluruh finalis yang sedang melaksanakan karantina di Walikota Jakarta Barat

Tabel 1. Karakteristik Partisipan Penelitian (N = 30)

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	50
Perempuan	15	50
Tingkat Pendidikan		
SMA/SMK Sederajat	1	3,3
Diploma (D-3)	1	3,3
Sarjana (S-1)	26	86,7
Magister (S-2)	2	6,7
Kelompok Usia		
18 tahun	3	10
19 tahun	5	16,7
20 tahun	4	13,3
21 tahun	1	3,3
22 tahun	5	16,7
23 tahun	2	6,7
24 tahun	6	20
25 tahun	4	13,3

Pengukuran variabel *self-efficacy* dilakukan dengan menggunakan *General Self-Efficacy Scale* (GSES) yang dirancang oleh Schwarzer & Jerusalem (1995). Alat ukur ini terdiri dari 10 butir item yang mencakup tiga dimensi. Dan reliabilitas yang cukup baik dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,759 (sebelum/*pre*) dan 0,790 (sesudah/*post*). Pada uji validitas terdapat satu butir yang tidak *valid* (item nomor 2) baik di *pre/post-test* dengan nilai korelasi dibawah 0.30, sehingga butir tersebut dihapus. Seluruh item disusun dalam format skala *Likert* empat poin.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan *software* SPSS. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, dilakukan uji validitas dan reliabilitas serta uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk*. Hasil uji menunjukkan bahwa data *mean difference* berdistribusi normal, oleh karena itu pengujian hipotesis dapat dilakukan dengan menggunakan uji parametrik *paired samples t-test* untuk

mengetahui pengaruh program karantina sebelum dan sesudah terhadap *self-efficacy* para finalis Abang None Jakarta Barat 2025. Keputusan statistik didasarkan pada nilai signifikansi dengan *coinfidence interval* 95% (α = 0,05). Hasil analisis dinyatakan signifikan apabila p ≤ 0,05, dan tidak signifikan apabila p > 0,05.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa program karantina tidak berpengaruh signifikan terhadap self-efficacy para finalis Abang None Jakarta Barat 2025. Uji pengaruh (hipotesis) dilakukan dengan menggunakan uji parametrik *paired samples t-test* karena data *mean difference* berdistribusi normal. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa rata-rata skor *self-efficacy* meningkat dari M = 29.80 (*pre-test*) menjadi M = 30.57 (*post-test*), dengan selisih rata-rata (*post − pre*) sebesar 0.77. Perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik, t(29) = -1.53, p = 0.138, 95% CI [−0.26, 1.79]. Efek perubahan tergolong kecil, Cohen's d = 0.28. Dengan demikian, meskipun terdapat kecenderungan peningkatan secara deskriptif, perubahan tersebut belum cukup besar untuk mencapai signifikansi statistik.

Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan belum menghasilkan peningkatan *self-efficacy* yang kuat, dan kemungkinan memerlukan durasi program atau intensitas pelatihan yang lebih tinggi untuk mencapai perubahan yang lebih bermakna.

Kel (N)	Mean	SD	Levene .Sig	t	P	Effect Size
L (15)	1.00	3.27	0.132	0.458	0.65	0.17
P (15)	0.53	2.20				

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Min	Maks	Mean	SD
Self-Efficacy (*Pre-test*)	2.56	4.0	3.31	0.36
Self-Efficacy (*Post-test*)	2.89	4.0	3.3	0.36

Tabel 3. Hasil Uji Pengaruh (Hipotesis) (N = 30)

Mean Pre	Mean Post	Mean DIFF	T	Sig. (p)
29.80	30.57	0.77	-1.53	0.138

Tabel 4. Hasil Uji Perbedaan Self-Efficacy Berdasarkan Gender

*ket : L : Laki-laki

P : Perempuan

Tabel 5. Hasil Uji Perbedaan Self-Efficacy Berdasarkan Kelompok Usia

Kel Usia (N)	Mean	SD	L.Sig	t	P	Effect Size
18-20 (12)	0.75	2.56	0.132	0.721	0.979	0.01
21-25 (8)	0.78	2.94				

Tabel 6. Hasil Uji Perbedaan Self-Efficacy Berdasarkan Dimensi

Dimensi	Mean Pre	Mean Post	T	Sig. (2 Tailed)
Level	13.00	13.47	-1.728	0.095
Strength	6.93	6.90	0.197	0.845
Generality	9.87	10.20	-1.409	0.169

Analisis pada gambaran data variabel *self-efficacy pre-test*, menunjukkan bahwa partisipan pada dasarnya telah memiliki skor *self-efficacy* yang cenderung tinggi sehingga perubahan yang terjadi cenderung tidak signifikan secara statistik. Temuan ini didukung oleh Behr et al. (2025) yang mengemukakan jika peserta sudah memiliki skor *self-efficacy* yang tinggi, maka ruang untuk peningkatan skor cenderung lebih kecil. Temuan ini juga didukung penelitian oleh Merluzzi et al. (2019) dan Gueroni et al. (2024) yang juga menemukan bahwa intervensi kurang dari satu bulan cenderung menghasilkan efek kecil terhadap alat ukur *general self-efficacy*. Usher dan Pajares (2008) menekankan pentingnya mastery experience yang berkelanjutan, serta dengan meta-analisis Stajkovic dan Luthans (1998) yang menunjukkan bahwa intervensi yang memasukkan praktik secara langsung beserta *feedback* secara berkala lebih efektif dalam meningkatkan *self-efficacy*.

Hal ini disebabkan karena sebagian besar para peserta yang mendaftar dan mengikuti seleksi pada dasarnya telah memiliki sejumlah bakat dan prestasi (Mahendra, 2019). Selain itu, para finalis juga memiliki latar belakang pendidikan dari universitas yang sangat terkemuka, seperti Universitas Indonesia dan Universitas Gajah Mada. Temuan ini selaras dengan Bandura (1997), yang menegaskan bahwa pembentukan *self-efficacy* memerlukan pengalaman keberhasilan berulang (*mastery experience*), observasi model, persuasi verbal, dan kondisi emosional yaitu proses yang biasanya memerlukan waktu dan latihan berkelanjutan.

Pada temuan kedua, hasil analisis uji perbedaan berdasarkan jenis kelamin ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan peningkatan *self-efficacy* yang signifikan antara finalis laki-laki dan perempuan setelah mengikuti program karantina. Temuan ini didukung oleh hasil penelitian Dumanjug et al. (2024), yang menemukan bahwa skor self-efficacy pada populasi mahasiswa laki-laki dan perempuan cenderung tidak berbeda secara makna. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Bazi et al. (2025), bahwa jenis kelamin tidak berpengaruh signifikan terhadap skor self-efficacy. Kedua penelitian tersebut menggunakan instrumen self-efficacy umum dan sama-sama menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri secara umum para partisipan serupa tanpa memperhatikan aspek gender. Dengan demikian, variabel gender bukan prediktor utama self-efficacy pada konteks remaja atau dewasa muda.

Kemudian, dilakukan analisis uji perbedaan berdasarkan kelompok usia dan ditemukan bahwa rata-rata peningkatan *self-efficacy* berdasarkan kelompok pada usia 18–20 tahun adalah 0,75, sedangkan pada kelompok usia 21–25 tahun adalah sebesar 0,78. Hasil uji t menunjukkan nilai t(28) = –0,027 dengan p = 0,979 (p > 0,05), sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam peningkatan *self-efficacy* berdasarkan kelompok usia. Temuan ini juga selaras dengan studi longitudinal yang dilakukan oleh Liu, Ji, & Zhang (2023) yang menunjukkan bahwa variabel usia tidak secara signifikan memprediksi perbedaan lintasan self-efficacy secara umum dalam konteks mahasiswa.

Hasil penelitian oleh Dumcke, Meyer, & Wegner (2021), yang membandingkan siswa SMP dengan kelompok umur 11-13 dan 14-17, juga tidak menemukan perbedaan yang signifikan dalam tingkat self-efficacy antar kedua kelompok usia tersebut. Oleh karena itu, dalam rentang usia remaja hingga dewasa muda, usia bukan menjadi satu-satunya faktor yang dapat memengaruhi tingkat keyakinan diri seseorang.

Selanjutnya, temuan analisis perbedaan antar dimensi menunjukkan adanya kenaikan pada beberapa sub-dimensi (*level* dan *generality*) tetapi bukan pada kekuatan keyakinan (*strength*) secara konsisten. Temuan ini sejalan dengan

konsep bahwa *self-efficacy* bersifat spesifik pada tugas-tugas dan perubahan yang bersifat sementara lebih mudah terjadi pada keyakinan terhadap kemampuan menyelesaikan tugas tertentu setelah paparan singkat, dibandingkan perubahan dalam stabilitas keyakinan yang lebih umum (Bandura & Adams, 1977; Street, Malmberg, & Stylianides, 2022).

Bandura menyatakan bahwa pengalaman penguasaan (*mastery experiences*) merupakan sumber paling kuat untuk meningkatkan *self-efficacy*, dan perubahan yang tahan lama biasanya berkembang melalui praktik berulang, pengalaman keberhasilan berkelanjutan, serta umpan balik yang konsisten, bukan hanya paparan singkat terhadap satu kondisi saja (Bandura, 1997).

Temuan tersebut juga didukung oleh penelitian oleh Street et al. (2022) yang menemukan bahwa perubahan *self-efficacy* pada dimensi *level* tugas cenderung terlihat dalam proses pembelajaran yang berkelanjutan, tetapi tidak selalu menghasilkan perubahan yang stabil di dimensi kekuatan keyakinan ketika evaluasinya terbatas pada periode pengukuran yang singkat. Selain itu, temuan ini juga didukung oleh Taschner et al. (2025) mengenai intervensi *self-efficacy* menunjukkan bahwa efektivitas peningkatan *self-efficacy* secara umum sering kali bergantung pada durasi, intensitas, dan kualitas komponen intervensi, sehingga kenaikan kecil pada sub-dimensi tanpa efek yang kuat pada kekuatan keyakinan dapat dijelaskan sebagai efek sementara yang belum cukup kuat untuk mempengaruhi keyakinan yang lebih stabil.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa program karantina tidak berpengaruh terhadap *self-efficacy* para finalis Abang None Jakarta Barat 2025. Meskipun terdapat adanya kecenderungan peningkatan secara deskriptif, namun perubahan tersebut belum cukup besar untuk mencapai signifikansi statistik. Peneliti menyadari adanya keterbatasan metodologis yang perlu menjadi catatan penting, yaitu durasi intervensi karantina yang singkat, dan ukuran sampel yang terbatas juga mengurangi kemampuan mendeteksi efek kecil. Hal ini juga dipengaruhi oleh interval waktu pengambilan data *post-test* yang dilakukan dengan

sangat berdekatan pada H-1 menjelang malam *grand final*. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode campuran (*mixed methods*), dengan menggabungkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif agar data yang diperoleh tidak hanya menggambarkan perubahan angka, tetapi juga pengalaman subjektif peserta selama proses karantina.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan replikasi lintas wilayah atau lintas periode, misalnya dengan membandingkan hasil karantina Abang None dari wilayah lain (Jakarta Pusat, Selatan, Timur, atau Utara) atau dari tahun penyelenggaraan yang berbeda. Pendekatan ini dapat memperluas generalisasi hasil dan membantu melihat pola konsistensi pengaruh program terhadap *self- efficacy* peserta.

Peneliti juga disarankan melakukan pengukuran lanjutan (*follow-up test*) setelah program berakhir untuk mengetahui keberlanjutan efek yang muncul. Dengan pendekatan tersebut, penelitian selanjutnya diharapkan mampu memperluas pemahaman teoretis mengenai dinamika perubahan *self-efficacy* dalam konteks pembinaan sosial, pariwisata, dan pengembangan diri.

Melihat bahwa karantina tahun 2025 hanya berlangsung selama sekitar satu setengah bulan, disarankan agar durasi kegiatan diperpanjang atau ditambah dengan sesi lanjutan pasca-karantina. Hal ini memungkinkan peserta untuk mengalami proses pembelajaran yang lebih reflektif dan berulang, sehingga perubahan psikologis dapat terinternalisasi secara lebih mendalam.

Bagi para finalis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dorongan untuk terus melatih kemampuan diri, mempertahankan motivasi, serta memanfaatkan pengalaman selama karantina sebagai proses pembentukan karakter dan keyakinan diri. Dengan demikian, program karantina Abang None Jakarta Barat tidak hanya menjadi ajang kompetisi, tetapi juga sarana pembinaan psikologis yang memperkuat rasa percaya diri dan tanggung jawab sosial generasi muda.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Mahendra, Aditya. 2019. *Catatan Abang None Jakarta*. Jakarta.

Artikel in Press :

Pemerintah Kota Administrasi Jakarta Barat. (2025, 14 Juni). 314 peserta ikuti seleksi pemilihan Abnon Jakbar 2025. barat.jakarta.go.id. https://barat.jakarta.go.id/berita/314-peserta-ikuti-seleksi-pemilihan-abnon-jakbar-2025.

Simanjuntak, T. P. M. (2023, Juni 8). Finalis Abang None Jakarta Barat jalani masa pembekalan. Berita Jakarta. https://beritajakarta.id/read/122913/finalis-abang-none-jakarta-barat-jalani-masa-pembekalan

Jurnal :

Bandura, A., & Adams, N. E. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive therapy and research*, *1*(4), 287-310.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy*: *The exercise of control*. New York: Freeman.

Bandura, A. (1997). Theoretical perspectives. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, 31–35. https://cir.nii.ac.jp/crid/1573105975848451968.bib?lang=en

Bazi, M. A., Sarani, M., Isfahani, P., Bagheri, S., Arefy, M., Bazi, A., & Bolagh, F. (2025). Research Self-Efficacy among Students at Zabol University of Medical Science.

Behr, S., Garcia, L. M., Lucas, J., Kohlhase, E., Puetz, M., Boettcher, J., ... & Knaevelsrud, C. (2025). The role of self-efficacy in internet-based interventions for mental health: A systematic review and meta-analysis. *Internet Interventions*, *40*, 100821.

Dumanjug, H., Serato, J., Vicente, M. K., Panaguiton, J., & Recto, Z. S. (2024). Exploring gender differences in self-efficacy and academic performance among college students. *EduLine: Journal of Education and Learning Innovation*, *4*(3), 397-409.

Dumcke, R., Rahe-Meyer, N., & Wegner, C. (2021). Does age still matter? An age-group comparison of self-efficacy, initial interest and performance when learning bystander resuscitation in secondary schools. *International Journal of First Aid Education*, *4*(1).

Fitri, V. Y., Hartati, R., & Fadhli, M. (2023). Bagaimana Efikasi Diri bisa meningkatkan Work-Life Balance Pada Mahasiswa Yang Bekerja?. Psychopolytan: Jurnal Psikologi, 6(2), 52-59. https://doi.org/10.36341/psi.v6i2.3168

Gueroni, L. P. B., Pompeo, D. A., Eid, L. P., Ferreira Júnior, M. A., Sequeira, C. A. D. C., & Lourenção, L. G. (2024). Interventions for strengthening general self-efficacy beliefs in

college students: An integrative review. Revista Brasileira de Enfermagem, 77, e20230192.

Liu, X., Ji, X., & Zhang, Y. (2023). Trajectories of college students' general self-efficacy, the related predictors, and depression: A piecewise growth mixture modeling approach. *Heliyon*, *9*(5).

Lystia, M. L., Valezka, C., Andini, T. H., & Kesumaningsari, N. P. A. (2023). Pelatihan Komunikasi Efektif Guna Meningkatkan Efikasi Diri Dalam Berkomunikasi Pada Mahasiswa. Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (online), 4(2), 372-377. https://doi.org/10.36312/jcm.v4i2.1444

Mata, Á. N. D. S., de Azevedo, K. P. M., Braga, L. P., de Medeiros, G. C. B. S., de Oliveira Segundo, V. H., Bezerra, I. N. M., ... & Piuvezam, G. (2021). Training in communication skills for self-efficacy of health professionals: a systematic review. Human resources for health, 19(1), 30. https://doi.org/10.1186/s12960-021-00574-3

Merluzzi, T. V., Pustejovsky, J. E., Philip, E. J., Sohl, S. J., Berendsen, M., & Salsman, J. M. (2019). Interventions to enhance self-efficacy in cancer patients: a meta-analysis of randomized controlled trials. Psycho-oncology, 28(9), 1781-1790. https://doi.org/10.1002/pon.5148

Paradewari, D. S. (2017). Investigating students' self-efficacy of public speaking. *International Journal of Education and Research*, *5*(10), 97-108.

Putra, M. F., Akbari, T. T., & Christy, R. A. (2020). Pendekatan dramaturgi pada penampilan manajemen impresi Abang None Jakarta. *Jurnal Pewarta Indonesia, 2*(1), 49–61. https://doi.org/10.25008/jpi.v2i1.30

Puspaningrum, P., & Santi, D. (2022). Pengaruh Pelatihan Komunikasi untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karyawan. Jurnal Pendidikan Tambusai, 6(2), 14303-14308. https://doi.org/10.31004/jptam.v6i2.4698

Saraswati, K. D., Lie, D., & Pribadi, R. B. (2022). Peran Modal Psikologis dan Dukungan Sosial terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa Universitas X. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, *15*(1), 51-66.

Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. *J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, *35*(37), 82-003.

Stajkovic, A. D., & Luthans, F. (1998). Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. Psychological bulletin, 124(2), 240.

Street, K. E., Stylianides, G. J., & Malmberg, L. E. (2022). Differential relationships between mathematics self-efficacy and national test performance according to perceived task difficulty. *Assessment in education: principles, policy & practice*, *29*(3), 288-309.

Suwardi, P. P. (2019). Understanding femininity in beauty pageant industry: a case study of Puteri Indonesia Pa geant. https://doi.org/10.58837/CHULA.THE.2019.507

Täschner, J., Dicke, T., Reinhold, S., & Holzberger, D. (2025). “Yes, I can!” a systematic review and meta-analysis of intervention studies promoting teacher self-efficacy. *Review of Educational Research*, *95*(1), 3-52.

Usher, E. L., & Pajares, F. (2009). Sources of self-efficacy in mathematics: A validation study. *Contemporary Educational Psychology, 34*(1), 89–101. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2008.09.002

Waliyyayasi, B. M. (2021). Abang-None as an Attempt of the Government to Introduce the Betawi Culture to the World. *International Review of Humanities Studies*, *6*(2), 917-931.

Wijaya, C., Siregar, N. I., & Hidayat, H. (2020). Hubungan antara Self Efficacy dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa yang Bekerja di Universitas Medan Area. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, *12*(1), 83-91.