

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Self efficacy*

1. Pengertian *Self efficacy*

Self efficacy dikembangkan oleh Albert Bandura berdasarkan teori sosial kognitif. Bandura menyatakan “*self efficacy refers to beliefs in one’s capability to organize and execute the courses of action required to produce given attainments*”¹⁶. Dari definisi ini, dapat dipahami bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Menurutnya, *self efficacy* tidak berkaitan dengan kemampuan yang sebenarnya melainkan dengan keyakinan yang dimiliki individu. *Self efficacy* berbeda dengan aspirasi atau cita-cita, karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang ingin dicapai, sedangkan *self efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri¹⁷.

Menurut Gibson dan rekan-rekannya (dalam Izzah), konsep *self efficacy* atau keberhasilan diri merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat berprestasi baik dalam satu situasi tertentu. Keberhasilan diri mempunyai tiga dimensi yaitu: tingginya tingkat kesulitan tugas

¹⁶ Albert Bandura. *Self-Efficacy, The Exercise of Control*. (New York: W.H. Freeman and Company, 1997), hal. 3

¹⁷ Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. (Malang: UMM Press, 2007), hal. 287

seseorang yang diyakini masih dapat dicapai, keyakinan pada kekuatan, dan generalisasi yang berarti harapan dari sesuatu yang telah dilakukan¹⁸.

Istilah *self efficacy* disini sebenarnya adalah *perceived self efficacy* (persepsi efikasi diri), yaitu seseorang mempersepsikan sejauh mana dirinya memiliki kemampuan, potensi, dan kecenderungan yang ada pada dirinya untuk dipadukan menjadi tindakan khusus¹⁹. Bandura berasumsi bahwa harapan mengenai kemampuan untuk melakukan tindakan yang diperlukan itu menentukan apakah orang yang bersangkutan akan berusaha melakukannya, seberapa tekun ia melakukannya, dan pada akhirnya akan menentukan seberapa keberhasilan yang akan diperolehnya asalkan ia memang memiliki kemampuan dan memperoleh insentif yang layak.

Dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan khusus yang berkenaan dengan pelaksanaan suatu tugas dan melibatkan kepercayaan seseorang mengenai kemampuannya melakukan suatu tindakan tertentu pada situasi tertentu pula. Keyakinan seseorang tentang *self efficacy* tersebut berpengaruh terhadap hampir semua yang mereka lakukan seperti bagaimana mereka berfikir dan memotivasi dirinya sendiri.

¹⁸ Shohifatul Izzah. Perbedaan Tingkat Self efficacy antara mahasiswa fakultas psikologi dan sains dan teknologi UIN. (Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Malang, 2012), hal. 20

¹⁹ Feist, Jess and Gregory J. Teori Kepribadian Edisi 7. (Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2009), hal. 213

2. Indikasi *Self Efficacy*

Secara garis besar, *self efficacy* terbagi atas dua bentuk yaitu *self efficacy* tinggi dan *self efficacy* rendah²⁰.

a. *Self efficacy* tinggi

Dalam mengerjakan suatu tugas, seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan cenderung memilih terlibat langsung, mereka akan mengerjakan tugas tertentu, sekalipun tugas tersebut adalah tugas yang sulit. Mereka tidak memandang tugas sebagai suatu ancaman yang harus mereka hindari. Mereka juga meningkatkan usaha mereka dalam mencegah kegagalan yang mungkin timbul. Mereka yang gagal dalam melaksanakan sesuatu, biasanya cepat mendapatkan kembali *self-efficacy* mereka setelah mengalami kegagalan tersebut.

Seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut: mampu menangani masalah yang mereka hadapi secara efektif, yakin terhadap kesuksesan dalam menggapai masalah atau rintangan, masalah dipandang sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi bukan dihindari, gigih dalam usahanya menyelesaikan masalah, percaya pada kemampuan yang dimilikinya, cepat bangkit dari kegagalan yang dihadapinya, suka mencari suasana baru.

²⁰ Albert Bandura. *Self-Efficacy, The Exercise of Control*. (New York: W.H. Freeman and Company, 1997), hal. 213

b. *Self efficacy* rendah

Seseorang yang ragu akan kemampuan mereka akan menjauhi tugas-tugas yang sulit karena tugas tersebut dipandang sebagai ancaman bagi mereka. Seseorang yang seperti ini memiliki aspirasi rendah serta komitmen yang rendah dalam mencapai tujuan yang mereka pilih atau mereka tetapkan. Ketika menghadapi tugas-tugas sulit, mereka sibuk memikirkan kekurangan diri sendiri, gangguan-gangguan yang mereka hadapi, dan semua hasil yang dapat merugikan mereka. Mereka cenderung menghindari tugas tersebut. Saat menghadapi tugas yang sulit, mereka juga lamban dalam membenahi maupun mendapatkan kembali *self efficacy* mereka ketika menghadapi kegagalan. Mereka mencobapun tidak bisa, tidak peduli betapa baiknya kemampuan mereka yang sesungguhnya. Rasa percaya diri meningkatkan hasrat, sedangkan keraguan menurunkannya.

Seseorang yang memiliki *self efficacy* rendah memiliki ciri-ciri sebagai berikut: lamban dalam membenahi atau mendapatkan kembali *self efficacy*nya ketika menghadapi kegagalan, tidak yakin bisa menghadapi masalahnya, menghindari masalah yang sulit (ancaman dipandang sebagai sesuatu yang harus dihindari), mengurangi usaha dan cepat menyerah ketika menghadapi masalah, ragu pada

kemampuan diri yang dimilikinya, tidak suka mencari situasi yang baru, aspirasi dan komitmen pada tugas lemah²¹.

3. Sumber-Sumber *Self efficacy*

Hal-hal yang mempengaruhi *self efficacy* yaitu *efficacy* personal didapatkan, ditingkatkan, atau berkurang melalui salah satu kombinasi dari empat sumber²²:

a. Pengalaman menguasai sesuatu (*mastery experiens*)

Sumber yang paling berpengaruh dari *self efficacy* adalah pengalaman menguasai sesuatu, yakni performa masa lalu. Secara umum performa yang berhasil akan meningkatkan ekspektasi mengenai kemampuan, dan kegagalan cenderung akan menurunkan hal tersebut. Pengalaman keberhasilan atau kesuksesan dalam mengerjakan sesuatu akan meningkatkan *self-efficacy* seseorang, sedangkan kegagalan juga akan menguranginya, terutama ketika kegagalan ini terjadi pada saat efikasi dirinya belum terbentuk. Suatu kesulitan menyediakan kesempatan untuk belajar bagaimana kegagalan bisa berbuah kesuksesan dengan mengasah kemampuan dari kegagalan tersebut. Setelah seseorang menjadi yakin bahwa mereka memiliki hal yang diperlukan untuk sukses, maka mereka akan berani untuk melakukan sebuah tindakan

²¹ Ibid, hal. 213

²² Ibid, hal. 213

b. Modeling sosial

Modeling sosial disebut juga dengan pengalaman orang lain (*vicarious experience*). *Self efficacy* meningkat saat kita mengobservasi pencapaian orang lain yang mempunyai kompetensi yang setara, namun akan berkurang saat kita melihat teman sebaya kita gagal. Seseorang bisa jadi mempunyai keraguan ketika akan melakukan sesuatu meskipun ia mempunyai kemampuan untuk melakukannya, namun ketika ia melihat orang lain mampu atau berhasil dalam melakukan sesuatu dimana dia mempunyai kemampuan yang sama, maka akan meningkatkan efikasinya. Di sisi lain pengalaman dari orang lain juga dapat melemahkan keyakinan individu dalam melakukan sesuatu ketika melihat seseorang yang mempunyai kemampuan sama atau lebih tinggi dari dia gagal dalam melakukan sesuatu.

c. Persuasi sosial

Self efficacy dapat juga dilemahkan atau diperoleh melalui persuasi sosial. Meningkatkan *self efficacy* melalui persuasi sosial, dapat menjadi efektif bila kegiatan yang ingin didukung untuk dicoba berada dalam jangkauan kemampuan seseorang. Seseorang mempercayai pihak yang melakukan persuasi. Selain itu, persuasi sosial juga paling efektif saat dikombinasikan dengan performa yang sukses. Persuasi dapat meyakinkan seseorang untuk berusaha dalam

suatu kegiatan dan apabila performa yang dilakukan sukses, baik pencapaian tersebut maupun penghargaan verbal yang mengikutinya akan meningkatkan efikasi di masa depan. Adanya persuasi (bujukan) yang meningkatkan *self-efficacy* mengarahkan seseorang untuk berusaha lebih giat.

d. Kondisi fisik dan emosional

Sumber terakhir dari *self efficacy* adalah kondisi fisiologis dan emosional dari seseorang. Emosi yang kuat biasanya akan mengurangi performa, saat seseorang mengalami ketakutan yang kuat, kecemasan akut, atau tingkat stress yang tinggi, kemungkinan akan mempunyai ekspektasi *self efficacy* yang rendah. Keadaan fisik yang tidak mendukung seperti stamina yang kurang, kelelahan, dan sakit merupakan faktor yang tidak mendukung ketika seseorang akan melakukan sesuatu. Karena kondisi ini akan berpengaruh pada kinerja seseorang dalam menyelesaikan tugas tertentu. Kondisi mood juga mempengaruhi pendapat seseorang terhadap efikasi dirinya. Oleh karena itu *self-efficacy* dapat ditingkatkan dengan meningkatkan kesehatan dan kebugaran fisik dan mengurangi tingkat stress dan kecendrungan emosi negatif²³.

²³ Ibid, hal. 213-217

4. Dimensi-Dimensi *Self efficacy*

Self efficacy tidak hanya merupakan perkiraan terhadap suatu perilaku yang akan dilakukan, tetapi melihat fungsi kemampuan seseorang sebagai suatu kumpulan bagaimana seseorang berperilaku, bagaimana pola-pola pikiran seseorang, dan reaksi-reaksi emosional apa yang dialami seseorang pada kondisi tertentu, *self efficacy* juga berpengaruh pada emosi individu, misalnya individu dengan *self efficacy* rendah sering mengalami suasana hati yang negatif.

Self efficacy seseorang berbeda atas dasar beberapa dimensi yang memiliki implikasi penting terhadap performansi. Dimensi tersebut adalah²⁴:

a. *Level*

Tingkat kesulitan tugas atau *level* ini menyangkut tugas yang sulit dan harus diselesaikan oleh seseorang. Seseorang yang mempunyai tingkat *self efficacy* yang tinggi apabila dihadapkan dengan tugas yang kurang menantang, maka akan menghasilkan performansi yang rendah. Sebaliknya, individu tersebut sangat yakin akan kemampuannya apabila dihadapkan dengan tugas – tugas yang sulit dan menantang. Semakin sulit tugas yang dihadapi oleh seseorang dan yakin atas kemampuan untuk menyelesaikannya,

²⁴ Albert Bandura. *Self-Efficacy, The Exercise of Control*. (New York: W.H. Freeman and Company, 1997), hal. 42

mengindikasikan tingginya tingkat *self efficacy* dari individu yang bersangkutan.

b. *Generality*

Generality atau disebut juga keluasan atau beragamnya bidang tugas yaitu dimensi yang berhubungan dengan luas atau beragamnya bidang tugas yang dihadapi seseorang. Perbedaan bidang tugas yang dihadapi oleh seorang individu, menjadi pertimbangan dalam menilai *self efficacy*-nya, apakah rendah, sedang atau tinggi. Seseorang yang merasa yakin akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas yang cakupannya sangat luas atau beragam, mengindikasikan tingkat *self efficacy* yang tinggi dari yang bersangkutan.

c. *Strength*.

Dimensi ini terkait dengan kekuatan dari *self-efficacy* seseorang ketika berhadapan dengan tuntutan tugas atau suatu permasalahan. *Self-efficacy* yang lemah dapat dengan mudah ditiadakan dengan pengalaman yang menggelisahkan ketika menghadapi sebuah tugas. Sebaliknya orang yang memiliki keyakinan yang kuat akan bertekun pada usahanya meskipun pada tantangan dan rintangan yang tak terhingga. Dia tidak mudah dilanda kemalangan. Dimensi ini mencakup pada derajat kemantapan individu terhadap keyakinannya.

Kemantapan inilah yang menentukan ketahanan dan keuletan individu²⁵.

5. Proses *Self efficacy*

Self efficacy berpengaruh pada suatu tindakan pada manusia. Bandura menjelaskan bahwa *self efficacy* mempunyai efek pada perilaku manusia melalui berbagai proses yaitu proses kognitif, proses motivasi, proses afeksi dan proses seleksi²⁶.

- a. Proses kognitif (*cognitive processes*), Bandura menjelaskan bahwa serangkaian tindakan yang dilakukan manusia awalnya dikonstruksi dalam pikirannya. Pemikiran ini kemudian memberikan arahan bagi tindakan yang dilakukan manusia. Keyakinan seseorang akan efikasi diri mempengaruhi bagaimana seseorang menafsirkan situasi lingkungan, antisipasi yang akan diambil dan perencanaan yang akan dikonstruksi. Seseorang yang menilai bahwa mereka sebagai seorang yang tidak mampu akan menafsirkan situasi tertentu sebagai hal yang penuh resiko dan cenderung gagal dalam membuat perencanaan. Melalui proses kognitif inilah efikasi diri seseorang mempengaruhi tindakannya.
- b. Proses motivasi (*motivational processes*), menurut Bandura bahwa motivasi manusia dibangkitkan secara kognitif. Melalui kognitifnya, seseorang memotivasi dirinya dan mengarahkan tindakannya

²⁵ Ibid, hal. 42-46

²⁶ Ibid, hal. 116

berdasarkan informasi yang dimiliki sebelumnya. Seseorang membentuk keyakinannya tentang apa yang dapat mereka lakukan, yang dapat dihindari, dan tujuan yang dapat mereka capai. Dengan keyakinan bahwa mereka dapat melakukan sesuatu akan memotivasi mereka untuk melakukan suatu hal.

- c. Proses afeksi (*affective processes*), *self efficacy* mempengaruhi seberapa banyak tekanan yang dialami ketika menghadapi suatu tugas. Orang yang percaya bahwa dirinya dapat mengatasi situasi akan merasa tenang dan tidak cemas. Sebaliknya orang yang tidak yakin akan kemampuannya dalam mengatasi situasi akan mengalami kecemasan. Bandura menjelaskan bahwa orang yang mempunyai efikasi dalam mengatasi masalah menggunakan strategi dan mendesain serangkaian kegiatan untuk merubah keadaan. Pada konteks ini, *self efficacy* mempengaruhi stres dan kecemasan melalui perilaku yang dapat mengatasi masalah (*coping behavior*). Seseorang akan cemas apabila menghadapi sesuatu di luar kontrol dirinya. Individu yang efikasinya tinggi akan menganggap sesuatu bisa diatasi, sehingga mengurangi kecemasannya.
- d. Proses seleksi (*selection processes*), keyakinan terhadap efikasi diri berperan dalam rangka menentukan tindakan dan lingkungan yang akan dipilih individu untuk menghadapi suatu tugas tertentu. Pilihan (*selection*) dipengaruhi oleh keyakinan seseorang akan

kemampuannya (*efficacy*). Seseorang yang mempunyai *self efficacy* rendah akan memilih tindakan untuk menghindari atau menyerah pada suatu tugas yang melebihi kemampuannya, tetapi sebaliknya dia akan mengambil tindakan dan menghadapi suatu tugas apabila dia mempunyai keyakinan bahwa ia mampu untuk mengatasinya. Bandura (1997) menegaskan bahwa semakin tinggi *self efficacy* seseorang, maka semakin menantang aktivitas yang akan dipilih orang tersebut²⁷.

B. Orientasi Masa Depan

1. Pengertian Orientasi Masa Depan

Orientasi masa depan merupakan salah satu fenomena perkembangan kognitif yang terjadi pada masa remaja. Sebagai seseorang yang sedang mengalami proses peralihan dari masa anak-anak mencapai kedewasaan, remaja memiliki tugas-tugas perkembangan yang mengarah pada persiapannya memenuhi tuntutan dan harapan peran sebagai orang dewasa²⁸. Orientasi masa depan adalah gambaran yang dimiliki seseorang tentang masa depan mereka. Dengan demikian, seseorang menyiapkan dasar untuk menetapkan tujuan, rencana, membuat pilihan dan komitmen, dan berakibat pada perkembangan seseorang²⁹. Karena itu orientasi masa depan sangat penting untuk

²⁷Ibid, hal. 160

²⁸ Desmita. Psikologi Perkembangan. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 199

²⁹ Seginer, R. Adolescent Future Orientation: An Integrated Cultural and Ecological Perspective. (Online Readings in Psychology and Culture, 2003), hal. 3

seseorang yang akan melalui periode perkembangan dan transisi dimana mereka diharapkan untuk mempersiapkan diri untuk masa depan mereka.

Menurut Danielle, orientasi masa depan adalah proses yang beragam dan dinamis, proses dimana seseorang memerlukan pemikiran tentang minat dan tujuan pada masa depan, melakukan perencanaan untuk tujuan tersebut, dan mengkaji kerangka waktu yang realistis untuk melaksanakan kepentingan dan tujuan³⁰.

Menurut Pulkkinen dan Ronka, orientasi masa depan berkaitan dengan komponen afektif persepsi pada seseorang mengenai *locus of control*. Dengan kata lain, sejauh mana seseorang merasa bahwa mereka memiliki kendali terhadap bentuk masa depan mereka, apakah mereka melihat kemungkinan melakukan hal yang positif atau negatif³¹. Pulkkinen dan Ronka menemukan bahwa remaja yang merasa memiliki kontrol lebih besar atas perkembangan identitas diri memiliki pandangan yang lebih positif dari masa depan mereka dibandingkan dengan mereka yang merasa memiliki kontrol yang kurang terhadap perkembangan identitas diri.

Orientasi masa depan adalah gambaran individu tentang dirinya dalam konteks masa depan, yang membantu individu mengarahkan dirinya untuk mencapai perubahan sistematis, guna meraih apa yang diinginkannya. Menurut Jari-Erik Nurmi, orientasi masa depan ini terkait

³⁰ Danielle M. Jackman. *Self-Esteem And Future Orientation Predict Risk Engagement Among Adolescents*. (Thesis of Colorado State University, 2012), hal. 9

³¹ *Ibid*, hal. 10

dengan harapan, tujuan, standar, ketertiban, rencana dan strategi yang akan dihadapi di masa depan³².

Menurut G. Trostendorff orientasi masa depan merupakan fenomena kognitif motivasional yang kompleks, yakni antisipasi dan evaluasi tentang diri di masa depan dalam interaksinya dengan lingkungan³³. Kualitas motivasional dan afektif berkaitan dengan pemuasan kebutuhan bersifat subyektif, pernyataan sikap optimis atau pesimis, penilaian negatif atau positif, juga berkaitan dengan sistem nilai dan tujuan individu, yang tergambar dalam *schemata* mengenai diri dan lingkungannya.

2. Proses Pembentukan Orientasi Masa Depan

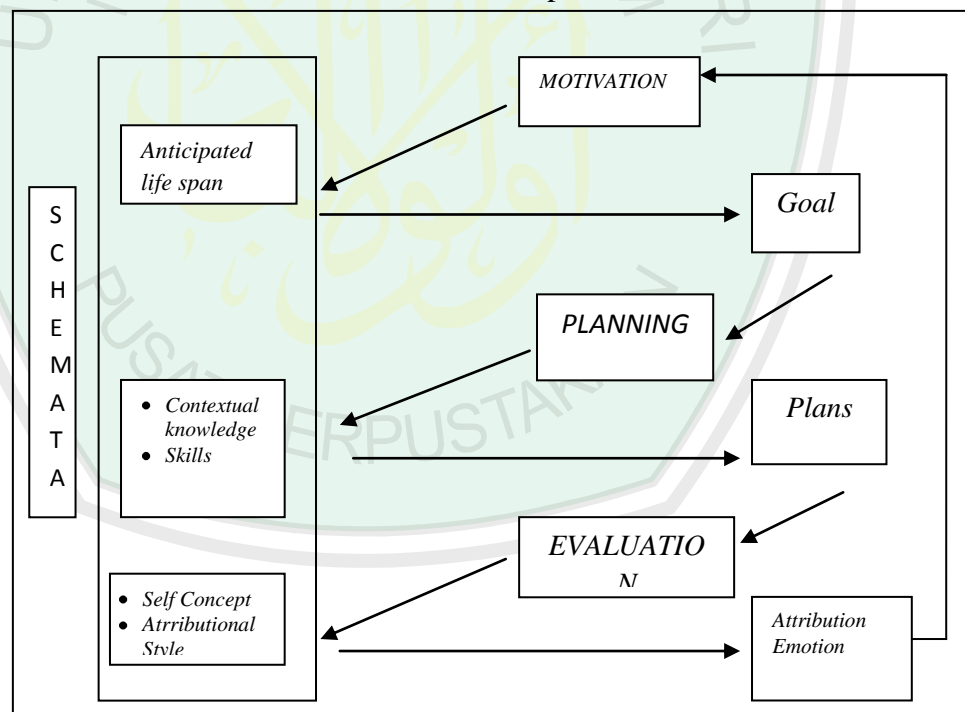
Sebagai suatu fenomena kognitif-motivasional yang kompleks, orientasi masa depan berkaitan erat dengan *schemata* kognitif, yaitu suatu organisasi *perceptual* dari pengalaman masa lalu beserta kaitannya dengan pengalaman masa kini dan di masa yang akan datang. *Schemata* kognitif memberikan suatu gambaran bagi remaja tentang hal-hal yang dapat diantisipasi di masa yang akan datang, baik tentang dirinya sendiri maupun tentang lingkungannya, atau bagaimana seseorang mampu menghadapi perubahan konteks dari berbagai aktivitas di masa depan.

³² Jari-Erik Nurmi. How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. (Development review, 1991), hal. 2

³³ Jari-Erik Nurmi. How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. (Development review, 1991), hal. 4

Neisser menyebut skemata kognitif sebagai mediator bagi masa lalu dalam mempengaruhi masa depan. Skemata kognitif berisikan perkembangan sepanjang rentang hidup yang diantisipasi, pengetahuan kontekstual, ketrampilan, konsep diri, dan gaya atribusi. Dari skemata yang dihasilkan seseorang berusaha mengantisipasi peristiwa-peristiwa di masa depan dan memberikan makna pribadi terhadap semua peristiwa tersebut, serta membentuk harapan-harapan baru yang hendak diwujudkan dalam kehidupan di masa yang akan datang.

Gambar 2.1
Interaksi Antara Skemata Kognitif Dengan Ketiga Tahap
Orientasi Masa Depan.³⁴



Menurut Nurmi, skema kognitif berinteraksi dengan tiga tahap proses pembentukan orientasi masa depan³⁵.

³⁴ Ibid , hal. 5

a. Motivasi (*motivational*)

Tahap motivasi merupakan tahap awal pembentukan orientasi masa depan remaja. Tahap ini mencakup motif, minat dan tujuan berkaitan dengan orientasi masa depan. Nurmi mengungkapkan bahwa perkembangan motivasi dari orientasi masa depan merupakan suatu proses yang kompleks, yang melibatkan beberapa subtahap, yaitu: pertama, munculnya pengetahuan baru yang relevan dengan motif umum atau penilaian seseorang yang menimbulkan minat yang lebih, kedua, seseorang mulai mengeksplorasi pengetahuannya yang berkaitan dengan minat baru tersebut, ketiga, menentukan tujuan spesifik, dan terakhir memutuskan kesiapannya untuk membuat komitmen yang berisikan tujuan tersebut.

b. Perencanaan (*planning*)

Perencanaan merupakan tahap kedua proses pembentukan orientasi masa depan individu, yaitu bagaimana remaja membuat perencanaan tentang perwujudan minat dan tujuan mereka. Menurut Nurmi, perencanaan dicirikan sebagai suatu proses yang terdiri dari tiga subtahap, yaitu: pertama, penentuan subtujuan, seseorang membentuk suatu representasi dari tujuan-tujuannya dan konteks masa depan dimana tujuan tersebut diharapkan dapat terwujud; kedua, penyusunan rencana, seseorang membuat rencana dan

³⁵ Jari-Erik Nurmi. How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. (Development review, 1991), hal. 5

menetapkan strategi untuk mencapai tujuan dalam konteks yang dipilih; ketiga, melaksanakan rencana dan strategi yang telah disusun, seseorang dituntut melakukan pengawasan terhadap pelaksanaan rencana tersebut.

c. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi merupakan tahap akhir dari proses pembentukan orientasi masa depan. Nurmi memandang evaluasi ini sebagai proses yang melibatkan pengamatan dan melakukan penilaian terhadap tingkah laku yang ditampilkan, serta memberi penguat bagi diri sendiri. Dalam mewujudkan tujuan dan rencana dari orientasi masa depan ini, proses evaluasi melibatkan casual attributions, yang didasari oleh evaluasi kognitif individu mengenai kesempatan yang dimiliki dalam mengendalikan masa depannya, dan affects, yang berkaitan dengan kondisi-kondisi yang muncul sewaktu-waktu tanpa disadari. Dalam proses evaluasi ini, konsep diri memiliki peranan yang penting, terutama dalam mengevaluasi kesempatan yang ada untuk mewujudkan tujuan dan rencana sesuai dengan kemampuan yang dimiliki individu³⁶.

3. Perkembangan Orientasi Masa Depan

Tujuan dan harapan remaja berkaitan dengan tugas perkembangan remaja akhir dan dewasa awal. Remaja lebih dulu tertarik pada tugas

³⁶ Ibid, hal. 4-7

perkembangan remaja akhir (misalnya pendidikan lanjutan) dari pada tugas perkembangan dewasa awal (misalnya pekerjaan, berkeluarga dan kekayaan dimasa depan). Dari hasil ini juga memperlihatkan orientasi masa depan remaja mencerminkan *culture prototype* dari perkembangan sepanjang rentang kehidupan yang diantisipasi yakni pertama-tama remaja mengharapkan untuk menyelesaikan pendidikannya, kemudian, bekerja, dan selanjutnya menikah serta membangun dasar material untuk kehidupan selanjutnya. Agar remaja mempunyai orientasi masa depan dalam bidang pendidikan secara terarah, diperlukan pengetahuan mengenai konteks masa depan tersebut. Orientasi terhadap masa depan ini meliputi tiga proses yang berfungsi sebagai suatu kesatuan yang saling berinteraksi yaitu motivasi, perencanaan dan evaluasi. Ketiga proses ini berinteraksi dengan faktor individu (*schemata*) dan faktor lingkungan (*contextual*)³⁷.

Dapat dijelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi orientasi masa depan yaitu faktor individu dan lingkungan. Faktor individu merupakan dasar bagi terbentuknya ketiga proses yang terdapat dalam orientasi masa depan dan faktor individu itu dipengaruhi oleh lingkungan. Orientasi masa depan dipengaruhi oleh antisipasi yang dibuat individu di setiap tahap perkembangan, antisipasi setiap tahap perkembangan disini maksudnya adalah tugas dalam setiap tahap

³⁷ Jari-Erik Nurmi. How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. (Development review, 1991), hal. 8

perkembangan yang merupakan standar normative yang ditetapkan lingkungan yang berhasil dicapai oleh individu. Untuk merealisasikan tujuan yang sesuai dengan standar normatif lingkungan, dilatarbelakangi oleh kesempatan dan pengalaman dalam penjajakan yang diberikan oleh lingkungan. Antisipasi mengenai standar normatif yang berikan mendorong individu untuk mengapai tujuan di masa depan.

Dalam menentukan tujuan di masa depan, individu perlu memiliki informasi yang cukup tentang tujuan tersebut agar mereka terkontrol dan memiliki arah yang jelas dalam mencapainya. Informasi yang dibutuhkan individu akan didapat apabila individu diberikan kesempatan oleh lingkungan (khususnya lingkungan keluarga) yang merupakan lingkungan terdekat dari individu itu sendiri yaitu dengan cara membiarkan individu menjajaki lingkungan dan lebih mengenal atau mengetahui minat dan potensi dirinya serta apa saja yang dibutuhkan dalam mempersiapkan diri mengapai tujuan dimasa depan. Dengan adanya kesempatan ini dapat memungkinkan individu memperoleh pengetahuan dari lingkungan yang bisa dijadikan informasi dan menjadi bekal yang dipersiapkan untuk menghadapi kehidupan dimasa mendatang.

Dalam usaha untuk menjelajahi hal-hal yang berhubungan dengan masa depan melalui usaha menjalankan rencana yang telah dibuat, pengalaman yang dialami dalam menjalani ini semua baik itu

pengalaman keberhasilan maupun pengalaman kegagalan dapat membentuk konsep diri individu. Konsep diri adalah penilaian individu tentang kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya berdasarkan penilaian dari lingkungan atas dirinya yang dilihat dari kemampuan maupun kekurangannya dalam menyelesaikan tugas (standar normatif) yang diberikan lingkungan sosial. Konsep diri sendiri merupakan faktor yang berperan dalam proses ketiga pembentukan orientasi masa depan yakni proses evaluasi, dimana dengan melihat kemampuan dirinya individu dapat menilai seberapa besar kemungkinan ia sanggup atau seberapa besar kekuatannya menghadapi masa depannya. Dengan menilai kemampuan individu terhadap dirinya serta dengan pengalaman yang didapatnya dalam menjalankan setiap rencana, individu dapat pula mengevaluasi kesempatan yang dimilikinya dalam merealisasikan tujuantujuan dan rencana-rencana yang telah dibuat berdasarkan pada penilaian individu saat ini mengenai kemampuan yang dimilikinya. Dalam proses evaluasi, keberhasilan maupun kegagalan yang dialami individu disertai dengan emosional atribusi yakni emosi yang dipengaruhi penghayatan individu terhadap kesuksesan dan kegagalan yang pernah dialaminya sehingga mempengaruhi keyakinan (optimisme) individu terhadap kemungkinan tercapainya tujuan. Hasil evaluasi ini akan menjadi umpan balik terhadap tujuan yang dapat memperkuat ataupun melemahkan motivasi untuk mencapai tujuan, kuat ataupun

lemahnya motivasi dapat meningkatkan ataupun mengurangi semangatnya untuk menyusun strategi baru yang perlu dijalankan nanti untuk mencapai tujuan yang ingin dicapainya di masa depan³⁸.

4. Aspek-aspek Orientasi Masa Depan

Desmita mengemukakan tiga aspek yang terlibat dalam proses pembentukan orientasi masa depan, yaitu motivasi, afeksi, dan kognitif³⁹.

- a. Motivasi. Suatu dorongan kebutuhan individu berupa harapan, perencanaan, kemampuan untuk berusaha dan konsistensi pada rencana awal yang sudah ditentukan.
- b. Afeksi. Representasi seseorang tentang pengalaman yang telah dialami yang menimbulkan rasa takut dan keinginan tentang masa depannya.
- c. Kognitif. Kemampuan seseorang dalam mengantisipasi baik untuk jangka pendek maupun jangka panjang, membedakan sesuatu, berpikir secara tepat, masuk akal dan realistis, sehingga mampu menetapkan tujuan secara relevan.

Motivasi dan afeksi berkaitan dengan pemuasan kebutuhan-kebutuhan subjektif, termasuk kecenderungan untuk mendekati atau menjauhkan diri dan dapat dinyatakan dalam sikap optimis atau pesimis, serta berhubungan pula dengan system nilai dan tujuan yang dimiliki

³⁸ Jari-Erik Nurmi. *How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning*. (Development review, 1991), hal. 8-14

³⁹ Desmita. *Psikologi Perkembangan*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 203

individu dan tergambar dalam skemata yang dibentuk mengenai diri dan lingkungannya. Sedangkan aspek kognitif tergambar dalam struktur antisipasi yang dimiliki oleh seseorang. Dalam mengantisipasi masa depan, seseorang dapat menghasilkan gambaran yang lebih sederhana maupun lebih kompleks, lebih luas atau sempit, tepat, koheren atau realistik, serta besarnya kontrol yang dimiliki seseorang atas masa depannya.

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Orientasi Masa Depan

Trommsdorff mengemukakan bahwa terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi orientasi masa depan remaja⁴⁰, yaitu:

a. Pengaruh tuntutan situasi

Struktur orientasi masa depan seseorang tergantung pada representasi kognitifnya mengenai situasi yang dihadapi saat ini dan di masa depan. Jika aktifitas yang dilakukan untuk mencapai tujuan lebih sedikit, maka struktur orientasi masa depan individu tersebut lebih sederhana. Sebaliknya, jika seseorang memandang bahwa tujuan di masa yang jauh kedepan sulit dicapai, maka individu cenderung akan menyusun orientasi terhadap masa yang lebih dekat dengan kemungkinan berhasilnya lebih besar.

⁴⁰ Gisela Trommsdorff. Future Time Orientation And Its Relevance For Development As Action. (Psychological Journal), hal. 122-126

b. **Kematangan kognitif**

Remaja mulai belajar untuk mengorganisasikan masa depan mereka secara lebih kompleks seiring bertambahnya usia dan kematangan kognitifnya. Remaja mengembangkan perspektif tentang waktu dan mengarahkannya pada masa depan secara realistis. Semakin rumit pola pikir seseorang, maka semakin sulit pula orientasi masa depan yang ia pilih. Sebaliknya, jika pola pikir seseorang cenderung sederhana, maka sederhana pula orientasi masa depan yang ia pilih. Hal ini mengakibatkan perbedaan orientasi masa depan yang ditetapkan individu.

c. **Pengaruh *social learning***

Selain kematangan kognitif yang berlangsung dalam diri individu, terdapat faktor luar individu yang berpengaruh terhadap orientasi masa depan. Pengalaman belajar di lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, maupun lingkungan kerja, akan berpengaruh pada aspek-aspek motivasi, afeksi dan kognitif dari orientasi masa depan. Pengalaman belajar dari lingkungan social akan memberikan peran social tertentu yang menyebabkan pembentukan orientasi masa depan yang berbeda antara individu yang satu dengan individu yang lain.

d. ***Interaction processes***

Seseorang yang diharapkan dapat berhasil dalam kehidupannya di masa depan, memiliki orientasi masa depan yang lebih optimis dan

lebih memiliki keyakinan akan kontrol internal di masa yang akan datang⁴¹.

6. Makna Ekplorasi Dalam Orientasi Masa Depan

Konsep eksplorasi di ambil dari konsep milik J.E Marcia tentang identitas diri, mengingat bahwa Nurmi pun menggunakan konsep Marcia untuk menjelaskan fenomena pembentukan tujuan dan komitmen pada dimensi pertama orientasi masa depan, motivasi. Pada remaja akhir, eksplorasi berlangsung secara kognitif dan perilaku, meskipun beberapa aspek kognitif dapat diperlihatkan dalam manifestasi perilaku tertentu. Walau eksplorasi utamanya dalam bentuk kognitif, hasil eksplorasi tersebut harus dapat digunakan untuk berdiskusi, mampu mempertimbangkan sejumlah alternatif, dan mampu mengambil satu keputusan tertentu. Berikut ini sejumlah kriteria yang mengindikasikan keberadaan, ketiadaan dan derajat eksplorasi⁴².

a. *Knowledgeability*

Di masa remaja akhir, individu seharusnya telah melakukan penelitian yang akurat atas sejumlah kebutuhan dan kemampuan pribadi, serta memiliki gambaran yang realistik tentang sejumlah kesempatan yang tersedia di masyarakat. Individu mencari lebih dari sekedar pemahaman yang dangkal dalam pendidikannya ataupun melakukan

⁴¹ Ibid, hal. 122-126

⁴² Jari-Erik Nurmi. How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. (Development review, 1991), hal. 43

magang pada suatu pekerjaan guna mendalami aktivitas pekerjaan tersebut.

b. Aktivitas mengarahkan pada pengumpulan informasi

Di sini kita mengukur inti penopang penting perolehan informasi tentang sejumlah kemungkinan. Seseorang yang ingin menjadi dokter karena kedua orangtuanya adalah dokter, tidaklah mengindikasikan aktivitas eksplorasi yang mencukupi. Bentuk aktivitas eksplorasi yang dimaksud antara lain berupa bercakap-cakap dengan sejumlah karyawan pada pekerjaan yang berbeda, mendiskusikan alternatif jurusan pendidikan dengan orang-orang yang menekuni jurusan tersebut. Hal penting yang ditekankan adalah beberapa inisiatif diri untuk melakukan pencarian yang lebih dalam.

c. Mempertimbangkan alternatif potensial elemen-elemen identitas

Sebagian besar individu seiring dengan pertumbuhan mereka melalui masa kanak-kanak menjadi sadar akan perbedaan sejumlah aspek dalam dirinya, bilamana dikejar, akan membawa individu tersebut pada arah kehidupan yang berbeda. Remaja adalah periode dalam siklus kehidupan ketika eksperimentasi merupakan hal yang ditoleransi dan bahkan digiatkan. Remaja akhir, adalah waktu yang tersisa sebelum individu mengkonfrontasi sejumlah realitas yang lebih keras di masa dewasa, dan dunia menjadi kurang sabar dengan eksperimentasi remaja dan perbandingan/pemikiran aktif akan sejumlah alternatif. Baik pada

remaja yang memasuki fase awal pemikiran maupun fase lanjutan, isu utama yang di tekankan adalah ketepatan pemikiran atau pertimbangan yang dilakukan. Aspek relevan bagi penentuan status identitas adalah adanya pemberian atensi terhadap sejumlah alternatif dan menimbang sejumlah konsekuensi dari apa yang individu inginkan.

d. Keinginan membuat keputusan awal

Pengarahan adalah gelombang penting eksplorasi pada remaja akhir. Tujuan eksplorasinya adalah untuk menentukan ketepatan terbaik bagi pekerjaan, ideologi, dan alternatif interpersonal yang akan di mulai pada masa dewasa awal. Kesimpulannya, eksplorasi bisa saja tidak terwujud, baik dimasa sebelumnya atau sekarang; dan mungkin ada sejumlah pertimbangan pilihan yang melebar dan kedalaman pemikiran. Isu tentang derajat eksplorasi terutama penting dalam membedakan antara *foreclosure* dan *identity achievements*

C. *Self efficacy* dan Orientasi Masa Depan dalam Kajian Islam

1. *Self efficacy* Dalam Kajian Islam

a. Telaah teks psikologi tentang *self efficacy*

1. Sampel definisi teks

Menurut Bandura *self efficacy* adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. *Self efficacy* merupakan keyakinan khusus yang berkenaan dengan pelaksanaan suatu tugas dan melibatkan kepercayaan seseorang

mengenai kemampuannya melakukan suatu tindakan tertentu pada situasi tertentu pula. Keyakinan seseorang tentang *self efficacy* tersebut berpengaruh terhadap hampir semua yang mereka lakukan seperti bagaimana mereka berfikir dan memotivasi dirinya sendiri.

2. Analisis Komponensial

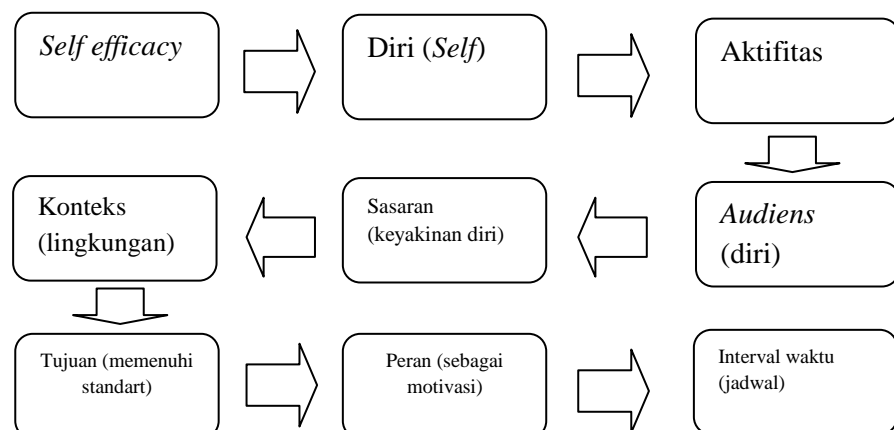
Tabel 2.1

Analisa Komponensial *Self efficacy*

No	Komponen	Deskripsi
1	Diri	Self
2	Aktifitas	Mempersepsi, persepsikan diri
3	Audiens	Self
4	Sasaran	Seberapa bagus, fungsi diri, keyakinan, kemampuan berbuat baik atau buruk, salah atau benar, lemah atau kuat
5	Konteks	Situasi tertentu, lingkungan, diri
6	Tujuan	Kondisi yang diperoleh, memenuhi standar
7	Peran	Motivasi kuat atau lemah
8	Interval Waktu	Jadwal atau <i>schedule</i>

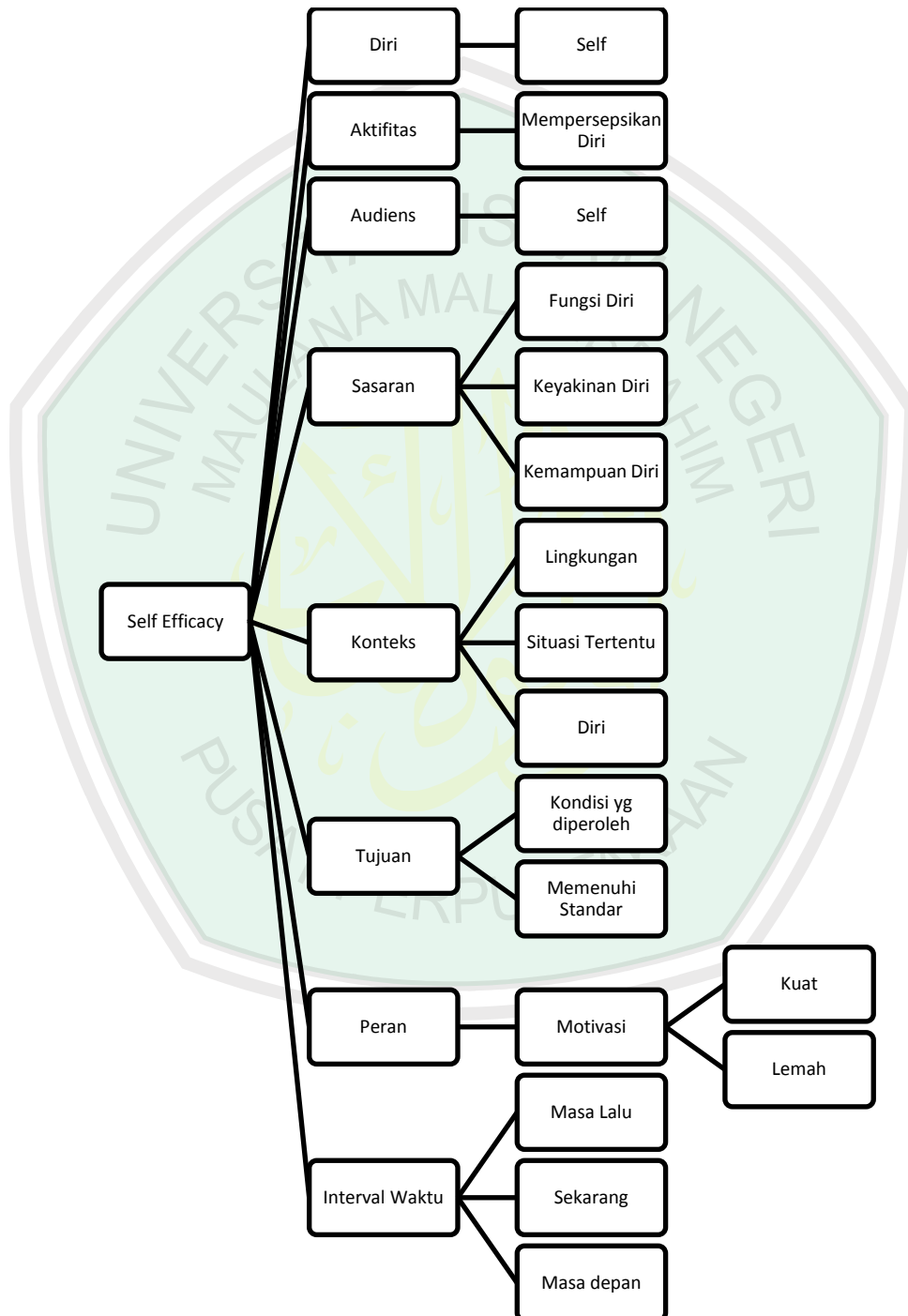
3. Pola Teks

Gambar 2.2

Pola Teks Psikologi dalam *Self efficacy*

4. Mind map *self efficacy*

Gambar 2.3

Mind Map dalam *Self efficacy*

b. Telaah Teks Islam (Al-Baqarah 268 dan Az-Zumar 18)

1. Sampel ayat

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا كَمَا حَمَلْتَهُ
عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا
وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٦٨﴾

“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 bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri ma'aflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir." (Q.S. Al-Baqarah:286).⁴³

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ ۗ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ
وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْوَالِدُونَ الْأَلْبَابَ ﴿١٨﴾

“yang mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya. Mereka itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka itulah orang-orang yang mempunyai akal”⁴⁴

⁴³ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 49

⁴⁴ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 461

2. Analisa Komponen

Tabel 2.2
Analisa Komponen Teks Al-Quran pada *Self efficacy*

No	Komponen	Teks
1	Diri	نَفْسٌ
		ذُنُوحٌ
		الَّذِينَ
2	Aktifitas	يَسْتَمِعُونَ
		فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ
3	Audiens	نَفْسٌ
		ذُنُوحٌ
		الَّذِينَ
4	Sasaran	وَسَعَهَا
		لَهَا مَا كَسَبَتْ
		وَعَلَيْهَا مَا كَسَبَتْ
		لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا
		لَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا
5	Konteks	زمن الماضي , زمن الحاضر , زمن المستقبل
		انا , نحن , الدين
6	Tujuan	لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ
		رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا
		رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا
7	Peran	وَأَعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا
8	Interval waktu	عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا

3. Interventarisasi dan tabulasi teks (islam) tentang *Self efficacy*

Tabel 2.3

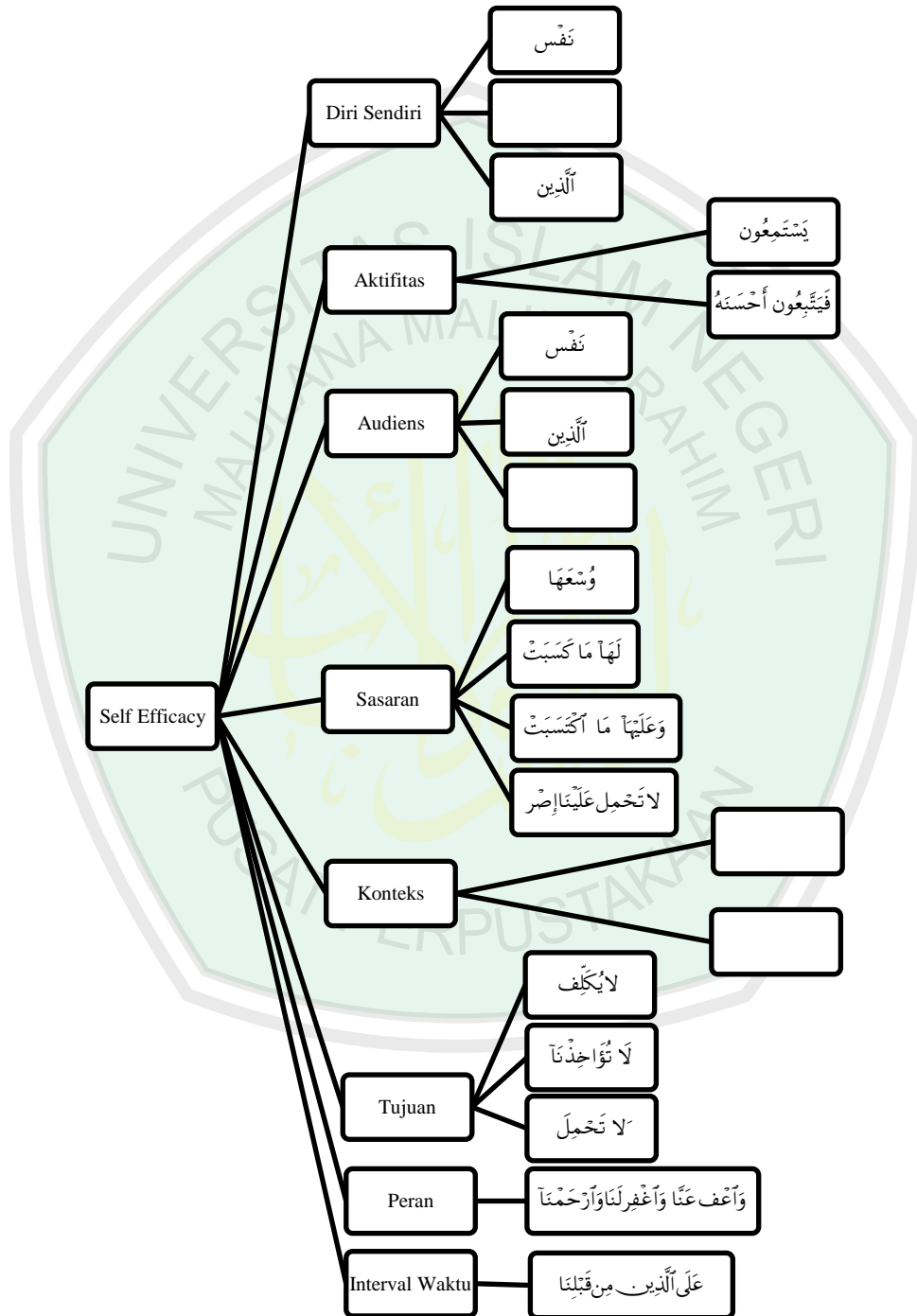
Tabulasi Teks Islam tentang *Self efficacy*

No	Term	Kategori	Teks	Makna	Substansi psikologi	Sumber	JML
1	Diri Sendiri	Self	نَفْس	Diri Sendiri	Self	3: 135 4: 25 9: 120	3
			ذ حن	Kita		6: 71 27: 49 12: 8	3
			الَّذِينَ	Kita Semua		2: 102 23: 118 26: 15	3
2	Aktifitas	Memperhatikan	يَسْتَمِعُونَ	Melihat	Mempersepsikan, persepsi diri	12: 35 8: 48 7: 27	3
			يَتَّبِعُونَ	Mengikuti		2: 145 24: 21	2
3	Audiens	Self	نَفْس	Diri Sendiri	Self	3: 135 4: 25 9: 120	3
			ذ حن	Kita		6: 71 27: 49 12: 8	3
			الَّذِينَ	Kita Semua		2: 102 23: 78 26: 15	3
4	Sasaran	Kemampuan Individu Berperilaku: Positif-Negatif, Kuat-Lemah,	وُسْعَهَا	Kemampuan	Fungsi diri, keyakinan	68: 51 18: 26 11: 24	3
			لَهَا مَا كَسَبَتْ	Pahala Atas Kebajikannya		2: 62 16: 97 4: 40	3
			وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ	Siksa Dari Kejahatan		3: 97 13: 6	3

		Baik- Buruk				32: 14	
			لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا	Hukuman Ketika Lupa Dalam Berbuat Kesalahan		18: 24 25: 18 40: 110	3
			لَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا	Beban Yang Berat		7: 157 16: 7 20: 7	3
4	Konteks	Situasi Terdahulu, Lingkungan Diri	من قبلنا	Umat Terdahulu	Ruang lingkup	2: 222 30: 3 33: 52	3
			انا, نحن, الدين	Saya, Kita, Kita Semua		2: 102 40: 48 26: 15	
5	Tujuan	Suatu Kondisi, Memenuhi Standar: Tinggi- Rendah, Baik- Buruk	لَا يُكَلِّفُ	Jangan Membebani	Standart, kesulitan Hight, middle, low	2: 23 3:65 40: 5	3
			لَا تُؤَاخِذْنَا	Jangan Hukum Kami		33: 7 39: 4 19: 88	
			لَا تَحْمِلَ	Jangan Bebankan Beban		14: 46 17: 4 11: 35	3
7	Peran	Motivasi	وَأَغْفِرْ لَنَا وَأَرْحَمْنَا وَأَعْفَ عَنَّا	Maafkan Kami, Ampuni Kami, Rahmati Kami	Motivasi	16: 97 4: 40 2: 61	3
8	Interval Waktu	Masa Lalu, Sekarang, Masa Depan	عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا	Kaum Sebelumnya	Schedule	3: 144 50: 21 2: 286	3

4. Figurasi Teks

Gambar 2.4
 Figurasi Teks tentang *Self efficacy* dalam Kajian Islam



5. Rumusan Konseptual Tentang *Self efficacy*

a. Global

Self efficacy adalah keyakinan diri individu dalam melakukan berbagai aktifitas dengan sasaran yakni fungsi diri, keyakinan diri dan kemampuan diri, dalam konteks lingkungan dan situasi, dengan tujuan memperoleh kondisi yang diinginkan dan memenuhi standar, dan individu melakukan perannya dalam interval waktu yakni masa lalu, masa sekarang, dan masa depan.

b. Particular

1. Individu adalah mengungkapkan bagaimana seseorang mampu memiliki keyakinan dalam berbagai aktifitas, dalam berbagai konteks, dengan tujuan yang ingin dicapai, namun tetap melakukan peran sebagaimana mestinya dengan menyesuaikan diri dalam interval waktu.
2. Aktifitas adalah cara seseorang mempersepsikan diri dalam berbagai kegiatan dengan keyakinannya terhadap kemampuan yang dimiliki, dalam berbagai konteks, dengan tujuan yang ingin dicapai, namun tetap melakukan peran sebagaimana mestinya dengan menyesuaikan diri dalam interval waktu. Mempersesikan diri membantu seseorang memahami kemampuannya sehingga menimbulkan optimisme.

3. Konteks adalah situasi yang di alami individu baik itu lingkungan, kondisi dan diri sendiri yang mempengaruhi individu dalam melakukan aktifitasnya. Hal ini mempengaruhi bagaimana tujuan yang ingin dicapai, namun individu tetap melakukan peran sebagaimana mestinya dengan menyesuaikan diri dalam interval waktu.
4. Tujuan adalah hal yang ingin dicapai individu yakni untuk memperoleh kondisi tertentu dan memenuhi standar, pemikiran tentang tujuan ini mempengaruhi bagaimana aktifitas individu dalam menentukan sasaran dengan berbagai konteks yang dihadapi.
5. Peran adalah bagaimana individu mampu memotivasi dirinya baik itu motivasi kuat atau motivasi lemah yang akan mempengaruhi segala aktifitasnya.
6. Interval waktu adalah cara seseorang untuk berpikir dengan melakukan evaluasi dengan mempelajari masa lalu, dan dengan tujuan untuk masa depan yang lebih baik.

Di dalam Al-Quran dijelaskan bahwa setiap manusia akan mampu menghadapi peristiwa apapun yang terjadi. Allah telah berjanji dalam Al-Quran bahwa Allah tidak akan membebani seseorang melainkan dengan sesuatu yang sesuai dengan kemampuannya.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ
 رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا
 حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ
 وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَأَرْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ
 الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

“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 bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri ma'aflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir." (Q.S. Al-Baqarah:286).⁴⁵

Manusia tidak akan diberikan sebuah permasalahan di luar kemampuannya. Ketika mengetahui bahwa Allah tidak akan membebani dengan sesuatu diluar kemampuan manusia, maka akan timbul keyakinan bahwa setiap dihadapkan suatu permasalahan individu akan berpikir untuk mengambil langkah penyelesaian. Kemampuan manusia menyelesaikan suatu masalah memang kemampuan yang diberikan Allah kepada manusia. Ayat ini juga menjelaskan bahwa setiap orang memiliki kemampuan sebagai bekal untuk menjalani kehidupan mereka. Kemampuan yang telah dimiliki manusia akan menjadi potensi sebagai modal menuju kesuksesan. Hal ini sejalan dengan kajian *self efficacy*

⁴⁵ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 49

bahwa setiap individu yang memiliki keyakinan tinggi akan kemampuannya menyelesaikan sebuah tugas atau masalah.

Individu yang memiliki *self efficacy* tinggi akan selalu berusaha agar dapat menyelesaikan permasalahan yang ada, serta tidak mudah berputus asa ketika menghadapi sebuah kesulitan. Umat Islam diperintahkan agar tidak mudah berputus asa terhadap berbagai kesulitan dan selalu yakin baha rahmat Allah selalu ada.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥٦﴾

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(Q.S Alam Nasrah: 5)46

Dari ayat Al-Quran di atas, maka dapat dipahami bahwa Islam memerintahkan manusia agar memunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk melakukan berbagai tindakan dalam menghadapi tugas permasalahan hidup. Setiap kesulitan selalu ada kemudahan, maka manusia hendaknya optimis dengan segala yang mereka hadapi. Karena Allah tidak serta merta memberikan permasalahan dan cobaan, semua diberikan dengan jalan keluar pula.

⁴⁶ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 597

2. Orientasi Masa Depan Dalam Kajian Islam

a. Telaah teks psikologi tentang orientasi masa depan

1. Sampel definisi teks

Orientasi masa depan adalah gambaran individu tentang dirinya dalam konteks masa depan, yang membantu individu mengarahkan dirinya untuk mencapai perubahan sistematis, guna meraih apa yang diinginkannya. Menurut Jari-Erik Nurmi, orientasi masa depan ini terkait dengan harapan, tujuan, standar, ketertiban, rencana dan strategi yang akan dihadapi di masa depan⁴⁷.

2. Analisis komponensial

Tabel 2.4

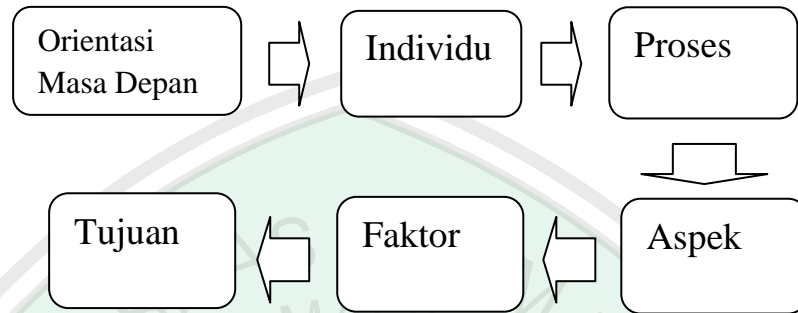
Analisa Komponen Teks Psikologi tentang Orientasi Masa Depan

No	Komponen	Deskripsi
1	Individu	Perempuan, laki-laki
2	Proses	Motivasi, planning, evaluasi
3	Aspek	Motivasi, afeksi, kognitif
4	Faktor	Pengaruh tuntutan situasi, kematangan kognitif, pengaruh <i>social learning, interaction processes</i>
5	Tujuan	Positif, negatif

⁴⁷ Jari-Erik Nurmi. How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. (Development review, 1991), hal. 4

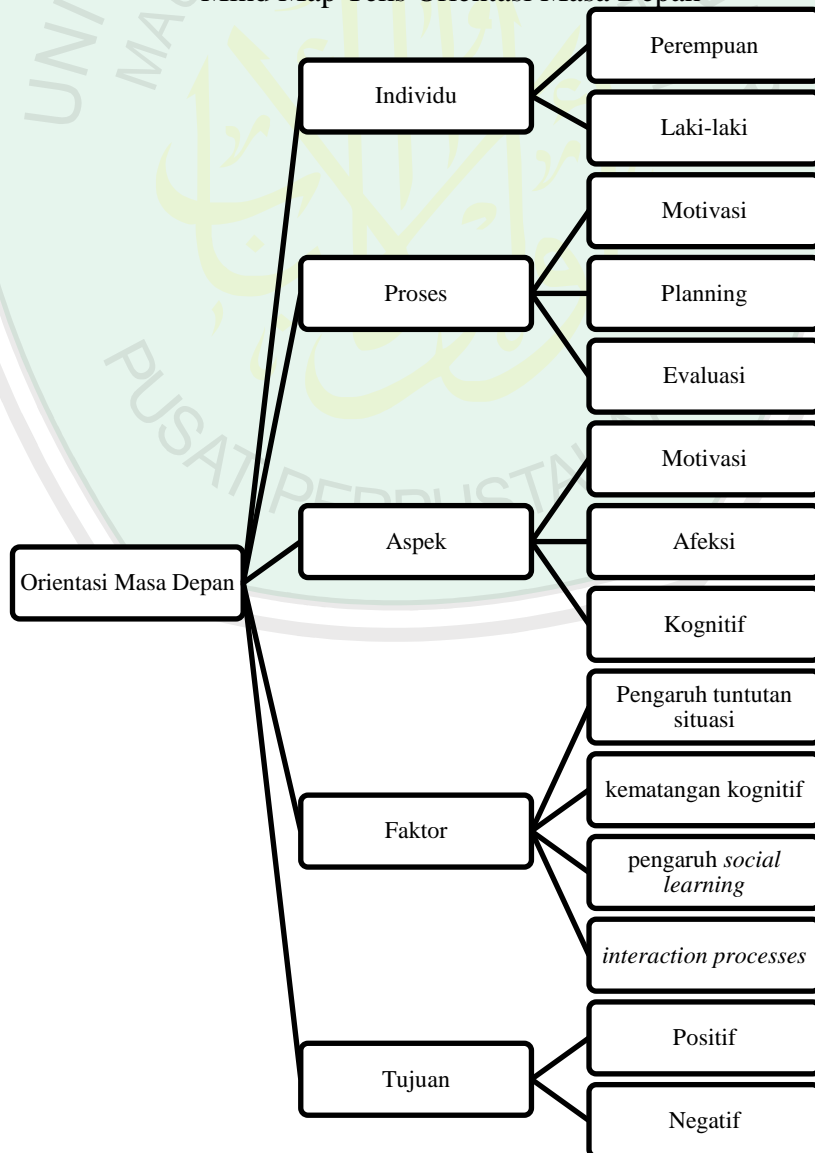
3. Pola teks

Gambar 2.5
Pola Teks Psikologiantang Orientasi Masa Depan



4. Mind map Orientasi Masa Depan

Gambar 2.6
Mind Map Teks Orientasi Masa Depan



b. Telaah Teks Islam

1. Sampel ayat

وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْأُولَىٰ ﴿٤٨﴾

“Sesungguhnya hari kemudian itu lebih baik bagimu daripada yang sekarang (permulaan).” (Q.S. Adh-Dhuha:4)⁴⁸

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (Q.S. Al-Hasyar:18)⁴⁹

قُلْ يَنْقُومِ أَعْمَلُوا عَلَىٰ مَكَانَتِكُمْ إِنِّي عَمِلٌ ۗ فَسَوْفَ تَعْلَمُونَ ﴿٣٩﴾ مَن يَأْتِيهِ عَذَابٌ مُّخْزٍ بِهِ وَيَحْمِلْ عَلَيْهِ عَذَابٌ مَّقِيمٌ ﴿٤٠﴾

“Katakanlah: "Hai kaumku, bekerjalah sesuai dengan keadaanmu, sesungguhnya aku akan bekerja (pula), maka kelak kamu akan mengetahui, siapa yang akan mendapat siksa yang menghinakannya dan lagi ditimpa oleh azab yang kekal,” (QS Az Zumar: 39-40)⁵⁰

⁴⁸ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 597

⁴⁹ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 549

⁵⁰ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 463

2. Analisa Komponen

Tabel 2.5
Analisa Komponen Teks Al-Quran tentang Orientasi Masa Depan

No	Komponen	Teks
1	Individu	نَفْسٍ
		مَنْ
		ءَامِنُوا
		إِنِّي
2	Proses	تَعَلَّمُونَ
		أَعْمَلُوا
3	Aspek	وَاتَّقُوا اللَّهَ
		ءَامِنُوا
4	Faktor	مَكَاتِبِكُمْ
		خَيْرَ لَكَ
		يَنْقُومَ
5	Tujuan	وَلِلْآخِرَةِ
		عَذَابٍ مُّقِيمٍ

3. Interventarisasi dan tabulasi teks (islam) tentang Orientasi Masa Depan

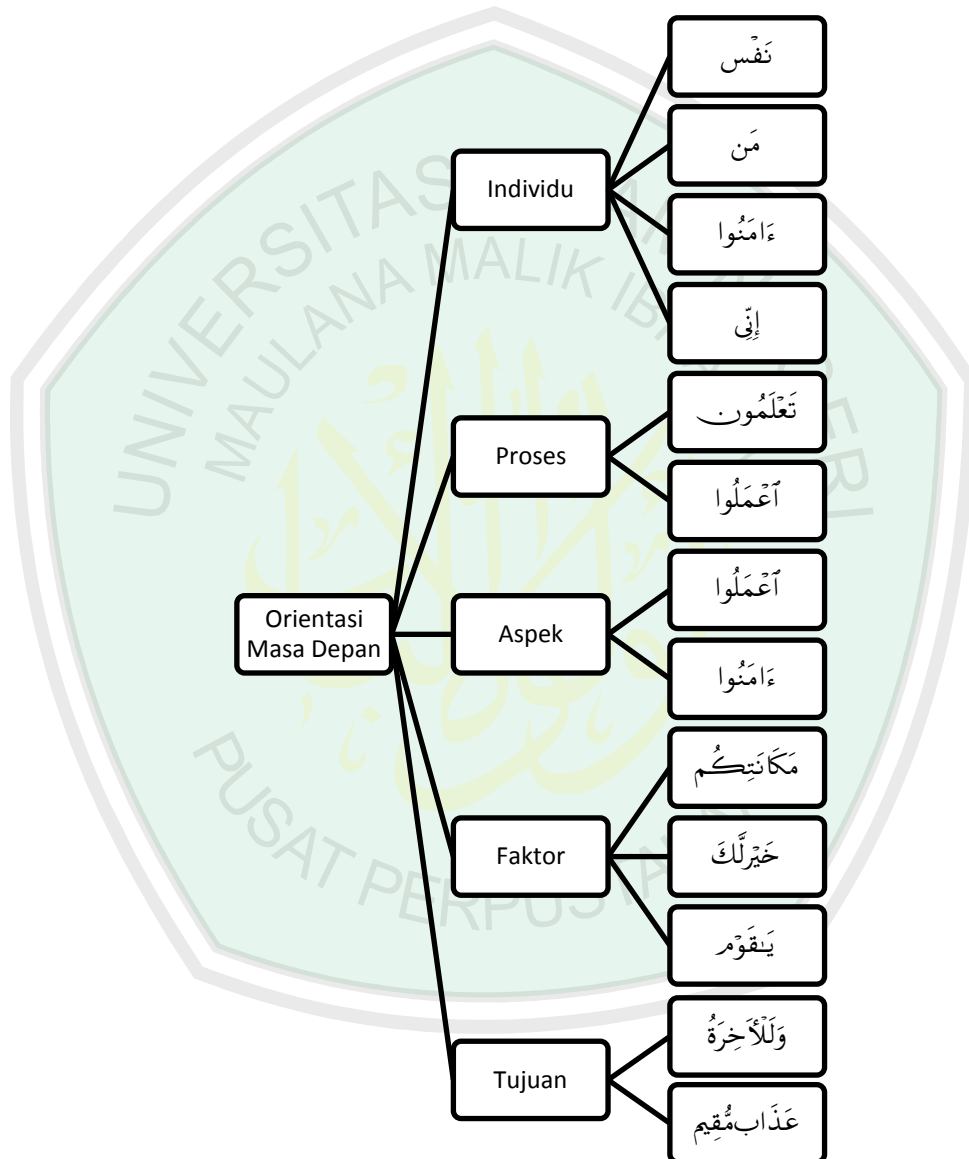
Tabel 2.6
Tabulasi Teks Islam tentang Orientasi Masa Depan

No	Term	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologi	Sumber	JML
1	Individu	Umat manusia	نَفْسٍ	Diri sendiri	Laki-laki maupun perempuan	39: 39 5: 5 91: 7	
			مَنْ	Siapa		42: 20 6: 16 25: 68	
			ءَامِنُوا	Orang yang beriman		27: 77 2: 82 22: 51	
			إِنِّي	Diri sendiri		39: 39 5: 5 91: 7	
2	Proses	Berproses	تَعْلَمُونَ	Mengetahui	Motivasi, planning dan evaluasi	31: 34 16: 74 67: 14	
			أَعْمَلُوا	Bekerja		18: 79 28: 27 34: 12	
3	Aspek		وَاتَّقُوا اللَّهَ	Bertaqwa kepada Allah	Motivasi, afeksi, dan kognisi	51: 15 78: 31 25: 15	
			ءَامِنُوا	Beriman		21: 6 7: 32 4: 150	
4	Faktor		مَكَانَتِكُمْ	Tempat	Pengaruh tuntutan situasi, kematangan kognitif, social learning, proses interaksi	11: 6 6: 98 2: 158	
			حَيْرَلِكْ	Baik		12: 64 16: 36 93: 4	
			يَقَوْمٍ	Kaum		19: 97 49: 6 16: 107	
5	Tujuan	Tujuan kehidupan	وَلِلْآخِرَةِ	Hari akhir	Positif dan negatif	29: 36 93: 4	15
			عَذَابٍ مُّقِيمٍ	Adzab yang kekal		29: 53 69: 8	71

4. Mind Map Teks Islam

Gambar 2.7

Mind Map Teks Islam tentang Orientasi Masa Depan



5. Rumusan konseptual teks islam tentan orientasi masa depan

a. Global

Orientasi masa depan adalah gambaran individu baik laki-laki maupun perempuan, mengenai proses dalam melakukan motivasi, planning dan evaluasi, dengan berbagai aspek yakni motivasi, kognisi dan afeksi, dan beberapa faktor yang mempengaruhi untuk mencapai tujuan yang sudah direncanakan.

b. Partikular

1. Individu adalah seseorang baik laki-laki mauppun perempuan yang memiliki gambaran tentang masa depan dengan pemikiran proses dan aspek yang dipengaruhi oleh faktor-faktor untuk mencapai tujuan yang diinginkan.
2. Proses adalah cara individu melalui tahapan-tahapan yakni motivasi, planning dan evaluasi dengan aspek yang dipengaruhi oleh faktor-faktor untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Tahapan ini membantu individu menentukan arah tujuannya menjadi lebih sistematis.
3. Aspek adalah bagaimana individu terlibat pada pemikiran masa depan dengan motivasi, kognisi dan afeksi, sehingga membantu proses dalam tahapan meskipun dipengaruhi oleh faktor-faktor namun tetap untuk mencapai sebuah tujuan.

4. Faktor adalah hal yang mempengaruhi orientasi masa depan yakni pengaruh tuntutan situasi, kematangan kognitif, pengaruh *social learning* dan proses interaksi. Hal ini sebagai pemicu pemikiran seseorang mengenai masa depannya.
5. Tujuan adalah suatu hal yang ingin dicapai individu dengan proses-proses tersebut dan dipengaruhi oleh berbagai faktor dan aspek-aspeknya.

Di dalam Al-Quran dijelaskan bahwa kehidupan yang akan datang pada setiap manusia akan lebih baik daripada kehidupannya saat ini.

وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْأُولَىٰ ﴿٤١﴾

“Sesungguhnya hari kemudian itu lebih baik bagimu daripada yang sekarang (permulaan).” (Q.S. Adh-Dhuha:4)⁵¹

Maksudnya ialah bahwa akhir perjuangan nabi Muhammad SAW itu akan menjumpai kemenangan-kemenangan, sedang permulaannya penuh dengan kesulitan-kesulitan. Ada pula sebagian ahli tafsir yang mengartikan akhir dengan kehidupan akhirat beserta segala kesenangannya dan ada pula dengan arti kehidupan dunia.

Ketika seseorang mengerjakan sesuatu hendaklah berorientasi pada akhir, karena akhir itu adalah hasil dari proses kerja keras seseorang untuk mencapai kesuksesan. Al-Quran juga mengajarkan pada umat manusia untuk selalu merencanakan masa depan dengan membuat

⁵¹ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 597

perencanaan dan mengevaluasi setiap rencana tersebut, karena keteraturan itu selalu diajarkan dalam islam.

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ
 إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (Q.S. Al-Hasyar:18)⁵²

Ayat ini menjelaskan betapa pentingnya perencanaan untuk hari esok dan mengevaluasi apa yang telah dilakukan hari ini dengan melihat kesalahan dan kekurangannya serta memperbaikinya. Umumnya kegagalan suatu usaha terletak pada tahap perencanaan awal, salah dalam menetapkan tujuan akan berakibat fatal dalam hidup. Demikian juga dengan evaluasi, karena selalu menilai sebuah pekerjaan maka perbaikan akan terus diberlakukan maka hasil yang memuaskan akan dapat terwujud. Menurut Nurmi, evaluasi dalam orientasi masa depan berkaitan dengan internality yakni keyakinan individu dari dalam diri, optimisme dan emosi.

Pada dasarnya tujuan akhir umat islam yaitu kehidupan akhirat dimana akan mereka temui setelah meninggal dunia. Akhirat di anggap sebagai salah satu dari rukun iman, yakni percaya pada hari kiamat. Hari kiamat itulah permulaan manusia hidup dalam akhirat.

⁵² Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 549

قُلْ يٰٓقَوْمِ اَعْمَلُوا عَلٰٓى مَكَاتَتِكُمْ اِنِّىۤ اَعْمَلُ فَاَسُوۡفَ تَعْلَمُوۡنَ ﴿٣٩﴾

مَنْ يٰٓاْتِيهِ عَذَابٌ مُّحْزِنٌ وَّيَحِلُّ عَلَيْهِ عَذَابٌ مُّقِيمٌ ﴿٤٠﴾

“Katakanlah: "Hai kaumku, bekerjalah sesuai dengan keadaanmu, sesungguhnya aku akan bekerja (pula), maka kelak kamu akan mengetahui, siapa yang akan mendapat siksa yang menghinakannya dan lagi ditimpa oleh azab yang kekal,” (QS Az Zumar: 39-40)⁵³

Ayat di atas menjelaskan bahwa umat islam diperintahkan untuk bekerja untuk mempersiapkan diri pada kehidupan yang akan datang. Namun dalam kehidupan, manusia akan mendapat *feedback* dari setiap pekerjaan yang mereka lakukan. Manusia yang melakukan hal baik, maka mereka akan mendapat balas sesuai dengan yang mereka lakukan, begitu pula sebaliknya. Bekerja dalam islam sangat diharuskan, bekerja sebagai spirit dan motivasi agar tidak bergantung pada siapapun.

D. Hubungan Antara *Self efficacy* Dengan Orientasi Masa Depan

Dalam kehidupan, setiap individu memiliki keinginan untuk dapat hidup lebih baik daripada kehidupannya saat ini. Hal ini memang merupakan manifestasi dari sifat manusia yang tidak pernah putus asa dengan apa yang sudah dimilikinya. Keinginan-keinginan inilah yang nantinya berubah menjadi minat, harapan, cita-cita dan tujuan hidup. Untuk dapat mencapai hal tersebut, dibutuhkan suatu perencanaan untuk masa yang akan datang. Bagi remaja, perencanaan masa depan ini tidak hanya suatu cara untuk bisa mencapai hal-hal yang lebih baik, tetapi juga merupakan suatu hasil dari

⁵³ Al Quran Terjemahannya. Depag RI, 2006, hal. 463

adanya harapan-harapan atau tugas-tugas yang mereka terima dari lingkungan.

Remaja sebagai individu yang akan memasuki tahap baru dalam hidupnya, yaitu masa dewasa, dituntut untuk mampu mempersiapkan diri menghadapi tantangan kehidupan yang lebih kompleks. Salah satu tantangan hidup dialami individu pada masa dewasa adalah kemandirian dalam segi ekonomi. Artinya, individu harus menghasilkan uang dari usahanya sendiri dengan bekerja. Pada umumnya remaja lebih tertarik pada bidang pendidikan. Ketertarikan ini nampaknya berkaitan dengan persiapan remaja memasuki dunia kerja. Pembentukan orientasi masa depan adalah penting karena merupakan persiapan remaja untuk memasuki masa dewasa. Perencanaan merupakan salah satu tahapan dari proses pembentukan orientasi masa depan.

Orientasi masa depan menggambarkan bagaimana individu memandang dirinya dalam konteks masa depan. Gambaran ini membantu individu dalam mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Menurut Nurmi, orientasi masa depan ini berkaitan dengan harapan-harapan, tujuan standar, perencanaan, dan strategi pencapaian tujuan⁵⁴. Orientasi masa depan pada remaja menggambarkan bagaimana individu memandang dirinya dalam konteks masa depan dari berbagai bidang kehidupan.

Orientasi masa depan telah diukur dengan berbagai cara yang berbeda dan dengan berbagai tingkat keberhasilan menemukan dalam berbagai

⁵⁴ Jari-Erik Nurmi. Adolescent Development in an Age-graded Context: The Role of Personal Beliefs, Goals, and Strategies in the Tackling of Developmental Tasks and Standards. (International Journal of Behavioral Development 1993), hal. 183

disiplin ilmu. Menurut Samelo-Aro (dalam Emily Brown), pengembangan gol awal dan pretasi sangat penting untuk kemajuan di masa depan. Individu yang berhasil menetapkan dan mencapai tujuan awal akan lebih efisien menuju tujuan di masa depan, dan pengalam sukses mereka akan mendorong untuk tujuan yang lebih tinggi di masa depan⁵⁵. Bandura dan rekan-rekannya (dalam Sarah) mengatakan bahwa *self efficacy* digunakan untuk memprediksi berbagai hasil, termasuk tujuan pendidikan dan karir anak-anak. *Self efficacy* sebagai salah satu mekanisme yang membentuk orientasi masa depannya, dimana keyakinan individu tentang kemampuannya penting dalam menentukan jenis kegiatan yang diminati⁵⁶.

Sarah menyebutkan dalam penelitiannya mengenai pengembangan orientasi masa depan bahwa *executive function* dan *self-regulation* dikonsepsikan sebagai dasar-dasar perkembangan orientasi masa depan, kemudian *self efficacy* dan optimisme dikonsepsikan sebagai pemicu perbedaan dalam orientasi masa depan⁵⁷. Penelitiannya menunjukkan beberapa faktor yang membantu dalam pengembangan orientasi masa depan yaitu *executive function*, *self regulation*, *self efficacy* dan optimisme, yang kemudian aspek-aspek ini memiliki peran masing-masing.

⁵⁵ Emily Brown. The Relationship Between Self-Efficacy And Educational Expectations In Middle And High School Youth. (Thesis of University of North Carolina Wilmington in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts, 2011), hal. 8-9

⁵⁶ Sarah J. Beal. The Development of Future Orientation: Underpinnings and Related Constructs. (Dissertation of University of Nebraska-Lincoln), hal. 26

⁵⁷ Ibid, hal. 31

Self efficacy merupakan salah satu dari dimensi yang mempengaruhi dalam orientasi masa depan. Kerpelman dan rekan-rekannya mengatakan bahwa faktor yang paling berpengaruh dalam orientasi masa depan area pendidikan adalah *self efficacy*. Penelitiannya membuktikan terdapat hubungan yang positif mengenai *self efficacy* dengan orientasi masa depan area pendidikan⁵⁸. Kemudian Skinner mengatakan bahwa remaja yang memiliki *self efficacy* tinggi, lebih memungkinkan untuk merancang tujuan atau *goals* lebih tinggi dan konkrit, membuat rencana-rencana logis dan berani menghadapi tantangan.

Self efficacy menurut Bandura merupakan keyakinan mengenai kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang dicapai⁵⁹. Penghayatan yang kuat mengenai *self efficacy* akan mendorong prestasi seseorang akan kesejahteraan pribadi dalam banyak cara. Seseorang yang memiliki *self efficacy* tinggi akan mempersepsi bahwa mereka mampu mengintegrasikan kemampuannya untuk dapat melewati atau menyelesaikan kejadian atau usaha dan perjuangannya sehingga mencapai suatu hasil yang baik dan sesuai harapan mereka. Sebaliknya, seseorang dengan *self efficacy* rendah akan mempersepsikan bahwa kemampuan yang mereka miliki belum tentu dapat membuat mereka berhasil melewati setiap peristiwa atau

⁵⁸ Kerpelman, J.L., & Mosher, L.S. Rural African American adolescents' future orientation: The importance of self - efficacy, control and responsibility, and identity development. (*Identity and International Journal of Theory and Research*, 2004) hal. 187 - 208.

⁵⁹ Albert Bandura. *Self-Efficacy, The Exercise of Control*. (New York: W.H. Freeman and Company, 1997), hal. 3

menyelesaikan usahanya untuk mendapatkan hasil yang sesuai harapan. *Self efficacy* tidak berfokus pada jumlah kemampuan yang dimiliki individu melainkan pada keyakinan tentang apa yang mampu dilakukan dengan apa yang dimiliki pada berbagai variasi situasi dan keadaan.

Menurut Kristen Zulkosky dalam penelitiannya, keyakinan diri dalam *self efficacy* mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri dan bertindak. Agar mendapatkan *self efficacy*, seseorang dapat merasakannya ketika menyelesaikan sebuah tugas, mengamati orang lain menyelesaikan sebuah tugas, dan mendapatkan *feed back* positif ketika menyelesaikan sebuah tugas⁶⁰. Motivasi sendiri merupakan proses dalam pembentukan orientasi masa depan.

Shopie dan Serge menjelaskan bahwa *self efficacy* mempengaruhi pembentukan verbal siswa. Setelah diberikan *self efficacy*, siswa diamati untuk memecahkan empat permasalahan dengan kesulitan yang berbeda. Hasilnya, terlepas dari perbedaan di sekolah dan kemampuan kognitif, *self efficacy* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap berbagai aspek self regulation dan kinerja siswa.⁶¹

Remaja akan *survive* menghadapi berbagai masalah dalam kehidupannya ketika dia memiliki *self efficacy* yang tinggi. Setiap perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja, fisik maupun psikis akan

⁶⁰ Kristen Zulkosky. *Self-Efficacy: A Concept Analysis*. (Journal of University of Northern Colorado, 2009), hal. 93

⁶¹ Sophie Parent and Serge Larivee. *Influence of Self efficacy on Self Regulation and Performance among Junio and Senior Haigh-School Age Students*. (Canada: Journal of Behavioral Development, 1991), hal. 160

menimbulkan gejala kondisi yang labil. Salah satu masalah yang sering muncul yaitu mengenai harapan, kecemasan dan kebingungan menghadapi masa depan. *Self efficacy* ini membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha mereka untuk maju, kegigihan dan ketekunan mereka yang mereka tunjukkan dalam menghadapi kesulitan dan kecemasan.

Dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* diperlukan dalam pembentukan orientasi masa depan. Seperti yang diutarakan para ahli bahwa dengan adanya *self efficacy*, individu akan mampu menetapkan dan mencapai tujuan awal guna tujuan yang lebih tinggi di masa depan, individu juga akan berani menghadapi tantangan.

E. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan sementara yang mungkin benar, atau juga salah. Berdasarkan S. Margono, hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang secara teoritis dianggap paling mungkin atau paling tinggi tingkat kebenarannya. Secara teknik, hipotesis adalah pernyataan mengenai keadaan populasi yang akan diuji kebenarannya melalui data yang diperoleh dari sampel penelitian. Secara statistik, hipotesis merupakan pernyataan keadaan parameter yang akan diuji melalui statistik sampel⁶².

Hipotesis dalam penelitian ini adalah: Ada hubungan antara *self efficacy* dengan orientasi masa depan remaja pada siswa kelas XII di SMAI Al-Ma'arif Singosari. Semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula orientasi masa depan remaja pada siswa kelas XII di SMAI Al-Ma'arif Singosari.

⁶² Zuriah, Nurul. *Metodeologi Penelitian Sosial dan Pendidikan, Teori-Aplikasi*. (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006), hal.42