

## Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik

**Bani Mukti**

Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Ahmad Dahlan  
banimukti0911@gmail.com

**Fatwa Tentama**

Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Ahmad Dahlan  
fatwa.tentama@psy.uad.ac.id

### ABSTRAK

Individu memiliki efikasi diri akademik yang tinggi diharapkan akan mengarahkan perilakunya untuk giat dan lebih tekun dalam aktivitas akademik, demikian juga sebaliknya individu yang efikasi diri akademik yang rendah rentan dengan keraguan kemampuannya sendiri sehingga mengarahkan diri pada perilaku lain sebagai kegiatan yang menghambat performa akademis atau menurunkan prestasi akademis, bisa jadi individu akan menghindari tugas. Efikasi diri akademik adalah keyakinan seseorang mampu menguasai situasi yang ia hadapi dan memberikan hasil positif. Selain itu, seseorang mampu mengarahkan motivasinya, kemampuan kognisi, dan mengambil tindakan yang dibutuhkan untuk mendukung mengerjakan tugas dan mengatasi tantangan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hasil-hasil penelitian (*literature review*) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik pada individu. Penelusuran literatur dilakukan pada database elektronik SAGE Journals, google scholar dan academic edu dengan menggunakan kata kunci "*academic self-efficacy*". Hasil penelusuran menunjukkan bahwa efikasi diri akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu: Minat, Kesabaran, Resiliensi, Karakter, Motivasi belajar. Sedangkan, faktor eksternal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu Gaya kelekatan, Rasa hangat, Goal orientasi, *Enactive mastery experiences*, Persuasi verbal.

*Kata Kunci: Akademik, Efikasi Diri Akademik*

### ABSTRACT

*Individuals who have high academic self-efficacy are expected to direct their behavior to be active and more diligent in academic activities, and vice versa individuals with low academic self-efficacy are vulnerable to doubts of their own abilities so that they direct themselves to other behaviors as activities that hinder academic performance or decrease achievement academically, it can be that individuals will avoid assignments. Academic self-efficacy is the belief a person is able to master the situation he is facing and gives positive results. In addition, a person is able to direct his motivation, cognitive abilities, and take the actions needed to support work on tasks and overcome academic challenges. This study aims to examine the results of the study (literature review) regarding the factors that influence academic self-efficacy in individuals. Literature search was conducted on the electronic database SAGE Journals, google scholar and academic edu by using the keyword "academic self-efficacy". The search results show that academic self-efficacy is influenced by internal and external factors. Internal factors that affect academic self-efficacy, namely: Interest, Patience, Resilience, Character, Learning motivation. whereas, external factors that influence academic self-efficacy, namely attachment style, warmth, goal orientation, active mastery experiences, verbal persuasion.*

*Keywords: Academic, Academic, Self-Efficacy*

## PENDAHULUAN

Pendidikan tidak bisa dipisahkan dari sebuah proses belajar. Hal ini dikarenakan dalam pendidikan terdapat sebuah pemahaman mengenai *Life Long Education* atau pendidikan sebagai proses sepanjang hayat. Pendidikan sepanjang hayat ini sebagai bukti dari adanya proses belajar yang terusmenerus terjadi tanpa mengenal batasan usia dan waktu. Pendidikan memuat adanya proses pengembangan potensi seperti kepribadian, kecerdasan, ketrampilan serta hasil belajar. Hal ini sesuai dengan pengertian pendidikan yang tercantum dalam UU No. 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional.

Sebuah penelitian di Indonesia mengenai prestasi belajar telah dilakukan untuk melihat seberapa besar keterkaitan prestasi belajar dengan hal-hal yang mempengaruhinya. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2007) membuktikan bahwa kebiasaan belajar menyumbang 20,6 % dengan kriteria sangat baik untuk prestasi belajar. Kurniawan (2011) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa intelegensi dan kebiasaan belajar menyumbang 64 % terhadap prestasi belajar.

Penelitian lain dilakukan oleh Riniati (2009) menyebutkan bahwa efikasi diri menyumbang 11,9 % terhadap prestasi belajar. Susilowati (2009) menyebutkan terdapat sumbangan efektif efikasi diri terhadap prestasi belajar sebesar 17,1%. Brown dan Lent (1991) juga membuktikan bahwa efikasi diri akademik berdampak positif dan signifikan terhadap prestasi belajar dan kegigihansiswa dengan sumbangan efektif masing-masing sebesar 14% dan 12%.

Efikasi diri akademik menjadi begitu penting tidak terkecuali bagi remaja SMP. Remaja yang mulai memasuki masa SMP juga akan berhadapan dengan berbagai tuntutan akademik sebagai bekal bagi dirinya dalam persiapan ujian kelulusan. Siswa juga diharuskan bisa memenuhi KKM atau Kriteria Ketuntasan Minimal yang sudah ditentukan pihak sekolah pada setiap materi pelajaran. Belum lagi syarat kelulusan di tahun 2014, diambil dari presentase nilai sekolah sebesar 40% dan Ujian Nasional sebesar 60%. Selanjutnya untuk pengambilan nilai sekolah adalah 70% dari nilai rapor dan 30% dari nilai ujian sekolah (Rachmawati & Kristiana, 2014). Syarat kelulusan tersebut berarti bahwa siswa dituntut untuk meraih prestasi akademik dan mempertahankan prestasi tersebut sampai kelulusan.

Apabila individu memiliki efikasi diri akademik yang tinggi diharapkan akan mengarahkan perilakunya untuk giat dan lebih tekun dalam aktivitas akademik, demikian juga sebaliknya individu yang efikasi diri akademik yang rendah rentan dengan keraguan kemampuannya sendiri sehingga mengarahkan diri pada perilaku lain sebagai kegiatan yang menghambat performa akademis atau menurunkan prestasi akademis, bisa jadi individu akan menghindari tugas.

Pada kenyataannya banyak remaja memiliki *academic self efficacy* yang rendah. Hal ini ditunjukkan dengan penelitian Peilouw dan Nursalim (2013) pada siswa SMA Kristen Pirmgadi

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 341-347

Surabaya menunjukkan bahwa sebesar 66,32% tingkat *self-efficacy* siswa dalam kategorisasi rendah dan 33,68% dalam kategorisasi tinggi.

Menurut Bandura (1977) bahwa keyakinan diri dapat mendorong keterlibatan kegiatan belajar yang dapat mempengaruhi tingkat prestasi dan motivasi. Pendapat tersebut menekankan bahwa keyakinan diri merupakan sebuah hal yang penting yang dapat mendukung pencapaian prestasi belajar siswa. Siswa yang ingin memiliki prestasi belajar yang tinggi harus memiliki keyakinan diri dalam belajar yang tinggi pula, hal ini dikarenakan keyakinan diri dapat mempengaruhi hasil kinerjanya dan ketahanan seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugas di sekolah.

Menurut Hergenhahn dan Olson (1997) bahwa keyakinan individu tentang kemampuan dirinya dan kemampuan berhasil dalam melakukan suatu tugas akademiknya Santrock (2003) mengungkapkan keyakinan diri dapat dilihat pada individu yang yakin pada kemampuannya dalam menguasai materi akademis. Berdasarkan pengertian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa efikasi diri akademik adalah keyakinan seseorang mampu menguasai situasi yang ia hadapi dan memberikan hasil positif. Selain itu, seseorang mampu mengarahkan motivasinya, kemampuan kognisi, dan mengambil tindakan yang dibutuhkan untuk mendukung mengerjakan tugas dan mengatasi tantangan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penelitian (literature review) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik pada individu.

## METODE PENELITIAN

### Strategi Penelusuran

Penelitian ini termasuk pada penelitian literatur review dengan menggunakan metode kualitatif (meta-sintesis). Pada tanggal 3 Agustus 2019 dilakukan penelusuran hasil penelitian di database elektronik SAGE Journals (<http://journals.sagepub.com/>), google scholar (<https://scholar.google.co.id/>), dan academic.edu (<https://www.academia.edu/>). Database elektronik tersebut menyediakan berbagai artikel publikasi pada berbagai disiplin ilmu, seperti kesehatan, sosial, teknik, psikologi dan medis. Database elektronik tersebut dipilih karena mengindeks lebih banyak hasil-hasil penelitian di bidang sosial khususnya psikologi. Kurun waktu periode publikasi dibatasi mulai tahun 2009 hingga 2019.

### Kriteria Seleksi

Dari hasil penelusuran yang telah dilakukan, peneliti membaca judul dan abstrak penelitian untuk mengetahui apakah artikel tersebut memenuhi kriteria untuk dikaji. Kriteria yang digunakan adalah: 1) artikel penelitian membahas tentang efikasi diri akademik; 2) artikel membahas tentang pengaruh variabel x terhadap efikasi diri akademik; 3) artikel berisi laporan hasil penelitian (original article); 4) artikel ditulis dalam Bahasa Inggris. Peneliti memperoleh 20 artikel publikasi tetapi setelah

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 341-347

proses seleksi, hanya 10 artikel publikasi yang relevan untuk dikaji. Sepuluh artikel publikasi yang lain tidak relevan karena tidak membahas mengenai pengaruh variabel x terhadap komitmen karier.

#### Analisis

Pada penelitian ini peneliti melakukan identifikasi, evaluasi, dan interpretasi terhadap semua hasil penelitian yang relevan terkait efikasi diri akademik secara naratif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. Peneliti mengumpulkan 10 artikel publikasi yang relevan untuk dikaji dan membuat rangkuman hasil-hasil penelitian yang mencakup nama peneliti, tahun publikasi, jumlah subjek, alat ukur yang digunakan, dan hasil penelitian. Dari hasil tersebut, peneliti menarik kesimpulan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik.

#### HASIL

Berdasarkan hasil analisis pada 10 artikel publikasi yang relevan untuk dikaji, diperoleh hasil sebagai berikut. 1) Minat menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri akademik pada individu. Hasil analisis data pada 100 siswa di SMA oleh Luthans (2014) menemukan bahwa minat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri akademik. Minat siswa melanjutkan studi ke perguruan tinggi sangat berkaitan dengan keyakinan atas kemampuan dirinya sendiri untuk melanjutkan studinya ke perguruan tinggi. 2) Gaya kelekatan Penelitian yang dilakukan Nilam dan Zakiah (2018) pada 247 siswa SMA menemukan bahwa gaya kelekatan memiliki pengaruh yang positif dengan *self-efficacy* akademik siswa. Ketika guru sekolah memiliki struktur pengajaran yang baik yang nyaman dalam menjalin hubungan interpersonal maka siswa tidak akan kesulitan untuk belajar sehingga dapat meningkatkan *self efficacy academic* siswa. 3) Rasa hangat dalam penelitian Nilam dan Zakiah (2018) melakukan penelitian pada 247 siswa SMA menemukan bahwa rasa hangat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri akademik. Jika dalam sekolah guru bersikap hangat, mengajarkan bagaimana menghadapi kesulitan, memberikan peran model yang positif, cepat tanggap dan ikut terlibat dalam mendukung perkembangan akademik, ini juga dapat meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa. 4) kesabaran. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rizka (2016) pada 108 mahasiswa yang dimana pada penelitian ini mengelaborasi kesabaran menjadi beberapa aspek, ditemukan bahwa aspek optimis, pantang menyerah, dan konsisten berkorelasi secara positif dengan *academic self-efficacy*. 5) Resiliensi. Hasil analisis data pada 90 siswa SMA oleh Oktanigrum (2018). Pada penelitian memberikan pengaruh yang signifikan. 6) Karakter. Penelitian yang dilakukan widyaningsih (2016) pada 306 siswa SMA menemukan bahwa gaya kelekatan memiliki pengaruh yang positif dengan *self-efficacy* akademik siswa. Siswa yang memiliki karakter akan lebih percaya diri dalam mengerjakan sesuatu, tertantang pada tugas-tugas yang baru dan sulit

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 341-347

dan semangat untuk berpartisipasi dalam pembelajaran. 7) Goal orientasi. Penelitian Widyaningsih (2016) pada 306 siswa SMA. Siswa yang mengetahui goal orientasinya maka akan lebih memiliki efikasi diri akademik yang lebih tinggi daripada yang lain. 8) *Enactive mastery experiences*. Pada penelitian Van Dinther, Dochy, dan Segers (2011) menemukan bahwa pengalaman menguasai yang bersifat enaktif (*enactive mastery experiences*) berpengaruh pada efikasi diri akademik siswa. Maksudnya adalah siswa diberikan kesempatan belajar dengan melakukan praktik langsung di mana tugas belajar dilakukan dengan aplikasi pengetahuan dan kemampuan dalam situasi yang dibutuhkan. 9) Persuasi verbal. Van Dinther, Dochy, dan Segers (2011) menemukan bahwa persuasi verbal berpengaruh pada efikasi diri akademik siswa, yang artinya siswa diberikan umpan balik dalam proses belajarnya sehingga siswa merasa memiliki pencapaian atas proses belajarnya dan dapat meningkatkan keyakinan siswa akan kemampuan belajarnya. 10) Motivasi belajar. hasil penelitian yang dilakukan dewi (2016) pada 212 responden mahasiswa menemukan bahwa didapatkan bahwa motivasi belajar secara statistik memiliki pengaruh terhadap tinggi-rendahnya efikasi diri akademik individu.

## PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, ditemukan 10 artikel yang relevan untuk dikaji terkait faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. Dari 10 artikel publikasi tersebut, 8 artikel melibatkan siswa sekolah menengah atas (SMA) sebagai subjek penelitian, 2 artikel melibatkan mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri akademik tidak hanya ditemukan pada lingkup kerja seperti siswa tetapi juga dapat ditemukan pada mahasiswa. Selain itu, mayoritas dari 10 artikel publikasi tersebut menggunakan alat ukur efikasi diri akademik milik Bandura (1997). Hal tersebut dikarenakan Bandura (1997) adalah tokoh pertama yang meneliti tentang efikasi diri akademik.

Berdasarkan kajian pada 10 artikel publikasi diketahui bahwa efikasi diri akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain: Minat, Gaya kelekatan, Rasa hangat, Kesabaran, Resiliensi, Karakter, Goal orientasi, *Enactive mastery experiences*, Persuasi verbal, Motivasi belajar. Pada penelitian ini, peneliti memasukkan variabel-variabel tersebut dalam 2 kategori yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang muncul dari dalam diri individu sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang muncul dari luar diri individu. Faktor internal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu: Minat (Luthans., 2014), Kesabaran (Rizka., 2016), Resiliensi (Oktanigrum., 2018)., Karakter (Widyaningsih., 2016), Motivasi belajar (Dewi., 2016). Adapun, faktor eksternal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu Gaya kelekatan (Nilam dan Zakiah., 2018), Rasa hangat (Nilam dan Zakiah., 2018), *Goal orientasi* (Widyaningsih., 2016), *Enactive mastery experiences* (Van Dinther, Dochy, dan Segers., 2011), Persuasi verbal (Van Dinther,

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 341-347

Dochy, dan Segers., 2011). Keterbatasan dalam penelitian ini adalah kesulitan untuk mengakses artikel publikasi secara *full-text* (lengkap). Mayoritas dari artikel penelitian yang dipublikasikan secara online, hanya menyajikan abstrak dari penelitiannya saja. Selain itu, masih jarang ditemukan penelitian tentang efikasi diri akademik di Indonesia sehingga peneliti memilih untuk menggunakan sebagian artikel publikasi dalam internasional (berbahasa Inggris)

## KESIMPULAN

Kesimpulan menunjukkan bahwa efikasi diri akademik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu saja (internal), tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal). Faktor internal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu: Minat, Kesabaran, Resiliensi, Karakter, Motivasi belajar. Sedangkan, faktor eksternal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu Gaya kelekatan, Rasa hangat, *Goal orientasi*, *Enactive mastery experiences*, Persuasi verbal. Peneliti menemukan sedikit penelitian yang membahas mengenai intervensi yang dapat meningkatkan efikasi diri akademik dalam setting individu, kelompok atau komunitas. Disarankan pada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait intervensi pada efikasi diri akademik. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek lain di luar siswa dan mahasiswa dan mengembangkan alat ukur terbaru untuk mengukur efikasi diri akademik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akademik, K., Vokasional, K. D., & Efikasi, D. A. N. (2018). Kepuasan akademik, konsep diri vokasional, dan efikasi diri akademik pada mahasiswa sekolah vokasi dalam menghadapi era disruptif teknologi. 197–206.
- Alwisol. (2005). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Pres
- Antara, H., Diri, E., Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2018). *Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang*. 7(April), 66–79.
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Chairiyati, L. R. (2013). Hubungan Antara Self-Efficacy Akademik dan Konsep Diri Akademik dengan Prestasi Akademik. *Humaniora*, 4(2), 1125. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v4i2.3553>
- Haryatiningsih, Ari, 2017. (2018). *Hubungan lamanya terapi arv dengan kepatuhan konsumsi obat pada anak*. X(1), 31–48.
- Hengerham, B.R., & Olson, M.N. (2009). *Theori of learnig*. Ahli bahasa: Tri Wibowo. Jakarta: Kencana
- Khotimah, R., Radjah, C., & Handarini, D. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 341-347

- Diri Akademik, Harga Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Negeri Di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 60–67. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p060>
- [Kurbanoglu](#), S. (2003) "Self-efficacy: a concept closely linked to information literacy and lifelong learning", *Journal of Documentation*, Vol. 59 Issue: 6, pp.635-646, <https://doi.org/10.1108/00220410310506295>
- Lesmana, T. (2019). *Hubungan antara academic self-concept dan academic self-efficacy dengan flow pada*. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-245>
- Liu, Y., & Lu, Z. (2017). The Relationship Between Academic Self-Efficacy and Academic-Related Boredom: MAOA Gene as a Moderator. *Youth and Society*, 49(2), 254–267. <https://doi.org/10.1177/0044118X14535219>
- Myers, D.G. (2010). *Social psychology*. New York: MG Graw Hill.
- Oktaningrum, A., Santhoso, F. H., Psikologi, F., Gadjah, U., & Yogyakarta, M. (2018). *Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Siswa SMA Berasrama di Magelang*. 4(2), 127–134.
- Omrod, J. E. (2008). *Psikologi pendidikan membantu siswa tumbuh kembang*. Ahli bahasa: Amitha Kumara. Jakarta: Erlangga
- Prahara, S. A., & Budiyan, K. (2019). *Pelatihan efikasi diri guru : efikasi diri akademik dan prestasi belajar siswa teacher*
- Prastihastari Wijaya, I., & Titi Pratitis, N. (2019). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orangtua Dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Perkuliahan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(1), 40–52. <https://doi.org/10.30996/persona.v1i1.14>
- Pratiwi, P. C., Andayani, T. R., Karyanta, N. A., Studi, P., Fakultas, P., & Maret, U. S. (n.d.). *Perilaku Adiksi Game-online Ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial pada Remaja di Surakarta*.
- Prihastyanti, I., & Sawitri, D. R. (2018). Dukungan guru dan efikasi diri akademik pada siswa sma semesta semarang siswa, oleh karena itu guru ditugaskan untuk dapat mengoptimalkan kemampuan dan potensi. 7(3), 33–46.
- Rumah, D. I., & Dustira, S. (2016). *Jurnal Ilmiah Psikologi Reliabel*. 8(1).
- Sari, R. N., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan gaya kelekatan dengan self-efficacy akademik siswa SMA Di Jakarta. *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 14(1), 37. <https://doi.org/10.32528/ins.v14i1.1054>
- Sopiyah, S. (2016). Peningkatan self-efficacy pada siswa melalui konseling cognitive behavioral. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 1(2), 26. <https://doi.org/10.26737/jbki.v1i2.103>
- Van Dinther, M., Dochy, F., & Segers, M. (2011). Factors affecting students' self-efficacy in higher education. *Educational Research Review*, 6(2), 95–108. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2010.10.003>
- Wibowo, S. B. (2017). Benarkah Self Esteem Mempengaruhi Prestasi Akademik? *Humanitas*, 13(1), 72. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v13i1.3846>.