

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Efikasi Diri

1. Definisi Efikasi Diri

Menurut Bandura (dalam Myers, 2012:72) menyatakan efikasi diri adalah perasaan terhadap kemampuan seseorang untuk mengerjakan suatu tugas, sedangkan dari pendapat yang lain menyatakan efikasi diri adalah percaya terhadap kompetensi diri sendiri dan efektivitas sebagai hasil dari pemberian gratifikasi (Bandura dkk., dalam Myers 2012:72), dengan kata lain efikasi diri merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuan yang dimilikinya dalam mengerjakan suatu tugas, dimana kemampuan tersebut dilatih, digerakkan oleh kejadian-kejadian yang berpengaruh dalam hidup seseorang.

Sementara itu, Baron dan Byrne (dalam Ghufon, 2011:73) menjelaskan tentang efikasi diri sebagai evaluasi individu terkait kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.

Bandura dan Woods (dalam Ghufon, 2011:74) menjelaskan bahwa efikasi diri mengarah pada keyakinan akan kemampuan seseorang untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi.

Judge dkk.(dalam Ghufon, 2011:76) menganggap bahwa efikasi diri ini adalah indikator positif untuk melakukan evaluasi diri yang

bermanfaat untuk memahami diri. Efikasi diri termasuk kedalam salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self-knowledge* yang paling berpengaruh terhadap kehidupan manusia sehari-hari karena efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan, termasuk di dalamnya perkiraan terhadap tantangan yang akan dihadapi.

Bandura (dalam Ghufon, 2011:75) mengatakan bahwa efikasi diri pada umumnya merupakan hasil proses kognitif mengenai keputusan, keyakinan, atau pengharapan terkait sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan, efikasi diri tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal apa yang dapat dilakukan dengan kemampuan yang ia miliki seberapa pun besarnya. Efikasi diri lebih menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung kekaburan, tidak dapat diramalkan, dan sering penuh dengan tekanan.

Gist (dalam Ghufon, 2011:75), menjelaskan bukti bahwa perasaan efikasi diri salah satu komponen yang berperan penting dalam memotivasi pekerja supaya menyelesaikan pekerjaan yang menantang dalam kaitannya dengan pencapaian tujuan tertentu. Seseorang dengan efikasi diri tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu

untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan efikasi diri rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya. Dalam situasi yang sulit, orang dengan efikasi yang rendah cenderung mudah menyerah. Sementara orang dengan efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada.

Sedangkan menurut Bandura (dalam Alwisol 2009:344) efikasi adalah persepsi mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan tindakan yang diharapkan. Efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan

Dari beberapa pendapat yang di peroleh mengenai efikasi diri di atas dapat disimpulkan bahwa Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam mengatasi berbagai situasi dan tantangan yang muncul dalam hidup individu melalui usaha yang sungguh-sungguh. Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kemampuan yang ia miliki seberapaapun besarnya yang ia miliki dan merupakan salah satu komponen yang bisa memotivasi pekerja supaya menyelesaikan pekerjaan yang menantang dalam kaitannya dengan pencapaian tujuan tertentu, yang digunakan untuk melakukan evaluasi diri yang bermanfaat untuk memahami diri.

2. Aspek-aspek Efikasi Diri

Bandura (dalam Ghufroon, 2011:80) membagi aspek efikasi diri menjadi tiga bagian, berikut tiga aspek tersebut:

a. Tingkat (*level*)

Aspek ini berhubungan dengan derajat kesulitan tugas ketika seseorang merasa mampu untuk melakukannya. Apabila seseorang tersebut dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri seseorang tersebut mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Aspek ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang di rasakannya.

b. Kekuatan (*strength*)

Aspek ini berhubungan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan seseorang terhadap kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Aspek ini biasanya berkaitan langsung dengan Aspek

level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

c. Generalisasi (*generality*)

Aspek ini berhubungan dengan luas bidang tingkah laku yang mana seseorang merasa yakin akan kemampuannya. Seseorang dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek efikasi diri adalah tingkat (level) yang merupakan tingkatan kesulitan dari tugas yang dikerjakan, dimensi kekuatan (*strenght*) merupakan kuatnya keyakinan individu untuk dapat menyelesaikan tugas, dan dimensi generalisasi (*generality*) merupakan luasnya tingkahlaku dari individu yang di dapatkan dari hasil keyakinan untuk bisa digunakan pada aktivitas atau situasi yang lain. Keunggulan dari aspek di atas sehingga dijadikan sebagai aspek penelitian yakni karena aspek ini sesuai dengan dinamika yang diperlukan dalam bahan penelitian.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Bandura (dalam Alwisol 2009:288) menjelaskan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri ada dua yakni dari faktor internal dan eksternal yang akan di jelaskan sebagai berikut:

a. Pengalaman menguasai sesuatu

Pengalaman dari masa lalu yang berhasil dalam menguasai kinerja akan meningkatkan efikasi diri secara ideal berdasarkan kesulitan tugas tersebut. Kinerja (masa lalu) yang bagus meningkatkan harapan besar yang dianggap akan mampu memberi dampak positif yakni meningkatnya efikasi, sedang kegagalan akan menurunkan efikasi. Mencapai keberhasilan akan memberi dampak efikasi yang berbeda-beda, tergantung proses pencapaiannya, pertama semakin sulit tugas maka akan menjadikan efikasi semakin tinggi, yang kedua menurut bandura (dalam Feist & Feist, 2011:214) tugas yang dikerjakan sendiri dengan baik akan meningkatkan efikasi dari pada menyelesaikan tugas dengan bantuan orang lain. Ketiga ketika individu sudah berusaha sebaik mungkin dan pada akhirnya mengalami kegagalan maka akan bisa menurunkan efikasi. Keempat kegagalan dalam kondisi stress atau emosional tidak akan terlalu merugikan diri dibandingkan kegagalan pada kondisi optimal. Kelima kegagalan setelah individu mempunyai keyakinan menguasai sesuatu yang kuat dampaknya tidak seburuk individu yang mengalami kegagalan pada saat efikasi ayu keyakinannya belum kuat. Keenam individu yang sering berhasil dalam melakukan sesuatu jika sesekali mengalami kegagalan maka tidak terlalu banyak mempengaruhi perubahan efikasi.

b. Pengalaman Vikarius

Didapatkan dari model sosial, efikasi diri meningkat ketika mengobservasi atau melihat pencapaian orang lain yang mempunyai kompetensi setara, namun akan berkurang ketika mengamati rekan sebaya gagal.

Pada umumnya dampak dari modelling sosial tidak sekuat dampak yang diberikan oleh kinerja pribadi dalam meningkatkan tingkat efikasi diri, namun bisa memberikan dampak yang kuat saat melihat penurunan efikasi dari rekan sebaya yang mempunyai kemampuan setara dengannya (dalam Feist & Feist, 2011:215).

c. Persuasi Sosial

Efikasi diri dapat juga didapatkan atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Persuasi merupakan suatu usaha verbal yang dilakukan dengan tujuan meyakinkan seseorang agar melakukan sesuatu untuk mencapai suatu persetujuan / kesesuaian antara kedua belah pihak, disini orang yang memberi persuasi bisa mempengaruhi orang lain bila dapat menunjukkan alasan-alasan yang logis dan harus mengumpulkan informasi dan fakta sebelum melakukan persuasi dengan orang. Informasi dan fakta-fakta tersebut berhubungan dengan, kebutuhan, tujuan dan kepentingan dari orang yang dipengaruhi. Suatu persuasi bisa saja tidak berhasil jika tidak didukung oleh fakta yang kuat atau tidak memenuhi harapan pihak yang dipengaruhi. Alasan - alasan yang

rasional akan lebih efektif jika orang yang mempengaruhi juga menyentuh emosional atau perasaan orang yang di pengaruhi dengan mencoba menyelami harapan, kecemasan, ataupun kegembiraan dari orang yang di beri persuasi (Rahayu, 2007: 171).

Persuasi sosial bisa meningkatkan atau menurunkan efikasi diri. Tergantung pada kondisi seberapa rasa percaya terhadap pemberi persuasi dan juga tergantung pada keadaan relistik dari apa yang dipersuasikan, jadi pada intinya antara persuasi sosial dan tugas yang dikerjakan masuk akal, jika antar kegiatan yang mustahil dikerjakan walaupun mendapat banyak persuasi sosial tidak akan bisa meningkatkan efikasi diri.

d. Kondisi fisik dan keadaan emosi

Bandura (Feist & Feist, 2011:215) emosi yang kuat biasanya akan mengurangi kinerja seseorang, ketakutan, stress, cemas, takut kemungkinan akan mempunyai efikasi harapan positif yang rendah. Namun dengan adanya peningkatan emosi (yang tidak berlebihan) bisa meningkatkan efikasi. Semakin tingginya rangsangan yang datang maka akan akan semakin rendah efikasi diri pada diri seseorang.

4. Proses Efikasi Diri

Menurut Bandura (2008:3), keberadaan efikasi diri pada diri seseorang akan berdampak pada empat proses, yaitu:

a. Proses Kognitif

Pengaruh efikasi diri pada proses kognitif dapat timbul dalam berbagai format. Banyak perilaku manusia yang diatur dalam pemikiran sebelumnya dalam mewujudkan tujuan. Pola atur tujuan dari apa yang akan dilakukan oleh individu dipengaruhi oleh penaksiran individu berdasarkan seberapa kemampuan yang dimilikinya.

b. Proses Motivasi

Kepercayaan diri terhadap efikasi diri memainkan peranan dalam pengaturan diri terhadap motivasi. Seseorang memotivasi dirinya sendiri dan mengarahkan tindakannya melalui berbagai latihan. Mereka percaya terhadap apa yang mereka lakukan dan selalu mengantisipasi adanya hasil tindakan prospektif.

c. Proses Afektif

Seseorang percaya terhadap pengaruh kapabilitasnya dalam mengatasi stress dan depresi dalam menghadapi ancaman atau situasi yang sulit. Dengan adanya efikasi diri, seseorang akan lebih mampu mengatasi segala persoalan yang mengancam keberadaannya.

d. Proses Selektif

Melalui kepercayaan diri terhadap kapabilitas yang dimilikinya, maka seseorang cenderung bertindak selektif atau melakukan pemilihan terhadap pencapaian tujuan hidupnya.

Manusia akan memilih pemecahan masalah dan pencapaian tujuan yang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.

Dari keterangan diatas dapat disimpulkan proses kognitif menunjukkan pada kemampuan berfikir mengenai seberapa mampu individu dapat menangani suatu masalah atau tugas, motivasi disini menjelaskan bagaimana cara individu tersebut dapat memacu semangat pada dirinya sendiri untuk mengarahkan tindakannya dalam menyelesaikan masalah, proses afektif ini merupakan keyakinan individu bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk dapat menguasai diri dalam menyelesaikan tugas atau masalah hal ini, afektif ini meliputi watak, perasaan, minat, sikap, emosi dan nilai, untuk proses selektif merupakan kepercayaan diri terhadap kapasitas kemampuan yang dimilikinya, maka seseorang cenderung melakukan pemilihan terhadap pencapaian tujuan hidupnya. Manusia akan memilih pemecahan masalah dan pencapaian tujuan yang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya

B. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh siapa saja dalam kehidupan bermasyarakat karena manusia di ciptakan sebagai makhluk sosial. Maksud dukungan sosial disini mengacu pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari

orang lain atau kelompok, kutipannya sebagai berikut : “*social support is generally used to refer to the perceived comfort, caring, esteem or help a person receives from other people or groups*” (Sarafino dalam purba dkk, 2007:82).

Cobb (dalam Andarini & Fatma, 2013:170) dukungan sosial merupakan informasi yang didapatkan dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang tersebut dicintai, dihargai, diperhatikan, serta dipandang sebagai hubungan dalam komunikasi dan saling bertanggung jawab.

Gibson (dalam Andarini & Fatma, 2013:170) juga menerangkan tentang pengertian dukungan sosial yakni berupa bantuan, kesenangan, yang diterima individu dari hubungan formal dan informal dengan orang lain ataupun dari sekelompok.

Sedangkan menurut Institut Kanker Nasional (dalam Junkers, 2011:183) sebuah hubungan antar anggota keluarga, teman, tetangga yang terjadi pada waktu tertentu untuk memberikan bantuan psikis, fisik, dan finansial/materi.

Menurut Taylor (dalam King, 2010:226) dukungan sosial adalah informasi umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik

Dapat disimpulkan dari beberapa pengertian diatas bahwa dukungan sosial merupakan penilaian individu terhadap bantuan atau

dukungan positif yang diperolehnya berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informasi yang diberikan oleh orang-orang terdekat yang bertujuan untuk membantu kita dalam mengatasi atau menghadapi suatu masalah pada situasi tertentu atau peristiwa yang menekan, serta membuat kita menjadi lebih berarti. Dukungan sosial yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dukungan sosial yang berasal dari keluarga, teman, dan guru.

2. Aspek-aspek Dukungan Sosial

Beberapa cara dimana orang-orang mendapatkan dukungan selama masa sulit adalah melalui berbagi sosial, menuju orang lain bertindak sebagai pendengar yang baik atau memberikan nasihat. Atau berusaha menyambung hubungan dengan sosial agar ketika memiliki masalah dapat berbagi dan mendapat umpan balik atas masalah yang dihadapinya. Pentingnya memiliki orang-orang yang diajak bicara sebagai pendukung menguatkan diri atau dalam mencapai sesuatu.

Menurut Schaefer, Coyne, Lazarus (dalam Junkers, 2011:185) membagi dukungan sosial ke dalam 5 aspek, yaitu:

a. Dukungan emosi (*Emotional Support*)

Dukungan emosi adalah suatu bentuk dukungan yang diekspresikan melalui perasaan positif yang berwujud empati, perhatian dan kepedulian terhadap individu yang lain. Bentuk

dukungan ini dapat menimbulkan perasaan nyaman, perasaan dilibatkan, dan dicintai oleh individu yang bersangkutan.

b. Dukungan penghargaan (*Esteem support*)

Dukungan penghargaan terjadi lewat ungkapan, penghargaan atau penilaian yang positif untuk individu, dorongan untuk maju dan pemberian semangat, dan juga perbandingan positif individu dengan orang lain. Dukungan ini menitikberatkan pada adanya ungkapan belajar penilaian yang positif atas individu dan penerimaan individu apa adanya. Bentuk dukungan ini membentuk perasaan dalam diri individu bahwa ia berharga, mampu dan berarti.

c. Dukungan instrumental (*Tangible or instrumental support*)

Merupakan suatu bentuk dukungan yang dapat diwujudkan dalam bentuk bantuan langsung misalnya pemberian dana atau memberi bantuan berupa tindakan nyata atau benda.

d. Dukungan informasi (*Informational support*)

Dukungan ini dapat diungkapkan dalam bentuk pemberian nasehat atau saran, penghargaan, pemberian umpan balik mengenai apa yang dilakukan individu

e. *Network Support*

Tidak fokus pada emosi, atau konsep diri, tapi dukungan dari orang lain dalam bentuk penguatan/mengingatkan bahwa kita tidak hidup sendiri masih banyak orang lain yang siap membantu dan mendukung.

Namun House menjelaskan hanya ada empat aspek dukungan sosial (dalam Smett, 1994:136) yakni :

- a. Dukungan emosional, mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.
- b. Dukungan penghargaan, terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang tua itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu dengan orang-orang lain, misalnya seperti orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah penghargaan diri).
- c. Dukungan instrumental, mencakup bantuan langsung, seperti seandainya orang-orang memberikan pinjaman uang kepada orang tersebut atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stress.
- d. Dukungan informatif, mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik.

Jenis dukungan yang diterima dan diperlukan orang tergantung pada keadaan-keadaan stress. Dukungan instrumental akan lebih efektif untuk masalah seperti kemiskinan, dukungan informatif akan bermanfaat untuk memberikan pengetahuan dan ketrampilan bagi yang membutuhkan.

Dalam penelitian Berkman & Syrne beberapa bukti pentingnya dukungan sosial dalam menangani masalah yakni dari beberapa survei

terhadap orang dewasa Alameda County, California (dalam Taylor dkk., 2009:555) Hampir 7000 orang diwawancarai mengenai ikatan sosial, sosial dan komunitas mereka dan angka kematian mereka ditelusuri sampai 9 tahun terakhir. Hasilnya menunjukkan bahwa orang yang sedikit ikatan sosial dan komunitas lebih cenderung meninggal lebih cepat dari pada yang memiliki ikatan sosial baik dengan orang lain, dikarenakan yang memiliki ikatan sosial yang baik dan dari ikatan tersebut mendapatkan dukungan sosial yang baik akan lebih efektif dalam menangani tekanan psikologis. Seperti halnya dukungan sosial membantu mahasiswa mengatasi stressor dalam kehidupan kampus.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial

Dari Myers (dalam Maslihah, 2011:107) menjelaskan tiga faktor yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan kepada orang lain, yakni:

a. Empati

Yang merupakan ikut merasakan suka maupun duka yang menimpa orang lain yang bertujuan untuk mengantisipasi adanya tindakan dari orang yang memberikan dukungan agar tidak menyakiti perasaan pada si penerima dukungan

b. Norma-norma dan nilai sosial

Dalam norma dan nilai sosial ini individu diajarkan dan diarahkan pada sikap positif agar tercipta lingkungan sosial yang harmonis.

c. Pertukaran sosial

Pertukaran sosial disini dimaksudkan adanya hubungan timbal balik dalam ranah sosial, dengan adanya keseimbangan dalam hubungan ini akan bisa menambah kerekatan dan meningkatkan kesejahteraan kepada masing-masing pihak, bisa melalui pelayanan, informasi maupun kasih sayang.

Reist (dalam Balogun, 2014:20) mengungkapkan, ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu, yaitu:

- a. Keintiman, dukungan sosial lebih banyak diperoleh dari hubungan kedekatan dalam hal berinteraksi sosial, semakin hubungan dekat maka semakin besar dukungan yang akan diperoleh.
- b. Harga diri, seseorang yang memiliki harga diri maka mereka akan memandang bahwa jika mereka menerima bantuan dari orang lain merupakan suatu bentuk menurunkan harga diri karena dengan menerima bantuan dari orang lain diartikan bahwa individu yang bersangkutan tidak mampu lagi dalam menyelesaikan suatu masalah.
- c. Keterampilan sosial, seseorang yang luwes dalam interaksi sosial maka bisa disebut memiliki ketrampilan sosial yang tinggi, sehingga individu tersebut dapat memiliki jaringan sosial yang luas, begitu pula sebaliknya. Dan dengan ketrampilan sosial yang baik individu akan banyak memperoleh dukungan sosial.

Menurut Cohen & Syrne (dalam Andarini & Fatma, 2013:171) menyebutkan lima faktor yang mempengaruhi keefektivan dukungan sosial yakni sebagai berikut:

- a. Pemberian dukungan, dalam hal ini yang memberikan dukungan adalah orang-orang dianggap penting dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Jenis dukungan, jenis dukungan akan dirasa mempunyai arti apabila dukungan tersebut sesuai dengan situasi yang ada dan juga dapat bermanfaat.
- c. Penerimaan dukungan, penerimaan dukungan ini seperti kepribadian, kebiasaan, dan peran sosial yang akan menentukan keefektifan dukungan. Proses yang terjadi dalam dukungan itu dipengaruhi oleh kemampuan penerima dukungan untuk memberi dan mempertahankan dukungan.
- d. Permasalahan yang dihadapi, dukungan sosial yang diberikan akan berpengaruh jika antara jenis dukungan dan permasalahan yang ada sesuai.
- e. Waktu pemberian dukungan, dukungan sosial akan menjadi optimal pada situasi tertentu tetapi akan menjadi tidak optimal pada situasi lain yang berbeda.

Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yakni keintiman, harga diri, dan keterampilan sosial dan juga empati yang bertujuan menambah kesejahteraan orang lain. dan juga

faktor yang mempebgaruhi seseorang untuk memberikan dukungan yaitu empati, norma dan nilai sosial dan pertukaran sosial.

4. Sumber-Sumber Dukungan Sosial

Sumber dukungan sosial bisa didapat dari keluarga, teman sebaya, dan pasangan atau partner, kawan, kontak sosial, masyarakat.(Taylor dkk., 2009: 555) . dengan mengetahui sumber-sumber dukungan sosial individu akan tahu kepada siapa dirinya akan mendapatkan dukungan sesuai dengan situasi dan keinginannya, sehingga dukungan sosial memiliki makna yang berarti bagi kedua belah pihak.

Keluarga merupakan bagian lingkungan masyarakat terkecil yang terdiri dari ayah, ibu, anak , kakek, nenek, dan lain-lain, yang sangat berperan dalam pembentukan proses pembelajaran anak. Dukungan keluarga sangat diperlukan untuk menghindarkan diri dari kriminalitas, sehingga individu bisa menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan (Martinez & Abrams, 2013:171).

Menurut Gotlieb (dalam Maslihah, 2011:107) berdasarkan penelitian dari para ahli mengenai sumber-sumber dukungan sosial yakni dukungan sosial bisa di berasal dari:

- a. Hubungan profesional, yakni berasal dari orang-orang yang ahli pada bidang yang digelutinya, seperti: konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara.
- b. Hubungan non profesional, yakni dukungan sosial yang berasal dari orang-orang terdekat, seperti: teman, keluarga, dan lain-lain.

Dari dua sumber dukungan diatas yang paling besar pengaruhnya bagi kehidupan seorang individu yaitu menjalin hubungan dengan kalangan non profesional. Karena hubungan dengan kalangan non profesional lebih mudah diperoleh, dan tidak membutuhkan biaya yang mahal, serta menjadikan hubungan lebih akrab yang lebih lama.

Dapat disimpulkan bahwa sumber dukungan bisa berasal dari siapa saja dan dari manapaun baik itu dari orang yang akrab (keluarga, teman, guru) maupun orang yang belum dikenal (LSM, psikolog, dokter, komunitas)

C. TELAAH TEKS PSIKOLOGI DAN TEKS ISLAM

1. Telaah Teks Psikologi Variabel Dukungan Sosial dan Efikasi Diri

a. Sampel Teks Psikologi Dukungan Sosial

Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh siapa saja dalam kehidupan bermasyarakat karena manusia di ciptakan sebagai makhluk sosial. Maksud dukungan sosial disini mengacu pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok, kutipannya sebagai berikut : *“social support is generally used to refer to the perceived comfort, caring, esteem or help a person receives from other people or groups”* (Sarafino dalam purba dkk, 2007:82).

Cobb (dalam Andarini & Fatma, 2013:170) dukungan sosial merupakan informasi yang didapatkan dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang tersebut dicintai, dihargai, diperhatikan, serta dipandang sebagai hubungan dalam komunikasi dan saling bertanggung jawab.

Gibson (dalam Andarini & Fatma, 2013:170) juga menerangkan tentang pengertian dukungan sosial yakni berupa bantuan, kesenangan, yang diterima individu dari hubungan formal dan informal dengan orang lain ataupun dari sekelompok.

Sedangkan menurut Institut Kanker Nasional (dalam Junkers, 2011:183) sebuah hubungan antar anggota keluarga, teman, tetangga

yang terjadi pada waktu tertentu untuk memberikan bantuan psikis, fisik, dan finansial/materi.

Menurut Taylor (dalam King, 2010:226) dukungan sosial adalah informasi umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik

b. Sampel Teks Psikologi Efikasi Diri

Menurut Bandura (dalam Myers, 2012:72) menyatakan efikasi diri adalah perasaan terhadap kemampuan seseorang untuk mengerjakan suatu tugas. Sedangkan dari pendapat yang lain menyatakan efikasi diri adalah percaya terhadap kompetensi diri sendiri dan efektivitas sebagai hasil dari pemberian gratifikasi (Bandura dkk., dalam Myers 2012:72), dengan kata lain efikasi diri merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuan yang dimilikinya dalam mengerjakan suatu tugas, dimana kemampuan tersebut dilatih, digerakkan oleh kejadian-kejadian yang berpengaruh dalam hidup seseorang.

Sementara itu, Baron dan Byrne (dalam Ghufon, 2011:73) menjelaskan tentang efikasi diri sebagai evaluasi individu terkait kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.

Bandura dan Woods (dalam Ghufon, 2011:74) menjelaskan bahwa efikasi diri mengarah pada keyakinan akan kemampuan seseorang

untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi.

Judge dkk. (dalam Ghufroon, 2011:76) menganggap bahwa efikasi diri ini adalah indikator positif untuk melakukan evaluasi diri yang bermanfaat untuk memahami diri. Efikasi diri termasuk kedalam salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self-knowledge* yang paling berpengaruh terhadap kehidupan manusia sehari-hari karena efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan, termasuk di dalamnya perkiraan terhadap tantangan yang akan dihadapi.

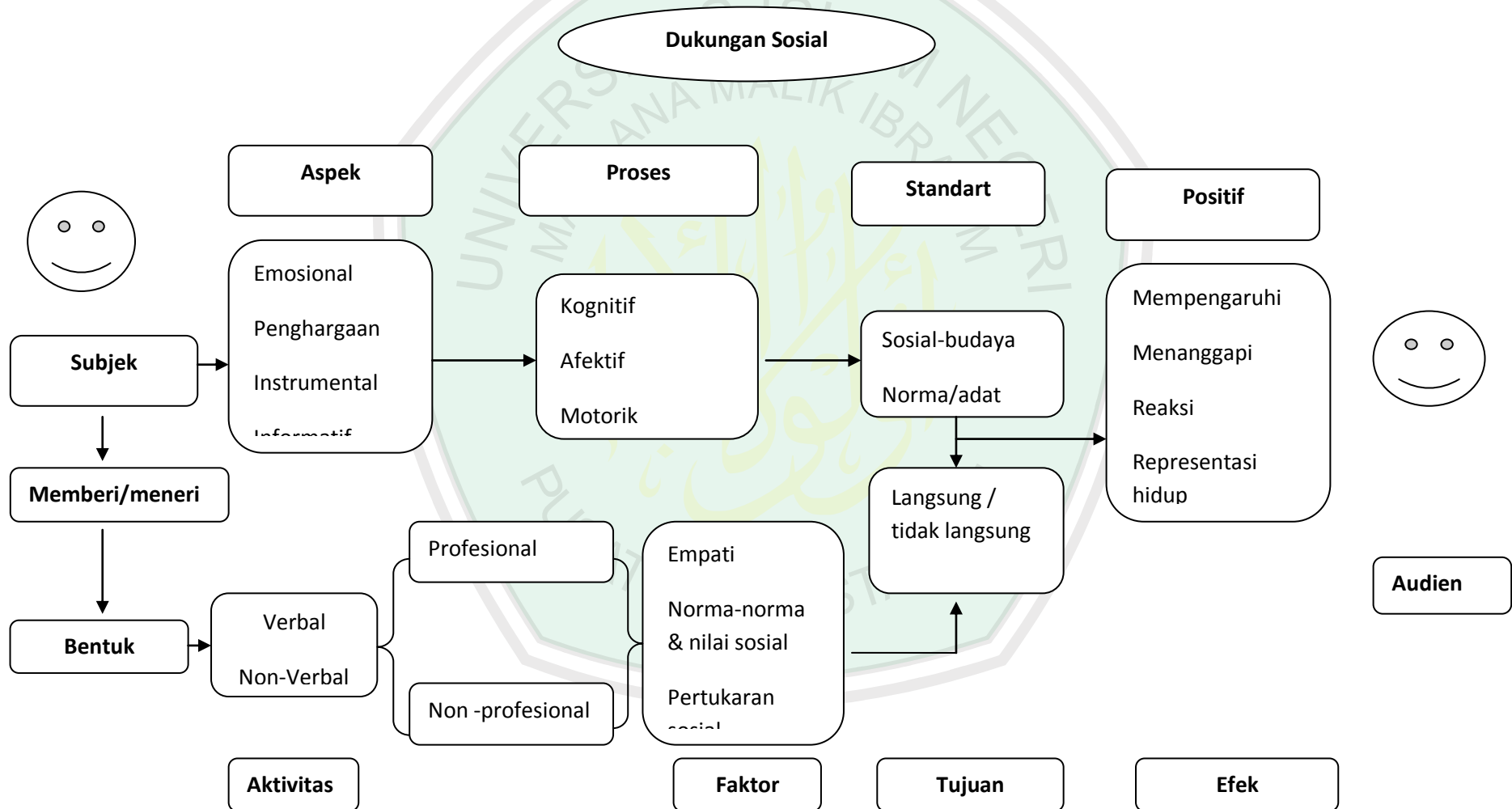
Bandura (dalam Ghufroon, 2011:75) mengatakan bahwa efikasi diri pada umumnya merupakan hasil proses kognitif mengenai keputusan, keyakinan, atau pengharapan terkait sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan, efikasi diri tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal apa yang dapat dilakukan dengan kemampuan yang ia miliki seberapa pun besarnya. Efikasi diri lebih menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung kekaburan, tidak dapat diramalkan, dan sering penuh dengan tekanan.

Gist (dalam Ghufron, 2011:75), menjelaskan bukti bahwa perasaan efikasi diri salah satu komponen yang berperan penting dalam memotivasi pekerja supaya menyelesaikan pekerjaan yang menantang dalam kaitannya dengan pencapaian tujuan tertentu. Seseorang dengan efikasi diri tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan efikasi diri rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya. Dalam situasi yang sulit, orang dengan efikasi yang rendah cenderung mudah menyerah. Sementara orang dengan efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada.

Sedangkan menurut Bandura (dalam Alwisol 2009:344) efikasi adalah persepsi mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan tindakan yang diharapkan. Efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan

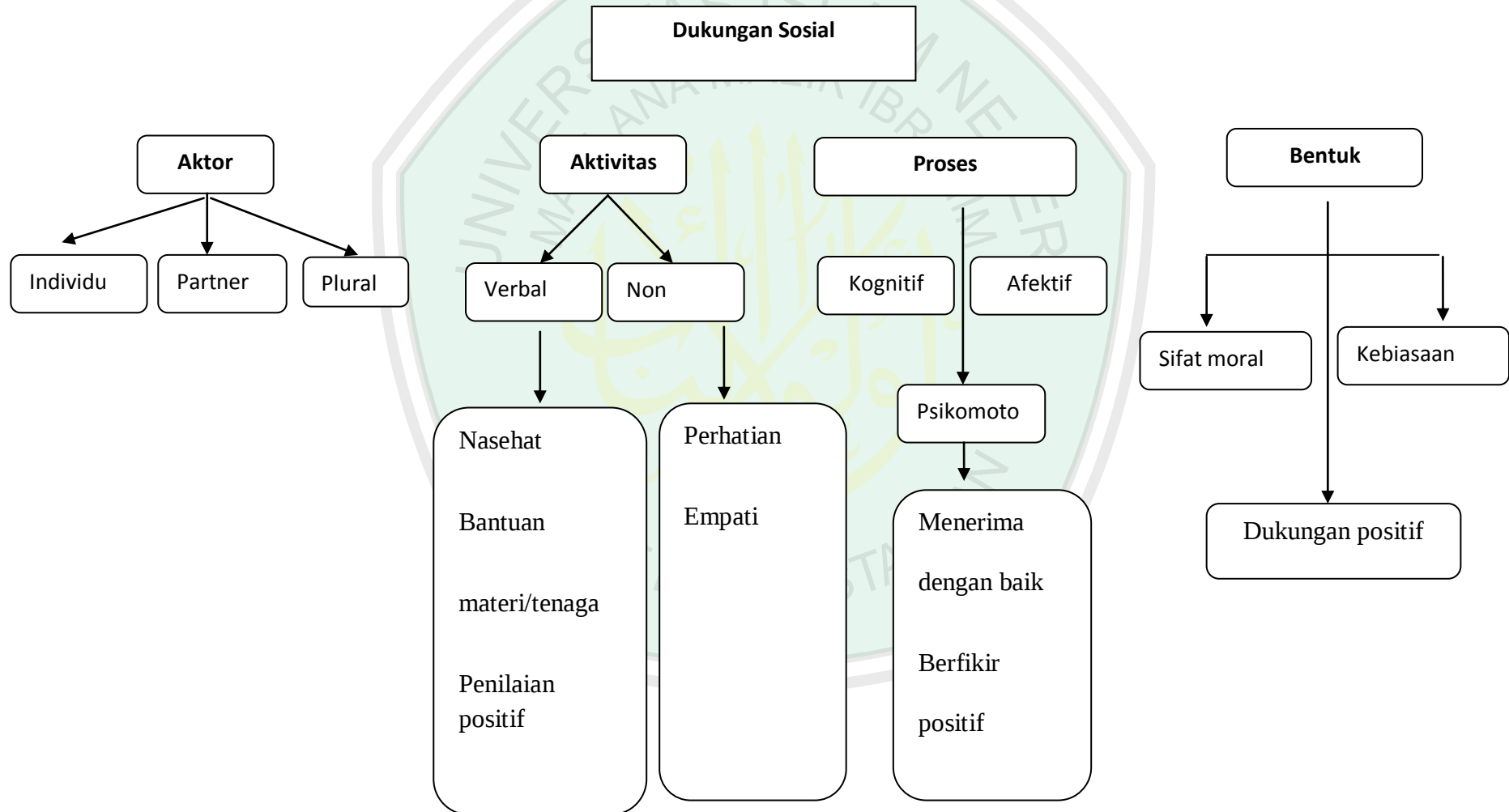
Gambar 4.1

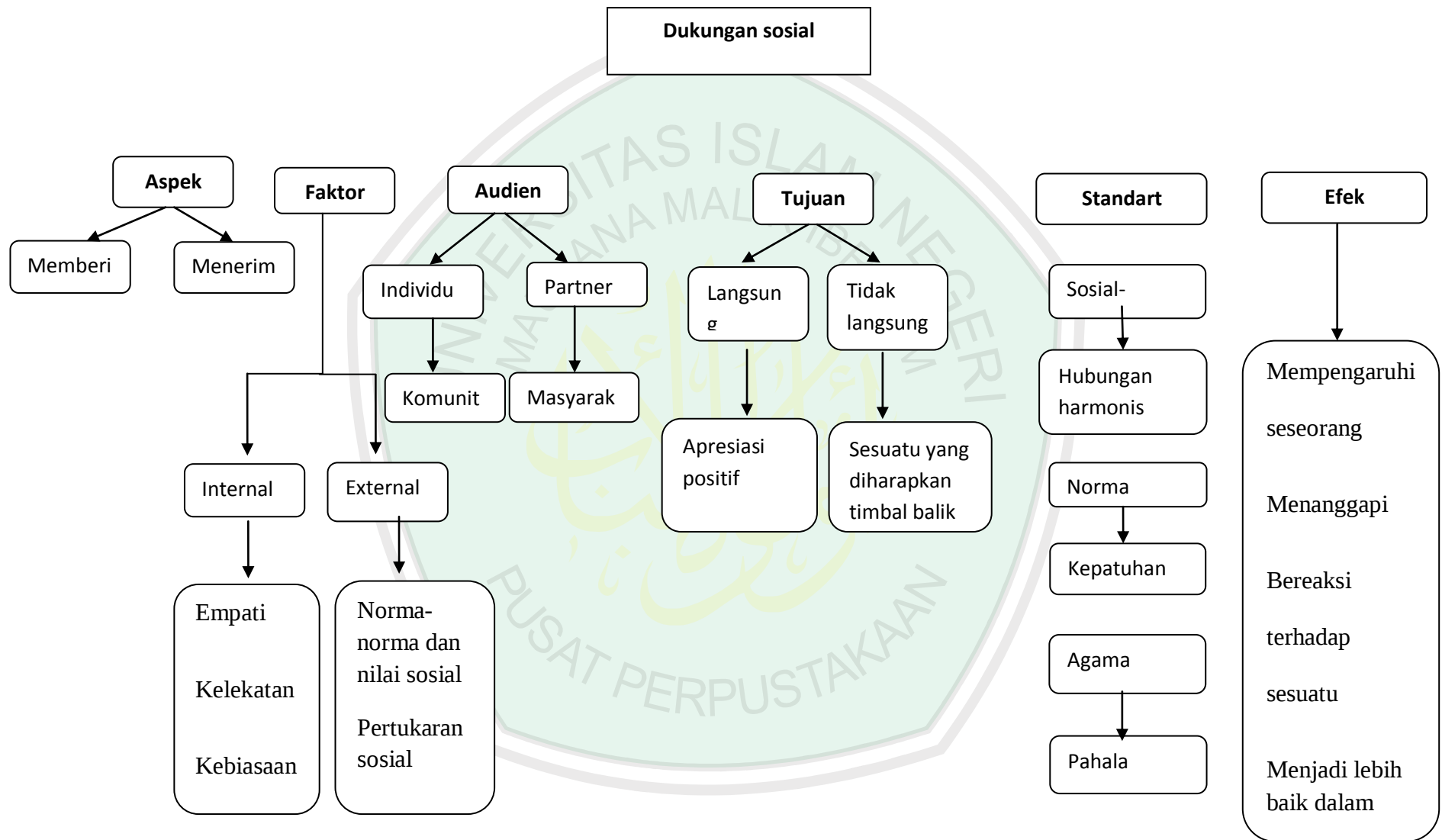
Pola Teks Psikologi Variabel Dukungan Sosial



Gambar 4.2

Mind Map Teks Psikologi





Tabel 4.1

Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Dukungan Sosial

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu/person	- Seseorang - Diri
2	Aktivitas	Verbal Non verbal	- Nasehat - Perhatian - Bantuan materi/tenaga - Penilaian positif
3	Proses	Kognitif Psikomotorik Afektif	- Menerima dengan baik - Berfikir positif - Timbal balik
4	Bentuk	Sifat moral	- Berfikir positif - Bertindak positif - Penerimaan yang baik
5	Aspek	Spesifik Umum	- Pemberian - Penerimaan
6	Faktor	Internal External	- Empati - Kelekatan - Norma-norma dan nilai sosial - Pertukaran sosial
7	Audien	Individu Partner	- Seseorang - Diri

		Komunitas Masyarakat	- Saya - Dia - Masyarakat
8	Tujuan	Langsung Tidak langsung	- Apresiasi positif - Timbal balik
9	Standart	Sosial-budaya Norma	- Hubungan harmonis - Ketentraman
10	Efek	Positif	- Mempengaruhi seseorang - Menanggapi - Bereaksi terhadap sesuatu - Menjadi lebih baik dalam menata kehidupan

Tabel 4.1

Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Efikasi Diri

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu/person	- Seseorang - Diri
2	Aktivitas	Verbal Non verbal	- Nasehat - Perhatian - Bantuan materi/tenaga - Penilaian positif
3	Proses	Kognitif Psikomotorik Afektif	- Menerima dengan baik - Berfikir positif - Timbal balik
4	Bentuk	Sifat moral	- Berfikir positif - Bertindak positif - Penerimaan yang baik
5	Aspek	Spesifik Umum	- Pemberian - Penerimaan
6	Faktor	Internal External	- Empati - Kelekatan - Norma-norma dan nilai sosial - Pertukaran sosial
7	Audien	Individu Partner	- Seseorang - Diri

		Komunitas Masyarakat	- Saya - Dia - Masyarakat
8	Tujuan	Langsung Tidak langsung	- Apresiasi positif - Timbal balik
9	Standart	Sosial-budaya Norma	- Hubungan harmonis - Ketentraman
10	Efek	Positif	- Mempengaruhi seseorang - Menanggapi - Bereaksi terhadap sesuatu - Menjadi lebih baik dalam menata kehidupan

2. Telaah Teks Islam Variabel Dukungan Sosial dan Efikasi Diri

a. Sampel Teks 1 Dukungan Sosial (surat Al-Maidah : 2)

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا لَا تَحِلُّوْا شَعۡيَرَ اللّٰهِ وَلَا الشَّهۡرَ الْحَرَامَ وَلَا اَهۡدٰى وَلَا اَلۡفَلۡحِیۡدَ وَلَا ءَاۤمِیۡنَ الْبَیۡتِ الْحَرَامِ یَبۡتَغُوۡنَ فَضۡلاً مِّنۡ رَبِّهِمْ وَرِضۡوَانًا ۚ وَاِذَا حَلَلْتُمْ فَاصۡطَادُوْا ۚ وَلَا تَجۡرِمَنَّكُمْ شَنَاۤنُ قَوْمٍ اَنْ صُدُوۡكُمْ عَنِ الْمَسۡجِدِ الْحَرَامِ اَنْ تَعۡتَدُوْا ۚ وَتَعَاوَنُوْا عَلَی الْبِرِّ وَالتَّقۡوٰی ۚ وَلَا تَعَاوَنُوْا عَلَی الْاِثۡمِ وَالْعُدۡوَانِ ۚ وَاتَّقُوا اللّٰهَ ۚ اِنَّ اللّٰهَ شَدِیۡدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah[389], dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram[390], jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya[391], dan binatang-binatang qalaa-id[392], dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keredhaan dari Tuhannya[393] dan apabila

kamu telah menyelesaikan ibadah haji, Maka bolehlah berburu. dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.

b. Sampel Teks 2 (Al-ashr: 3)

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran

c. Sampel Teks 3 (Al-balad: 17)

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَّصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ ﴿١٧﴾

Dan Dia (tidak pula) Termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang.

d. Sampel teks 1 efikasi diri (Surat Al-baqoroh: 286)

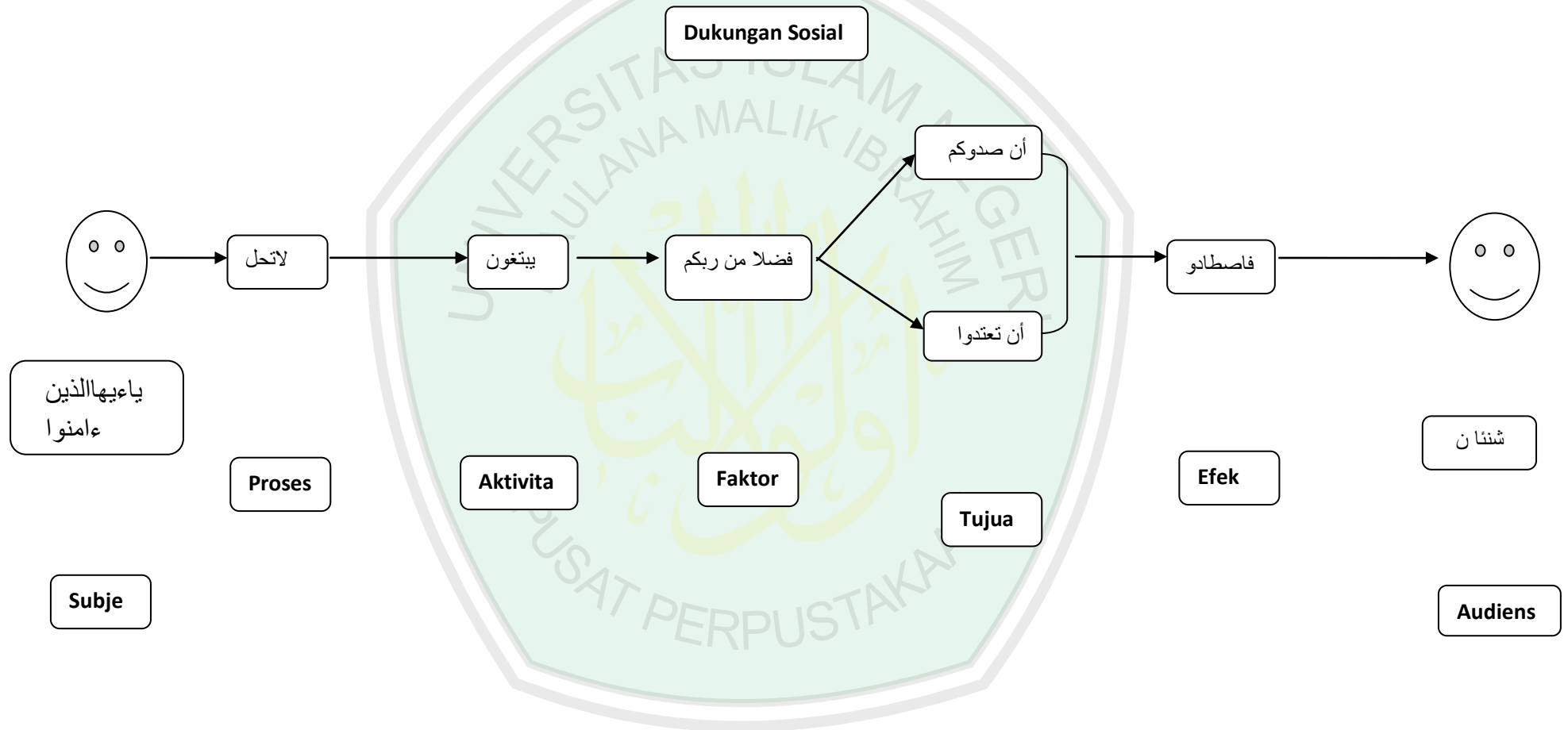
لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۚ

رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۖ أَنْتَ مَوْلَانَا
فَاَنْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٢٦﴾

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): "Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau hukum Kami jika Kami lupa atau Kami tersalah. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau bebaskan kepada Kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau pikulkan kepada Kami apa yang tak sanggup Kami memikulnya. beri ma'afilah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong Kami, Maka tolonglah Kami terhadap kaum yang kafir."

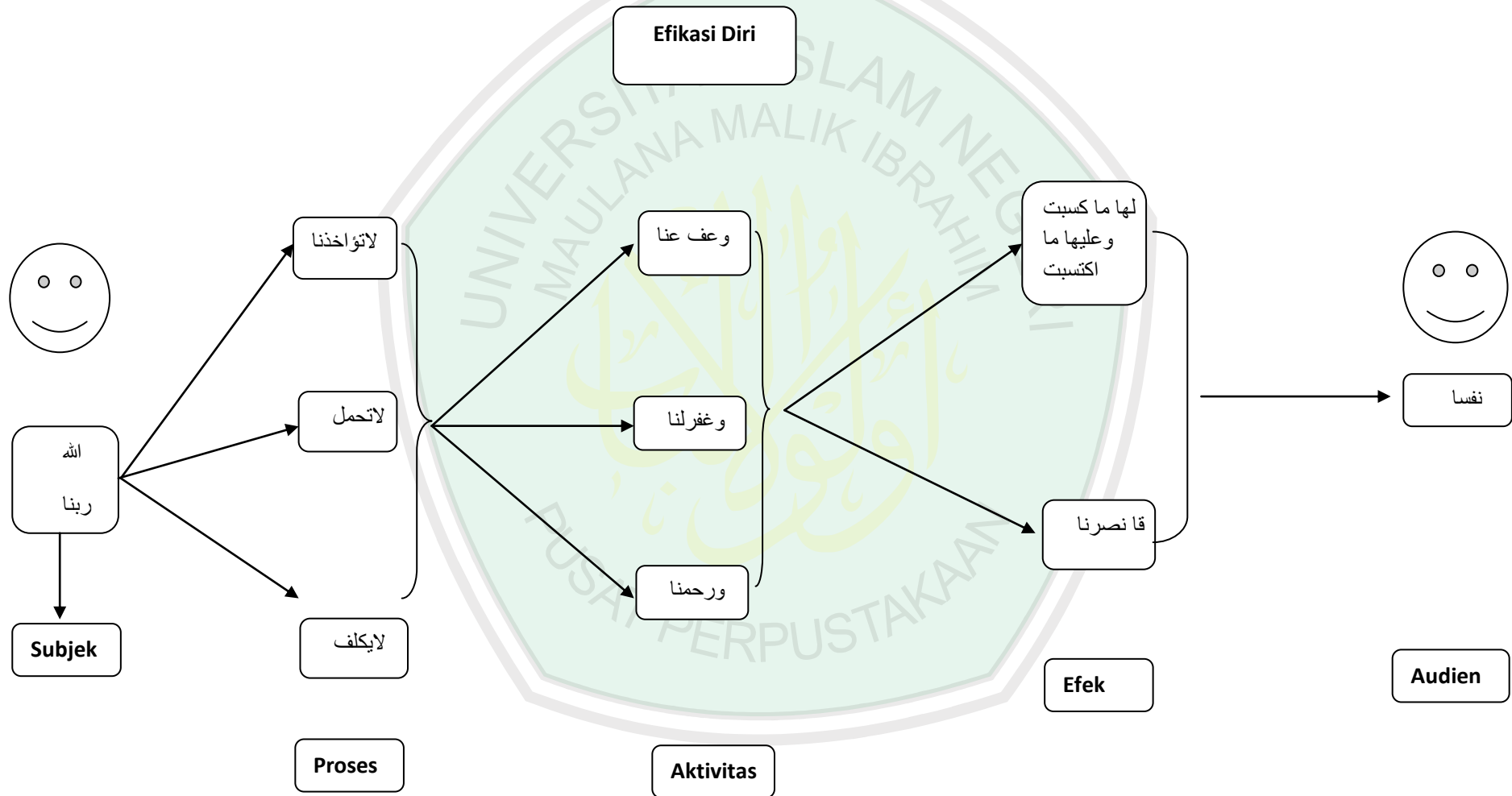
Gambar 4.3

Pola Teks Psikologi Variabel Dukungan Sosial



Gambar 4.3

Pola Teks Psikologi Variabel Efikasi Diri



Tabel 4.2

Analisis Komponen Teks Islam (Al-qur'an) Dukungan Sosial

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	1. Plural	الذين امنوا قوم
		2. Individu	
2	Aktivitas	1. Kognitif	
		2. Afektif	لا تحلوا ولا شهر الحرام ولا الهدى ولا امين ولا يجرمكم شعائر الله واذا حللتم والتقوا الله
		3. Psikomotorik	وتعاونوا، يتقون، وتواصوا، وعمل الصالحات، با الحق، با الصبر
3	Bentuk	1. Verbal	مرحمة
		2. Non verbal	على البر والتقوى، على الإثم والعدوان
4	Faktor	1. Internal	
		2. Eksternal	فضلا من ربكم، إن الله شديد العقاب
5	Audiens	1. Human	أمنوا
6	Tujuan	1. Langsung	أن صدوكم عن المسجد الحرام، أن تعتدوا
		2. Tidak langsung	
7	Standart	1. Sosial-budaya	
		2. Norma	
		3. Agama	
8	Efek	1. Positif	فاصطادوا

Tabel 4.2

Analisis Komponen Teks Islam (Al-qur'an) Efikasi Diri

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	1. Plural	
		2. Individu	ربنا، مولنا
2	Aktivitas	1. Kognitif	
		2. Afektif	لايكلف، كسبت، لاتواخذنا، ولاتحملنا، لاطاقتنا، وعف عنا، وغفر لنا، ورحمنا
		3. Psikomotorik	
3	Bentuk	1. Verbal	
		2. Non verbal	
4	Faktor	1. Internal	وسعها
		2. Eksternal	
5	Audiens	1. Human	نفسا، قوم الكافرين
6	Tujuan	1. Langsung	أن صدوكم عن المسجد الحرام، أن تعتدوا
		2. Tidak langsung	
7	Standart	1. Sosial-budaya	
		2. Norma	
		3. Agama	لها ما كسبت وعليها ما اكتسبت
8	Efek	1. Positif	فانصرنا على القوم الكافرين

Tabel 4.3

Inventaris, Eksplorasi dan Tabulasi Teks Islam (Al-quran) Variabel Dukungan Sosial

No	Komponen	Kategori	Deskripsi	Makna Teks Ayat	Substansi Psikologi	Sumber	Jumlah
1	Aktor	1. Plural	امنوا	Orang-orang yang beriman	Plural	Al-Maidah: 2 Al-Ashr: 3 An-Nisa': 51 Al-An'am: 82 Al-A'rof: 32 At-Taubah: 20 Yunus: 4 Hud: 23 Al-Balad: 17 Al-Baqoroh: 25	10
			قوم	Kaum		Al-Maidah: 2 Al-Baqoroh: 118 Ali-'imron: 86 An-Nisa': 92 Al-Maidah: 51 Al-Qoshos: 3 An-Naml: 25 As-Syu'aro: 160 Al-An'am: 45 Al-Mu'minuun: 41 As-Syu'aro': 10 An-Naml: 43 Al-A'raf: 52	13
			الذين	Orang-orang		Al-Maidah: 2	11

					Ar-Ruum: 38	
					Al-Ashr: 3	
					Al-Balad: 17	
					At-taubah: 88	
					Al-'araf: 157	
					Al-Baqoroh: 25	
					Al-Baqoroh: 27	
					Al-'Arof: 40	
					Al-'Arof: 42	
					Al-'Arof: 45	
2	Aktivitas	1. Kognitif				
2	Aktivitas	2. Afektif	والتقوا الله	Dan bertakwalah kepada Allah	Afektif	Al-Maidah: 2
						10
						Al- Baqoroh: 194
						Al- Baqoroh: 196
						Al- Baqoroh: 203
						Al- Baqoroh: 223
						Al- Baqoroh: 231
						Al- Baqoroh: 278
						Al- Baqoroh: 282
						Ali- Imron: 50
						Ali- Imron: 102

			ولا شهر الحرام	Dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram		Al-Maidah: 2	7
						Al-Baqoroh: 185	
						Al-Baqoroh: 194	
						Al-Baqoroh: 217	
						Al-Maidah: 97	
						As-Saba': 12	
						Al-Qadar: 3	
			ولا الهدى	jangan (mengganggu) binatang-binatang hadnya		Al-Maidah: 2	4
						Al-Baqoroh: 196	
						Al-Maidah: 197	
			ولا اءامين	dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi		Al-Fath: 25	
			ولا يجر منكم	dan janganlah sekali-kali kebencian(mu)		Al-Maidah: 2	
						Al-Maidah: 8	3
						Huud: 11	
			شعائر الله	Syi'ar-syi'ar Allah		Al-Maidah: 2	3

						Al-Hajj: 32	
						Al-Hajj: 36	
			وإذا حلتم	dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji		Al-Maidah: 2	1
			لا تحلوا	Janganlah kamu melanggar		Al-Maidah: 2	1
		3. Psikomotorik	با الصبر	Dengan bersabar		Al-Balad: 17	7
						Al-Baqoroh: 45	
						Al-Baqoroh: 153	
						Yusuf: 18	
						Yusuf: 83	
						Al-Balad: 17	
						Al-Ashr: 3	
			وتعاونوا	Dan tolong menolonglah		Al-Maidah: 2	1
			وتواصوا	Dan saling menasehati		Al-Balad: 17	3
						Adz-Dzuriyat: 53	
						Al-Ashr: 3	
			وعمل الصالحات	Dan mengerjakan		Al-Ashr: 3	

			amal shaleh		Yunus: 4	
					Yunus: 9	
					Huud: 11	
					Huud: 23	
					Ar-Ro'du: 29	
					Ibrahim: 23	
					Al-Isro': 9	
					Al-kahfi: 2	
					Al-kahfi: 30	
		با الحق	Dengan kebenaran		Al-Ashr: 3	10
					Al-Ahqof: 17	
					Al-Ahqof: 20	
					Al-Ahqof: 30	
					Al-Ahqof: 34	
					Muhammad: 2	
					Muhammad: 3	
					Al- Fath: 27	
					Al- Fath: 28	
					Qoff: 5	

3	Bentuk	1. Verbal	مرحمة	Kasih sayang		Al-Balad: 17	1
		2. Non verbal	والعدوان	Pelanggaran		Al-Maidah: 2	7
						Al-Baqoroh: 85	
						Al-Baqoroh: 193	
						Al-Maidah: 62	
						Al-Qashas: 28	
						Al-Mujadalah: 8	
						Al-Mujadalah: 9	
			على البر	Kebajikan		Al-Maidah: 2	5
						Al-Baqoroh: 44	
						Al-Baqoroh: 189	
						Ali: Imron: 92	
						Al- Mujadalah: 9	
			والتقوى	Takwa		Al-Maidah: 2	5
						Al-Baqoroh: 197	
						Al-Baqoroh: 237	
						Al : Maidah: 8	
						Al : Maidah: 26	
			على الإثم	Berbuat dosa		Al-Maidah: 2	5
Al:baqoroh: 85							
Al:baqoroh: 173							
Al:baqoroh: 182							
Al:baqoroh: 188							
4	Faktor	1. Internal					
		2. Eksternal	فضلا من ربهم	Keutamaan dari tuhan mereka		Al-Maidah: 2	10
						Al-Baqoroh: 98	

					Al-Baqoroh: 268	
					Al-Isro': 12	
					Al-ahzab: 27	
					Saba': 10	
					Ad-Dukhon: 57	
					Al-Fath: 29	
					Al-Hujrot: 8	
					Al-Hasyr: 8	
			إن الله شديد العقاب	Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya	Al-Maidah: 2	10
					Al-Baqoroh: 165	
					Al-Baqoroh: 196	
					Al-Baqoroh: 211	
					Ali-Imron: 4	
					Ali-Imron: 11	
					Al-An'am: 124	
					Al-Anfal: 13	
					Al-Anfal: 25	
					Al-Anfal: 48	
5	Audiens	1. Human	آمَنُوا	Yang beriman	Al-Maidah: 2	5
					Al-Balad: 17	
					Al-A'rof: 32	
					At-Taubah: 20	
					Al: Ashr: 3	
6	Tujuan	1. Langsung	أَنْ صَدُوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ	Karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidil haram	Al-Maidah: 2	1

			أَنْ تَعْتَدُوا	Kalian berbuat melampaui batas		Al-Maidah: 2	4
			Al-Baqoroh: 190				
			Al-Baqoroh: 231				
			Al-Maidah: 87				
7	Standart	2. Tidak langsung					
		4. Sosial-budaya					
		5. Norma					
8	Efek	6. Agama					
		2. Positif	فَاصْطَادُوا	Maka bolehlah berburu		Al-Maidah: 2	1

Tabel 4.3

Inventaris, Eksplorasi dan Tabulasi Teks Islam (Al-quran) Efikasi Diri

No	Komponen	Kategori	Deskripsi	Makna Teks Ayat	Substansi Psikologi	Sumber	Jumlah
1	Aktor	1. Individu	ربنا	Tuhan kami	Individu	Al-Baqoroh: 286	13
						Al-A'rof: 104	
						At-Taubah: 129	
						Maryam: 65	
						Al-Maidah: 83	
						Al-Maidah: 84	
						Al-An'am: 30	
						Al-A'rof: 23	
						Yunus: 85	
						Yunus: 88	
						Ibrahim: 37	
						Al-Anbiya': 22	
						Toha: 134	
2	Aktivitas	1. Kognitif 2. Afektif	مولنا	Tuan kami	Afektif	Al-Baqoroh: 286	1
			لايكلف الله	Allah tidak membebani		Al-Baqoroh: 286	
			كسبت	Memperoleh		Al-Baqoroh: 286	12
						Al-Baqoroh: 134	
						Al-Baqoroh: 141	
						Al-Baqoroh: 225	

						Al-Baqoroh: 281	
						Ali-‘imron: 25	
						Ali-‘imron: 161	
						Al-An’am: 70	
						Al-An’am: 158	
						Ar-Ra’d: 33	
						Ibrahim: 51	
			لا تأخذنا	Janganlah engkau hukum kami		Al-Baqoroh: 286	7
						Al-Baqoroh: 63	
						Al-Baqoroh: 83	
						Al-Baqoroh: 84	
						Al-Baqoroh: 93	
						An-Nisa’: 154	
						Al-Maidah: 70	
			لا تحمل	Janganlah engkau pikulkan		Al-Baqoroh: 286	6
						Al-A’rof: 176	
						Ar-Ro’d: 8	

					An-Nahl: 7	
					Al-Ankabut: 60	
					Fathir: 11	
			لا طاقۃ لنا	Yang tak sanggup Kami memikulnya	Al-Baqoroh: 286	2
					Al-Baqoroh: 249	
			وعف عنا	Maafkanlah kami	Al-Baqoroh: 286	7
					Al-Baqoroh: 187	
					Ali-‘Imron: 152	
					Ali-‘Imron: 155	
					Al-Maidah: 95	
					Al-Maidah: 101	
					At-taubah: 43	
			وغفر لنا	Ampunilah kami	Al-Baqoroh: 286	10
					Ali-‘imron: 16	
					Ali-‘imron: 147	
					Ali-‘imron: 193	
					Ali-‘imron: 151	

						Ibrahim: 41	
						Al-Mu'minun: 109	
						Al-Mu'minun: 118	
						As-Syu'aro': 86	
						Al-Qoshos: 16	
			وارحمنا	Rahmatilah kami		Al-Baqoroh: 286	3
						Al-A'rof: 155	
						Al-Mu'minuun: 119	
3	Bentuk	1. Verbal					
		2. Non verbal					
4	Faktor	1. Internal	وسعها	Kesanggupannya		Al-Baqoroh: 286	5
						Al-Baqoroh: 233	
						Al-An'am: 152	
						Al-A'rof: 42	
						Al-Mu'minun: 62	
		2. Eksternal					
5	Audiens	1. Human	نفسا	Seseorang		Al-Baqoroh: 286	10
						Al-Baqoroh: 72	
						An-Nisa': 4	

						Al-Maidah: 32 Al-An'am: 152 Al-An'am: 158 Al-A'raf: 42 Al-Kahfi: 74 Toha: 40 Al-Mu'minun: 62	
			قوم الكافرين	Kaum kafir		Al-Baqoroh: 286	1
6	Tujuan	1. Langsung					
		2. Tidak langsung					
7	Standart	1. Sosial-budaya					
		2. Norma					
		3. Agama	لها ما كسبت وعليها ما اكتسبت	Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya		Al-Baqoroh: 286	1
8	Efek	1. Positif	فا انصروا على القوم الكافرين	Maka tolonglah Kami terhadap kaum yang kafir		Al-Baqoroh: 286	1
			لها ما كسبت وعليها ما اكتسبت	Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan		Al-Baqoroh: 286	1

				ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya			
--	--	--	--	---	--	--	--



3. Kesimpulan Telaah Teks Psikologi

a. Umum

Dukungan sosial adalah informasi yang didapatkan dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang tersebut dicintai, dihargai, diperhatikan, serta dipandang sebagai hubungan dalam komunikasi dan saling bertanggung jawab.

b. Partikular

Dukungan sosial adalah dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian, dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita, baik bantuannya berupa dukungan emosional, penghargaan, informasi dan instrumental yang bertujuan untuk membantu kita dalam mengatasi atau menghadapi suatu masalah pada situasi tertentu atau peristiwa yang menekan, serta membuat kita menjadi lebih berarti

D. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri

Keyakinan pada kemampuan diri seseorang dalam melakukan suatu tugas sangat dibutuhkan oleh seorang individu, apalagi ketika banyak himpitan dan kendala-kendala yang menghambat. Untuk dapat mengendalikan efikasi diri supaya tetap stabil ada beberapa faktor yang mempengaruhi diantaranya yakni pengalaman menguasai sesuatu,

pengalaman vikarius, kondisi emosi dan salah satu faktor yang sangat berpengaruh untuk meningkatkan efikasi diri yakni persuasi sosial.

Persuasi sosial di sini memiliki kedudukan sebagai salah satu faktor yang bisa mendukung dalam meningkatkan efikasi diri, dengan menggunakan persuasi sosial individu bisa mempengaruhi orang lain dengan menunjukkan alasan-alasan yang logis untuk mendukung orang yang di beri persuasi, sesuai dengan, kebutuhan, tujuan dan kepentingan dari orang yang dipengaruhi. Suatu persuasi bisa saja tidak berhasil jika tidak didukung oleh fakta yang kuat atau tidak memenuhi harapan pihak yang dipengaruhi. Alasan - alasan yang rasional akan lebih efektif jika orang yang mempengaruhi juga menyentuh emosional atau perasaan orang yang di pengaruhi dengan mencoba menyelami harapan, kecemasan, ataupun kegembiraan dari orang yang di beri persuasi, persuasi sosial merupakan salah satu cara dalam memberikan dukungan sosial kepada orang lain. (Rahayu, 2007: 171)

Dengan adanya dukungan sosial tersebut diharapkan efikasi individu bisa benar-benar meningkat, dan dengan adanya dukungan sosial individu tersebut akan merasa di hargai, di cintai, dan di sayangi, dengan timbulnya perasaan tersebut diharapkan keyakinan pada kemampuannya akan meningkat, karena menurut Ridhoni (2013:231) dengan memiliki efikasi diri yang bagus individu tersebut dapat memberikan dukungan ataupun motivasi kepada orang lain. yang menurut House (dalam Smeltz, 1994:136) dapat memberikan dukungan dari internal maupun eksternal. Dukungan eksternal

bisa melalui dukungan emosional, mencangkup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan penghargaan, terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang tua itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu dengan orang-orang lain, misalnya seperti orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah penghargaan diri). Dukungan instrumental, mencangkup bantuan langsung, seperti seandainya orang-orang memberikan pinjaman uang kepada orang tersebut atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stress. Dukungan informatif, mencangkup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik ataupun bisa berbagi cerita tentang pengalaman masalah, mereka dapat berbagi pengalaman ataupun memberikan dukungan kepada seseorang dengan problem yang sama pula dengan cara bertukar informasi tentang masalah yang dialami melalui persuasi untuk mencari solusi dari permasalahan, hal ini bertujuan untuk tercapainya kemampuan *coping* yang efektif dalam pemecahan masalah (Ridhoni, 2013:231).

Hal ini sesuai dengan penelitian mengenai dukungan orang tua yang bisa memberikan mengarahkan pada perilaku positif yang diteliti oleh Risma Rosa Mindo 2008 dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Prestasi Belajar Pada Anak Usia Sekolah Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa koefisien korelasi yang diperoleh $r = 0,188$ dengan taraf signifikansi $0,044$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada korelasi positif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan prestasi

belajar pada anak usia sekolah dasar. Hal ini berarti semakin positif dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi prestasi belajar, sebaliknya semakin negatif dukungan sosial orang tua maka semakin rendah pula prestasi belajarnya.

E. Hipotesis

H₀: Tidak ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan efikasi diri dalam menghafal al-qu'ran santri putri Nurul Furqon Wetan Pasar Besar Malang

H₁: Ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan efikasi diri dalam menghafal al-qu'ran santri putri Nurul Furqon Wetan Pasar Besar Malang