

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Orang berperilaku dalam kondisi tertentu bergantung pada keadaan lingkungan dan kondisi kognitifnya, khususnya kondisi kognitif mengenai keyakinan bahwa seseorang mampu menyelesaikan suatu tugas dengan baik atau tidak. Alwisol (2014, h. 287), menyebutkan bahwa efikasi diri merupakan penilaian terhadap diri sendiri, seberapa baik atau buruk tindakan yang telah dilakukan dan bisa tidaknya seseorang mengerjakannya sesuatu sesuai ketentuan yang berlaku. Beberapa literatur menggunakan sebutan *self-efficacy* untuk menyebutkan efikasi diri.

Efikasi diri adalah penilaian seseorang mengenai kemampuan diri sendiri untuk mengerjakan suatu tugas atau mencapai tujuan yang diinginkan (Ormrod, 2009, h. 20). Efikasi diri tidak mendefinisikan secara umum mengenai penilaian seseorang, efikasi diri lebih spesifik pada tugas atau situasi tertentu.

Bandura (Feist & Feist, 2011, h. 212) mendefinisikan efikasi diri sebagai suatu keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk dapat mengontrol tujuan individu dalam lingkungan tertentu. Individu yang meraih kesuksesan akan lebih yakin bahwa mereka mampu mengerjakan sesuatu dengan baik,

dibandingkan dengan mereka yang belum mencapai keberhasilan yang akan berdampak pada rendahnya keyakinan yang dimiliki.

Menurut Bandura (Ormrod, 2009, h. 21), seseorang akan lebih berkontribusi dalam aktivitas tertentu ketika orang tersebut mampu menjalankan aktivitas dengan baik. Bandura (Santrock, 2007b, h. 152) menyatakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan bahwa individu dapat menguasai situasi dan mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuannya sendiri dalam menyelesaikan tugas tertentu dan mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Dimensi Efikasi Diri

Menurut Bandura (Hodges, 2008, h. 18), ada beberapa dimensi dalam efikasi diri, yaitu:

- a. *Level*, mengarah pada perbedaan keyakinan diri seseorang yang berhubungan dengan tuntutan tugas. Bandura menentukannya dari tantangan dalam tugas yang diselesaikan.
- b. *Generality*, mengarah pada aktivitas atau bidang kekuasaan dimana seseorang menganggap diri mereka berhasil dalam suatu tugas dalam situasi dan waktu tertentu.
- c. *Strength*, mengarah pada seberapa besar kegigihan yang ditunjukkan seseorang dalam mencapai tujuan tertentu.

Dimensi di atas memiliki kemiripan dengan dimensi yang terdapat pada sumber lain. Bandura (dalam Bijl & Bagget, 2001, h. 189-207) menyatakan bahwa ada tiga dimensi dalam efikasi diri, yaitu:

- a. *Level*, mengacu pada tingkat kesulitan yang dapat dikerjakan seseorang.
- b. *Strength*, menggambarkan bagaimana seseorang dapat bertahan dalam mengerjakan suatu tugas.
- c. *Generality*, merupakan derajat keyakinan seseorang yang berhubungan dengan lingkungan, perilaku, dan waktu tertentu.

Dimensi yang telah dibahas sebelumnya memiliki perbedaan dengan tokoh lain. Craighead & Nemeroff (2004, h. 860-861) menyatakan bahwa efikasi diri terdiri dari beberapa dimensi, yaitu:

- a. Kognitif

Manusia berperilaku berdasarkan bagaimana cara pandang mereka terhadap suatu hal. Seseorang dengan kemampuan berpikir yang baik dikatakan dapat mencapai tujuannya dengan cara yang tepat.

- b. Motivasi

Kemampuan seseorang untuk memberikan dorongan pada dirinya sendiri untuk dapat mencapai tujuan tertentu.

Motivasi dapat digunakan untuk memprediksi keberhasilan seseorang.

c. Afeksi

Seseorang yang percaya bahwa ia memiliki kemampuan untuk mengelola emosinya akan terhindar dari kesedihan dan rasa cemas. Sebaliknya, orang yang tidak dapat mengelola emosinya akan dengan mudah merasa depresi.

d. Seleksi

Kemampuan seseorang untuk dapat memilih-milih perilaku yang sesuai dengan lingkungannya agar dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Kemampuan menyeleksi ini dibutuhkan agar orang tidak mudah menyerah ketika menghadapi situasi sulit.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dimensi yang terdapat dalam efikasi diri yaitu *level*, *generality*, dan *strength*.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Efikasi Diri

Seseorang dapat memiliki efikasi diri yang tinggi pada situasi tertentu begitu pula sebaliknya. Berikut merupakan faktor-faktor yang dapat meningkatkan atau menurunkan efikasi diri menurut Alwisol (2014, h. 288):

a. Pengalaman performansi

Pengalaman performansi merupakan prestasi yang berhasil dicapai pada masa lalu. Pengalaman performansi merupakan sumber yang kuat pengaruhnya terhadap efikasi diri. Keberhasilan akan meningkatkan efikasi, sedangkan kegagalan akan memberikan dampak yang buruk bagi efikasi seseorang.

b. Pengalaman vikarius

Pengalaman vikarius didapat melalui pengamatan terhadap model sosial. Efikasi diri meningkat ketika model yang diamati berhasil dalam mengerjakan tugasnya, efikasi akan menurun ketika model yang menjadi sumber pengamatan memiliki karakteristik yang sama dengan pengamat mengalami kegagalan. Kegagalan yang terjadi diingat oleh pengamat dan dapat berdampak pada perilaku pengamat untuk jangka panjang.

c. Persuasi sosial

Efikasi diri diperoleh melalui persuasi dari orang lain. Individu dapat meningkatkan efikasi diri apabila ada pengaruh persuasi yang sesuai dengan realita seseorang. Sumber pemberi persuasi juga dapat memengaruhi efikasi diri seseorang, misalnya orang terdekat atau orang yang dapat dipercaya.

d. Keadaan emosi

Efikasi yang dimiliki seseorang ketika mengerjakan suatu aktivitas dapat dipengaruhi oleh keadaan emosinya. Ketika seseorang merasa bahagia maka efikasinya tinggi, sedangkan ketika seseorang merasa khawatir dan stres dapat menurunkan efikasi diri.

Menurut Ormrod (2009, h. 23-26), ada beberapa faktor yang memengaruhi efikasi diri, yaitu:

a. Keberhasilan dan kegagalan sebelumnya

Seseorang akan lebih yakin apabila mereka berhasil menyelesaikan tugas tertentu atau tugas yang hampir sama di masa lalu. Ketika individu berusaha keras mencapai tujuan, kegagalan yang sesekali terjadi tidak akan menurunkan efikasi dirinya. Mereka akan menjadikan kegagalan sebagai sebuah pelajaran, sesuatu akan berhasil dikerjakan dengan baik apabila diiringi dengan usaha dan kegagalan dapat diterima karena memiliki sifat realistik.

b. Pesan yang disampaikan orang lain

Meningkatkan efikasi diri dapat dilakukan dengan cara menunjukkan hal-hal yang berhasil dilakukan dengan baik oleh seseorang. Tidak hanya kata-kata positif yang menjadi sumber dukungan bagi seseorang, umpan balik negatif juga dapat meningkatkan efikasi diri apabila disampaikan dengan menunjukkan bagian mana yang harus

diperbaiki sehingga orang tersebut dapat memperbaiki performanya di masa depan.

c. Kesuksesan dan kegagalan orang lain

Perbandingan kemampuan diri sendiri dengan mengamati kesuksesan dan kegagalan orang lain menjadi opini yang sering dibentuk. Seseorang akan mengembangkan efikasinya melalui perilaku yang dibentuk oleh model, terutama yang memiliki kemampuan setara. Hal tersebut menjadi alasan bagi seseorang untuk yakin akan kemampuan yang dimiliki.

d. Keberhasilan dan kegagalan dalam kelompok besar

Keefektifan kelompok juga dapat memengaruhi tinggi rendahnya efikasi diri remaja. Mereka akan memiliki efikasi diri yang tinggi bila bekerja dengan kelompok yang dinilai dapat mengkoordinasikan peran, efektif, dan tanggung jawab dalam mengerjakan tugas.

Menurut Bandura (Feist & Feist, 2011, h. 213) efikasi diri bersumber pada empat kombinasi, yaitu:

a. Pengalaman menguasai sesuatu (*mastery experiences*)

Sumber yang dinyatakan paling berpengaruh pada efikasi diri adalah pengalaman menguasai sesuatu. Sesuatu yang berhasil dicapai akan meningkatkan ekspektasi mengenai kemampuannya, sedangkan kegagalan akan menurunkan ekspektasi kemampuannya

b. Modeling sosial

Mengobservasi pencapaian orang lain yang kemampuannya setara dinilai dapat meningkatkan efikasi diri, namun akan berkurang saat melihat kegagalan teman. Modeling sosial akan berdampak sedikit apabila model yang diamati memiliki karakteristik yang berbeda dengan pengamat.

c. Persuasi sosial

Sumber ini dinilai tidak cukup kuat untuk memengaruhi efikasi diri, tetapi ketika situasinya tepat pihak yang dipercaya dapat meningkatkan atau menurunkan efikasi diri seseorang.

d. Kondisi fisik dan emosional

Emosi yang dimiliki seseorang berkemungkinan dapat meningkatkan atau menurunkan ekspektasi efikasi diri seseorang. Kecemasan yang dialami seseorang bisa membuat efikasinya rendah, begitu pula ketika suasana hatinya sedang baik.

Berdasarkan faktor yang disampaikan tokoh-tokoh tersebut, maka faktor-faktor yang memengaruhi efikasi diri yaitu pengalaman vikarius, persuasi sosial, keadaan emosi, dan pengalaman performansi yang dapat ditunjukkan dengan keberhasilan dalam proses belajar yaitu prestasi belajar. Dalam penelitian ini, faktor yang akan diteliti yaitu prestasi belajar karena disebutkan bahwa prestasi dalam proses pembelajaran

dapat memberikan pengaruh yang kuat dalam efikasi diri. Remaja yang telah berhasil mencapai prestasi akan merasa tertantang dan lebih yakin bahwa mereka dapat mengerjakan tugas di masa mendatang.

B. Prestasi Belajar

1. Pengertian Prestasi Belajar

Prestasi disebutkan Nadeak (2015, h. 621) sebagai hasil dari aktivitas seseorang atau kelompok yang telah diselesaikan atau dicapai. Pengalaman berprestasi yang digunakan dalam proses belajar dinilai efektif dalam menambah ilmu pengetahuan.

Menurut Whittaker (Ahmadi & Supriyono, 2004, h. 126) belajar didefinisikan sebagai proses dimana tingkah laku dimunculkan melalui pengalaman atau proses latihan. Ahmadi & Supriyono (2004, h. 128) menjelaskan bahwa belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku sebagai suatu proses timbal balik dengan lingkungannya dalam mencapai tujuan tertentu. Slameto (Nadeak, 2015, h. 621) menyatakan bahwa belajar adalah upaya seseorang untuk memunculkan tingkah laku baru, sebagai hasil dari pengalamannya berinteraksi dengan lingkungan.

Feng, Fan, & Yang (2013, h. 52) berpendapat bahwa prestasi belajar adalah seberapa berhasil siswa dapat menguasai objek pembelajaran. Hal lain mengenai prestasi belajar disebutkan oleh Chien (Feng dkk, 2013, h. 52), prestasi belajar adalah

kemahiran dari pengetahuan atau ketrampilan yang biasanya ditunjukkan dengan nilai tes yang diberikan oleh guru.

Nadeak (2015, h. 621) menyatakan bahwa prestasi belajar berarti tingkat dari keterkaitan siswa dalam proses belajar mengajar sebagai evaluasi dari guru. Prestasi belajar adalah hasil dari belajar yang dinyatakan dengan angka atau simbol dan kata-kata yang dapat menunjukkan hasil perolehan setiap siswa.

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar merupakan hasil dari kemampuan maupun ketrampilan belajar peserta didik yang ditunjukkan dalam bentuk nilai tes atau nilai yang diberikan oleh guru.

2. Pengukuran Prestasi Belajar

Prestasi belajar dapat diukur menggunakan nilai atau angka (melalui mata pelajaran atau tugas) dan GPA atau *Grade Point Average* (York, Gibson, & Rankin, 2015, h. 7). GPA digunakan untuk menghitung prestasi akademik siswa yang didapat ketika proses belajar berlangsung. Menurut *The Free Dictionary*, GPA dapat dihitung dengan membagi total nilai yang diperoleh dengan jumlah mata pelajarannya (Kelly & Koonce, 2012, h. 3).

Pengukuran prestasi belajar menurut Tardif dkk (Indrawati, 2015, h. 217) dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu:

- a. Penilaian Acuan Norma (*Norm Referenced Assesment*) adalah membandingkan prestasi yang dicapai dengan prestasi teman sekelas atau sekelompoknya.

- b. Penilaian Acuan Kriteria (*Criterion Referenced Assesment*) yaitu membandingkan pencapaian dengan ranah yang telah ditetapkan sebagai patokan.

Prestasi menjadi perhatian khusus dari pemerintah karena dipandang sebagai hal penting yang harus dikembangkan oleh peserta didik di sekolah. Hal tersebut sesuai dengan Pasal 5 ayat 2(b) dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 18 (2016) yang menyatakan bahwa prestasi akademik yang baik dari peserta didik dapat ditunjukkan melalui nilai rapor.

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan, dapat ditarik kesimpulan bahwa prestasi belajar dapat diukur dengan menggunakan angka atau rerata mata pelajaran dan tugas yang telah ditetapkan sebagai patokan dan tercantum pada rapor.

3. Hubungan Prestasi Belajar dengan Efikasi Diri

Individu cenderung memilih aktivitas yang mereka yakini akan berhasil dan menghindari aktivitas yang mereka yakini akan gagal. Tujuan yang lebih tinggi akan ditetapkan ketika individu berhasil mencapai tujuan tertentu. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi dikenal sebagai individu yang tidak mudah menyerah. Individu memiliki pengetahuan yang akurat mengenai aktivitas seperti apa yang mampu dan tidak mampu mereka kerjakan, sehingga individu mampu mengoptimalkan potensi

mereka dan mengatasi kekurangan yang mereka miliki (Ormrod, 2009, h. 21-22).

Individu yang mengingat pencapaian prestasinya di dalam kelas pada masa sebelumnya membuatnya menyadari bahwa prestasi sebelumnya bisa menjadi penyemangat bagi individu tersebut. Individu akan lebih mungkin untuk yakin terhadap keberhasilan yang telah mereka capai ketika mereka berhasil pada tuntutan tugas tertentu atau tugas yang setara (Bandura dalam Ormrod, 2009, h. 23). Hal ini menunjukkan bahwa prestasi di dalam kelas yang ditunjukkan dengan seberapa baik nilai yang tercantum pada rapor dapat memengaruhi keyakinannya dalam menyelesaikan tugas selanjutnya.

Kemampuan menyelesaikan tugas dapat dikembangkan melalui proses belajar yang dinilai mampu memberikan pengaruh pada perilaku mereka. Kebutuhan untuk belajar dan berhasil dalam pembelajaran menjadi hal yang penting dalam pencapaian prestasinya. Oleh sebab itu, mereka berlomba-lomba untuk mencapai prestasi di dalam kelas yang diharapkan mampu mendapat hasil yang baik.

Penelitian Hill dkk (Hodges, 2008, h. 12) mengenai lingkungan belajar *online* menyatakan bahwa kualitas pengalaman (pengalaman positif) dapat meningkatkan efikasi diri pada penggunaan komputer. Beberapa penelitian juga mengatakan bahwa kecemasan dalam menguasai suatu hal tertentu akan menjadi penghalang dalam proses pendidikannya

(Hakkinen dkk dalam Hodges, 2008, h. 12). Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman positif dalam belajar pada diri seseorang yang salah satunya bisa ditunjukkan dengan pengalaman menguasai sesuatu atau keberhasilan mampu menjadi pendorong keyakinan diri. Pada akhirnya kondisi ini akan meningkatkan keyakinan pada kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas.

Hasil penelitian Rozali (2015, h. 67) menunjukkan ketika remaja mempunyai penyesuaian akademik yang baik, orangtua yang peduli dan bersedia memberikan dukungan yang baik pada kegiatan yang dilakukan anaknya akan menumbuhkan kebahagiaan dan keyakinan akan kemampuan diri sendiri.

Individu yang dikatakan berhasil mencapai prestasinya di sekolah akan mampu menyelesaikan tugas-tugas yang berbeda dan lebih sulit dibanding dengan masa sebelumnya. Mereka juga akan mampu menyesuaikan diri untuk menggunakan kemampuannya lebih baik dibandingkan dengan teman sebayanya. Remaja yang mengetahui sejauh mana kemampuannya, akan lebih siap menghadapi kegagalan yang mungkin akan terjadi, sehingga mereka mampu mempersiapkan respon atas situasi tertentu yang akan terjadi. Sebaliknya, remaja yang tidak dapat menentukan sejauh mana kemampuannya, mereka akan selalu membandingkan diri mereka dengan orang lain, mudah merasa tidak puas, dan merasa kecewa ketika menghadapi kegagalan.

Uraian di atas menunjukkan adanya hubungan antara prestasi belajar dengan efikasi diri yang dimiliki remaja. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan prestasi belajar dengan efikasi diri pada remaja.

4. Hipotesis Penelitian

Ada hubungan positif antara prestasi belajar dan efikasi diri pada remaja. Semakin tinggi prestasi belajar, maka semakin tinggi pula efikasi diri pada remaja, demikian sebaliknya.

