

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. EFIKASI DIRI

1. Pengertian Efikasi diri

Istilah efikasi diri pertama kali diperkenalkan oleh Bandura dalam *Psychological Review* nomor 84 tahun 1986. Bandura mengemukakan *self-efficacy is "the belief in one's capabilities to organize and execute the courses of action required to manage prospective situations"*.¹⁷ Pada intinya bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu tugas tertentu.

Keyakinan akan seluruh kemampuan ini meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan. Efikasi diri itu akan berkembang beransur-ansur secara terus menerus sering meningkatnya kemampuan dan bertambahnya pengalaman-pengalaman yang berkaitan. Bandura (1981) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan sejumlah perkiraan tentang kemampuan yang dirasakan seseorang.¹⁸

Dapat dikatakan pula bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang bahwa ia mampu melakukan tugas tertentu dengan baik. Efikasi diri memiliki

¹⁷ Albert Bandura, " *self-efficacy in changing societies*". (New York:Cambridge University press, 1995), hlm;2

¹⁸ Albert Bandura and Dale H Schuk.1981" *cultivating Competence, self efficacy and Intrinsic Interest thugh Proximal Self Motivation*". *Journal of Personality and Social Psychology*.(vol 41 No 3) hlm 590

keefektifan, yaitu individu mampu menilai dirinya memiliki kekuatan menghasilkan pengaruh yang diinginkan.¹⁹

Efikasi diri adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau salah, bias atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang diisyaratkan. Efikasi ini berbeda dengan aspirasi (cita-cita). Karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedang efikasi menggambarkan penilaian kemampuan diri.²⁰

Efikasi diri adalah suatu gambaran subjektif terhadap kemampuan diri yang bersifat fragmental, yaitu setiap individu mempunyai efikasi diri yang berbeda-beda pada situasi yang berbeda.²¹ Maksudnya individu menilai kemampuan, potensial dan kecenderungan yang ada padanya dipadukan dengan tuntutan lingkungan, karena itu efikasi diri tidak mencerminkan secara nyata kemampuan individu yang bersangkutan. Efikasi diri berbeda dengan aspirasi (cita-cita), karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedangkan efikasi diri menggambarkan penilaian kemampuan diri. Efikasi diri lebih penting dari kemampuan yang sebenarnya karena hasil penilaian diri akan mempengaruhi cara berfikir, reaksi, emosi dan perilaku individu.

Efikasi diri merupakan keyakinan individu akan kemampuannya dalam mengontrol perilaku dan tuntutan lingkungannya sehingga memperoleh hasil

¹⁹ Dwi Mawanti, *Studi Efikasi Diri Mahasiswa yang bekerja Saat penyusunan Skripsi*, (Semarang: fakultas Tarbiyah, 2011), hlm. 32

²⁰ Alwisol .2009. Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press. Hlm 287

²¹ Bandura, A. 1997. *Self efficacy: the Exercise of control*. USA: W.H. Freeman dan Company. hlm 37

yang sesuai dengan apa yang diharapkan.²² Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan seseorang bahwa ia dapat mempergunakan control dirinya, motivasi, kognitif, afeksi dan lingkungan social. Efikasi diri berpengaruh pada perasaan, pikiran dan tindakan seseorang dalam upaya mencapai tujuan yang diinginkan.

Tingginya efikasi diri yang persepsikan akan memotivasi individu secara kognitif untuk bertindak lebih tepat terarah, terutamanya apabila tujuan yang hendak dicapai merupakan tujuan yang jelas. Bandura mengistilahkan keyakinan seseorang bahwa dirinya akan mampu melaksanakan tingkah laku yang dibutuhkan dalam suatu tugas.²³ Pikiran individu terhadap efikasi diri menentukan seberapa besar usaha yang akan dicurahkan dan seberapa lama individu akan tetap bertahan dalam menghadapi hambatan atau pengalaman yang tidak menyenangkan.²⁴

Efikasi diri yang tinggi dan rendah berkombinasi dengan lingkungan yang responsif dan tidak responsive untuk menghasilkan empat variabel prediktif.²⁵ Ketika efikasi diri tinggi dan lingkungan responsive, hasilnya kemungkinan besar akan tercapai. Saat efikasi rendah berkombinasi dengan lingkungan yang responsive, manusia mungkin akan merasa depresi karena mengobservasi bahwa orang lain dapat berhasil melakukan suatu tugas yang terlalu sulit untuknya. Saat seseorang dengan efikasi diri yang tinggi menemui situasi

²² Corsini, R.J, 1994. *Encyclopedia of Psycology, 2st edition*, Journal Psychology. vol 3. New York; Jhon Wiley and Sons.

²³ Albert Bandura, 1989. "Human Agency in Social Cognitiv Theory Amercans Psychologist," *Journal of Personality and Social Psychology*, (vol 44, No, 9) hlm; 1175-1184

²⁴ Albert Bandura, 1989. "Human Agency in Social Cognitiv Theory Amercans Psychologist," *Journal of Personality and Social Psychology*, (vol 44, No, 9) hlm:1180

²⁵ Albert Bandura. 1997. *Self Efficacy: the Exercise of control*. USA:W.H. Freeman an Company

lingkungan yang tidak responsif, biasanya akan meningkatkan usahanya untuk mengubah lingkungan. Orang tersebut dapat melakukan protes-protes, kegiatan aktivis sosial atau bahkan kekuatan untuk memulai perubahan, namun saat semua usaha tersebut gagal, Bandura berhipotesis, bahwa orang tersebut akan menyerah melakukan hal tersebut dan mencari hal baru untuk dilakukan atau mencari lingkungan baru yang lebih responsif. Terakhir saat efikasi diri rendah dikombinasikan dengan lingkungan yang tidak responsif orang-orang akan merasa apatis, segan dan tidak berdaya.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan seseorang atas kemampuan yang dimiliki untuk melaksanakan tugas dengan sebaik-baiknya dengan indikator:1)Perasaan mampu dapat menyelesaikan tugas,2)Perasaan mampu mengambil keputusan, 3) Kesiapan diri dalam menerima resiko pekerjaan.

Efikasi diri pada individu dapat belajar mengenali diri sendiri dengan mencatat sebanyak mungkin aspek positif yang dimiliki, serta menerima diri sendiri secara apa adanya dengan segala kekurangan dan kelebihan.²⁶

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan seseorang atas kemampuan yang dimiliki untuk melaksanakan tugas dengan sebaik-baiknya dengan indikator:1)Perasaan mampu dapat menyelesaikan tugas,2)Perasaan mampu mengambil keputusan, 3) Kesiapan diri dalam menerima resiko pekerjaan.

2. Aspek-aspek Efikasi Diri

²⁶ Etik Herawati, 2009. "Hubungan self Efficacy dan persepsi Anak terhadap Perhatian Orangtua dengan Prestasi Belajar pada penyandang tuna Daksa," Jurnal Psikologi, (No.1) hlm 33-34

Efikasi diri secara umum dibedakan atas dua kelompok yaitu efikasi diri khusus dan umum. Efikasi diri khusus mengacu pada konsep Bandura, meskipun pada tahun-tahun belakangan ini efikasi diri umum telah digunakan sebagai dimensi untuk meneliti tentang kemampuan. Efikasi diri khusus sangat beragam tergantung pada tugas khusus dan diolah secara kognitif oleh individu sebelum usaha tersebut dikembangkan. Sebaliknya efikasi diri umum merujuk pada keyakinan orang dalam keberhasilan mencapai prestasi hidup. Bandura²⁷ menjelaskan bahwa efikasi diri terdiri dari beberapa aspek yaitu:

1. *Magnitude* Aspek berkaitan dengan kesulitan tugas. Situasi-situasi yang menuntut kemampuan individu dalam menjalankan tugas-tugas dalam pekerjaan memberikan target yang ditetapkan, mengatasi kegagalan dan menghadapi situasi-situasi sulit lain berkaitan dengan pelaksanaan pekerjaan. Jika seseorang mampu mengerjakan tugas dengan tingkat kesulitan yang tinggi maka dapat dikatakan orang tersebut memiliki efikasi diri yang tinggi karena orang tersebut mampu dan yakin mengerjakan tugas sesuai dengan target yang telah ditentukan. Apabila tugas-tugas yang dibebankan pada individu disusun menurut tingkat kesulitannya, maka perbedaan efikasi diri secara individual mungkin terbatas pada tugas-tugas yang sederhana, menengah atau tinggi. Individu akan melakukan tindakan yang dirasakan mampu untuk melaksanakannya dan akan tugas-tugas yang diperkirakan diluar batas kemampuan yang dimilikinya. Kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas yang tingkatan kesulitannya berbeda. Individu dengan efikasi diri tinggi akan

²⁷ Albert Bandura, 1981. "Human Agency in Social Cognitive Theory", *American Psychologist*, Journal of Personality and Social Psychology, (Vol. 44, No.9) hlm 1175-1184

mempunyai keyakinan yang tinggi tentang kemampuan dalam melakukan suatu tugas yaitu mengendalikan dorongan seksual yang tingkatannya berbeda, sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri rendah akan memiliki keyakinan yang rendah pula tentang kemampuan dalam mengendalikan dorongan seksual. Efikasi diri dapat ditunjukkan dengan tingkatan yang dibebankan pada individu, yang nantinya terdapat tantangan dengan tingkat yang berbeda dalam rangka menuju keberhasilan. Seseorang individu akan mencoba tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan akan menghindari tingkah laku yang dirasa diluar batas kemampuan yang dirasakannya. Kemampuan dapat dilihat dalam bentuk tingkat kecerdasan, usaha, ketepatan, produktivitas dan cara mengatasi tantangan. Hasil dari perbandingan antara tantangan yang timbul ketika individu mencapai performansi dengan kemampuan yang dimiliki oleh individu akan bermacam-macam tergantung dengan aktivitas yang dilakukan. Suatu tingkat kesulitan ketika seseorang menyakini usaha atau tindakan yang dapat ia lakukan. Tingkat kesulitan tugas tersebut dinilai oleh individu tersebut dan tergantung persepsi dari individu itu sendiri terhadap tugas tersebut. Jadi dalam menentukan derajat kesulitan suatu tugas akan berbeda satu sama lain, tergantung penilaian yang dilakukan oleh individu tersebut. Komponen ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan digunakan berdasarkan tingkat kesuliatannya. Individu akan berupaya melakukan tugas tertentu yang ia persepsikan dapat ia lakukan dan ia akan menghindari situasi dan perilaku yang ia persepsikan

sulit untuk dilakukan. Dalam Zimmerman magnitudo terbagi atas tiga bagian yaitu:

- 1) Analisis pilihan perilaku yang akan dicoba yaitu, seberapa besar individu merasa mampu atau yakin untuk berhasil menyelesaikan tugas dengan pilihan perilaku yang akan dilaksanakan.
 - 2) Menghindari situasi dan perilaku yang dirasa melampaui batas kemampuan.
 - 3) Menyesuaikan dan menghadapi langsung tugas-tugas yang sulit.
2. *Generality* (keluasan). Aspek ini menjelaskan keyakinan individu untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan tuntas dan baik. Individu mungkin akan menilai diri merasa yakin melalui bermacam-macam aktivitas atau hanya dalam daerah fungsi tertentu. Keadaan umum bervariasi dalam jumlah dari aspek yang berbeda-beda, di antaranya tingkat kesamaan aktivitas, perasaan dimana kemampuan ditunjukkan (tingkah laku, kognitif, afektif) dan karakteristik individu menuju kepada siapa perilaku tersebut ditujukan. Pengukuran berhubungan dengan daerah aktivitas dan konteks situasi yang menampakkan pola dan tingkat generalisasi yang paling mendasar berkisar tentang apa yang individu susun pada kehidupan mereka. Seseorang dengan efikasi diri tinggi merasa bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk dapat bertindak dalam situasi apapun, sedangkan dengan efikasi diri rendah merasa bahwa dirinya hanya memiliki kemampuan untuk bertindak pada situasi yang terbatas. *Generality* adalah sejauh mana individu yakin dengan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas, mulai dari aktivitas yang biasa dilakukan

sampai pada aktivitas yang belum pernah dilakukan dalam serangkaian tugas atau situasi sulit dan bervariasi. Ini merupakan rentang aktivitas dimana seorang individu yakin terhadap kemampuannya dalam menjalankan beberapa tugas yang berbeda dari tugas yang spesifik sampai pada kelompok tugas yang berbeda. Beberapa pengalaman yang menimbulkan penguasaan terhadap pengharapan pada bidang tugas atau tingkah laku yang khusus sedangkan pengalaman yang lain membangkitkan keyakinan yang meliputi tugas.

3. *Strength* (ketahanan). Aspek ini berkaitan dengan kekuatan atau kemantapan seseorang terhadap keyakinannya. Tingkat efikasi diri yang lebih rendah akan lebih mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang memperlemahkannya, sedangkan orang memiliki efikasi diri yang kuat akan tekun dalam meningkatkan usahanya meskipun dijumpai pengalaman yang memperlemahkannya (Bandura, 1997). Pengalaman memiliki pengaruh terhadap efikasi diri yang diyakini seseorang. Pengalaman yang lemah akan melemahkan keyakinannya pula. Individu yang memiliki kemampuan kuat terhadap kemampuan mereka akan teguh dalam berusaha untuk mengesampingkan kesulitan yang mereka hadapi. Dengan kata lain, seseorang dengan kekuatan efikasi diri yang tinggi sangat yakin akan kemampuan dirinya, mereka akan bertahan dalam usaha menghadapi masalah yang sulit, mampu menyelesaikan masalah yang penuh rintangan dan ketekunan yang besar akan berhasil dalam melakukan tugasnya, sebaliknya mereka yang memiliki kekuatan efikasi diri yang rendah akan merasa bahwa kemampuannya lemah dan akan mudah

terguncang apabila menghadapi rintangan dalam melakukan tugasnya. Suatu kepercayaan diri yang ada dalam diri seseorang yang dapat ia wujudkan dalam melakukan tugas tertentu. Individu yang semakin kuat keyakinannya terhadap kemampuan dirinya sendiri, maka individu tersebut akan semakin menyenangi tugas yang penuh dengan tantangan dan memiliki kemamptapan yang kuat terhadap kemampuannya untuk mengerjakan tugas dan terus bertahan dalam usahanya meskipun banyak mengalami kesulitan dan rintangan. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki keyakinan dengan kemampuan dirinya, maka individu tersebut akan cenderung menghindari tugas yang penuh dengan tantangan dan mencari tugas yang tidak menantang.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri terdiri dari tiga aspek, yaitu *magnitude* (tingkatan kesulitan), *generality* (keluasan), *strength* (ketahanan). Pada penelitian ini, tiga aspek tersebut akan dijadikan acuan dalam pembuatan skala efikasi diri.

3. Sumber - sumber Efikasi Diri

Menurut Bandura (Jess Feis&Gregory J.Feist)²⁸ terdapat empat sumber penting yang digunakan individu dalam membentuk efikasi diri yaitu:

1) *Mastery Experience*

pengalaman penyelesaian masalah adalah sumber yang paling penting mempengaruhi efikasi diri seseorang, karena *mastery experience* memberikan bukti yang paling akurat dari tindakan apa saja yang diambil untuk meraih suatu keberhasilan tersebut dibangun dari kepercayaan yang

²⁸ Jess Feist & J. Gregory Feist.2010. Teori Kepribadian (Terjemahan Smita Prathita Siahputri). Jakarta: salemba humanika. Hlm;213-216

kuat didalam individu. Kegagalan akan menentukan efikasi diri individu hanya mengalami keberhasilan atau kesuksesan dengan mudah , individu akan cenderung mengaharapkan hasil yang cepat dan mudah menjadi lemah karena kegagalan. Padahal beberapa kegagalan dan rintangan dalam usaha manusia mengajarkan bahwa kesuksesan membutuhkan kerja keras. Individu diyakinkan bahwa dirinya memiliki hal-hal yang diperlukan untuk mencapai kesuksesan, individu akan berusaha untuk bangkit dan keluar dari kegagalan, karena efikasi diri yang kuat membutuhkan pengalaman menghadapi rintangan melalui usaha yang tekun.

2) *Modeling Sosial*

pengalaman orang lain adalah pengalaman pengganti yang disediakan untuk model sosial. Mengamati perilaku dan pengalaman orang lain sebagai proses belajar individu. Melalui model ini efikasi diri individu dapat meningkat, terutama apabila individu merasa memiliki kemampuan yang setara atau bahkan merasa lebih baik dari pada orang lain yang menjadi subjek belajarnya. Individu akan mempunyai kecenderungan merasa mampu melakukan hal yang sama. Meningkatkan efikasi diri ini dapat meningkatkan motivasi untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Melihat orang lain yang mirip dengan dirinya juga mempunyai kemampuan untuk berhasil dan sebaliknya dengan mengamati kegagalan orang lain akan menurunkan keyakinan dan usaha individu tersebut.

Dampak modeling dalam efikasi diri sangat dipengaruhi oleh kemiripan antara idividu dengan model. Semakin mirip individu dengan suatu model, maka pengaruh kegagalan maupun keberhasilan akan semakin besar. Jika modelnya

jauh berbeda dari individu maka tidak akan banyak mempengaruhi efikasi diri. Peningkatan efikasi diri akan menjadi efektif apabila subjek yang menjadi model tersebut mempunyai banyak kesamaan karakteristik antara individu dengan model, kesamaan tingkat kesulitan tugas, kesamaan situasi dan kondisi, serta keragaman yang dicapai oleh model.

3) *persuasi verbal*

persuasi verbal adalah cara ketiga untuk meningkatkan kepercayaan seseorang mengenai hal-hal yang dimilikinya untuk berusaha lebih gigih dalam mencapai tujuan dan keberhasilan atau kesuksesan. *Persuasi verbal* mempunyai pengaruh yang kuat pada peningkatan efikasi diri individu dan menunjukkan perilaku yang digunakan secara efektif. Seseorang mendapat sugesti atau bujukan untuk percaya bahwa dirinya mampu mengatasai masalah-masalah yang akan dihadapinya. *Persuasi verbal* berhubungan dengan kondisi yang tepat bagaimana dan kapan persuasi itu diberikan agar dapat meningkatkan efikasi diri seseorang. Kondisi individu adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi dan sifatnya realistik dari apa yang dipersuasikan. Seseorang yang dikenai *persuasi verbal* bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas yang telah diberikan, maka orang tersebut akan menggerakkan usaha yang lebih besar dan akan meneruskan penyelesaian tugas tersebut.

4) keadaan fisiologis dan emosional

Situasi yang menekan kondisi emosional dapat mempengaruhi efikasi diri. Gejala emosi, goncangan, kegelisahan yang mendalam dan keadaan fisiologis yang lemah yang dialami individu akan dirasakan sebagai isyarat

akan terjadi peristiwa yang tidak diinginkan, maka situasi yang menekan dan mengancam akan cenderung dihindari. Ketika melakukan penilaian terhadap kemampuan pribadi seseorang tidak jarang berpegang pada informasi somatik yang ditujukan melalui fisiologis dan keadaan emosional. Individu mengartikan reaksi cemas, takut, stres dan ketegangan sebagai sifat yang menunjukkan bahwa performansi dirinya menurun. Penilaian seseorang terhadap efikasi diri dipengaruhi oleh suasana hati. Suasana hati yang buruk akan melemahkan efikasi diri. Mengurangi reaksi cemas, takut dan stres individu akan mengubah kecenderungan fisik dirinya sehingga akhirnya dengan salah interpretasi terhadap keadaan fisiknya sehingga akhirnya akan mempengaruhi efikasi dirinya sehingga akhirnya akan mempengaruhi efikasi diri yang positif terhadap diri seseorang. Bandura

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa sumber-sumber yang mempengaruhi efikasi diri ialah *mastery experience* (pengalaman menyelesaikan masalah), *vicarious experience* (pengalaman orang lain sebagai model sosial), *persuasi verbal* (pengaruh ucapan yang kharismatik) serta keadaan fisiologis dan emosional.

4. Faktor-Faktor Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap dirinya akan mampu melaksanakan tingkah laku yang diperlukan dalam suatu tugas yang dipengaruhi oleh banyak faktor. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri yang diperspektifkan oleh individu merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan dalam performansi yang akan datang dan kemudian dapat pula menjadi faktor yang

ditentukan oleh pola keberhasilan atau kegagalan performansi yang pernah dialami.²⁹

Faktor-faktor lain yang mempengaruhi efikasi diri menurut Bandura, antara lain:

- a. Sifat tugas yang dihadapi. Situasi-situasi atau jenis tugas tertentu menuntut kinerja yang lebih sulit dan berat daripada situasi tugas yang lain.
- b. Intensif eksternal. Intensif berupa hadiah (*reward*) yang diberikan oleh orang lain untuk merefleksikan keberhasilan seseorang dalam menguasai atau melaksanakan suatu tugas (*competence contingent intensif*).
- c. Status atau peran individu dalam lingkungan derajat sosial seseorang mempengaruhi penghargaan dari orang lain dan rasa percaya dirinya.
- d. Informasi tentang kemampuan diri. Efikasi diri seseorang akan meningkat atau menurun jika ia mendapat informasi yang positif atau negatif tentang dirinya (Atkinson, 1995).

Selain faktor-faktor tersebut di atas, Atkinson menyatakan bahwa efikasi diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

- a. Keterlibatan individu dalam peristiwa yang dialami oleh orang lain, dimana hal tersebut membuat individu merasa ia memiliki kemampuan yang sama atau lebih dari orang lain. Hal ini kemudian akan meningkatkan motivasi individu untuk mencapai prestasi.
- b. *Persuasi verbal* yang dialami individu yang berisi nasehat dan bimbingan yang realistis dapat membuat individu merasa semakin yakin bahwa ia memiliki kemampuan yang dapat membantunya untuk mencapai tujuan yang diinginkan, cara seperti ini sering digunakan untuk meningkatkan

²⁹ J.W. Atkinson. 1995. *Pengantar Psikologi* (Terjemahan Nurdjanah dan Rukmini). Jakarta: Erlangga. Hln; 78

efikasi diri seseorang.

- c. Situasi-situasi psikologis dimana seseorang dapat menilai kemampuan, kekuatan dan ketentraman terhadap kegagalan atau kelebihan individu masing-masing. Individu mungkin akan lebih berhasil bila dihadapkan pada situasi sebelumnya yang penuh dengan tekanan, ia berhasil melaksanakan suatu tugas dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh sifat tugas yang dihadapi, intensif eksternal, status atau peran individu dalam lingkungan dan informasi tentang kemampuan dirinya yang diperoleh dari hasil yang dicapai secara nyata, pengalaman orang lain, *persuasi verbal* dan keadaan fisiologis.

5. Fungsi-Fungsi Efikasi Diri

Efikasi diri yang telah terbentuk akan mempengaruhi dan memberi fungsi pada aktifitas individu. Bandura³⁰ menjelaskan tentang pengaruh dan fungsi tersebut, yaitu:

1) Fungsi kognitif

Bandura menyebutkan bahwa pengaruh dari efikasi diri pada proses kognitif seseorang sangat bervariasi. Pertama, efikasi diri yang kuat akan mempengaruhi tujuan pribadinya. Semakin kuat efikasi diri, semakin tinggi tujuan yang ditetapkan oleh individu bagi dirinya sendiri dan yang memperkuat adalah komitmen individu terhadap tujuan tersebut. Individu dengan efikasi diri yang kuat akan mempunyai cita-cita yang tinggi, mengatur rencana dan berkomitmen pada dirinya untuk mencapai tujuan

³⁰ Albert Bandura.1989. "Human Agency in Social Cognitive Theory Americans Psychologist", *Journal of Personality an Social Psychology*,(vol.44,no 9) hlm 188-189)

tersebut. Kedua, individu dengan efikasi diri yang kuat akan mempengaruhi bagaimana individu tersebut menyiapkan langkah-langkah antisipasi bila usahanya yang pertama gagal dilakukan.

2) Fungsi motivasi.

Efikasi diri memainkan peranan penting dalam pengaturan motivasi diri. Sebagian besar motivasi manusia dibangkitkan secara kognitif. Individu memotivasi dirinya sendiri dan menuntun tindakan-tindakannya dengan menggunakan pemikiran-pemikiran tentang masa depan sehingga individu tersebut akan membentuk kepercayaan mengenai apa yang dapat dirinya lakukan. Individu juga akan mengantisipasi hasil-hasil dari tindakan-tindakan yang prospektif, menciptakan tujuan bagi dirinya sendiri dan merencanakan bagian dari tindakan-tindakan untuk merealisasikan masa depan yang berharga.

Efikasi diri mendukung motivasi dalam berbagai cara dan menentukan tujuan-tujuan yang diciptakan individu bagi dirinya sendiri dengan seberapa besar ketahanan individu terhadap kegagalan. Ketika menghadapi kesulitan dan kegagalan, individu yang mempunyai keraguan diri terhadap kemampuan dirinya akan lebih cepat dalam mengurangi usaha-usaha yang dilakukan atau menyerah. Individu yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dirinya akan melakukan usaha yang lebih besar ketika individu tersebut gagal dalam menghadapi tantangan. Kegigihan atau ketekunan yang kuat mendukung bagi pencapaian suatu performansi yang optimal. Efikasi diri akan berpengaruh terhadap aktifitas yang dipilih, keras atau tidaknya dan tekun

atau tidaknya individu dalam usaha mengatasi masalah yang sedang dihadapi.

3) Fungsi Afeksi

Efikasi diri akan mempunyai kemampuan coping individu dalam mengatasi besarnya stres dan depresi yang individu alami pada situasi yang sulit dan menekan, dan juga akan mempengaruhi tingkat motivasi individu tersebut. Efikasi diri memegang peranan penting dalam kecemasan, yaitu untuk mengontrol stres yang terjadi. Penjelasan tersebut sesuai dengan pernyataan Bandura bahwa efikasi diri mengatur perilaku untuk menghindari suatu kecemasan. Semakin kuat efikasi diri, individu semakin berani menghadapi tindakan yang menekan dan mengancam.

Individu yang yakin pada dirinya sendiri dapat menggunakan kontrol pada situasi yang mengancam, tidak akan membangkitkan pola-pola pikiran yang mengganggu. Sedangkan bagi individu yang tidak dapat mengatur situasi yang mengancam akan mengalami kecemasan yang tinggi. Individu yang memikirkan ketidakmampuan coping dalam dirinya dan memandang banyak aspek dari lingkungan sekeliling sebagai situasi ancaman yang penuh bahaya, akhirnya akan membuat individu membesar-besarkan ancaman yang mungkin terjadi dan khawatir terhadap hal-hal yang sangat jarang terjadi. Melalui pikiran-pikiran tersebut, individu menekan dirinya sendiri dan meremehkan kemampuan dirinya sendiri.

4) Fungsi Selektif

Fungsi selektif akan mempengaruhi pemilihan aktivitas atau tujuan yang akan diambil oleh individu. Individu menghindari aktivitas dan situasi

yang individu percayai telah melampaui batas kemampuan coping dalam dirinya, namun individu tersebut telah siap melakukan aktivitas-aktivitas yang menantang dan memilih situasi yang dinilai mampu untuk diatasi. Perilaku yang individu buat ini akan memperkuat kemampuan, minat-minat dan jaringan sosial yang mempengaruhi kehidupan, dan akhirnya akan mempengaruhi arah perkembangan personal. Hal ini karena pengaruh sosial berperan dalam pemilihan lingkungan, berlanjut untuk meningkatkan kompetensi, nilai-nilai dan minat-minat tersebut dalam waktu yang lama setelah faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan keyakinan telah memberikan pengaruh awal. (Bandura).

5. Efikasi Diri Menurut Perspektif Islam

Allah dalam Al-Qur'an telah menegaskan bahwa setiap orang akan mampu meghadapi peristiwa apapun yang terjadi karena Allah berjanji dalam Al-Qur'an bahwa Allah tidak akan membebani seseorang melainkan dengan sesuatu yang sesuai dengan kemampuannya. Seperti firman Allah dalam QS. Al-Baqarah sebagai berikut:

أَوَدَّسِينَا إِن تُؤَاخِذْنَا لَوْلَا رَبَّنَا أَكْتَثَبْتِ مَا وَعَلَيْهَا كَسَبَتْ مَا لَهَا وَسَعَهَا إِلَّا نَفْسًا اللَّهُ يَكْفُلُ لَا
مَا تَحْمِلُنَا وَلَا رَبَّنَا قَبْلَنَا مِنَ الَّذِينَ عَلَى حَمَلْتُهُ كَمَا إِصْرًا عَلَيْنَا تَحْمِلُ وَلَا رَبَّنَا أخطأ
بِفِرِينِ الْقَوْمِ عَلَى فَأَنْصُرْنَا مَوْلَانَا أَنْتَ وَارْحَمْنَا لَنَا وَاعْفِرْ عَنَّا وَاعْفُ بِهِ لَنَا طاقَةَ لَا

الك ٣١

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari

³¹ Al-Qur'an Surat Al Baqoroh ayat 286

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."³²

Ayat diatas dapat disimpulkan bahwa Allah tidak akan membebani dengan sesuatu yang berada diluar kemampuannya, maka akan timbul keyakinan bahwa apapun terjadi, kita akan mampu menghadapinya. Kemampuan untuk menghadapi peristiwa apapun tentu saja bukan tanpa sebab, dibalik itu semua, esensinya adalah kemampuan yang diberikan Allah kepada manusia. Ayat ini juga mengisyaratkan bahwa setiap orang memiliki kemampuan sebagai bekal untuk menjalai kehidupan ini. Maka setiap orang hendaknya menyakini bahwa banyak kemampuan yang telah dimiliki dan akan menjadi potensi sebagai modal untuk menuju kesuksesan.

Selain kemampuan, jiwa pun mempunyai kecenderungan untuk melakukan perbuatan yang baik dan yang buruk. Kecenderungan yang baik akan terasa ringan untuk dilakukan dan memperoleh pahala. Adapun kecenderungan yang buruk, jiwa akan terasa berat dan sakit dalam mengerjakannya. Jiwa merupakan tempat berjuang antara cita yang baik yaitu cita ketaatan kepada Allah dengan cita yang buruk yaitu hawa nafsu. Hal ini merupakan suatu keniscayaan yang dialami oleh setiap orang. Bagi yang yakin akan kemampuannya untuk berbuat baik, maka individu tersebut akan mampu berbuat baik. Sebaliknya individu tersebut tidak

³² Departemen Agama RI, Al-Hikam, 2008. *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung; Diponegoro hlm;49

yakin maka tidak akan mampu untuk berbuat baik tersebut ringan untuk dilakukan.

Dalam hadist kitab Musnad Ahmad (As-Syarif Isdar Atsani) disebutkan; dari Mus'ab bin Sa'id dari ayahnya, berkata: wahai Rasulullah SAW; siapa manusia yang paling berat cobaannya Rasulullah ASW bersabda:

“para nabi kemudian orang-orang sholih, kemudian generasi setelahnya lagi, seseorang akan diuji sesuai dengan kadar keagamaannya, apabila ia kuat dalam agamanya maka ujiannya akan bertambah, apabila tidak kuat maka ujiannya akan diringankan darinya. Tidak henti henti ujiana menimpa seorang hamba hingga di muak bumi ini dengan tiada memiliki kesalahan sedikitpun”. (Hadist Imam Ahmad).

Kedua sumber hukum islam diatas jelas mengatakan bahwa semua permasalahan pasti bisa diatasi karena besar kecilnya permasalahan disesuaikan dengan kemampuan setiap hamba atau individu. Jika sumber dipahami dan diyakini, sehingga terbentuk perilaku sehari-hari, maka efikasi dirinya akan tinggi.

Pemahaman Al-Qur'an dan sunnah diatas sesuai dengan pengertian efikasi diri yang berarti keyakinan akan kemampuannya karena Allah telah memberikan berbagai potensi pada manusia dan telah meyempurnakan penciptannya.

Firman Allah dalam QS. An-nahl:

عِدَّةً وَالْأَبْصَرَ السَّمْعَ لَكُمْ وَجَعَلَ شَيْئًا تَعْلَمُونَ لَا أُمَّهَاتِكُمْ يُطُونَ مِنْ أَخْرَجَكُمْ وَاللَّهُ

تَشْكُرُونَ لَعَلَّكُمْ وَالْأَفْ ٣٣

³³ Al-Qur'an Surat An-nahl ayat; 78

“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam Keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.”³⁴

Pendengaran dan penglihatan adalah indra untuk menangkap informasi dan informasi ini yang nantinya akan menjadi referensi atau pengalaman dalam menyelesaikan masalah. Semakin banyak orang berpengalaman dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah maka semakin percaya atau yakin dalam menyelesaikan masalah yang lain. Sedangkan hati, merupakan tempat untuk menimbang rasa yang berbeda dengan akal. Hati merupakan tempat dari sebuah keyakinan, yang mana keyakinan tersebut bisa berasal dari pendengaran dan penglihatan ataupun dari hati itu sendiri dikarenakan pancaran sinar ilahi.

﴿تَقْوِيمًا أَحْسَنَ فِي الْإِنْسَانِ خَلَقْنَا لَقَدْ﴾³⁵

”Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”³⁶

Manusia adalah ciptaan yang paling sempurna, diberi akal sebagai kholifah dan diberi hati sebagai hamba. Sehingga kesempurnaan tersebut menjadi modal dalam menghadapi dan menyelesaikan masalahnya.

﴿رَوْحٍ مِّنْ يَّأَيَّسُ لِإِنَّهُ رَوْحٌ مِّنْ تَائِبٍ سَوْأَوْلَا وَأَخِيهِ يُوسُفَ مِّنْ فَتَحَسُّوْا أَذْهَبُوا يَبْنِيَّ﴾³⁷

﴿الْكَافِرُونَ الْقَوْمُ إِلَّا اللَّهُ﴾³⁷

³⁴ Departemen Agama RI, Al-Hikam, 2008. *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung; Diponegoro hlm;275

³⁵ Al-Qur'an surat At-Tiin ayat: 4

³⁶ Departemen Agama RI, Al-Hikam, 2008. *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung; Diponegoro hlm;597

³⁷ Al-Qur'an Surat Yusuf ayat:87

“wahai anak-anakku, Pergilah kamu, Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”.³⁸

Bagi umat islam tidak ada kata putus asa, tidak ada kata menyerah, semua pasti ada penyelesaiannya dan orang islam hidup didunia adalah untuk diuji sebagai gantinya surga diakhirat. Dari semua ayat diatas merupakan dukungan atau anjuran untuk meningkatkan efikasi diri seorang muslim, agama islam sangat menganjurkan umatnya untuk selalu berfikir positif.

B. KEMANDIRIAN BELAJAR

1. Pengertian Kemandirian Belajar

Dalam kamus psikologi kata *autonomy* (otonomy) diartikan sebagai keadaan pengaturan diri atau kebebasan individu manusia untuk memilih, menguasai dan menentukan dirinya sendiri (Chaplin)³⁹. Istilah *independence* dan *autonomy* sering dipertukarkan secara bergantian (*interchangeable*). Secara umum kedua istilah tersebut memiliki arti yang sama yaitu kemandirian tetapi secara umum kedua istilah tersebut berbeda dengan perbedan yang sangat tipis. Lebih lanjut Steinberg menegaskan bahwa *independence* menunjukkan pada kapasitas seseorang memperlakukan dirinya sendiri, sehingga anak yang sudah memiliki *independence* akan mampu melakukan sendiri aktivitas dalam kehidupan tanpa adanya pengaruh pengawasan orang lain.

Kemandirian belajar merupakan suatu sikap individu yang diperoleh secara komulatif selama perkembangan, dimana individu akan terus belajar

³⁸ Departemen Agama RI, Al-Hikam, 2008. *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung; Diponegoro hlm;246

³⁹ J.P Chaplin.2004. *Kamus Lengkap Psikologi (Terjemahan Dr. Kartini Kartono)*.Jakarta: Raja Grafindo Persada

untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi lingkungan, sehingga individu pada akhirnya akan mampu berfikir dan bertindak sendiri. Kemandirian seseorang dapat diketahui dari perkembangan kehidupan dengan lebih mantap.⁴⁰

Kemandirian menurut Imam Sutari Barnadib⁴¹ meliputi “perilaku mampu berinisiatif, mampu mengatasi hambatan/masalah, mempunyai rasa percaya diri dan dapat melakukan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain”. Pendapat tersebut diperkuat oleh Kartini dan Dali yang mengatakan bahwa kemandirian adalah “hasrat untuk mengerjakan sesuatu bagi diri sendiri”. Secara singkat dapat disimpulkan bahwa kemandirian mengandung pengertian:

1. Keadaan seseorang yang memiliki hasrat bersaing untuk maju demi kebaikan dirinya.
2. Mampu mengambil keputusan dan berinisiatif untuk mengatasi masalah yang dihadapi.
3. Memiliki kepercayaan diri dalam mengerjakan tugas-tugasnya.
4. Bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukannya.

Barre Lenard yang dikutip oleh Mutholi'ah⁴² mengatakan bahwa kemandirian adalah rasa percaya dan tergantung pada kemampuan sendiri. Untuk mengatur dan menasirkan pengalamannya, mengatur jalan hidupnya dengan bebas.

⁴⁰ Muhtamaji. 2002. *Pendidikan Keselamatan Konsep dan Penerapan*. Jakarta:Depdiknas. Hlm;2

⁴¹ Imam Sutari Barnadib. 1986. *Pengantar Pendidikan Sistematis*. Yogyakarta:FIP IKP Yogyakarta. Hlm; 85

⁴² Mutholi'ah. 2002. *Konsep Diri Positif Penunjang Prestasi PAI*. Semarang; Gunung Jati. Hlm;124

Brawer Lenard yang dikutip Chabib Thoah⁴³ mengartikan kemandirian adalah perilaku yang terdapat dalam diri seseorang yang timbul karena kekuatan dorongan dari dalam tidak karena pengaruh orang lain.

Menurut Merriam dan Caffarella⁴⁴ kemandirian belajar merupakan proses pembelajaran dimana pelajar membuat inisiatif sendiri dalam perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi dari pengalaman pembelajarannya yang diambil dari berbagai sumber atau literature.

Kemandirian belajar adalah sikap mandiri yang dengan inisiatifnya sendiri mendesak jauh ke belakang setuap pengendalian asing. Kemandirian dapat juga terungkap sebagai koeswarkarya (Herman Holsten).⁴⁵

Perilaku mandiri dapat diartikan sebagai kebebasan seseorang dari pengaruh orang lain. Ini berarti bahwa orang yang berperilaku mandiri mempunyai kemampuan untuk menemukan sendiri apa yang harus dilakukan menentukan dalam memilih kemungkinan-kemungkinan dari hasil perbuatannya dan akan memecahkan sendiri masalah-masalah yang dihadapi tanpa harus mengharapkan bantuan orang lain. Belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku dimana perubahan dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik (Ngalim Purwanto).⁴⁶

Kemandirian yang mengarah pada konsep independence merupakan bagian dan perkembangan autonomy selama masa remaja, namun autonomy

⁴³ M. Chabib Thoah. 1996. *Kapita Selekta Pendidikan Islam*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar. Hlm;86

⁴⁴ S.Merriam & R.S. Caffarella. 1999. *Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self-Directed learning pada Siswa SMA*. *Jurnal Psikologi*. Vol 37 Desember 2010. Hlm;216-223

⁴⁵ Herman Holstem. 1987. *Murid Belajar Mandiri*. Bandung. Remaja Rosda. Hlm;40

⁴⁶ Ngalim Purwanto. 2004. *Psikologi pendidikan*. Bandung. Rosda karya. Hlm;7

mencakup aspek yang lebih luas lagi, yaitu aspek emosional, behavioral dan nilai. Stenberg⁴⁷ membagi kemandirian menjadi 3 bagian yaitu; kemandirian emosional yang berhubungan dengan interaksi remaja dengan orang tua, kemandirian perilaku yaitu kemandirian dalam mengambil keputusan dan melaksanakannya, dan kemandirian nilai yaitu kemandirian yang berhubungan dengan seperangkat dan nilai tentang benar, salah, penting dan tidak

Kemandirian adalah pengalaman melalui pengaturan dan pemeliharaan intuisi serta perilaku yang menghubungkan antara tujuan, tindakan seseorang dan nilai-nilai. Artinya bahwa dengan adanya kesempatan untuk mengawasi, menseleksi, menjaga dan mengatur tingkah laku, menunjukkan adanya suatu kebebasan pada setiap individu yang mandiri untuk menentukan sendiri perilaku yang hendak ia tampilkan, menentukan langkah hidupnya, tujuan hidupnya dan nilai-nilai yang akan dianut serta diyakininya.

Kemandirian belajar merupakan salah satu ciri kepribadian yang penting yang dapat membantu individu untuk mencapai tujuan belajar, serta untuk menyelesaikan tugas-tugas belajarnya. Jika disimpulkan dari keseluruhan pengertian diatas maka kemandirian belajar dapat dipahami sebagai rangkaian aktivitas dalam belajar yang dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu atas dasar tanggung jawab, kesadaran serta kemampuan sendiri tanpa ketergantungan dengan orang lain.

2. Aspek-aspek Kemandirian Belajar

⁴⁷ L. Steinberg. 2002. *Adolescence*. New York: Mc Graw Hill Companies. Inc. hlm; 265

Dalam keseharian siswa sering dihadapkan pada permasalahan yang menuntut siswa untuk mandiri dan menghasilkan suatu keputusan yang baik. Song and Hill⁴⁸ menyebutkan bahwa kemandirian belajar terdiri dari beberapa aspek yaitu:

1. *Personal Attributes*

Personal attributes merupakan aspek yang berkenaan dengan motivasi dari pelajar, penggunaan sumber belajar dan strategi belajar. Motivasi belajar merupakan keinginan yang terdapat pada diri seseorang yang merangsang pelajar untuk melakukan kegiatan belajar. Ciri-ciri motivasi menurut Worrel dan Stillwell dalam Harliana (1998) antara lain:(a) tanggung jawab (mereka yang memiliki motivasi belajar merasa bertanggung jawab atas tugas yang dikerjakannya dan tidak meninggalkan tugasnya sebelum berhasil menyelesaikannya),(b) tekun berkonsentrasi (berkonsentrasi untuk menyelesaikan tugasnya dan tidak mudah menyerah), (c) waktu penyelesaian tugas (berusaha menyelesaikan tugas dengan waktu secepat dan seefisien mungkin), (d) menetapkan tujuan yang realitas (mampu menetapkan tujuan realistis sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya, mampu berkonsentrasi terhadap setiap langkah untuk mencapai tujuan dan mengevaluasi setiap kemajuan yang telah dicapai. *Personal Atribut* mengacu pada motivasi peserta didik untuk dapat mengetahui kemampuan mengambil tanggung jawab untuk mereka belajar (Garrison, 1997). Personal atribut juga mencakup penggunaan sumber daya dan strategi kognitif yang kuat. Personal atribut adalah karakteristik

⁴⁸ Song and Hill.2007. *A Conceptual for Understanding Self-Directed Learning in Online Environments*. Journal of Interactive Online Learning. Vol. 6, number 1 hlm;27-38

peserta didik membawa ke konteks pembelajaran tertentu (misalnya, motivasi intrinsik dan akal), bersama-sama dengan pengetahuan mereka sebelumnya dari area konten dan pengalaman sebelumnya dengan konteks pembelajaran. Dalam belajar, sumber belajar yang digunakan siswa tidak terbatas, asalkan sesuai dengan materi yang dipelajari dan dapat menambah pengetahuan siswa. Sedangkan yang dimaksud dengan strategi belajar di sini adalah segala usaha yang dilakukan siswa untuk menguasai materi yang sedang dipelajari, termasuk usaha yang dilakukan apabila siswa tersebut mengalami kesulitan.

2. *Processes*

Processes merupakan aspek yang berkenaan dengan otonomi proses pembelajaran yang dilakukan oleh pembelajar meliputi; perencanaan, monitoring, serta evaluasi pembelajaran. Kegiatan perencanaan meliputi: (a) mengelola waktu secara efektif (pembuatan jadwal belajar, menyusun kalender studi untuk menulis atau menandai tanggal-tanggal penting dalam studi, tanggal penyerahan tugas-tugas dan tanggal penting lainnya, mempersiapkan buku, alat tulis dan peralatan belajar lainnya), (b) menentukan prioritas dan menata diri (mencari tahu mana yang penting dilakukan terlebih dahulu dan kapan mesti dilakukan). Proses mengacu pada proses belajar mandiri peserta didik. Secara khusus, otonomi pelajar terutama diwujudkan dalam proses perencanaan, monitoring dan evaluasi satuan pembelajaran (Moore, 1972). Otonomi pelajar dalam proses belajar dipandang sebagai sebuah kontinum

(Permen,1991). Tergantung pada tingkat otonomi pelajar, pengalaman belajar dapat berkisar dari instruktur mengajar 100% dari waktu kelas.

3. *Learning Context*

Focus dari *learning context* adalah faktor lingkungan dan bagaimana faktor tersebut mempengaruhi tingkat kemandirian pelajar. Ada beberapa faktor dalam konteks pembelajaran yang dapat mempengaruhi pengalaman mandiri pelajar antara lain, strukture dan *nature of task*. Struktur dan tugas dalam konteks pembelajaran ini misalnya, siswa belajar dengan mengerjakan tugas kelompok dalam LKS. Dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar siswa merupakan suatu bentuk belajar yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk menentukan tujuan belajar, perencanaan belajar, sumber-sumber belajar, mengevaluasi belajar dan menentukan kegiatan belajar sesuai dengan kebutuhannya sendiri. Konteks berfokus pada faktor lingkungan dan bagaimana faktor-faktor tersebut mempengaruhi tingkat diri, arah yang diberikan kepada peserta didik. Ada berbagai factor dalam konteks pembelajaran yang dapat berdampak pada pelajar. Pengalaman salah satu *self-directed learning* yang dijadikan sebagai salah satu model pembelajaran yang menggambarkan ada unsur-unsur desain dan elemen pendukung. Elemen desain termasuk sumber daya, struktur dan sifat dari tugas-tugas dalam konteks pembelajaran. Sumber daya ini bisa tertanam dalam konteks pembelajaran yang spesifik dan dapat dirancang oleh instruktur sebagai bantuan dalam pengajaran. Demikian pula , konteks pembelajaran tertentu dapat memutuskan pada struktur pembelajaran. Beberapa konteks pembelajaran tampak *default* ke

tingkat yang berbeda dari SDL(*self directed learning*) dalam pengalaman belajar. Misalnya; kapan saja dan di mana saja. Selanjutnya sifat dari tugas juga mempengaruhi tingkat *self-directed learning* yang diperlukan dari pada peserta didik . Satu set elemen dalam konteks pembelajaran yang berdampak pada pelajar SDL (*self-directed learning*) adalah dukungan dalam konteks pembelajaran . Dukungan ini dapat berasal dari guru umpan balik atau hubungan sebaya dan komunikasi

3.Faktor-faktor Kemandirian Belajar

Menurut Meichenbaum Beimiller⁴⁹ ada 2 kondisi yang menentukan dalam pembentukan kemandirian belajar pada siswa yaitu:

- 1) Sumber sosial yaitu orang dewasa yang berada di lingkungan siswa seperti orang tua, anggota keluarga dan guru. Orang dewasa ini dapat mengkomunikasikan nilai kemandirian belajar dengan modeling, memberikan arah dan mengatur perilaku yang akan dimunculkan.
- 2) Sumber yang kedua adalah mempunyai kesempatan untuk melatih kemandirian belajar siswa. Siswa secara konstan selalu diatur secara langsung oleh orang tua dan guru tidak dapat membangun ketrampilannya untuk dapat belajar secara mandiri karena lemahnya kesempatan yang mereka punya.

Menurut Basri⁵⁰ kemandirian belajar siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

⁴⁹ Beimiller Meichenbaum. 1998.*Nurturing Independent Learners*. Brookline Books Cambridge MA

1) Faktor yang terdapat di dalam dirinya sendiri (faktor endogen)

Faktor endogen (internal) adalah semua pengaruh yang bersumber dari dalam dirinya sendiri, seperti keadaan keturunan dan konstitusi tubuhnya sejak dilahirkan dengan segala perlengkapan yang melekat padanya. Segala sesuatu yang dibawa sejak lahir adalah merupakan bekal dasar bagi pertumbuhan dan perkembangan individu selanjutnya. Berbagai macam sifat dasar dari ayah dan ibu mungkin akan didapatkan didalam diri seseorang, seperti bakat, potensi intelektual dan potensi pertumbuhan tubuhnya serta jenis kelamin.

2) Faktor-faktor yang terdapat diluar dirinya (faktor eksogen)

Faktor eksogen(eksternal) adalah semua keadaan atau pengaruh yang berasal dari luar dirinya, seering pula dinamakan dengan faktor lingkungan. Lingkungan kehidupan yang dihadapi individu sangat mempengaruhi perkembangan kepribadian seseorang baik dalam segi negatif maupun positif. Lingkungan keluarga dan masyarakat yang baik terutama dalam bidang nilai dan kebiasaan-kebiasaan hidup akan membentuk kepribadian, termasuk pula dalam hal kemandiriannya.

Anak yang mempunyai kemandirian belajar dapat dilihat dari kegiatan belajarnya, dia tidak perlu disuruh bila belajar dan kegiatan belajar dilaksanakan atas inisiatif dirinya sendiri. Untuk mengetahui apakah siswa itu mempunyai kemandirian belajar maka perlu diketahui ciri-ciri kemandirian belajar. Anton Sukarno (1989:64) menyebutkan ciri-ciri kemandirian belajar sebagai berikut:

⁵⁰ H. Basri.1994. *Remaja Berkualitas (Problematika Remaja dan Solusinya)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hlm: 54

1. Siswa merencanakan dan memilih kegiatan belajar sendiri
2. Siswa berinisiatif dan memacu diri untuk belajar secara terus menerus
3. Siswa dituntut bertanggung jawab dalam belajar
4. Siswa belajar secara kritis, logis, dan penuh keterbukaan
5. Siswa belajar dengan penuh percaya diri

Menurut Brawer (dalam Thoha⁵¹, 1996) ciri-ciri kemandirian belajar adalah sebagai berikut:

1. Seseorang mampu mengembangkan sikap kritis terhadap kekuasaan yang datang dari luar dirinya. Artinya mereka tidak segera menerima begitu saja pengaruh orang lain tanpa dipikirkan terlebih dahulu segala kemungkinan yang akan timbul.
2. Adanya kemampuan untuk membuat keputusan secara bebas tanpa dipengaruhi oleh orang lain.

Menurut Thoha (1996) ciri kemandirian belajar dapat dibagi dalam delapan jenis yaitu:

1. Mampu berpikir secara kritis, kreatif dan inovatif.
2. Tidak mudah terpengaruh oleh pendapat orang lain.
3. Tidak lari atau menghindari masalah.
4. Memecahkan masalah dengan berfikir yang mendalam.
5. Apabila menjumpai masalah dipecahkan sendiri tanpa meminta bantuan orang lain.
6. Tidak merasa rendah diri apabila harus berbeda dengan orang lain.

⁵¹ M. Chabib Thoha. 1996. *Kapita Selekta Pendidikan Islam*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar

7. Berusaha bekerja dengan penuh ketekunan dan kedisiplinan.
8. Bertanggung jawab atas tindakannya sendiri.

Kemandirian belajar merupakan kesiapan individu yang mau dan mampu untuk belajar dengan inisiatif sendiri dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam hal penentuan tujuan belajar, metode belajar dan evaluasi belajar. Berkaitan dengan hal tersebut Sugilar (2000) berpendapat bahwa ciri-ciri kemandirian belajar yakni:

- 1) kecintaan terhadap belajar
- 2) kepercayaan diri sebagai siswa
- 3) keterbukaan terhadap tantangan belajar
- 4) bersifat ingin tahu
- 5) pemahaman diri dalam belajar
- 6) menerima tanggung jawab untuk kegiatan lainnya

Kesimpulan dari uraian diatas, bahwa kemandirian belajar adalah sikap mengarah pada kesadaran belajar sendiri dan segala keputusan, pertimbangan yang berhubungan dengan kegiatan belajar diusahakan sendiri sehingga bertanggung jawab sepenuhnya dalam proses belajar tersebut.

1. BELAJAR MENURUT PERSPEKTIF ISLAM

Islam memandang umat manusia sebagai makhluk yang dilahirkan dalam keadaan kosong tidak berilmu pengetahuan. Akan tetapi Allah memberi potensi yang bersifat jasmaniah dan rohaniah untuk belajar dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk kemaslahatan umat manusia itu sendiri. Kutipan

firman-firman Allah baik secara eksplisit maupun implisit yang mewajibkan orang untuk belajar agar memperoleh ilmu pengetahuan yakni sebagai berikut;

Sebagaimana Allah berfirman didalam surat Al-Zumar yang berbunyi:

يَسْتَوِي هَلْ قُلُّ رَبِّهِ رَحْمَةً وَيَرَّجُوا الْآخِرَةَ مَحْذُورًا وَمَا سَأَلَ الْإِلَهَ أَنَاءَ قَنَتِ هُوَ مَنْ
٥٢ ﴿٩﴾ الْآلْبَابِ أُولُو آيَاتِكَ إِنَّمَا يَعْلَمُونَ لَا وَالَّذِينَ يَعْمُونَ الَّذِينَ

9. (apakah kamu Hai orang musyrik yang lebih beruntung) ataukah orang yang beribadat di waktu-waktu malam dengan sujud dan berdiri, sedang ia takut kepada (azab) akhirat dan mengharapkan rahmat Tuhannya? Katakanlah: "Adakah sama orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang yang tidak mengetahui?" Sesungguhnya orang yang berakallah yang dapat menerima pelajaran.⁵³

Allah berfirman dalam Al-Qur'an Al-Isra yang berbunyi:

﴿٢٦﴾ مَسْئُولًا عَنْهُ كَانَ أُولَئِكَ كُلُّ وَالْفُؤَادِ وَالْبَصَرَ السَّمْعَ إِنَّمَا عَلَّمَهُ لَكَ لَيْسَ مَا تَقْفُوا
﴿٢٦﴾

36. Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawaban.⁵⁵

Perintah belajar diatas, tentu saja harus dilaksanakan melalui proses kognitif (tahapan tahapan yang bersifat akliah). Dalam hal ini , system memori yang terdiri atasmemori sensori, memori jangka pendek dan memori jangka

⁵² Al-qur'an surat Az –Zumar ayat:9

⁵³ Departemen Agama RI, Al-Hikam, 2008. *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung; Diponegoro hlm;459

⁵⁴ Al-Qur'an Surat Al-Isra ayat:36

⁵⁵ Departemen Agama RI, Al-Hikam, 2008. *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung; Diponegoro hlm;285

panjang berperan sangat aktif dan menentukan berhasil atau gagalnya seseorang dalam meraih pengetahuan dan keterampilan (Muhibbin Syah)⁵⁶

C. HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEMANDIRIAN BELAJAR

Menurut Chabib Thoha⁵⁷ kemandirian merupakan sikap dan perilaku mandiri yang merupakan salah satu unsur sikap. Jadi yang dimaksud dengan kemandirian di sini adalah bentuk sikap terhadap objek dimana individu memiliki independensi yang tidak terpengaruh terhadap orang lain. Siswa yang memiliki kemandirian belajar yang tinggi dapat mengorganisir pekerjaan mereka, menetapkan tujuan, mencari bantuan ketika diperlukan, menggunakan strategi kerja yang efektif, mengatur waktu mereka untuk belajar dan memiliki efikasi diri. Kemampuan-kemampuan tersebut menimbulkan berkembangnya sikap belajar yang positif dan didukung oleh adanya efikasi diri, siswa dapat mengontrol emosinya, menentukan tindakan berdasarkan pandangan pribadi, berani mengambil keputusan dalam pemecahan masalah, dapat mengurangi ketergantungan pada orang lain, dapat menentukan baik-buruk dan benar-salah.

Zimmerman (dalam Schuk & Zimmerman)⁵⁸ mengatakan bahwa kemandirian belajar dapat dikatakan berlangsung bila peserta didik secara sistematis mengarahkan perilaku dan kognisinya dengan cara memberi perhatian pada instruksi tugas-tugas, melakukan proses dan mengintegrasikan

⁵⁶ Muhibbin Syah. 2010. Psikologi pendidikan Suatu pendekatan Baru. Bandung. Remaja Rosdakarya. Hlm;87

⁵⁷ Thoha Chabib M.1996. *Kapita Selekta Pendidikan Islam*.Pustaka Pelajar.Yogyakarta

⁵⁸Schuk,D.H.& B.J Zimmerman.1998.*Introduction to the Self Regulated Learning (SRL)*.Cycle.

pengetahuan, mengulang-ulang informasi untuk diingat serta mengembangkan dan memelihara keyakinan positif tentang kemampuan belajar (*self efficacy*) dan mampu mengantisipasi hasil belajarnya..

Kemandirian merupakan suatu sikap individu yang diperoleh secara kumulatif selama perkembangan dan individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan, sehingga individu pada akhirnya mampu berpikir dan bertindak sendiri. Dengan kemandiannya, seseorang dapat memilih jalan hidupnya untuk berkembang dengan lebih mantap (Enung Fatimah)⁵⁹

Untuk mandiri seseorang membutuhkan kesempatan, dukungan dan dorongan dari keluarga serta lingkungan di sekitarnya, untuk mencapai otonomi atas diri sendiri. Pada saat ini peran orang tua dan lingkungan sangat diperlukan bagi anak sebagai “penguat” untuk setiap perilaku yang telah dilakukannya. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan Reber bahwa: “kemandirian merupakan suatu sikap otonomi bahwa seseorang secara relative bebas dari pengaruh penilaian, pendapat dan keyakinan orang lain”. Dengan otonomi tersebut remaja diharapkan akan lebih bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri.

Berhubungan dengan aktivitas belajar, siswa dengan efikasi diri yang baik akan melakukan perencanaan yang matang serta memiliki ketekunan untuk menyelesaikan tugas-tugas belajarnya. Siswa yang memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat menyelesaikan tugas dengan kemampuannya sendiri cenderung lebih

⁵⁹Enung Fatimah.2010. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*.Bandung: Pustaka Setia.

matang dalam merencanakan waktu-waktu belajarnya, memiliki inisiatif untuk mencari sumber-sumber belajar tanpa instruksi orang lain, serta lebih percaya diri ketika ujian. Sehingga pengalaman dalam melakukan aktivitas-aktivitas tersebut akan mendorong remaja untuk mengerahkan kemampuan dirinya dalam rangka mencapai tujuan dalam hidupnya. Adapun menurut (Mustaqim,2009:41) “dengan efikasi diri seseorang akan terdorong untuk menjalani pilihan-pilihan hidup yang telah ia tentukan sendiri, menjadi seorang individu yang mandiri”.

Efikasi diri merupakan perantara bagi proses perkembangan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Remaja akan mengarahkan dirinya berdasarkan kemampuan kemampuan yang ia yakini mampu ditampilkan dalam rangka mencapai tujuan-tujuan hidup yang telah ia rencanakan (Zimmerman dan Cleary,2006:45).

Keyakinan akan kemampuan yang dimiliki (efikasi diri) berperan sangat penting dalam menggerakkan aktivitas remaja dalam perkembangan kemandiriannya. Efikasi diri yang kuat akan menjadi dasar bagi remaja untuk melepaskan diri dari ketergantungan dengan orang lain terutama orang tua. Remaja mulai memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat mencapai keberhasilan dengan segenap kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan yang kuat akan mendorong remaja untuk lebih mandiri dengan segenap kemampuan yang dimilikinya.

Berhubungan dengan aktivitas belajar, siswa dengan efikasi diri yang baik akan melakukan perencanaan yang matang serta memiliki ketekunan untuk menyelesaikan tugas-tugas belajarnya. Siswa yang memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat menyelesaikan tugas dengan kemampuannya sendiri cenderung

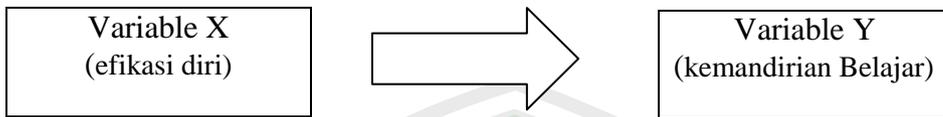
lebih matang dalam merencanakan waktu-waktu belajarnya, memiliki inisiatif untuk mencari sumber-sumber belajar tanpa instruksi orang lain, serta lebih percaya diri ketika ujian. Sehingga pengalaman dalam melakukan aktivitas-aktivitas tersebut akan mendorong remaja untuk menggerakkan kemampuan dirinya dalam rangka mencapai tujuan dalam hidupnya. Adapaun menurut (Mustaqim, 2009:41) ”dengan efikasi diri seseorang akan terdorong untuk menjalani pilihan-pilihan hidup yang telah ia tentukan sendiri, menjadi seorang individu yang mandiri”.

Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan terdorong untuk tidak tergantung pada orang lain, seperti mengerjakan tugas rumah ketika diingatkan oleh orang tua, mencari sumber belajar ketika diperintah oleh guru dan sebagainya. Sehingga pada akhirnya cenderung menjadi individu yang mandiri dalam belajar.

Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi, maka cenderung akan memiliki perencanaan yang matang, memiliki ketekunan, berinisiatif dalam mencari sumber-sumber belajar, percaya diri dan tidak mudah merasa tertekan, mampu menetapkan target prestasinya, dapat berpikir positif serta keinginan untuk tidak tergantung dengan orang lain.

Dengan demikian perilaku-perilaku yang ditampilkan oleh individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi tersebut, maka keyakinan tersebut menjadi dasar bagi siswa untuk selalu mengandalkan orang lain yang pada akhirnya mendorong siswa untuk lebih mandiri dalam belajarnya dan tidak menggantungkan orang lain dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Sebaliknya apabila seseorang mempunyai

efikasi diri yang rendah maka kecenderungan senantiasa selalu memandang diri tidak mampu akan berpengaruh pada tingkah laku yang ditampilkan dengan tidak baik, begitu pula dalam mengembangkan kemandirian dalam belajar.



D. HIPOTESIS

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kemandirian belajar pada siswa disekolah.

