

## BAB II KAJIAN PUSTAKA

### A. *Grand Theory*

#### 1. Konsep Pendidikan Ibnu Khaldun

Setiap peserta didik diyakini memiliki potensi bawaan yang dapat dikembangkan melalui pendidikan, bimbingan, serta pengalaman belajar yang bermakna. Keyakinan terhadap kemampuan diri ini sejalan dengan prinsip ikhtiar, tawakal, dan optimisme dalam Islam. Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* berfirman dalam QS. Al-Insyirah (94) ayat 5 – 6:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Artinya: “Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”

QS. Al-Insyirah (94) ayat 5 – 6 menegaskan bahwa setiap kesulitan selalu disertai dengan kemudahan, sehingga peserta didik diajarkan untuk tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan belajar.

Rasulullah ﷺ bersabda: “Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, namun pada keduanya terdapat kebaikan. Bersemangatlah terhadap apa yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah, dan jangan merasa lemah.” (HR. Muslim No. 2664)

Hadist tersebut menegaskan pentingnya kekuatan psikologis dan spiritual, termasuk rasa percaya diri dalam berusaha. Makna hadist tersebut relevan dengan konsep efikasi diri, yaitu keyakinan peserta didik terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan belajar, berusaha secara optimal, dan mencapai prestasi yang diharapkan.

Ibnu Khaldun memandang bahwa pendidikan yang ideal menuntut pendidik yang memahami tugasnya, memiliki penguasaan yang baik terhadap ilmu pendidikan, serta menjalankan proses mendidik secara cerdas, tulus, dan penuh ketelitian. Pendidik juga perlu memiliki kemampuan berinteraksi secara tepat dengan peserta didik. Peserta didik dituntut memandang pendidikan sebagai dorongan untuk mempertahankan kehidupan yang bermartabat, menunjukkan kesabaran dalam proses menuntut ilmu, mengamalkan pengetahuan yang diperoleh, serta memenuhi berbagai kewajiban belajar lainnya (Suyitno, Y., 2021).

Para pendidik harus memiliki syarat-syarat, antara lain:

- 1) Melakukan dialog dengan murid  
Ibnu Khaldun menerangkan bahwa ada sebagian orang yang menghabiskan waktu untuk mencari ilmu tapi tidak mendapatkan apa pun. Salah satu penyebab dari hal tersebut adalah karena guru tidak melakukan metode dialogis (*ah-hivar*) dalam mendidik. Untuk menghindari hal tersebut, Ibnu Khaldun menyarankan agar guru menggunakan metode dialogis. Dia menulis, "Cara paling mudah (untuk mengembangkan, pen.) bakat adalah dengan membuka kunci lisan oleh dialog dan diskusi (*al-munazharah*) dalam masalah-masalah ilmiah. Ia akan menghasilkan tujuan."
- 2) Memilih disiplin ilmu yang sesuai dengan murid  
Sumber yang melimpah ruah, terminologi yang beranekaragam, dan metodologi yang banyak adalah sebab-sebab yang mengakibatkan kegagalan pendidikan. Hal tersebut hanya akan menyia-nyiakan waktu tanpa ada hasil apa pun yang didapatkan. Oleh karena itu, seorang pendidik harus memilih hal-hal yang dapat merealisasikan tujuan, yaitu dengan memberikan arahan kepada hal-hal pokok saja.
- 3) Menghindari ringkasan  
Salah satu kritik yang ditujukan oleh Ibnu Khaldun kepada para pendidik yang hidup dimasanya adalah kebiasaan mereka memberikan ringkasan. Karena, menurut Ibnu Khaldun, ringkasan tidak bisa memberikan pemahaman yang cukup. Dengan demikian, ia sulit dipahami, merusak pendidikan, dan memberikan manfaat yang sedikit.

- 4) **Memerhatikan dan membantu bakat murid**  
Seorang pendidik harus memerhatikan dan memberikan ilmu sesuai dengan bakat yang dimiliki oleh murid. Hal tersebut, misalnya, dilakukan dengan cara memberikan dua disiplin ilmu dalam waktu yang berbeda. Karena, "Sedikit murid yang nanti akan mendapatkan salah satu disiplin ilmu dari keduanya." (Suyitno, Y., 2021)

Pemikiran Ibnu Khaldun menegaskan bahwa pendidik memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan proses pendidikan melalui metode dan pendekatan yang tepat. Guru harus mampu berdialog dengan murid, memilihkan disiplin ilmu yang sesuai, serta menghindari pemberian materi secara ringkas agar pemahaman dapat terbentuk secara utuh. Pendidik wajib memerhatikan bakat peserta didik dan memberikan bimbingan yang selaras dengan kemampuan mereka agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Pendekatan pendidikan yang humanis dan dialogis juga berkontribusi dalam menumbuhkan kepercayaan diri, motivasi belajar, serta efikasi diri peserta didik sehingga mereka lebih siap menghadapi tantangan akademik.

Metode-metode pengajaran yang dilakukan pendidik menurut Ibnu Khaldun antara lain:

- 1) **Gradual dan berulang-ulang**  
Ketika memberikan pelajaran, seorang pendidik harus melakukannya secara bertahap-tahap. Pada awalnya pendidik harus menghindari memberikan pelajaran dengan rinci sambil memerhatikan kemampuan anak didiknya. Setelah itu, baru pendidik mulai masuk ke dalam tema secara rinci.
- 2) **Tidak memberikan beban berlebihan**  
Menurut Ibnu Khaldun, pemikiran manusia tumbuh dan berkembang secara bertahap. Pemikiran tersebut dipengaruhi oleh data, bakat, dan pengalaman yang didapatkan. Oleh karena itu, seorang pendidik harus memerhatikan perkembangan tersebut. Anak didik tidak boleh diberi beban yang berlebihan di luar perkembangan pemikirannya.

- 3) Tidak pindah kepada cabang ilmu yang lain sebelum ilmu itu dipahami  
Tentang hal ini, Ibnu Khaldun menulis, "Karena, jika seorang anak didik telah mendapatkan satu ilmu, ia akan siap untuk menerima ilmu yang lain. Ia akan semangat untuk mencari tambahan yang lebih banyak hingga akhirnya ia bisa menguasai tujuan-tujuan ilmu. Namun, jika hal tersebut tidak dilakukan, murid tidak akan bisa mendapat pemahaman, menjadi letih, malas, untuk kemudian lari dari ilmu dan belajar."
- 4) Mengobati lupa dengan memberikan pelajaran berulang-ulang  
Metode yang dilakukan Ibnu Khaldun adalah mendidik bakat yang dimiliki oleh peserta didik. Sedangkan pendidikan menuntut peserta didik untuk menjaga hal yang diduplikasinya untuk kemudian memproduksinya ketika butuh. Dan, hal tersebut membutuhkan waktu. Sedangkan hal tersebut membuat lupa. Untuk menghindari hal tersebut, Ibnu Khaldun mengobatinya dengan memberikan pelajaran berulang-ulang.
- 5) Tidak bersikap keras kepada peserta didik  
Tentang hal ini, Ibnu Khaldun menulis, "Pendidikan yang dilakukan dengan dan tekanan akan mengakibatkan kebiasaan untuk berdusta dan sikap buruk dari anak didik, hamba sahaya, atau pembantu. Hal tersebut akan membuat hati sesak dan menghilangkan semangat. Tekanan akan menyebabkan kemalasan. Ia akan mendatangkan dusta, keburukan, dan menampakkan hal yang tidak berasal dari hatinya-karena takut terhadap tekanan" (Suyitno, Y., 2021).

Pemikiran Ibnu Khaldun mengenai metode pengajaran menekankan pentingnya proses belajar yang berlangsung secara bertahap, berulang, dan disesuaikan dengan kemampuan perkembangan peserta didik. Ia menolak praktik pendidikan yang memberikan beban berlebihan, berpindah materi sebelum dipahami, atau dilakukan dengan kekerasan karena hal tersebut dapat melemahkan semangat dan menghambat pemahaman. Pendidikan yang efektif menurut Ibnu Khaldun harus dilakukan secara humanis, sabar, serta berorientasi pada pembinaan bakat dan pemahaman mendalam peserta didik.

## 2. Teori Humanisme

### a. Konsep Dasar Teori Belajar Humanisme

Psikologi humanisme adalah suatu aliran dalam psikologi yang berpijak pada pandangan eksistensialisme, yaitu suatu pandangan yang menolak anggapan bahwa manusia sepenuhnya ditentukan oleh faktor keturunan atau lingkungan. Aliran ini meyakini bahwa setiap individu memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan, menentukan arah hidup, dan membentuk eksistensinya sendiri (Lefudin, 2014). Teori belajar humanistik bertujuan untuk memanusiakan manusia. Belajar dikatakan berhasil jika peserta didik bisa memahami lingkungan dan dirinya sendiri atau mencapai aktualisasi diri (Setiawan, 2017). Teori belajar humanistik menekankan pentingnya pengembangan potensi diri dan kebebasan individu, di mana keberhasilan belajar tercapai saat peserta didik mampu memahami diri dan lingkungannya, serta mencapai aktualisasi diri secara optimal.

### b. Pemikiran Abraham Maslow tentang Teori Belajar Humanisme

Abraham Maslow merupakan salah satu pelopor aliran humanistik. Humanistik menganggap peserta didik sebagai subjek yang merdeka guna menetapkan tujuan hidup dirinya. Maslow merupakan seorang humanis yang menyadari pentingnya adanya sebuah teori yang mempertimbangkan seluruh potensi manusia secara menyeluruh. Ia menekankan bahwa manusia tidak bisa dipahami

hanya dari satu sisi saja, melainkan harus dilihat dari berbagai aspek kemampuan yang dimilikinya sebagai makhluk ciptaan Allah yang paling mulia (Adziima, 2022). Teori Maslow dalam aliran humanistik menegaskan bahwa peserta didik perlu dipandang secara utuh, dengan memperhatikan seluruh potensi yang dimilikinya agar dapat berkembang optimal sebagai pribadi merdeka dan mulia.

Abraham Maslow menyatakan bahwa perilaku manusia pada dasarnya didorong oleh upaya untuk memenuhi kebutuhan yang tersusun secara hierarkis. Menurut teori hierarki kebutuhan yang ia kemukakan, manusia termotivasi untuk memenuhi berbagai kebutuhan hidup yang berjenjang, dimulai dari kebutuhan dasar seperti kebutuhan fisiologis hingga mencapai tingkat tertinggi, yaitu aktualisasi diri (Setiawan, 2017).

Berikut gambar Teori Hierarki Kebutuhan Maslow.



Gambar 2.1 Hierarki Kebutuhan Maslow

Hierarki kebutuhan Maslow mencakup beberapa tingkatan, yaitu: kebutuhan fisiologis seperti makan dan minum; kebutuhan akan rasa aman dan nyaman, termasuk terbebas dari ancaman, ejekan, atau perlakuan merendahkan; kebutuhan untuk mendapatkan kasih sayang dan merasa diterima dalam lingkungan sosial; kebutuhan untuk dihargai, yang berkaitan dengan kepercayaan dan tanggung jawab yang diberikan orang lain; serta kebutuhan aktualisasi diri, yakni keinginan untuk menunjukkan dan memaksimalkan potensi diri (Insani, 2019).

Hierarki kebutuhan Maslow menjadi landasan penting dalam memahami pengembangan efikasi diri peserta didik, karena pemenuhan kebutuhan dasar hingga aktualisasi diri akan berpengaruh pada motivasi, kepercayaan diri, serta kemampuan mereka dalam mencapai prestasi belajar secara optimal. Ketika kebutuhan fisiologis, rasa aman, dan kasih sayang terpenuhi, peserta didik akan lebih siap untuk membangun rasa percaya diri dan menghadapi tantangan akademik. Pemenuhan kebutuhan tersebut memungkinkan peserta didik mencapai aktualisasi diri, yang tercermin dalam keberanian, kemandirian, dan prestasi belajar yang semakin meningkat.

c. **Pemikiran Carl Rogers tentang Teori Belajar Humanisme**

Rogers merupakan seorang psikologi humanistik yang berpendapat bahwa peserta didik yang belajar hendaknya diberikan kebebasan dalam belajar. Peserta didik harapannya dapat mengambil keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas pilihannya. Rogers mengemukakan lima hal penting dalam proses belajar humanistik :

- 1) Hasrat untuk belajar, hasrat untuk belajar disebabkan adanya hasrat ingin tahu manusia yang terus menerus terhadap dunia sekelilingnya;
- 2) Belajar bermakna, peserta didik yang belajar memilih apakah kegiatan yang dilakukan bermanfaat untuk dirinya atau tidak;
- 3) Belajar tanpa hukuman, belajar yang terbebas dari ancaman hukuman yang menyebabkan anak bebas berekspresi sehingga mereka mampu bereksperimen hingga menemukan sesuatu yang baru;
- 4) Belajar dengan inisiatif sendiri, menyiratkan tingginya motivasi belajar intrinsik yang dimiliki peserta didik yang banyak berinisiatif mampu mengarahkan dirinya sendiri, menentukan pilihannya sendiri serta berusaha menimbang sendiri hal yang baik bagi dirinya; dan
- 5) Belajar dan perubahan, peserta didik harus belajar untuk dapat menghadapi kondisi dan situasi yang terus berubah (Insani, 2019).

Pandangan Rogers menegaskan bahwa proses belajar yang efektif harus memberi ruang bagi peserta didik untuk bebas berpikir, mengambil keputusan, dan bertanggung jawab atas pilihannya sendiri. Pembelajaran yang bermakna, bebas hukuman, serta berlandaskan motivasi intrinsik diyakini mampu mendorong peserta didik untuk bereksperimen dan mengembangkan potensi dirinya. Pendekatan humanistik Rogers menempatkan peserta didik sebagai pusat proses belajar yang adaptif terhadap perubahan dan mendorong perkembangan pribadi secara optimal.

#### d. Prinsip Dasar Teori Belajar Humanisme

Prinsip dasar dari pendekatan humanistik adalah sebagai berikut:

- 1) Peserta didik akan belajar dengan baik apa yang mereka mau dan perlu diketahui;
- 2) Mengetahui bagaimana cara belajar lebih penting dari pada membutuhkan banyak pengetahuan;

- 3) Evaluasi diri adalah evaluasi yang berarti untuk pekerjaan peserta didik;
- 4) Perasaan adalah sama penting dengan kenyataan; dan
- 5) Peserta didik akan belajar dengan lebih baik dalam lingkungan yang tidak mengancam (Husamah *et al.*, 2018).

Pendekatan humanistik menekankan pentingnya kebebasan, kenyamanan, serta keterlibatan perasaan dalam proses belajar, sehingga peserta didik dapat berkembang secara optimal sesuai kebutuhan dan potensi dirinya. Ketika peserta didik merasa dihargai dan didukung, mereka akan lebih terbuka untuk berekspresi, mengambil risiko, dan membangun kepercayaan diri dalam belajar. Proses pembelajaran tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pertumbuhan pribadi dan pembentukan karakter peserta didik.

### 3. Teori Konstruktivisme

#### a. Definisi Konstruktivisme

Konstruktivisme merupakan teori belajar yang menekankan bahwa pengetahuan dibangun secara aktif oleh peserta didik melalui pengalaman dan interaksi dengan lingkungan, bukan hanya diterima secara pasif (Piaget, 1970; Vygotsky, 1978). Pandangan ini sejalan dengan penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa penerapan konstruktivisme dalam proses pembelajaran mampu mendorong peserta didik untuk lebih mandiri dalam mengonstruksi pengetahuan dan meningkatkan pemahaman konseptual melalui keterlibatan langsung dengan pengalaman belajar (Deng, 2025). Konstruktivisme memandang belajar sebagai aktivitas aktif, di mana peserta didik

menghubungkan pengetahuan baru dengan kerangka kognitif yang sudah ada, serta dibantu melalui interaksi sosial dan dukungan guru sebagai fasilitator (Nurhasnah *et al.*, 2024). Konstruktivisme memberikan landasan yang kuat bagi terciptanya pembelajaran yang berpusat pada peserta didik.

Vygotsky menekankan interaksi sosial dan dukungan guru melalui zona perkembangan proksimal (ZPD), yang memungkinkan peserta didik mencapai pemahaman lebih tinggi (Vygotsky, 1978). Hubungan yang tegang atau jauh dikaitkan dengan efikasi diri yang lebih rendah, yang mengarah pada penurunan motivasi dan keterlibatan (Athirathan, 2025). Temuan ini sejalan dengan teori Vygotsky yang menekankan pentingnya dukungan sosial dalam perkembangan kognitif peserta didik.

#### b. Prinsip-Prinsip Konstruktivisme

Prinsip-prinsip teori belajar konstruktivistik adalah sebagai berikut.

- 1) Pengetahuan dibangun oleh peserta didik sendiri, 2) Pengetahuan tidak dapat dipindahkan dari guru ke murid, kecuali hanya dengan keaktifan murid sendiri untuk menalar, 3) Murid aktif mengkonstruksi secara terus menerus, sehingga selalu terjadi perubahan konsep ilmiah, 4) Guru sekedar membantu menyediakan saran dan situasi agar proses konstruksi berjalan lancar, 5) Menghadapi masalah yang relevan dengan peserta didik, 6) Struktur pembelajaran seputar konsep utama pentingnya sebuah pertanyaan, 7) Mencari dan menilai pendapat peserta didik, dan 8) Menyesuaikan kurikulum untuk menanggapi anggapan peserta didik (Wahab, 2021).

Prinsip-prinsip konstruktivistik menegaskan bahwa pembelajaran merupakan proses aktif di mana peserta didik membangun sendiri pengetahuannya melalui pengalaman, penalaran, dan interaksi dengan lingkungan belajar. Guru berperan sebagai fasilitator yang menyediakan situasi dan pertanyaan bermakna agar peserta didik dapat mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam dan terus berkembang. Pembelajaran konstruktivistik mendorong peserta didik untuk berpikir kritis, memecahkan masalah, serta membangun konsep ilmiah secara mandiri dan berkelanjutan.

Piaget berpendapat bahwa pengetahuan dibangun melalui pengalaman langsung dan interaksi dengan lingkungan. Penerapan teori konstruktivisme meningkatkan hasil belajar peserta didik dengan mendorong keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran (Romdhon *et al.*, 2024). Teori belajar konstruktivisme berfokus pada peningkatan pemahaman peserta didik, sebab pendekatan ini menekankan keterlibatan aktif peserta didik dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai permasalahan yang muncul (Masgumelar, 2021). Penelitian oleh Rahayu menunjukkan bahwa penerapan teori konstruktivisme dalam pembelajaran di Sekolah Dasar, seperti melalui model 5M (mengamati, menanya, menalar, mencoba, dan mengkomunikasikan) efektif dalam meningkatkan pemahaman konsep peserta didik (Rahayu, 2022). Pembelajaran yang menekankan pengalaman langsung dan interaksi dengan lingkungan terutama guru di lingkungan sekolah efektif dalam membangun pengetahuan peserta didik.

c. Tujuan dan Manfaat Konstruktivisme

Tujuan teori belajar konstruktivisme adalah sebagai berikut.

- 1) Menumbuhkan motivasi belajar bagi peserta didik melalui tanggung jawab mereka sendiri.
- 2) Mengembangkan kemampuan bertanya peserta didik dan mencari sendiri pertanyaannya.
- 3) Membantu peserta didik mengembangkan pemahaman konsep secara lengkap dan mendalam.
- 4) Mengembangkan peserta didik menjadi pemikir yang mandiri.
- 5) Menekankan proses belajar termasuk cara belajar, strategi belajar, dan hasil belajar (Isti'adah, 2020).

Konstruktivisme merupakan pendekatan pembelajaran yang berorientasi pada upaya mengoptimalkan pemahaman peserta didik (S. Lestari *et al.*, 2024). Pembelajaran bukan sekadar proses transfer pengetahuan dari guru ke peserta didik, melainkan sebuah konstruksi aktif yang dibangun melalui pengalaman belajar. Peserta didik diharapkan lebih percaya diri, mandiri, dan mampu mengembangkan keterampilan berpikir kritis dalam menghadapi tantangan akademik maupun kehidupan sehari-hari melalui pembelajaran dengan pendekatan konstruktivisme.

Konstruktivisme memiliki sejumlah manfaat penting dalam pembelajaran. Pertama, konstruktivisme menekankan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik sehingga peserta didik menjadi fokus utama dalam proses belajar mengajar. Kedua, teori ini mendorong pembelajaran kolaboratif yang dapat mengurangi kecemasan ujian sekaligus menjadikan evaluasi sebagai pengalaman belajar yang lebih bermakna. Ketiga, konstruktivisme membantu guru dan peserta didik dalam mengembangkan pemahaman konseptual secara mendalam

melalui penerapan ide-ide konstruktivis dalam pembelajaran. Keempat, menekankan bahwa pengetahuan dibangun melalui pengalaman, sehingga peserta didik terdorong untuk mengonstruksi pemahaman sendiri. Kelima, konstruktivisme juga memberikan manfaat emosional karena emosi berperan penting dalam perkembangan perilaku, pembelajaran, dan kesiapan peserta didik dalam menghadapi tantangan akademik maupun kehidupan (Putri *et al.*, 2023).

Penerapan teori konstruktivisme diyakini dapat meningkatkan keterampilan peserta didik, terutama dalam hal komunikasi, pemecahan masalah, dan kemampuan bekerja sama. Peserta didik juga mengalami perkembangan yang bervariasi, seperti tumbuhnya kemampuan berpikir kritis serta meningkatnya rasa percaya diri dalam proses belajar (Wijayanti *et al.*, 2025). Konstruktivisme memberikan manfaat yang signifikan dalam pembelajaran dengan menempatkan peserta didik sebagai pusat proses belajar sehingga dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan rasa percaya diri peserta didik yang berdampak pada prestasi belajarnya.

Bruner menyoroti peran guru dalam membimbing peserta didik untuk menemukan konsep sendiri melalui pengalaman belajar yang menantang dan relevan (Bruner, 1966). Peran guru sebagai pembimbing, bukan sebagai sumber utama informasi. Guru yang membimbing dan memfasilitasi kegiatan belajar aktif peserta didik meningkatkan motivasi dan keterlibatan (Candra & Retnawati, 2020).

Peran guru dalam pembelajaran menurut teori konstruktivisme adalah sebagai fasilitator atau moderator. Konstruktivisme sosial yang dikembangkan oleh Vigotsky adalah bahwa belajar bagi anak dilakukan dalam interaksi dengan lingkungan sosial maupun fisik (Nurhayani, 2022). Vygotsky berpendapat bahwa proses belajar akan terjadi secara efisien dan efektif apabila anak belajar secara kooperatif dengan anak-anak lain dalam suasana dan lingkungan yang mendukung, dengan bimbingan seseorang yang lebih mampu, seperti guru atau orang dewasa (Sayfullooh *et al.*, 2023). Guru memegang peran penting sebagai fasilitator yang membimbing dan memediasi proses belajar peserta didik agar terjadi interaksi sosial yang efektif.

Vygotsky menyarankan agar guru bekerja sama dengan peserta didik untuk mendukung pembangunan pengetahuan mereka melalui kegiatan seperti diskusi, tanya jawab, serta interaksi dan diskusi antar teman sebaya (Andriani, 2023). Guru yang membimbing peserta didik melalui diskusi dan interaksi sosial mampu meningkatkan pemahaman konsep secara mendalam (Kusuma *et al.*, 2025). Peran guru sebagai fasilitator sangat penting dalam mendukung proses pembelajaran yang efektif memegang peranan penting dalam meningkatkan kualitas pendidikan (Panjaitan & Hafizzah, 2025). Peran guru sebagai fasilitator menjadi kunci dalam membangun pengetahuan dan meningkatkan kualitas pendidikan peserta didik.

## B. Konsep Efikasi Diri

### 1. Definisi Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997). Brady, *et al.* mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan diri seseorang bahwa ia mampu menyelesaikan tugas atau mencapai tujuannya (Kibtiyah, 2021). Efikasi diri adalah keyakinan seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu (Ormrod, J.E., 2008: 20).

Efikasi diri memiliki dampak yang penting terhadap keberhasilan seseorang (Bandura, 1997). Seseorang mungkin akan mengerjakan aktivitas yang mereka yakin dapat melakukannya daripada aktivitas yang mereka merasa tidak mampu melakukan. Peserta didik yang memiliki persepsi diri yang positif cenderung berhasil secara akademis, sosial, dan fisik (Ormrod, 2008). Peserta didik yang memiliki efikasi diri yang tinggi meyakini bahwasanya mereka mampu melaksanakan sesuatu untuk mengubah hal-hal di sekitarnya. Peserta didik dengan efikasi diri yang rendah akan menganggap dirinya tidak dapat mengerjakan segala sesuatu yang ada di sekitarnya (Suciati, 2022). Efikasi diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang mengenai kemampuannya untuk bisa melakukan sesuatu sehingga memperoleh hasil yang diharapkan.

## 2. Dimensi Efikasi Diri

Bandura membedakan efikasi diri menjadi tiga dimensi, yaitu

1) Tingkat kesulitan tugas (*level/ magnitude*), 2) ruang lingkup tugas-tugas yang dilakukan (*generality*), dan 3) derajat kemantapan/ kekuatan individu terhadap keyakinannya (*strength*) (Kibtiyah, 2021).

Pemahaman tentang ketiga dimensi efikasi diri ini penting karena mempengaruhi bagaimana individu menghadapi tantangan dan mengambil keputusan dalam pembelajaran. Tingkat efikasi diri yang tinggi pada ketiga dimensi tersebut dapat meningkatkan motivasi, ketekunan, dan kemampuan peserta didik dalam mencapai tujuan akademik secara lebih efektif.

Dimensi *level/ magnitude* berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang dilakukan individu. Peserta didik cenderung memilih untuk melakukan tindakan yang sesuai dengan kemampuannya ketika dihadapkan pada tugas-tugas dengan tingkat kesulitan yang bervariasi guna memenuhi tuntutan perilaku yang diperlukan pada setiap tingkat kesulitan tersebut. Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung merasa mampu menguasai dan menyelesaikan berbagai tantangan, termasuk tugas-tugas yang sulit. Individu dengan efikasi diri rendah biasanya merasa hanya mampu menyelesaikan tugas yang sederhana (Samsuddin & Heri Retnawati, 2022).

Dimensi *generality* berkaitan dengan luas bidang tugas yang dihadapi individu. Sejauh mana seseorang percaya pada kemampuannya untuk menjalankan berbagai tugas dalam beragam situasi. Keyakinan ini mencakup kemampuan individu dalam

menghadapi situasi yang familiar hingga situasi yang kompleks dan tidak terduga. Seseorang dapat menilai sejauh mana dirinya mampu menyelesaikan berbagai tugas baik tugas secara keseluruhan atau tugas yang terbatas (Samsuddin & Heri Retnawati, 2022).

Dimensi *strength* dideskripsikan sebagai cerminan bagaimana dapat melakukan atau melaksanakan tugas di berbagai tingkat kesulitan. Hal ini berkaitan dengan seberapa besar keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri. Individu dengan tingkat kekuatan efikasi diri yang tinggi memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dirinya. Mereka akan tetap berusaha dengan gigih dan tidak mudah menyerah meskipun menghadapi berbagai tantangan dalam prosesnya. Kepercayaan ini membuat mereka mampu bertahan dan terus berusaha hingga berhasil (Samsuddin & Heri Retnawati, 2022).

### 3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Bandura menyatakan bahwa ada empat faktor penting yang digunakan individu dalam membentuk efikasi diri, yaitu:

pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), pengalaman orang lain (*vicarious experience*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), dan kondisi fisiologis (*physiological state*) (Ghufron, M. N., & Risnawita, 2010).

Keempat faktor tersebut berperan penting dalam menentukan sejauh mana peserta didik percaya pada kemampuan diri mereka dalam menghadapi tugas akademik.

Faktor *enactive mastery experience* merupakan pengalaman yang diperoleh seseorang pada keberhasilan yang telah dicapai dimasa lalu. Faktor efikasi diri yang kedua adalah *vicarious experience* atau pengalaman yang berasal dari orang lain. Pengalaman yang berasal dari orang lain merupakan keyakinan diri yang diperoleh dari perspektif keberhasilan orang lain terdapat *role model* yang memberikan inspirasi untuk mencapai prestasi yang sama atau bahkan melampaui prestasi sang inspirator (Ghufron, M. N, & Risnawita, 2010).

Faktor yang mempengaruhi efikasi diri yang ketiga yaitu *verbal persuasion* adalah dorongan atau motivasi yang diperoleh dari lingkungan sosial. Persuasi sosial adalah upaya untuk meyakinkan seseorang lewat saran, nasihat, atau bimbingan agar mereka percaya pada kemampuan dirinya sendiri dalam meraih tujuan. Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan setara dapat meningkatkan efikasi diri karena memberi keyakinan bahwa tugas tersebut dapat diselesaikan. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh sosial dan lingkungan sekitar memiliki peran penting dalam membentuk persepsi individu terhadap kemampuan dirinya sendiri (Ghufron, M. N, & Risnawita, 2010).

Faktor efikasi diri yang terakhir *physiological and emotional stase* adalah kondisi fisiologis dan emosional yang memberikan pengaruh pada keyakinan diri seseorang. Keyakinan diri yang baik akan memberikan kekuatan untuk menyelesaikan dan melakukan tugas dengan baik dan sesuai target (Ghufron, M. N, & Risnawita, 2010).

#### 4. Klasifikasi Efikasi Diri

Efikasi diri diklasifikasikan menjadi 2 (dua) bentuk, yaitu efikasi diri tinggi dan efikasi diri rendah.

##### 1) Efikasi Diri Tinggi

Bandura menyatakan bahwa efikasi diri berperan penting dalam menentukan seberapa besar usaha dan ketekunan seseorang saat menghadapi tantangan. Peserta didik dengan efikasi diri tinggi akan lebih siap menghadapi berbagai masalah saat mengerjakan tugas. Mereka menunjukkan komitmen yang kuat untuk mencapai tujuan, berusaha secara maksimal, dan menggunakan strategi yang tepat saat mengalami kegagalan. Kegagalan tidak dianggap sebagai tanda ketidakmampuan, melainkan sebagai kurangnya usaha. Individu dengan efikasi diri tinggi mampu memulihkan rasa percaya diri dengan cepat setelah mengalami kegagalan (Dari *et al.*, 2021).

Beberapa indikator terkait peserta didik yang memiliki efikasi diri tinggi yaitu:

- a) peserta didik memiliki motivasi tinggi, (b) peserta didik memiliki keyakinan untuk mengerjakan lebih banyak tantangan, (c) tidak mudah menyerah dalam mengerjakan tugas, (d) peserta didik mampu menilai kapabilitas diri dengan baik, (e) peserta didik memiliki kedisiplinan yang tinggi, dan (f) memiliki keyakinan untuk membuat goal/tujuan yang lebih tinggi dari sebelumnya (Nisah *et al.*, 2022).

Individu yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung akan terdorong untuk lebih giat dan tekun dalam menjalani kegiatan akademiknya. Individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung mudah meragukan kemampuannya sendiri, sehingga lebih mungkin teralihkan pada perilaku yang tidak mendukung pencapaian akademik. Hal ini dapat berdampak pada penurunan kinerja atau prestasi belajar, bahkan bisa menyebabkan individu menghindari tugas-tugas akademik (Sukatin *et al.*, 2023).

Peserta didik dikatakan memiliki efikasi diri tinggi apabila memiliki ciri-ciri antara lain:

- 1) menunjukkan usaha lebih besar dalam belajar, 2) bekerja keras dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan, 3) memiliki daya tahan lebih tinggi dalam menghadapi kesulitan dan tugas baru, 4) peserta didik belajar dengan proses yang mendalam, 5) senang mencoba strategi yang berbeda, 6) peserta didik merasa tenang, 7) mudah menemukan solusi ketika menghadapi masalah, 8) merencanakan tujuan yang mendatang, 9) mendekati tugas yang sulit sebagai tantangan, 10) lebih berorientasi kepada tujuan, dan 11) cepat memulihkan diri apabila mengalami kegagalan (Kibtiyah, 2021).

Peserta didik dengan efikasi diri tinggi menunjukkan keyakinan kuat terhadap kemampuannya sehingga mereka lebih gigih, proaktif, dan berorientasi pada tujuan dalam proses belajar. Mereka tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, justru melihat tantangan sebagai peluang untuk berkembang melalui berbagai strategi yang mereka coba. Kemampuan untuk tetap tenang, menemukan solusi, dan bangkit kembali dari kegagalan menjadi indikator penting yang mendukung pencapaian prestasi belajar secara optimal.

## 2) Efikasi Diri Rendah

Peserta didik dikatakan memiliki efikasi diri rendah apabila memiliki ciri-ciri:

1) menghindari tugas yang menantang, 2) percaya bahwa tugas dan situasi yang sulit berada di luar kemampuannya, 3) fokus pada kegagalan pribadi dan hasil negatif, 4) cepat kehilangan kepercayaan pada kemampuan pribadi, 5) mudah menyerah dalam menghadapi tugas dan situasi yang sulit, 6) lambat dalam memulihkan diri bila mengalami kegagalan atau kekecewaan, 7) merasa ragu-ragu, 8) tidak memiliki tujuan yang jelas, 9) mudah merasa tertekan atau stress, 10) tidak memiliki upaya yang kuat untuk meningkatkan prestasi dan kesejahteraan pribadi, dan 11) tingkat partisipasinya rendah dalam kegiatan yang dijalankan (Kibtiyah, 2021).

Individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung menghindari tugas-tugas yang menantang karena mereka melihatnya sebagai ancaman (Hidayat & Fergina, 2022). Ketika mengalami kegagalan, mereka juga cenderung lambat dalam memulihkan rasa percaya diri yang berdampak pada menurunnya motivasi untuk berprestasi (Jauharotunisa, 2019). Peserta didik yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghindari tantangan, cepat merasa tidak mampu, dan mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Mereka lebih fokus pada kemungkinan kegagalan daripada peluang keberhasilan sehingga partisipasi dan usaha untuk meningkatkan prestasi menjadi sangat minim. Kondisi ini berdampak pada lambatnya pemulihan saat mengalami kegagalan serta kurangnya kejelasan tujuan belajar, yang pada akhirnya menghambat perkembangan akademik dan kesejahteraan pribadi mereka.

## C. Prestasi Belajar

### 1. Pengertian Prestasi Belajar

Prestasi belajar merupakan hasil atau perubahan yang diperoleh melalui proses pembelajaran, yakni timbulnya atau bergesernya suatu perilaku sebagai respons dari pengalaman belajar. Perubahan tersebut terjadi bukan karena faktor kematangan maupun kondisi sementara, melainkan sebagai hasil nyata dari proses belajar yang dialami peserta didik (Abduloh, 2022). Prestasi belajar adalah pencapaian yang diperoleh peserta didik setelah melalui proses pembelajaran, yang mencakup perubahan pada aspek pengetahuan, keterampilan, serta sikap. Prestasi ini dapat terwujud dalam bentuk nilai akademik maupun kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah menjalani proses pendidikan. Prestasi belajar memiliki ciri khas berupa hasil yang dapat diukur, mencerminkan kemampuan individu, merupakan hasil proses belajar, dan mencakup aspek pengetahuan, sikap, serta keterampilan (Gainau, 2025).

Prestasi belajar pada dasarnya bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai hasil yang dicapai peserta didik selama proses pembelajaran. Prestasi belajar juga berfungsi sebagai alat kontrol sekaligus bahan evaluasi untuk memperbaiki kualitas pembelajaran. Prestasi belajar menjadi tolok ukur keberhasilan pendidikan serta landasan penting dalam pengambilan keputusan yang berkaitan dengan penyelenggaraan pendidikan (Gainau, 2025). Prestasi belajar memiliki peran strategis dalam menilai keberhasilan proses pendidikan sekaligus menjadi acuan untuk pengembangan mutu pembelajaran.

## 2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Prestasi belajar merupakan sebagai kecakapan nyata yang dapat diukur dengan pengetahuan, sikap, dan keterampilan sebagai interaksi aktif antara subyek belajar dengan obyek belajar selama berlangsungnya proses belajar mengajar untuk mencapai hasil atau tujuan belajar. Faktor - faktor yang mempengaruhi prestasi belajar diantaranya yaitu faktor yang berasal dari dalam diri (internal) dan faktor dari luar diri (eksternal). Faktor dari dalam diri (intern) dikelompokkan menjadi dua yaitu: faktor fisiologis seperti keadaan kesehatan dan keadaan tubuh; faktor psikologi seperti perhatian, minat, bakat dan kesiapan, sedangkan faktor dari luar (ekstern) yaitu faktor sekolah seperti kurikulum, metode mengajar, relasi warga sekolah, disiplin di sekolah, alat pelajaran, keadaan gedung dan perpustakaan (Salsabila & Puspitasari, 2020).

Prestasi belajar peserta didik dipengaruhi oleh beberapa hal, meliputi: faktor hereditas (kecerdasan), motivasi, gaya belajar, lingkungan belajar, bakat dan minat, serta strategi pembelajaran (Susanti, 2019). Faktor internal yang mempengaruhi prestasi belajar peserta didik salah satunya adalah motivasi. Motivasi adalah dorongan yang menggerakkan seseorang untuk melakukan sesuatu dengan sungguh-sungguh (Salsabila & Puspitasari, 2020). Motivasi berperan penting dalam diri manusia agar terdapat dorongan untuk tetap mencapai tujuan yang ingin dicapai. Motivasi memberikan harapan untuk berhasil, mencapai kesuksesan, tujuan pengajaran, penghargaan, dan nilai hasil belajar.

David Mc Clelland yang berkaitan dengan motivasi belajar menitikberatkan pada tiga kebutuhan, yaitu:

- 1) Kebutuhan untuk prestasi (*Need for Achievement*)  
Dorongan untuk mencapai kesuksesan dan kesuksesan, untuk mencapai standar dan berjuang untuk meraih kesuksesan.
- 2) Kebutuhan atas kekuasaan (*Need for Power*)  
Kebutuhan yang membuat orang lain berperilaku cenderung berbeda dan terdapat perubahan signifikan sehingga tidak akan berperilaku yang berlawanan.
- 3) Kebutuhan untuk berafiliasi (*Need for Affiliation*)  
Keinginan menjalin persahabatan yang akrab dan ramah (Anindya Citra Maharani *et al.*, 2024).

Teori motivasi McClelland menunjukkan bahwa kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan akan kekuasaan, dan kebutuhan untuk berafiliasi menjadi faktor penting dalam menggerakkan peserta didik untuk belajar. Ketiga kebutuhan tersebut sangat relevan dengan pengembangan efikasi diri, karena dorongan untuk sukses, kemampuan memengaruhi lingkungan secara positif, serta hubungan sosial yang baik dapat memperkuat keyakinan diri peserta didik dalam menghadapi tantangan akademik.

#### **D. Penelitian Relevan**

Oktarianto dkk. (2024) menegaskan bahwa efikasi diri merupakan faktor kunci yang memengaruhi keterlibatan belajar, ketahanan menghadapi tantangan akademik, serta capaian prestasi peserta didik sekolah dasar. Kajian literatur tersebut menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan, dukungan sosial, dan kualitas interaksi guru memiliki kontribusi besar dalam memperkuat efikasi diri siswa. Temuan ini menguatkan landasan konseptual bahwa pengembangan efikasi diri harus menjadi bagian dari strategi peningkatan kualitas pembelajaran (Oktarianto *et al.*, 2024).

Agustini (2024) menemukan bahwa motivasi belajar dan efikasi diri memiliki keterkaitan yang erat dalam mendorong pencapaian hasil belajar pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini menjelaskan bahwa peserta didik dengan efikasi diri tinggi menunjukkan minat yang lebih besar dan strategi belajar yang lebih efektif sehingga berpengaruh positif terhadap prestasi belajar mereka. Temuan tersebut relevan karena menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan aspek psikologis yang tidak dapat dipisahkan dari proses pencapaian prestasi akademik (Agustini *et al.*, 2024).

Aimimatul (2023) mengungkap bahwa interaksi guru, suasana kelas, serta metode pembelajaran yang diterapkan berpengaruh signifikan terhadap pembentukan efikasi diri peserta didik. Studi ini menunjukkan bahwa peserta didik yang memperoleh dukungan, perhatian, dan umpan balik positif dari guru cenderung memiliki rasa percaya diri lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Hasil penelitian tersebut menguatkan bahwa peran guru sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang dapat menumbuhkan efikasi diri peserta didik (Mudiah & Fathiyah, 2021).

Putra (2022) menyimpulkan bahwa efikasi diri peserta didik berpengaruh langsung terhadap partisipasi belajar maupun kemampuan pemecahan masalah dalam proses pembelajaran. Penelitian ini menunjukkan bahwa peserta didik dengan efikasi diri tinggi lebih berani mencoba, tidak mudah menyerah, serta menunjukkan prestasi akademik yang lebih baik. Temuan ini semakin memperkuat bahwa pengembangan efikasi diri merupakan elemen penting dalam mencapai keberhasilan belajar di sekolah dasar (Syafrianto Tambunan, 2022).

Berikut adalah tabel perbandingan penelitian dari beberapa penelitian yang ditelaah.

Tabel 2.1 Perbandingan Penelitian

No.	Peneliti	Persamaan dengan Penelitian Ini	Perbedaan dengan Penelitian Ini
1	Oktarianto dkk. (2024)	Sama-sama membahas efikasi diri sebagai faktor penting dalam mendukung keterlibatan belajar serta pencapaian prestasi peserta didik sekolah dasar.	Penelitian Oktarianto lebih menekankan pada pengaruh pengalaman keberhasilan, dukungan sosial, dan interaksi guru secara konseptual, sedangkan penelitian ini fokus pada pengembangan efikasi diri dalam konteks studi kasus tertentu.
2	Agustini (2024)	Sama-sama menyoroti keterkaitan antara efikasi diri dan pencapaian hasil belajar peserta didik.	Penelitian Agustini menitikberatkan pada hubungan efikasi diri dengan motivasi belajar, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada proses pengembangan efikasi diri itu sendiri.
3	Aimimatul (2023)	Relevan dalam melihat peran guru, interaksi pembelajaran, serta suasana kelas dalam membentuk efikasi diri peserta didik.	Penelitian Aimimatul berfokus pada pengaruh lingkungan kelas dan praktik pembelajaran secara umum, sedangkan penelitian ini lebih spesifik pada strategi pengembangan efikasi diri dalam konteks penelitian studi kasus.
4	Putra (2022)	Sama-sama menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap partisipasi belajar dan prestasi akademik peserta didik.	Penelitian Putra menekankan hubungan efikasi diri dengan partisipasi belajar dan pemecahan masalah, sedangkan penelitian ini lebih menyoroti upaya pengembangan dan peningkatan efikasi diri peserta didik Fase C.

## E. Kerangka Pikir

Penelitian ini berangkat dari permasalahan rendahnya keyakinan peserta didik terhadap kemampuan mereka dalam belajar. Banyak peserta didik masih ragu pada potensi yang dimilikinya, mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, dan kurang memiliki motivasi untuk terus berusaha. Kondisi ini berdampak langsung pada capaian prestasi belajar yang belum maksimal, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap.

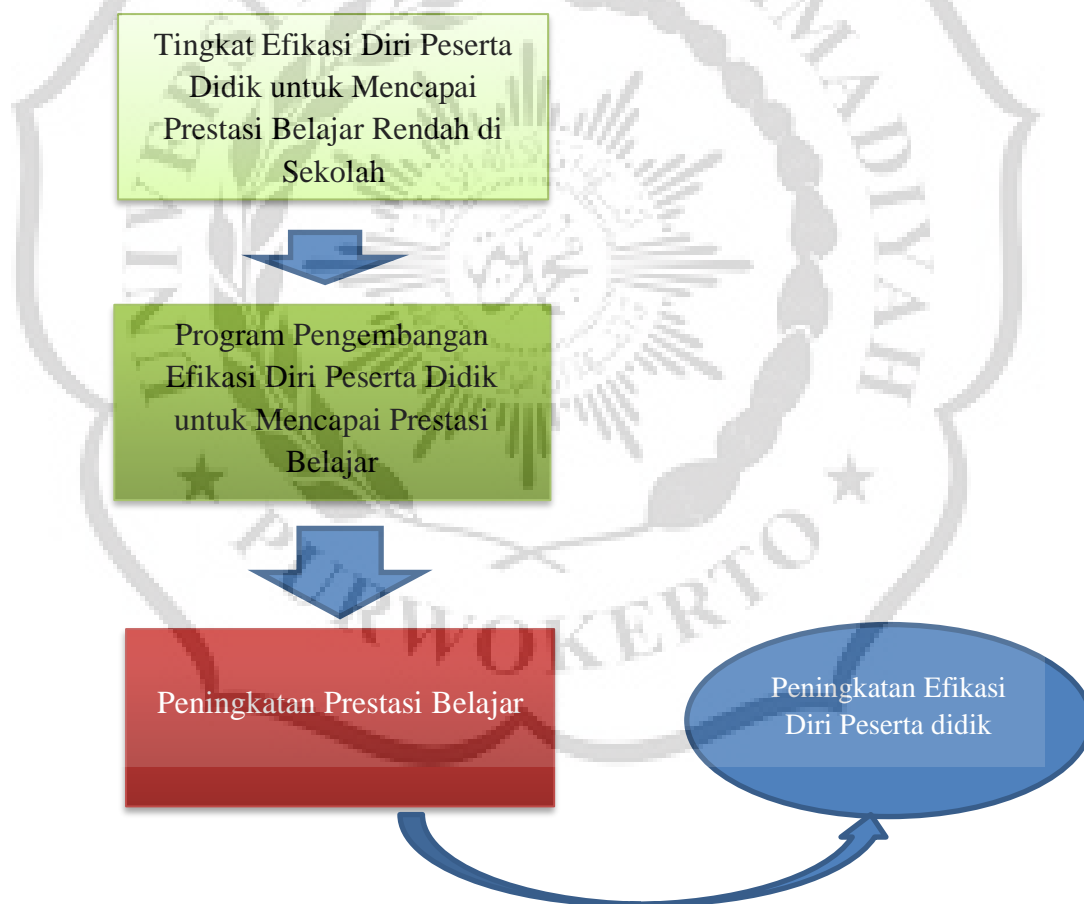
Rendahnya prestasi belajar yang dialami peserta didik tidak hanya disebabkan oleh faktor eksternal, tetapi juga berkaitan dengan faktor internal, terutama efikasi diri. Peserta didik dengan efikasi diri rendah cenderung kurang berani mengambil tantangan, tidak percaya diri dalam mengerjakan tugas, dan sulit mempertahankan usaha dalam belajar. Sebaliknya, peserta didik dengan efikasi diri yang tinggi akan lebih yakin dengan kemampuannya, sehingga lebih tekun, gigih, dan memiliki dorongan kuat untuk mencapai keberhasilan.

Berdasarkan kondisi tersebut, pengembangan efikasi diri peserta didik menjadi langkah penting untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Pengembangan ini dilakukan dengan memberikan pengalaman belajar yang positif, membangun motivasi intrinsik, serta menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Melalui strategi tersebut, peserta didik dapat lebih percaya pada kemampuan dirinya, berani menghadapi kesulitan, dan mampu menemukan cara terbaik dalam mencapai keberhasilan belajar.

Upaya pengembangan efikasi diri diharapkan berdampak pada peningkatan prestasi belajar peserta didik. Peningkatan tersebut tidak hanya terlihat dari hasil akademik berupa nilai, tetapi juga pada sikap positif,

keberanian mengambil inisiatif, serta kemampuan beradaptasi dalam menghadapi berbagai tantangan. Peserta didik akan semakin yakin pada kemampuannya dalam mencapai prestasi belajar. Pengembangan efikasi diri peserta didik merupakan salah satu strategi penting untuk membantu mereka mencapai prestasi belajar yang optimal. Pengembangan efikasi diri bukan hanya sebagai sarana peningkatan hasil belajar, tetapi juga sebagai fondasi pembentukan karakter peserta didik yang percaya diri, mandiri, dan siap menghadapi tantangan pendidikan di masa depan.

Berikut adalah bagan kerangka pikir dari penelitian ini.



Gambar 2.2 Kerangka Pikir