BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Bandura (1997) menyatakan efikasi diri adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.

Branden (1992) 1) keyakinan terhadap fungsi otak dan kemampuannya dalam berpikir, menilai, memilih, dan mengambil suatu keputusan; 2) keyakinan terhadap kemampuannya dalam memahami fakta-fakta nyata; 3) secara kognitif percaya pada diri sendiri; 4) secara kognitif mandiri.

Baron dan Byrne (1991) mendefinisikan *self efficacy* sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi diri dalam melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah kemampuan seseorang dalam mengevaluasi diri, mampu atau tidak dalam menjalankan tugas dan mencapai tujuan.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Bandura (1986) berpendapat bahwa efikasi diri di pengaruhi oleh empat faktor, yaitu:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Sifat tugas yang dihadapi, meliputi tingkat kesulitan kompleksitas dari tugas yang diberikan. Semakin sulit dan kompleks suatu tugas yang dihadapi, maka semakin besar kecenderungan individu menilai rendah kemampuannya untuk dapat menyelesaikan tugas tersebut, demikian juga sebaliknya.
2) Insentif eksternal yang diterima, apabila individu berhasil menyelesaikan tugasnya dengan baik dan diberi reward yang positif oleh orang lain, maka akan dapat meningkatkan efikasi diri. Semakin besar reward tersebut semakin tinggi efikasi diri.
3) Status atau peran individu dalam lingkungan, apabila individu dalam lingkungannya memiliki peran sebagai pemimpin, maka efikasi diri individu tersebut cenderung lebih tinggi daripada individu yang berperan sebagai bawahan. Individu pemimpin biasanya kemampuan atau perintahnya akan diikuti oleh bawahan, sehingga menambah keyakinan dirinya yang berarti meningkatkan efikasi diri.
4) Informasi tentang kemampuan diri, setiap individu dapat diyakinkan secara verbal oleh lingkungannya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi dan menyelesaikan tugas yang diberikan. Apabila individu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendapatkan informasi bahwa dirinya mampu dan memiliki kompetensi dalam bidang tertentu, hal ini dapat menambah keyakinan akan kemampuan dirinya dalam mengerjakan sutau tugas yang berarti efikasi diri individu itu meningkat, dan sebaliknya bila mendapat informasi bahwa individu tersebut tidak mampu dalam bidang tertentu, maka hal ini dapat mengurangi keyakinan akan kemampuan dirinya dalam mengerjakan suatu tugas yang berarti efikasi dirinya akan rendah.

3. Dimensi Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997) *self efficacy* pada individu terdiri dari tiga dimensi, yaitu:

1) *Magnitude*, dimensi ini berhubungan dengan tingkat kesulitan tugas yang diyakini seseorang dapat dicapai. Jika seseorang dihadapkan pada suatu tugas yang tersusun menurut tingkat kesulitannya masing-masing, maka akan lebih cenderung memilih tugas yang lebih mudah dan sederhana, dan dilanjutkan dengan tugas yang lebih sulit sampai dengan tugas yang sangat sulit yang disesuaikan dengan tuntutan dan kebutuhan pada masing-masing tingkat. Individu yang memiliki *self efficacy* tinggi cenderung akan memilih mengerjakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tugas yang sifatnya sulit dibandingkan tugas yang sifatnya mudah.

2) *Generality*, dimensi ini berkaitan dengan suatu kepercayaan diri yang ada dalam diri seseorang yang dapat ia wujudkan dalam meraih performa tertentu. Ada yang terbatas pada tingkah laku khusus dan ada yang meliputi berbagai bidang tingkah laku. Setiap individu memiliki keyakinan yang berbeda-beda sesuai dengan tugas yang berbeda pula dan ruang lingkup tugas-tugas yang dilakukan bisa berbeda pula.

3) *Strenght*, dimensi ini berhubungan dengan derajat kemantapan individu terhadap keyakinannya dalam meraih kesuksesan pada setiap tugas. Dimensi ini juga berkaitan langsung dengan dimensi magnitude dimana semakin tinggi taraf kesulitan tugas yang dihadapi, maka akan semakin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

4. Sumber Efikasi Diri

Efikasi Diri atau keyakinan kebiasaan diri itu dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan, melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yakni pengalaman menguasai suatu prestasi, pengalaman vikarius, persuasi social, dan pembangkitan emosi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Pengalaman Performasi

Adalah prestasi yang pernah dicapai pada masa yang telah lalu, sebagai sumber performasi masalalu menjadi pengubah efikasi diri yang paling kuat pengaruhnya. Prestasi (masa lalu) yang bagus meningkatkan *expetasi* efikasi, sedangkan kegagalan akan menurunkan efikasi. Mancapai keberhasilan akan member dampak efikasi yang berbeda-beda tergantung proses pencapaiannya.

a. Semakin sulit tugasnya, keberhasilan akan membuat efikasi semakin tinggi.
b. Kerja sendiri, lebih meningkatkan efikasi dibanding dengan kerja kelompok, dibantu orang lain.
c. Kegagalan menurunkan efikasi, kalau orang merasa sudah berusaha sebaik mungkin.
d. Kegagalan dalam suasana emosional, dampaknya tidak seburuk kalau usahanya optimal.
e. Kegagalan sesudah orang memiliki keyakinan efikasi yang kuat, dampaknya tidak seburuk kalau kegagalan itu terjadi pada orang yang keyakinan efikasinya belum kuat.
f. Orang yang biasa berhasil, sekali gagal tidak mempengaruhi efikasi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Pengalaman *Vikarius*

Diperoleh melalui model sosial, efikasi akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi akan menurun jika mengamati orang yang kemampuannya kira-kira sama dengan dirinya ternyata gagal, kalau figur yang diamati berbeda dengan diri sipengamat, pengaruh *vikarius* tidak besar. Sebaliknya ketika mengamati kegagalan figur yang setara dengan dirinya, bisa jadi orang tidak mau mengerjakan apa yang pernah gagal dikerjakan figure yang diamatinya itu dalam jangka waktu yang lama.

3) Persuasi Sosial

Efikasi diri juga dapat diperoleh, diperkuat atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Dampak dari sumber ini terbatas, tatpi dalam kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi efikasi diri, kondisi itu adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan.

4) Keadaan Emosi

Keadaan emosi yang mengikuti suatu kegiatan akan mempengaruhi efikasi dibidang kegiatan itu. Emosi yang kuat, takut, cemas, stress, dapat mengurangi efikasi diri. Namun bisa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terjadi, peningkatan emosi yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi diri.

5. Proses Efikasi diri

Menurut Bandura (1997), Efikasi diri mempengaruhi bagaimana orang merasakan, berfikir, memotivasi dirinya dan bereaksi. Efikasi diri mengatur fungsi manusia melalui empat macam proses. Proses-proses yang berbeda ini beroperasi secara bersama-sama daripada sendiri-sendiri. Proses-proses tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Proses kognitif

Pengaruh efikasi diri terhadap pola berfikir dapat bersifat membantu atau menghambat. Pengaruh tersebut terdiri dari berbagai bentuk, yaitu:

a. Sebagian besar pemikiran manusia ditentukan oleh pemikiran sebelumnya mengenai tujuan-tujuan yang hendak dicapai. Penetapan tujuan-tujuan tersebut dipengaruhi oleh efikasi diri. Semakin tinggi efikasi diri seseorang, maka semakin tinggi pula komitmen atau keterlibatannya terhadap tujuan-tujuan tersebut.
b. Dengan berfikir, seseorang mempunyai kemungkinan untuk mampu memperkirakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peristiwa-peristiwa yang mungkin akan terjadi padanya, sehingga dapat mengontrolnya. Dalam hal menyelesaikan masalah, efikasi diri mempengaruhi efisiensi berfikir analitik.

c. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi, mempunyai gambaran keberhasilan yang memberi dasar positif pada penampilan atau perilakunya. Sedangkan orang yang menilai dirinya tidak mampu lebih cenderung mempunyai gambaran kegagalan yang mendasari penampilan atau perilakunya. Sedangkan orang yang menilai dirinya tidak mampu lebih cenderung mempunyai gambaran kegagalan yang mendasari penampilan atau perilakunya. Penstimulasi secara kognitif, dalam arti proses penggambaran individu bahwa dirinya dapat melaksanakan suatu aktivitas secara terampil, akan meningkatkan performance atau perilaku berikutnya.

d. Efikasi diri mempunyai fungsi kognitif melalui pengaruh bersama dari suatu proses

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

motivasional dan pemrosesan informasi. Makin besar usaha untuk pemrosesan tugas-tugas memori secara kognitif, maka selanjutnya akan meningkatkan kemampuan memori seseorang.

2) Proses Motivasional

Efikasi diri seseorang akan mempengaruhi motivasi dalam beberapa hal. Kepercayaan akan Efikasi diri individu akan dipengaruhi tingkat komitmen individu terhadap tujuannya, yang direfleksikan dalam seberapa besar usaha yang dilakukan seseorang dalam suatu tugas dan seberapa lama dia akan bertahan dalam menghadapi rintangan. Makin kuat keyakinan seseorang akan kemampuannya, makin besar dan bersifat tetap pula usaha yang dilakukan. Ketika menghadapi kesulitan, orang yang merasa ragu akan kemampuannya, akan mengurangi usahanya atau bahkan akan menggagalkan usaha tersebut lebih awal. Sebaliknya, orang yang mempunyai keyakinan yang kuat akan kemampuannya akan meningkatkan usahanya untuk mengatasi tantangan. Dijelaskan pula bahwa usaha manusia untuk mencapai dan mewujudkan keberadaan diri yang positif memerlukan perasaan personal efikasi yang optimis. Hal tersebut karena adanya realitas sosial yang biasanya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penuh dengan kesulitan sehingga orang harus memiliki perasaan kesungguhan pribadi yang kuat untuk mempertahankan usaha-usahanya yang diperlukan untuk menjadi sukses.

3) Proses Afektif

Keyakinan seseorang mengenai kemampuannya dipengaruhi seberapa banyak tekanan yang dialami ketika menghadapi situasi-situasi yang mengancam. Reaksi-reaksi sosial tersebut dapat mempengaruhi tindakan baika langsung maupun tidak langsung melaui pengubahan jalan pikiran. Orang percaya bahwa dirinya dapat mengatasi situasi yang mengancam, menunjukkan kemampuan. Oleh karena itu tidak merasa cemas atau terganggu oleh ancaman-ancaman yang dihadapinya. Sedangkan orang yang merasa bahwa dirinya tidak dapat mengontrol situasi yang mengancam, akan mengalami kecemasan yang tinggi.

4) Proses Seleksi

Manusia merupakan bagian dari produk lingkungan. Dengan menyeleksi lingkungannya orang akan mempunyai kekuasaan akan menjadi apa mereka. Pilihan tersebut dipengaruhi oleh keyakinan individu akan kapabilitas personalnya. Orang akan menolak aktivitas dan lingkungan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mereka yang mereka yakini melebihi kapabilitas mereka, tetapi mereka siap untuk melakukan aktivitas dan memilih lingkungan sosial yang mereka nilai dapat mereka atasi. Semakin tinggi penerimaan efikasi diri, semakin menantang aktivitas yang mereka pilih.

6. Perkembangan Efikasi Diri

Perkembangan *self efficacy*, dalam tiap fase perkembangan dibutuhkan kompetensi dari individu untuk berhasil melalui tiap fase perkembangan tersebut. Meskipun, tahap perkembangan yang dilalui individu tidaklah sama. Namun, keyakinan akan kemampuan diri secara konsisten akan memberikan pengaruh dalam tiap tahap perkembangan. Teori sosial kognitif memberikan analisis mengenai perubahan perkembangan *self efficacy* sepanjang rentang hidup manusia.(Mustaqim, 2008) membedakan fase-fase perkembangan *self efficacy* menjadi beberapa tahapan :

a. Masa awal perkembangan. Pada awal perkembangannya, manusia dilahirkan tanpa merasakan sesuatu mengenai diri *(self*). Bayi menjelajah pengalaman seperti melihat dirinya menghasilkan dampak dengan tindakan yang mereka lakukan, menyediakan dasar awal untuk mengembangkan rasa *efficacy*. Tangisan menghadirkan orang tua, menggoyangkan bel, menghasilkan bunyi,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan menendang dapat menggoyangkan tempat tidurnya. Dengan mengamati secara berulang-ulang bahwa kejadian di lingkungannya terlihat dengan tindakan, tetapi tidak dalam ketidakhadirannya, bayi belajar mengenai tindakan menghasilkan dampak. Bayi yang memiliki pengalaman sukses dalam mengontrol kejadian di lingkungan membuatnya lebih memberi perhatian terhadap perilakunya dan lebih kompeten dalam mempelajari respon *efficacy*, dari pada bayi yang tidak memerdulikan bagaimana mereka berperilaku. Perkembangan *efficacy* personal membutuhkan lebih dari sekedar menyadari tindakan menghasilkan dampak. Tapi tindakan tersebut harus dianggap sebagai bagian dari diri. Diri menjadi berbeda dari orang lain melalui pengalaman yang berbeda. Sejalan dengan bayi yang mulai menjadi anak-anak, mereka yang berada di sekitarnya memerhatikan dan memerlakukannya sebagai orang yang berbeda. Berdasarkan pertumbuhan seseorang dan pengalaman sosial, mereka membentuk representasi simbolik dari diri mereka sebagai diri yang berbeda.

b. Sumber-sumber kerluarga terhadap *self efficacy*. Anak kecil harus mendapatkan pengetahuan diri (*self-*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

knowledge) mengenai kemampuan dalam area fungsi yang lebih luas. Mereka harus membangun, menilai, dan melakukan tes terhadap kemampuan fisik, kemampuan sosial, keahlian bahasa, dan keahlian kognitif dalam memahami dan mengelola banyak situasi yang mereka hadapi setiap hari. Pengembangan bahasa mendorong anak-anak memahami pengertian simbolik untuk merefleksikan pengalaman dan apa yang orang lain ceritakan kepada mereka, mengenai kemampuannya, dan juga memperluas pengetahuan diri mengenai apa yang bisa dan tidak bisa mereka lakukan. Awal pengalaman *efficacy* berpusat pada keluarga. Keluarga menjadi tempat awal seorang anak mengetahui perbedaan antara individu baik dari segi usia, perbedaan jenis kelamin, dan *modelling*.

c. Memperluas *self efficacy* melalui pengaruh teman sebaya. Pengalaman pengujian *efficacy* anak-anak berubah secara substansial sejalan perpindahan mereka menuju komunitas yang lebih besar. Dalam hubungan dengan teman sebaya, mereka memperluas pengetahuan diri mengenai kemampuannya. Teman sebaya menyediakan fungsi *efficacy* yang penting.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Mereka yang paling berpengalaman dan berkompeten menjadi model *efficacy* dalam berpikir dan berperilaku.

d. Sekolah sebagai perantara dalam menumbuhkan *self efficacy*, selama periode penting dalam pembentukan kehidupan anak, sekolah mempunyai fungsi utama untuk menumbuhkan *self efficacy* kognitif, serta menguji hal tersebut dalam situasi sosial. Di sini pengetahuan dan keahlian berpikir mereka dites, dievaluasi, dan dibandingkan secara sosial. Ketika sang anak menguasai keahlian kognitif, mereka mengembangkan rasa *efficacy* intelektual.

e. Pertumbuhan *self efficacy* melalui pengalaman transisional remaja, setiap periode perkembangan membawa serta tantangan baru untuk *coping efficacy*, sebagai remaja yang mendekati tuntutan dewasa, mereka harus belajar untuk memikul tanggung jawab terhadap diri mereka sendiri dalam setiap dimensi kehidupan. Hal ini memerlukan penguasaan benyak keahlian dan cara untuk berintegrasi dalam masyarakat dewasa. Belajar bagaimana menghadapi perubahan pubertas, menjalin hubungan secara emosional, dan persoalan seksual menjadi masalah yang sangat penting. Tugas untuk memilih perkerjaan apa yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

akan dikejar juga tampak dalam periode ini. Remaja memperluas dan memperkuat rasa *efficacy* mereka dengan belajar bagaimana untuk sukses dalam berhadapan dengan masalah yang belum mereka hadapi dengan baik.

f. *Self efficacy* dalam masa dewasa. Masa dewasa awal merupakan periode ketika seseorang harus belajar untuk menangani banyak tuntutan baru yang muncul dari hubungan persahabatan, hubungan pernikahan, kedudukan sebagai orang tua, dan karir pekerjaan. Seperti dalam tugas penguasaan yang lebih dulu, sebuah bentuk rasa *self efficacy* berperan penting terhadap pencapaian kemampuan dan pencapaian kesuksesan lebih lanjut. Mereka yang memasuki kedewasaan dengan sedikit dibekali keahlian dan terganggu oleh ketidakyakinan diri menemukan banyak aspek dalam hidupnya penuh stress dan kemurungan. Memulai karir pekerjaan yang produktif memberikan tantangan transisional dalam masa dewasa awal. Terdapat banyak cara keyakinan *self efficacy* menyumbang terhadap pengembangan karir dan kesuksesan dalam menguasai suatu keahlian. Pada fase awal *self efficacy* menentukan seberapa baik mereka

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengembangkan dasar kognisi, manajemen diri, dan keahlian interpersonal. Keahlian psikososial menyumbang dorongan lebih kepada kesuksesan dalam karir daripada dalam keahlian keterampilan yang bersifat teknis.

g. Menilai kembali *self efficacy* dalam usia lanjut, isu *self efficacy* dalam usia lebih tua berpusat pada *reappraisal* dan *misappraisal* mengenai kemampuan mereka.

7. Pengaruh *Self Efficacy* Bagi Fungsi Individu

Self efficacy mempengaruhi individu dalam cara yang bervariasi, diantaranya (Bandura, 1997):

a. Bagi proses kognisi, *self efficacy* yang kuat akan mengarahkan individu untuk berpikir analitis dalam menghadapi situasi khusus, penyelesaian terbaik dipandang sebagai suatu tantangan yang dapat dicapai melalui kerja keras dan komitmen yang kuat terhadap pencapaian tujuan.

b. Bila seseorang yakin dengan *self efficacy* yang dimilikinya, maka dapat mempengaruhi status kesehatan psikis dan performanya.

c. Tingkat *self efficacy* mempengaruhi level motivasi yang dimiliki seseorang. Semakin seseorang yakin akan kemampuannya, maka akan semakin besar dan persisten pula usaha yang mereka lakukan. Level motivasi seseorang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dibuktikan dengan seberapa banyak usaha yang dilakukan dan berapa lama mereka mampu mempertahankannya.

d. *Self efficacy* juga berdampak pada tingkat stres dan seberapa depresi seseorang. Ketidakyakinan pada kemampuan akan meningkatkan rasa khawatir karena adanya perasaan yang tidak puas yang kemudian berdampak pada timbulnya perasaan tertekan atau stres.

e. *Self efficacy* mempengaruhi tujuan yang ingin dicapai seseorang. Jika *self efficacy* yang kuat, maka akan semakin besar tujuan yang ingin dicapai dan makin kuat komitmen seseorang untuk mewujudkannya.

Makin kuatnya tingkat *self efficacy* seseorang maka ia akan mampu bertahan (*resilient*) terhadap hadirnya situasi yang tidak menyenangkan.

8. Dampak Efikasi Diri

Efikasi diri selalu berhubungan dan berdampak pada pemilihan prilaku, motivasi dan keteguhan individu dalam menghadapi setiap persoalan yang dihadapi. Menurut Luthans efikasi diri mempengaruhi tiga hal. (Luthans, 2006)

1) Pemilihan Perilaku

Pemilihan perilaku yaitu keputusan akan dibuat atas dasar berapa ampuhnya seseorang merasa terhadap pilihan. Misalnya penugasan kerja atau bahkan bidang karir.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Usaha Motivasi

Usaha motivasi yaitu orang yang akan mencoba untuk lebih keras dan lebih banyak memberikan usaha pada tugas dimana individu mempunyai efikasi yang lebih tinggi daripada individu dengan penilaian kemampuan rendah.

3) Keteguhan

Keteguhan yaitu orang dengan efikasi diri tinggi akan bertahan ketika menghadapi masalah atau bahkan gagal, sedangkan orang dengan efikasi diri rendah cenderung menyerah ketika hambatan muncul.

Individu yang memiliki Efikasi Diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani sesecara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam apa yang dilakuakanya dan meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi stressor

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya.

B. Pilihan Karir

1. Definisi Pilihan Karir

Para ahli psikoanalisis memandang asal mula dari minat seseorang adalah sebagai suatu respon pada suatu kebutuhan ego untuk dihargai dan staus yang memuaskan.

Menurut Anne Roe (1989), dalam teorinya bahwa pola perkembangan arah pilihan karir akan mencerminkan orientasi dasar pribadi yang berasal dari kebiasaan mengasuh anak.

Ginzberg (1989), meninjau pemilihan karir sebagai suatu proses yang mencakup tiga periode, yaitu *fantasi* (6-11 tahun), *tentatif* (12-17 tahun), *realistis* (18-... tahun).

Menurut Super (1989), pemilihan jabatan itu di implementasikan dengan konsep diri.

Carter (1994) menyatakan bahwa pilihan karir adalah sikap vokasional individu berkembang dari usaha untuk menyesuaikan kepada keluarga dan tuntutan sosial serta kepada persepsinya sendiri terhadap kebutuhan dan kemampuan.

Peter M. Blau (1950) mengemukakan bahwa arah pilihan karir seseorang merupakan suatu proses yang berlangsung lama dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor penunjang maupun faktor penghambat bagi seseorang dalam membuat keputusan karir.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Holland (1989), dalam teori karirnya mengemukakan suatu teori umum yang berusaha mengaitkan secara langsung orientasi pribadi dengan lingkungan termasuk segala pengaru budaya, teman bergaul, orang tua, orang dewasa yang dianggap memiliki peranan yang penting.

Menurut pengertian para ahli di atas bisa disimpulkan bahwa pilihan karir adalah gambaran pribadi seseorang yang diekspresikan kepada karir yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dan orang-orang yang dianggap penting dalam hidup seseorang.

2. Dimensi Pilihan Karir

Menurut Holland ada enam jenis lingkungan okupasional yang disenangi, Perkembangan tipe-tipe kepribadian adalah hasil dari interaksi-interaksi faktor-faktor bawaan dan lingkungan (Winkel, 2005) dan interaksi-interaksi ini membawa kepada preferensi-preferensi untuk jenis-jenis aktivitas-aktivitas khusus, yang pada gilirannya mengarahkan individu kepada tipe-tipe perilaku-perilaku tertentu, yaitu : (Manhiru, 1992)

a. Realistis

Tipe ini yang preferensinya pada aktivitas-aktivitas yang memerlukan manipulasi eksplisit, teratur, atau sistematik terhadap obyek-obyek, alat-alat, mesin-mesin, dan binatang-binatang. Tidak menyukai aktivitas-aktivitas pemberian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bantuan atau pendidikan. Preferensi-preferensi membawa kepada pengembangan kompetensi-kompetensi dalam bekerja dengan benda-benda, binatang-binatang, alat-alat dan perlengkapan teknik, dan mengabaikan kompetensi-kompetensi sosial dan pendidikan. Menganggap diri baik dalam kemampuan mekanikal dan atletik dan tidak cakap dalam keterampilan-keterampilan sosial hubungan-hubungan insani. Menilai tinggi benda-benda nyata, seperti : uang dan kekuasaan. Ciri-ciri khususnya adalah praktikalitas, stabilitas, konformitas. Mungkin lebih menyukai keterampilan-keterampilan dan okupasi-okupasi teknik.

b. Investigatif

Tipe ini memiliki preferensi untuk aktivitas-aktivitas yang memerlukan penyelidikan observasional, simbolik, sistematik, dan kreatif terhadap fenomena fisik, biologis, dan kultural agar dapat memahami dan mengontrol fenomena tersebut, dan tidak menyukai aktivitas-aktivitas persuasif, sosial, dan repetitif. Contoh-contoh dari okupasi-okupasi yang memenuhi kebutuhan-kebutuhan tipe-tipe investigatif adalah ahli kimia dan ahli fisika.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Artistik

Tipe ini lebih menyukai aktivitas-aktivitas yang ambiguous, bebas, dan tidak tersistematisasi untuk menciptakan produk-produk artistik, seperti lukisan, drama, karangan. Tidak menyukai aktivitas-aktivitas yang sistematik, teratur, dan rutin. Kompetensi-kompetensi dalam upaya-upaya artistik dikembangkan dan keterampilan-keterampilan yang rutin, sistematik, klerikal diabaikan. Memandang diri sebagai ekspresif, murni, independen, dan memiliki kemampuan-kemampuan artistik. Beberapa ciri khususnya adalah emosional, imaginatif, impulsif, dan murni. Okupasi-okupasi artistik biasanya adalah lukisan, karangan, akting, dan seni pahat.

d. Sosial

Tipe ini lebih menyukai aktivitas-aktivitas yang melibatkan orang-orang lain dengan penekanan pada membantu, mengajar, atau menyediakan bantuan. Tidak menyukai aktivitas-aktivitas rutin dan sistematik yang melibatkan obyek-obyek dan materi-materi. Kompetensi-kompetensi sosial cenderung dikembangkan, dan hal-hal yang bersifat manual & teknik diabaikan. Menganggap diri kompeten dalam membantu dan mengajar orang lain serta menilai tinggi aktivitas-attivitas hubungan-hubungan sosial.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Beberapa ciri khususnya adalah kerja sama, bersahabat, persuasif, dan bijaksana. Okupasi-okupasi sosial mencakup pekerjaan-pekerjaan seperti mengajar, konseling, dan pekerjaan kesejahteraan sosial.

e. Enterprising

Tipe ini lebih menyukai aktivitas-aktivitas yang melibatkan manipulasi terhadap orang-orang lain untuk perolehan ekonomik atau tujuan-tujuan organisasi. Tidak menyukai aktivitas-aktivitas yang sistematik, abstrak, dan ilmiah. Kompetensi-kompetensi kepemimpinan, persuasif dan yang bersifat supervisi dikembangkan, dan yang ilmiah diabaikan. Memandang diri sebagai agresif, populer, percaya diri, dan memiliki kemampuan memimpin. Keberhasilan politik dan ekonomik dinilai tinggi. Ciri-ciri khasnya adalah ambisi, dominasi, optimisme, dan sosiabilitas.

f. Konvensional

Tipe ini lebih menyukai aktivitas-aktivitas yang memerlukan manipulasi data yang eksplisit, teratur, dan sistematik guna memberikan kontribusi kepada tujuan-tujuan organisasi. Tidak menyukai aktivitas-aktivitas yang tidak pasti, bebas dan tidak sistematik. Kompetensi-kompetensi dikembangkan dalam bidang-bidang klerikal, komputasional, dan sistem usaha. Aktivitas-aktivitas artistik dan semacamnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diabaikan. Memandang diri sebagai teratur, mudah menyesuaikan diri, dan memiliki keterampilan-keterampilan klerikal dan numerikal. Beberapa ciri khasnya adalah efisiensi, keteraturan, praktikalitas, dan kontrol diri. Okupasi-okupasi yang sesuai adalah bankir, penaksir harga, ahli pajak, dan pemegang buku.

3. Proses Pemilihan Karir

Proses pemilihan karir oleh Ginzberg (1996) diklasifikasikan menjadi tiga tahapan yaitu:

a. Masa Fantasi

Masa ini berlangsung pada individu dengan tahap usia 6-12 tahun. Pada masa ini proses pemilihan pekerjaan masih bersifat sembarangan atau asal pilih, tanpa didasarkan pada pertimbangan yang masak mengenai kenyataan yang ada. Pilihan pekerjaan pada masa ini hanya didasari oleh kesan yang dibuat untuk kesenangan semata.

b. Masa Tentatif

Masa ini berlangsung mencakup anak usia 11-18 tahun. Masa ini oleh Ginzberg diklasifikasikan menjadi empat tahap, yaitu:

1) Tahap Minat (11-12 tahun)

Masa dimana individu cenderung melakukan pekerjaan hanya yang sesui minat dan kesukaan, pertimbangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

karirpun juga didasari atas kesenangan, ketertarikan atau minat individu terhadap objek karir, dengan tanpa mempertimbangkan banyak faktor. Akan tetapi seelah menyadari bahwa minatnya berubah-ubah maka individu akan menanyakan kepada dirinya tentang kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan suatu pekerjaan.

2) Tahap Kapasitas (13-14 tahun)

Masa dimana individu mulai melakukan pekerjaan atau kegiatan sesuai dengan kemampuannya masing-masing, orientasi pilihan pekerjaan juga dicocokkan dengan minat dan kesukaannya.

3) Tahap Nilai (15-16 tahun)

Yaitu tahap dimana kapasitas itu akan diinterpretasikan secara sederhana oleh individu yang mulai menyadari bahwa terdapat suatu kandungan nilai-nilai tertentu dari suatu jenis pekerjaan, baik nilai yang bersifat pribadi maupun serangkaian nilai yang bersifat kemasyarakatan.

4) Tahap Transisi (17-18 tahun)

Yakni keadaan dimana individu akan memadukan orientasi-orientasi pilihan yang dimiliki sebelumnya, minat, kapasitas, dan nilai, untuk dapat direalisasikan dalam kehidupannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Masa Realistik

Masa ini mencakup usia 18-24 tahun, pada masa ini okupasi terhadap pekerjaan telah mengalami perkembangan yang lebih realistis, orientasi minat, kapasitas, dan nilai yang dimiliki terhadap pekerjaan akan direfleksikan secara runtut dan terstrukturuntuk memilih jenis pekerjaan atau untuk memilih perguruan tinggi yang sesusi dengan arah tentatif mereka.

4. Pertimbangan-Pertimbangan dalam Pemilihan Karir

a) Faktor Internal

Winkel dan Hastuti (2004) menyatakan bahwa fakor yang mempengaruhi perkembangan karir ada dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal, adapun faktor internal antara lain :

1. Nilai-nilai kehidupan yaitu ide-ide yang dikejar oleh seseorang dimanapun dan kapanpun.
2. Minat yaitu ide-ide yang dikejar seseorang untuk merasa tertarik pada suatu bidang.
3. Sifat-sifat yaitu ciri-ciri kepribadian yang memberikan corak khas pada seseorang.
4. Pengetahuan yaitu informasi yang dimiliki tentang diri sendiri dan bidang tertentu.
5. Keadaan jasmani yaitu ciri-ciri fisik yang dimiliki seseorang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b) Faktor Eksternal

Yang termasuk faktor eksternal adalah:

1. Masyarakat yaitu lingkungan sosial budaya dimana seseorang dibesarkan.
2. Keadaan sosial ekonomi negara atau daerah yaitu laju pertumbuhan ekonomi tinggi, tengah dan sedang, serta disertifikasi masyarakat kelompok terbuka dan tertutup bagi anggota dalam kelompok lain.
3. Status sosial ekonomi keluarga yaitu setingkat pendidikan orangtua, tinggi rendahnya pendapatan orangtua, jabatan orangtua, daerah tempat tinggal dan suku bangsa.
4. Pengaruh dari seluruh anggota keluarga besar dan inti.
5. Pendidikan sekolah yaitu pandangan mengenai nilai-nilai yang terkandung dalam bekerja, tinggi rendahnya jabatan dan kecocokan tertentu untuk anak laki-laki dan perempuan.
6. Pergaulan teman-teman sebaya yaitu pandangan tentang masa depan yang terungkap dalam pergaulan sehari-hari.
7. Tuntuan yang melekat pada masing-masing jabatan dan program-program studi atau latihan dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mempersiapkan seseorang untuk diterima pada jabatan tertentu dan berhasil didalamnya.

5. Langkah-Langkah Pemilihan Karir

Menurut Gellat's (Sukardi, 2010), teori keputusan adalah salah satu metode yang digunakan untuk menjelaskan proses pemilihan karir dan kemudian memberikan suatu kerangka kerja atau pedoman kerja. Ada beberapa langkah dalam proses pengambilan keputusan, yaitu :

a. Langkah pertama, dimulai apabila individu mengenal kebutuhan untuk mengambil keputusan, kemudian menentukan sasaran atau tujuan.
b. Langkah kedua, idividu perlu mengumpulkan data dan mengadakan survey tentang kemungkinan bidang kegiatan.
c. Langkah ketiga, melibatkan penggunaan data dalam menentukan kemungkinan bidang kegiatan, hasil-hasil dan kemungkinan keberhasilan.
d. Langkah keempat, mengestimasi hasil-hasilyang dikehendaki, perhatian dipusatkan pada sistem nilai individual.
e. Langkah kelima, melibatkan evaluasi dan seleksi suatu keputusan ialah suatu keputusan terminal atau investigasi keputusan. Jika keputusan terminal dijangkau, maka individu mulai kembalimenilai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemungkinan dan hasil dari keputusannya dalam kaitannya dengan sistem prediksi.

C. Hubungan Efikasi Diri Siswa PGRI 1 Surabaya Dalam Konsistensi Pilihan Karir

Penelitian ini untuk mengetahui bagaimana hubungan efikasi diri siswa SMK PGRI 1 Surabaya dalam konsistensi pilihan karir, karir manakah yang sesuai dengan kemauan siswa atau kemampuan siswa, bukan dari keinginan orang tua atau karena pengaruh teman-temannya, meskipun efikasi diri tidak bisa lepas dari pengaruh sosial dan lingkungan, pembentukan efikasi diri harus dilakukan sejak dini agar menjadi kebiasaan yang positif bagi siswa.

Menurut Bandura (1997), seseorang didalam hidupnya dituntun oleh keyakinan akan *self efficacy*-nya. *Self efficacy* merujuk pada pengertian tentang kepercayaan seseorang akan kemampuan dalam mengorganisasikan dan melakukan aksi dalam rangka mencapai tujuan. *Self efficacy* tidak ditekankan pada banyaknya keterampilan yang dipunyai, tetapi kepercayaan terhadapa apa saja yang bisa dikerjakan dengan apa yang dipunyai di dalam berbagai situasi atau keadaan. (Schwartz & Gottman, 1976 dalam Bandura, 1997). *Self efficacy* adalah kontribusi yang penting terhadap pencapaian performen, apapun keterampilan yang dimiliki.

Menurut Bandura (1997) untuk melihat *self efficacy* seseorang, tidak perlu dengan mengukur keterampilan yang dipunyai, tetapi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kepercayaan tentang apa yang bisa dikerjakan seseorang dalam berbagai kondisi dengan apapun keterampilan yang dimiliki.

Pada tahun 1979 teori Krumboltz, berdasarkan teori pembelajaran sosial Albert Bandura, diperkenalkan. Meskipun ide Bandura mengenai perolehan perilaku telah berubah sampai pada beberapa tingkat tertentu, Krumboltz tidak membuat perubahan yang berarti dalam teorinya. perbedaan antara teori-teori yang berasal dari teori pembelajaran dan teori kepribadian adalah teori tersebut tidak begitu memperhatikan peran kepribadian, seperti minat dan nilai-nilai, dalam proses pengambilan keputusan karir. tetapi lebih memfokuskan pada proses pembelajaran yang mengarahkan pada keyakinan dan minat diri serta bagaimana hal ini mempengaruhi proses pengambilan keputusan karir. (Alwisol, 2011).

Teori ini bermaksud menjawab pertanyaan mengapa orang memasuki lapangan pekerjaan tertentu, mengapa pada tahap tertentu perkembangan orang tertentu. Munculnya teori ini berasal dari teori belajar social umum yang tokoh utamanya adalah Albert Bandura, teori belajar social ini sendiri berkembang dari teori behaviorisme dan teori tentang penguatan. Teori krumboltz, menganggap penting pribadi dan lingkungan sebagai faktor-faktor yang menetukan keputusan orang tentang karir. Faktor individu berkenaan dengan apa yang sudah ada pada diri seseorang, seperti jenis kelamin, rupa atau tampakan fisik dan kemampuan-kemampuan unsur bawaan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sehubungan dengan karir, lingkungan mencakup lingkungan kerja, pasar kerja, syarat kerja, peraturan dan undang-undang kerja, serta hal-hal lain di dalam masyarakat, yang berpengaruh pada kehidupan kerja seperti adat kebiasaan, perang, politik, ekonomi. Pribadi dan lingkungan berinteraksi, dan interaksi ini menimbulkan pandangan diri orang yang bersangkutan dan ini mempengaruhi tingkah laku kerjanya. Kelangsungan tingkah laku ini dibentuk oleh penguatan (ganjaran) atau hukuman. Teori belajar sosial di dasarkan pada konsep saling menentukan tanpa penguatan dan pengaturan diri. (Alwisol, 2011) Orang yang mengalami kejadian yang mengganjar atau sebaliknya dan di dalam kontak itu, individu merespons terhadap kejadian yang dialaminya tersebut.

Pendekatan belajar sosial terhadap teori perkembangan karir (*Social learning approaches to career development theory*) menekankan pada pentingnya perilaku dan kognisi dalam membuat keputusan karir. Pembuatan keputusan karir individu dipengaruhi oleh lingkungan (proses pembelajaran sosial) terutama dari orang lain yang berarti signifikan (*significant other*). Dalam mengambil keputusan individu dapat mengamati, meniru, dan mencontohi orang-orang yang ada disekelilingnya, jika apa yang diamatinya itu sesuai dengan keinginan individu, maka apa yang diamatinya itu dapat direalisasikannya menjadi sebuah perilaku. Kombinasi antara hereditas, lingkungan, sejarah, atau pengalaman belajar dan pendekatan keterampilan atau keahlian adalah hal yang patut diperhatikan dalam pembuatan keputusan karir. Pengambilan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keputusan adalah pilihan yang dibuat individu dari dua atau lebih alternatif. (Stephens P Robbins, Timothy A Judge, 2011).

Menurut pandangan Krumboltz, Mitchell dan Gelatt teori belajar sosial dalam penentuan pilihan merupakan hasil perkembangan secara umum dari perilaku belajar sosial, yang di ajukan oleh Bandura. Teori ini berasumsi bahwa kepribadian dan perilaku yang dimiliki seseorang timbul dari pengalaman belajar yang unik. Pengalaman belajar ini terdiri dari kontak antara analisis kognitif yang positif dan even-even yang menguatkan secara negatif.

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti nilai yang terkumpul. Sebuah hipotesis akan benar jika hasil penelitian tersebut menyatakan kebenarannya, dan akan ditolak jika tidak sesuai dengan hasil penelitiannya. Mengingat hipotesis sebagai pedoman dalam penelitian maka penulis merumuskan ada hubungan antara efikasi diri dengan konsistensi pilihan karir siswa SMK PGRI 1 Surabaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id