

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kelekatan (*attachment*)

1. Pengertian Kelekatan (*attachment*)

Tokoh utama pencetus teori kelekatan adalah John Bowlby²³ dan Mary Ainsworth. Pada mulanya teori kelekatan digunakan untuk menjelaskan hubungan antara anak dan orang tuanya antara bayi dengan pengasuhnya. Hubungan anak dengan orang tua merupakan sumber emosional dan kognitif bagi anak. Hubungan tersebut memberi kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi

²³ John Bowlby adalah seorang dokter jiwa di Britania. Dia merupakan pioner dalam penelitian hubungan antara ibu dan anak di abad dua puluh. Teorinya dikenal sebagai teori kelekatan "*attachment theory*". John Bowlby lahir di London 26 Pebruari 1907, Nama lengkapnya Edward John Mostyn Bowlby, ayahnya bernama Anthony Bowlby adalah seorang *physi-cian* yang bertindak sebagai ahli bedah pada masa raja George V, ibunya bernama May Mostyn. Lihat di George A. Milite, "John Bowlby" *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group,2001), 91.

Dalam buku *John Bowlby & Attachment Theory maker of modern psychotherapy* pada kronologi Jeremy Holmes memaparkan bahwa John Bowlby merupakan anak ke empat dan anak laki-laki kedua dari pasangan Anthony Bowlby dan May Mostyn, mereka tinggal di Manchester Square, London. Tahun 1914–1925 John Bowlby sekolah di Akademi Angkatan laut kerajaan, Dartmouth. Tahun 1925–1928 John Bowlby masuk di perguruan tinggi Trinity, Cambridge. Tahun 1928–1929 menjadi guru di sekolah progresif untuk anak-anak tak dapat menyesuaikan diri. Tahun 1929 mulai belajar medis di Universitas London, dan pelatihan psychoanalisis di Institut Psycho Analysis London dibawah bimbingan Mrs Joan Riviere.

Tahun 1933 keahlian medisnya diperoleh pada pelatihan psikiatris di rumah sakit Maudsley London di bawah Aubrey Lewis. Tahun 1938 menikah dengan Ursula Longstaff, dikaruniai dua putra dan dua putri. Tahun 1937–1940 menjadi dokter jiwa di klinik bimbingan anak London. Tahun 1940 dengan F. Durbin mempublikasikan Kepribadian dan Sakit Ingatan (*Personality and Mental Illness*). Tahun 1940–1945 menjadi spesialis dokter jiwa Angkatan perang Kerajaan. Tahun 1946–1972 menjadi konsultan dokter jiwa anak dan wakil direktur di Tavistock Klinik, London, dan direktur departemen untuk anak-anak dan orang tua. Tahun 1951 mempublikasikan *Maternal Care and Mental Health* (Kepedulian Maternal dan Kesehatan Mental). Tahun 1957–1958 menjadi anggota Pusat Studi Ilmu Perilaku Manusia di Stanford, California. Lihat di Jeremy Holmes, *John Bowlby & Attachment Theory maker of modern psychotherapy* (London and New York: Routledge, 1993), 225.

lingkungan maupun kehidupan sosial. Hubungan anak dengan orang tuanya pada masa-masa awal dapat menjadi model dalam hubungan-hubungan selanjutnya. Hubungan awal ini dimulai sejak anak terlahir ke dunia, bahkan sebenarnya sudah dimulai sejak janin berada dalam kandungan. Dewasa ini perkembangan teori kelekatan telah diaplikasikan dalam berbagai interaksi sosial.

Kelekatan berasal dari kata lekat, lekat dalam kamus Bahasa Indonesia merupakan kata sifat yang berarti sangat erat menempel jika diraba (lendir kanji).²⁴ Dalam ilmu psikologi Kelekatan (*Attachment*) merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang berkembang antara bayi dan pengasuhnya. Kehadiran pengasuh memberi pengalaman pada bayi akan keselamatan, kenyamanan, keamanan dan bayi akan merasa sedih ketika dipisah dari pengasuhnya.²⁵ Pengasuh yang dimaksud bisa orangtuanya ataupun orang lain. Khoiruddin Bashori menjelaskan bahwa kelekatan cenderung menetap pada diri individu, meskipun figur lekat tidak tampak secara fisik atau tidak berada dalam jangkauan.²⁶

Pada tahun 1927 saat John Bowlby bekerja pada panti untuk anak-anak yang terganggu emosinya ia mendapat pengalaman yang mendalam hingga mendorong keputusannya untuk menjadi psikiater anak. Tahun 1946 John Bowlby saat bergabung diklinik Tavistock London mendirikan unit riset khusus yang dirancang untuk menguji respon anak jika dipisahkan dari ibunya. Tahun 1950-1952 John Bowlby bekerja sebagai konsultan WHO (*World Health Organization*) yang banyak menangani anak-anak yatim yang telah terpisah dari ibu mereka akibat perang. Tahun 1969 John Bowlby mempublikasikan teorinya "*Attachment and Loss trilogy*" dalam buku *included Attachment* (1969), kemudian *Separation* (1973), dan selanjutnya *Loss* (1980). Lihat di George A. Milite, "John Bowlby" *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group, 2001), 91-92.

²⁴ Alya, *Kamus Bahasa Indonesia*, 422.

²⁵ "Attachment" *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group, 2001), 50-51.

²⁶ Bashori, *Problema Psikologis Kaum Santri Risiko Insekuritas Kelekatan*, 21.

Banyak psikolog berpendapat bahwa kelekatan (*Attachment*) antara bayi dan pengasuhnya mempunyai peran penting dalam membangun kepribadian orang dewasa dan hubungan selanjutnya. Karena kelekatan (*Attachment*) menjadi sentral dalam teori sosial dan pengembangan emosional maka dalam beberapa dekade yang lalu banyak studi ilmiah tentang hal itu. Menurut Sigmund Freud (1931) dengan teori *instinct* (naluri) yang dikutip oleh John Bowlby dalam bukunya *Attachment and loss volume 1 Attachment second edition* yang terbit tahun 1969, 1982 bahwa tanggapan seorang anak yang dipisahkan atau hilangnya figur ibu memunculkan suatu pemahaman pada anak akan adanya keterikatan antara dia dengan figur itu.²⁷

2. Konsep dasar kelekatan (*attachment*)

Menurut John Bowlby ada empat teori prinsip atau konsep dasar *attachment* mengenai kebutuhan alami anak berkenaan analisa kejiwaan diantaranya:

- a. *Theory of Secondary Drive*, istilah itu diambil John Bowlby dari *Learning Theory* (teori belajar). Bisa juga disebut *theory of object relations*. Dimana dalam teori ini anak mempunyai sejumlah kebutuhan fisiologis yang harus dipenuhi, terutama makanan dan kehangatan/keramahan. bayi tertarik dengan figur manusia, terutama pengasuh, kelekatan pada ibu ditujukan pada kebutuhan dan perasaan yang difokuskan pada interaksi ibu dan anak.²⁸

²⁷ John Bowlby, *Attachment and Loss* volume 1 attachment (New York: Tavistock Institute of Human Relations, 1982), 153.

²⁸ Ibid., 154.

Artinya prinsip dibalik munculnya *attachment* adalah kebutuhan akan perasaan aman.

- b. *Theory of Primary Object Sucking*. Dalam teori ini sumber pengalaman anak dipusatkan pada pengalaman oral yang juga berfungsi sebagai sumber kenikmatan. Secara natural bayi mendapatkan kenikmatan tersebut dari ibu disaat bayi menghisap susu dari payudara atau mendapatkan stimulasi oral dari ibu. Proses ini menjadi sarana penyimpanan energi libido bayi dan ibu selanjutnya menjadi objek cinta pertama seorang bayi. Kelekatan bayi dimulai dengan kelekatan pada payudara ibu dan dilanjutkannya dengan kelekatan pada ibu.²⁹ Intinya teori ini menekankan akan adanya kebutuhan dan perasaan yang difokuskan pada interaksi ibu dan anak.
- c. *Theory of Primary Object Clinging*. Dalam teori ini anak cenderung ingin berada dalam sentuhan dengan ibunya. Kebutuhan ini sama pentingnya dengan kebutuhan akan makanan dan kehangatan.³⁰ Artinya dalam teori ini kelekatan baru dapat terbentuk apabila bayi sudah mampu membedakan antara ibunya dengan orang asing serta dapat memahami bahwa seseorang itu tetap ada walaupun tidak dapat dilihat oleh anak. Permanennya objek dalam hal ini figur lekat menjadikan saat anak bertambah besar, kedekatan secara fisik menjadi tidak terlalu berarti. Anak mulai dapat memelihara kontak psikologis dengan menggunakan senyuman, pandangan serta kata-kata. Anak mulai dapat memahami bahwa perpisahannya dengan ibu bersifat sementara. Anak tidak

²⁹ Ibid.

³⁰ Ibid.

merasa terlalu sedih dengan perpisahan. Orang tua dapat mengurangi situasi *distress* saat perpisahan dengan memberikan penjelasan pada anak.

- d. *Theory of Primary Return-to-Womb Craving*. Dalam teori ini ada kerinduan anak akan ibu kandungnya.

3. Perkembangan Tingkah Laku Lekat.

Menurut John Bowlby perkembangan kelekatan dibagi menjadi empat fase, yaitu:

- a. *Orientation and Signals with Limited Discrimination of Figure* (Orientasi dan tanda-tanda diberikan oleh bayi tanpa diskriminasi)

Fase ini terjadi pada anak yang berusia mulai dari nol sampai tiga bulan. Karakter anak pada fase ini, bayi sudah mulai dapat membedakan orang dengan benda tetapi belum mempermasalahkannya siapa yang menggendongnya karena belum dapat membedakan ibunya dengan orang lain, bayi memberikan respon yang sama kepada siapa saja. Orientasi bayi terhadap orang didekatnya antara lain meliputi mendengarkan, menyesuaikan letak tubuh waktu digendong, mampu menyatakan ketidak senangannya ketika ia diturunkan atau dipisahkan dari gendongan atau pelukan, meraba, bayi menggunakan tangisan untuk menarik perhatian orang dewasa, menghisap dan menggenggam, tersenyum dan berceloteh digunakan untuk menarik perhatian orang dewasa agar mendekat padanya. Senyuman pada bayi diberikan pada siapa saja dan belum ada pilihan.³¹

- b. *Orientation and Signals Directed towards One (or More)*

(Orientasi dan tanda-tanda ditujukan pada satu atau lebih yang bersifat khusus)

³¹ Ibid.,218.

Fase ini terjadi pada anak yang berusia tiga hingga enam bulan. Pada fase ini bayi mulai dapat membedakan objek lekatnya dan figur lekatnya hanya pada satu orang, bayi sudah dapat membedakan respon satu orang dengan respon orang lain, bayi akan memberikan respon yang lebih bersahabat kepada ibu atau pengasuh pengganti yang sering mengunjunginya dan mengurusnya, mengingat orang yang memberikan perhatian dan menunjukkan pilihannya pada orang tersebut. Bayi telah mampu membedakan orang-orang yang ada di sekitarnya berdasarkan rangsangan suara maupun rangsangan visual, reaksi bayi terhadap orang-orang yang telah dikenalnya menjadi berbeda dengan reaksinya terhadap orang-orang yang belum dikenalnya. Pada umumnya Figur lekatnya adalah ibu. Anak akan menunjukkan kesedihan ketika diturunkan atau dipisahkan dari gendongan atau pelukan ibunya dan akan merasa senang jika tetap dalam pelukan ibunya. Hal ini diekspresikan dengan senyuman dan tangisan sebagai tanda atau ungkapan senang atau ketidak senangnya. Anak mempunyai respon sosial lebih selektif, bahkan ketika masuk fase ini skitar satu bulan kadang anak takut dengan orang asing.³²

c. Maintenance of Proximity to a Discriminated figure by mean of Locomotien as well as signals (Mempertahankan kedekatan terhadap figur khusus dalam bentuk lokomosi dan control)

Fase ini terjadi pada anak yang berusia enam bulan hingga tiga tahun. Anak mulai menunjukkan kekekatannya pada figur tertentu, kekekatan anak terhadap figur-figur khusus tampak lebih menguat. Fase ini merupakan fase munculnya intensional behavior dan independent locomosi yang bersifat permanen. Anak

³² Ibid.

untuk pertama kalinya menyatakan protes ketika figur lekat pergi. Tingkah laku anak dalam ibu sebagai figur lekat mulai terorganisir dan bertujuan, tujuannya adalah mencari dan mempertahankan kedekatan dengan figur lekat, Anak sudah tahu orang-orang yang diinginkan dan memilih orang-orang yang sudah dikenal. Mereka mulai mendekati diri pada objek lekat. Anak memiliki kelekatan pada figur lekat yang sangat kuat, figur lekat menjadi tumpuan eksplorasi. Anak akan lebih aktif dalam melakukan berbagai aktivitas bersama-sama dengan figur lekat tetapi tingkah laku eksplorasi anak akan menurun jika bersama orang lain yang bukan figur lekatnya. Anak mulai menggunakan kemampuan motorik untuk mempengaruhi orang lain.³³

d. *Formation of a Goal-corrected Partnership* (Pembentukan *Goal-corrected Partnership*)

Fase ini terjadi pada usia tiga sampai dua belas tahun. Memasuki usia dua tahun anak mulai mengerti bahwa orang lain memiliki perbedaan keinginan dan kebutuhan yang mulai diperhitungkannya. Pada fase ini juga anak sudah mengerti perasaan, motif-motif, maksud, dan tindakan figur lekat. Bentuk hubungan yang lebih kompleks antara anak dengan figur lekat ini disebut *Partnership*. Anak sudah dapat memahami bahwa figur lekat pada saat-saat tertentu dapat pergi meninggalkannya karena ada keperluan tertentu. Anak juga bersedia menghentikan permainannya untuk mempertahankan kedekatannya dengan figur lekat dan meneruskan permainannya jika kedekatannya telah tercapai, Kemampuan berbahasa membantu anak bernegosiasi dengan ibu atau objek lekatnya.

³³ Ibid.

Kelekatan membuat anak jadi lebih matang dalam hubungan sosial. Hal ini membuat anak lebih mampu berhubungan dengan orang yang tidak dikenal. Anak mulai mengerti dengan rencana dan tujuannya.³⁴ Artinya pada tahap ini tingkah laku anak lebih fleksibel, kelekatan yang terbentuk lebih mantap dan dapat bertahan lama.

4. Berbagai Macam Kelekatan

Dalam berbagai penelitiannya terhadap sejumlah bayi dengan menggunakan metode situasi asing (*strange situation*) Mary Ainsworth³⁵ menemukan bukti bahwa terdapat berbagai macam gaya kelekatan, berbagai sikap ibu terhadap anaknya berkaitan dengan terbentuknya kelekatan (*attachment*)

³⁴ Ibid.,219.

³⁵ Mary Ainsworth adalah seorang psikolog dari Amerika, nama lengkapnya

Mary D. Satler Ainsworth, ia lulus dari universitas Toronto tahun 1935 dan gelar Ph.D nya bidang psychology juga ia dapat dari universitas yang sama di tahun 1939. Mary Ainsworth memulai kariernya sebagai pengajar di universitas Toronto. Semasa perang dunia II tahun 1942 Mary Ainsworth bergabung dengan Kanada Women'S sebuah Corp Angkatan perang. Setelah perang usai Mary Ainsworth kembali ke Toronto untuk mengajar psikologi kepribadian dan melakukan riset tentang penilaian keamanan. Dia menikah dengan Leonard Ainsworth di tahun 1950.

Di Inggris Mary Ainsworth memulai bekerja di TaviStock Klinik bergabung dengan John Bowlby mengadakan riset tentang respon anak jika dipisahkan dari ibunya. Sebelum itu saat suami Mary Ainsworth yaitu Leonard Ainsworth mendapat kesempatan ke Afrika Timur bergabung dengan *Institute of Social Research* di Kampala Uganda, Mary Ainsworth ikut ke Uganda Mary Ainsworth mempelajari para ibu dan bayi di lingkungan mereka, hasil pengamatan dan penelitian Mary Ainsworth diterbitkan bertahun-tahun kemudian setelah Mary Ainsworth bergabung di universitas Johns Hopkins Baltimore.

Berdasarkan Pengamatan di Uganda dan researchnya di Baltimore, Mary Ainsworth menyimpulkan bahwa ada perbedaan-perbedaan individual dalam kelekatan aman bayi dan ibu, Mary Ainsworth menemukan bukti bahwa perbedaan-perbedaan individual dalam kelekatan aman bayi dan ibu berkaitan dengan tingkat respon para ibu pada bayi mereka saat bayi mereka menangis dan berteriak, para ibu yang menjawab dengan cepat kepada bayi mereka lebih mungkin untuk mempunyai berkembang kelekatan aman pada bayi. ³⁵ Penelitian Mary Ainsworth yang memakai metode “ situasi asing atau *strange situation* “ nantinya sangat mempengaruhi model penelitian-penelitian selanjutnya tentang kelekatan bayi dan ibu. Lihat di Doreen Arcus, “Mary Ainswort” *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group,2001), 23-24.

menurut pendapat Mary Ainsworth ada 4 pola respon yang dapat diidentifikasi diantaranya:

a. *Secure attachment*

Pada pola ini anak protes atau menyatakan ketidak senangan terhadap perpisahan (diturunkan dari gendongan atau pelukan) dan saat mendapatkan kembali ketentrangan dengan hadirnya orang yang meninggalkannya membuat anak merasa aman kembali. Orang tua dari anak yang kekekatannya *secure* digambarkan sebagai pribadi yang hangat dan tanggap.³⁶

Namun sekitar dua per-tiga anak tidak menunjukkan pola semacam ini. Pola ini disebut *insecure attachment*, yang mengakibatkan mereka mengalami hambatan dalam eksplorasi di kemudian hari. Tiga pola *insecure attachment* berikutnya yang diamati Mary Ainsworth, adalah sebagai berikut:

b. *Insecure-Avoidant*

Anak protes pada keterpisahan sesaat/diturunkan dari gendongan dan ketika ada orang yang memberi perhatian datang atau memeluknya, anak tersebut akan mendekat dengan sikap yang gelisah, gugup, dan takut. Anak *avoidant* menjauhi pengasuhnya, karena oleh pengasuhnya diperlakukan dengan banyak paksaan dan over stimulasi.³⁷

c. *insecure-ambivalent*

Pada saat anak protes, anak tidak dapat ditentrangkan kecuali orang yang memberi perhatian kembali dan anak akan membenamkan diri dalam pangkuan atau

³⁶ Holmes, *John Bowlby & Attachment Theory*, 105.

³⁷ Ibid.

melekat erat (seakan tidak ingin lepas lagi). Anak *ambivalent* responnya tidak menentu pada pengasuhnya, maju mundur antara mencari dan menghindari perhatian, hal ini disebabkan karena pengasuhnya tidak peka dan kurang terlibat.³⁸

e. *Insecure-Disorganized*,

Sikap anak seperti pada pola kedua dan ketiga, yang sulit ditentukan untuk masuk kedalam kedua pola tersebut.³⁹

Menurut Mary Ainsworth berdasar perkembangan rasa aman dalam hubungan kelekatan, kelekatan terbagi menjadi dua kategori, yaitu kelekatan aman dan kelekatan tidak aman. Kelekatan tidak aman dibedakan menjadi dua yaitu kelekatan cemas menghindar dan kelekatan cemas ambivalen.⁴⁰

Menurut Collins & Read 1990 yang dikutip Khoiruddin Bashori, individu dengan kelekatan aman mengembangkan model mental yang memandang diri sendiri sebagai orang yang berharga dan penuh semangat, penilaian terhadap diri sendiri dan orang lain secara positif akan menyebabkan tumbuhnya percera diri untuk melakukan eksplorasi lingkungan.⁴¹

Individu dengan kelekatan menghindar cenderung merasa kurang puas dalam menjalin hubungan dengan orang lain, sulit akrab dengan orang lain, merasa cemas bila ada orang lain yang berusaha mendekatinya.⁴²

³⁸ Ibid.

³⁹ Ibid.

⁴⁰ Frank C.P. Van der Horst, *John Bowlby-From Psychoanalysis to Ethology Untraveling the Roots of Attachment Theory* (Malden, USA: wiley-blackwell,2011),148.

⁴¹ Bashori, *Problema Psikologis Kaum Santri*,34

⁴² Ibid.

Individu dengan kelekatan *ambivalen* kurang pengertian, kurang percaya diri dan merasa kurang berharga. Artinya orang dengan kelekatan *ambivalen* mempunyai keyakinan yang negatif mengenai diri sendiri dan orang lain, kurang asertif, merasa tidak dicintai orang lain dan takut ditinggalkan orang lain.⁴³

5. Figur Lekat

Menurut John Bowlby figur lekat dibedakan menjadi dua yaitu figur lekat utama dan figur lekat pengganti. Kelekatan anak ditujukan pada orang-orang khusus tidak pada semua orang. Orang-orang yang memperhatikan, menanggapi tangis anak ataupun merawat fisiknya cenderung dipilih sebagai figur lekat utama, begitu juga orang-orang yang merawat dan mengasuh cenderung dijadikan figur lekat utama, karena mereka paling dekat dengan kehidupan anak. Figur lekat utama bisa ibu kandung, nenek, pembantu rumah tangga atau orang penting lainnya asal sensitif dan responsif terhadap kebutuhan anak.⁴⁴

Sedang figur lekat pengganti tergantung pada komposisi keluarga tempat anak tinggal. Keluarga atau lingkungan tempat tinggal anak yang terdiri banyak orang memungkinkan anak-anak memilih orang lain sebagai figur lekat pengganti di samping figur lekat utama.⁴⁵

Menurut Kenny (dalam Heiss, Berman, & Sperling, 1996) yang dikutip oleh Khoiruddin Bashori dalam bukunya *Problem Psikologis Kaum Santri Risiko Insekuritas Kelekatan*,

⁴³Ibid.

⁴⁴John Bowlby, *Attachment and Loss VOLUME II SEPARATION ANXIETY AND ANGER* (New York: The Tavistock Institute of Human Relations, 1973, 1999), 264-270.

⁴⁵ Ibid, 271-281.

terdapat tiga dimensi penting hubungan orang tua-anak yang akan menentukan kualitas kelekatan, yaitu orang tua sebagai sumber dukungan (*parents as a source of support*), orang tua sebagai fasilitator kemandirian (*parents as facilitators of independence*), dan kualitas afektif hubungan orang tua-anak (*affective quality of parent-child relationships*).⁴⁶

Menurut Khoiruddin Bashori, figur lekat yang sensitif faham benar dengan kebutuhan anak serta bagaimana memenuhi, membimbing, dan menstimulasinya. Dengan kata lain sensitivitas adalah tingkat kepekaan figur lekat dalam menangkap stimulus kognitif, afektif, dan behavioral anak juga ketepatan dalam memberikan reaksi segera terhadapnya.⁴⁷

Untuk mengukur kualitas kelekatan peneliti mengikuti skala kualitas kelekatan yang disusun oleh Khoiruddin Bashori dalam bukunya *Problem Psikologi Kaum Santri Risiko Insekuritas Kelekatan* yaitu dengan dimensi berikut:

1. Percaya
 - a. Percaya figur lekat memandang positif dirinya
 - b. Percaya kepada kebaikan hati figur lekat
2. Komunikasi
 - a. Intensitas komunikasi dengan figur lekat
 - b. Keterbukaan komunikasi dengan figur lekat
3. Kedekatan
 - a. Puas terhadap kualitas hubungan dengan figur lekat
 - b. Afiliasi dengan figur lekat⁴⁸

Dari skala kualitas kelekatan diatas peneliti menyusun tabel operasional variabel kelekatan sebagai berikut:

⁴⁶ Bashori, *Problema Psikologis Kaum Santri*, 111.

⁴⁷ Ibid.

⁴⁸ Bashori, *Problema Psikologis Kaum Santri*, 103

Tabel 1.1.Operasionalisasi variabel kelekatan (*attachment*)

Kelekatan (<i>attachment</i>)	Aspek	Sub Aspek
	Percaya	Percaya orang tua memandang positif dirinya
		Percaya pada kebaikan hati orang tua
	Komunikasi	Intensitas komunikasi dengan orang tua
		Keterbukaan komunikasi dengan orang tua
	Kedekatan	Puas terhadap kualitas hubungan dengan orang tua
		Afiliasi dengan orang tua

B. Motivasi**1. Pengertian Motivasi**

Dalam bahasa latin *movore* berarti menggerakkan, istilah itu kemudian lebih dikenal dengan motivasi (*motivation*). Motivasi dalam kamus bahasa Indonesia diartikan: a) dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu; b) Psi usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu bergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendaknya atau mendapat kepuasan dengan perbuatannya.⁴⁹ Motivasi menurut pakar psikologi didefinisikan sebagai proses internal yang mengaktifkan, menuntun, dan mempertahankan perilaku dari waktu kewaktu⁵⁰.

⁴⁹ Alya, Kamus Bahasa Indonesia, 472.

⁵⁰ Robert E. Slavin, Psikologi Pendidikan Teori Dan Praktik, terj. Mariantio Samosir (Jakarta: PT Indeks, 2011), 99.

Motivasi merupakan penggerak untuk melakukan atau mencapai sesuatu tujuan. Seseorang yang mempunyai motivasi berarti ia mempunyai modal berupa kekuatan dari dalam untuk memperjuangkan kesuksesan dalam kehidupan.

Menurut Ngalim Purwanto motivasi adalah segala sesuatu yang mendorong seseorang untuk bertindak melakukan sesuatu.⁵¹ Masih menurut Ngalim Purwanto motif menunjukkan suatu dorongan yang timbul dari dalam diri seseorang yang menyebabkan orang tersebut mau bertindak melakukan sesuatu. Sedangkan motivasi adalah "pendorongan" suatu usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar tergerak hatinya untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai hasil atau tujuan tertentu.⁵²

2. Teori Motivasi

Berbicara tentang motivasi tentu tak lepas dari teori kebutuhan milik Abraham Harold Maslow⁵³ yang merupakan titik awal teori motivasi, dalam

⁵¹ Ngalim Purwanto, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: RemajaRosdakarya, 1999), 60.

⁵² Ibid;71.

⁵³ Abraham Maslow adalah seorang pelopor dalam psikologi humanistik (*humanistic psychology*) dan pergerakan potensi manusia (*human potential movement*), teori Abraham Maslow yang paling dikenal adalah teori motivasi (*motivation*). Abraham Maslow lahir di Brooklyn, New York. Abraham Maslow menerima gelar Ph.D bidang psikologi dari Universitas Wisconsin pada tahun 1934. kemudian bekerja sama dengan Edward Thorndike di pasca sarjana universitas Columbia. Setelah pindah ke New York, di New York Abraham Maslow berjumpa dengan banyak psikolog terkemuka yang telah melarikan diri dari Nazi Negara Jerman. Para emigran itu diantaranya ahli analisa jiwa Alfred Adler, Erich Fromm, dan Karen Horney juga Psikolog Max Wertheimer (1880-1943) dan Kurt Koffka (1886-1941). Pada tahun 1937 Abraham Maslow mulai mengajar di Perguruan tinggi di Brooklyn. Pada tahun 1951 Abraham Maslow menjadi kepala departemen psikologi di Universitas Brandeis, Abraham Maslow disana hingga satu tahun sebelum akhir hayatnya pada tahun 1970. Lihat di "Abraham Maslow" *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group,2001),404-405.

Sepanjang tahun1940, Abraham Maslow bekerja keras menggali teori motivasi manusia (*human motivation*), pada tahun 1954 *Motivation and Human Personality* hasil penelitiannya diterbitkan.

bukunya *Motivation and personality* Maslow menjelaskan bahwa semua manusia memiliki lima jenis kebutuhan dasar diantaranya:

a. Kebutuhan Fisiologis (*The Physiological Needs*)

Yaitu kebutuhan yang berkaitan dengan keberlangsungan hidup fisik berupa kebutuhan akan makanan, air, garam, gula, protein, oksigen, kehangatan dan lain-

Adanya penolakan terhadap pendekatan *psychoanalytic* dan *behaviorist*, Abraham Maslow mengambil suatu pendekatan optimis ke tingkah laku manusia yang menekankan pengembangan satu potensi penuh. Sebagai ganti model dasar psikologis pada orang-orang dengan mental dan permasalahan emosional, ia menggunakan titik acuan “*self-actualizers*” termasuk Thomas Jefferson (1743-1826), Abraham Lincoln (1809-1865), Jane Addams (1860-1935), Albert Einstein (1879-1955), dan Eleanor Roosevelt (1884-1962). Abraham Maslow menempatkan self-actualisasi pada tingkat teratas hirarki motivasi manusia nya, konsep Abraham Maslow terbaik dikenal hingga hari ini. Lihat di “Abraham Maslow” *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group,2001),404-405.

Hirarki ini biasanya dilukiskan sebagai piramida dengan lima tingkatan, mulai dari hal-hal paling mendasar hingga yang paling rumit ada di puncak. Dari dasar hingga ke puncak adalah kebutuhan biologi (makanan, air, tempat perlindungan); keselamatan; rasa cinta; dihargai orang lain; dan aktualisasi diri atau perwujudan diri. Menurut Abraham Maslow, kebutuhan pada tingkatan masing-masing harus dipenuhi seseorang sebelum pindah ke tingkatan yang berikutnya. Lihat di “Abraham Maslow” *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group,2001),404-405.

Dalam rentan tahun 1950 dan 1960, Abraham Maslow dikenal sebagai ahli psikolog humanistik, ia juga dikenal sebagai Kekuatan ketiga (*Third Force*) sebab Abraham Maslow menawarkan suatu alternatif kepada umum selain psikoanalisa dan behaviorism di teori keduanya dan terapi praktis. Seperti Abraham Maslow, Para rekan kerja seperti Carl Rogers dan Rollo May menolak gagasan di mana tingkah laku manusia telah ditentukan oleh peristiwa masa kanak-kanak atau pengaruh keadaan, sebagai ganti setiap individu tumbuh dan kemudian berubah. Mereka percaya psikoterapi adalah untuk memindahkan rintangan yang mencegah klien mereka dari self-actualizing.

Di tahun 1967 dan 1968, Abraham Maslow menjabat sebagai presiden Asosiasi Psikologis Amerika. tahun 1969, ia pindah ke Menlo Park, California, tahun 1970 Abraham Maslow meninggal dunia karena serangan jantung. sepanjang hidupnya Abraham Maslow telah menerbitkan di atas 100 artikel di surat kabar dan jurnal profesional. Sedang buku karyanya antara lain *Toward a Psychology of Being* (1962), *Religions, Values, and Peak Experiences* (1964), *Eupsychian Management* (1965), *The Psychology of Science* (1966), dan *a posthumous collection of papers entitled The Farther Reaches of Human Nature* (1971). Lihat di “Abraham Maslow” *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group,2001),406.

lain.⁵⁴ Kebutuhan itu lebih dikenal dengan kebutuhan primer yaitu: Sandang, pangan dan papan.

b. Kebutuhan Keamanan (*The Safety Needs*)

Yaitu kebutuhan akan rasa aman, nyaman di lingkungan juga keselamatan berupa keamanan, stabilitas, ketergantungan, perlindungan, bebas dari rasa takut, dari kekacauan, kebutuhan akan kepastian hukum dan lain-lain.⁵⁵

c. Kebutuhan Kasih sayang dan Hubungan (*The Belongingness and Love Needs*)

Yaitu kebutuhan untuk memiliki hubungan kasih sayang dengan orang lain dan diterima sebagai bagian dari suatu kelompok artinya betapa manusia membutuhkan kehadiran teman, kekasih, isteri/suami, anak-anak dan betapa manusia akan pedih bila mendapati pengasingan dari pergaulan, mendapati penolakan, mendapati tak berteman dan lain-lain.⁵⁶

d. Kebutuhan Penghargaan (*The Esteem Needs*)

Yaitu kebutuhan untuk merasa diri begitu berharga atau harga diri (*self-esteem*) juga kebutuhan untuk dihormati dan dihargai orang lain (*self-respect*). Mempunyai reputasi atau prestis dihadapan orang lain, juga butuh status, ketenaran, kemuliaan, kekuasaan, perhatian, martabat atau penghargaan.⁵⁷

e. Kebutuhan Aktualisasi diri (*The Need for Self-Actualization*) yaitu kebutuhan untuk mencapai potensi sepenuhnya untuk mencapai apapun yang mampu

⁵⁴ Abraham Harold Maslow, *Motivation and Personality*(New York:Harper & Row,1954),35,36.

⁵⁵ Ibid.,39.

⁵⁶ Ibid.,43.

⁵⁷ Ibid.,45.

dicapai.⁵⁸ artinya bahwa manusia berkebutuhan menggunakan seluruh kemampuan, skill, dan potensi. Juga kebutuhan berpendapat dengan mengemukakan ide-ide, gagasan dan kritik terhadap sesuatu.

3. Teori Motivasi Belajar

Dalam dunia pendidikan motivasi mempunyai peran yang sangat penting karena motivasi merupakan dorongan dasar yang bisa menimbulkan aktivitas belajar. Dikaitkan dengan pencapaian kompetensi anak didik, motivasi dapat dijadikan sarana paling efektif guna mengarahkan anak didik mencapai tujuan dan mengaktifkannya dalam kegiatan pembelajaran.

Dengan kata lain motivasi adalah salah satu komponen terpenting dalam pembelajaran karena motivasi merupakan dorongan dasar yang bisa menimbulkan aktivitas belajar. Menurut Jeanne Ellis Ormrod motivasi adalah sesuatu yang menghidupkan, mengarahkan perilaku, dan membuat siswa terus bergerak, menempatkan mereka dalam arah tertentu, juga menjaga mereka agar terus bergerak.⁵⁹

Menurut John W. Santrock⁶⁰ motivasi merupakan proses yang memberi tenaga, arah, dan mendukung perilaku.⁶¹ Masih menurut John W. Santrock Terdapat dua aspek dalam teori motivasi belajar yaitu:

⁵⁸ Ibid.,46.

⁵⁹Ormrod, Psikologi Pendidikan, 58.

⁶⁰ John W. Santrock mendapat gelar Ph.D.nya dari Universitas Minnesota di tahun 1973. Ia mengajar di Universitas Charleston dan Universitas Georgia sebelum bergabung sebagai pengajar pada program Psikologi Dan Pengembangan Manusia di Universitas Texas di Dallas. John W. Santrock menjadi anggota editorial dewan Pengembangan Anak dan Psikologi Pengembangan. Risetnya tentang penjagaan bapak secara luas dikutip dan digunakan oleh para ahli membuktikan fleksibilitas dan pertimbangan alternatif di dalam perdebatan tentang penjagaan. Karya John W. Santrock diantaranya *Children (11th edition)*, *Adolescence (13th edition)*, *Life-Span Development (13th edition)*, and *Child Development (13th edition)*.

- a. Motivasi ekstrinsik adalah melakukan sesuatu untuk memperoleh hal lain (artinya cara untuk mencapai tujuan akhir). Motivasi ekstrinsik sering dipengaruhi oleh insentif eksternal seperti imbalan dan hukuman. Misalnya, siswa belajar keras dalam menghadapi ujian untuk mendapatkan nilai yang baik.⁶²
- b. Motivasi intrinsik, yaitu motivasi internal untuk melakukan sesuatu demi sesuatu itu sendiri (tujuan itu sendiri). Misalnya, siswa belajar dengan keras menghadapi ujian karena dia senang pada mata pelajaran yang diujikan itu.⁶³

Menurut Richard M. Ryan dan Edward L. Deci Motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik, keduanya jenis motivasi yang saling mempengaruhi (interaktif). Seseorang yang bekerja dalam rangka mendapat suatu penghargaan dapat mengurangi motivasi intrinsik, artinya penghargaan berupa uang berpengaruh negatif dengan motivasi intrinsik. Pemberian umpan balik positif terhadap seseorang mendorong peningkatan motivasi intrinsik. dan hasil penghargaan yang terukur cenderung mengurangi motivasi intrinsik, sedang hal positif berupa perbuatan yang ada hubungannya dengan umpan balik cenderung memelihara atau meningkatkan motivasi intrinsik.⁶⁴

John W. Santrock telah menikah dengan Mary Jo selama 35 tahun, dan telah mempunyai dua putri bernama Tracy dan Jennifer, Ia mempunyai satu cucu perempuan bernama Jordan Umur 19 tahun, dua cucu lelaki bernama Alex Umur 6 tahun, dan Luke Umur 4 tahun. Di masa tuanya John W. Santrock juga menggeluti seni expressionist. Lihat di John W. Santrock, *Educational psychology FIFTH EDITION* (New York: Mcgraw-Hill, 2011)

⁶¹ John W. Santrock, *Educational psychology FIFTH EDITION* (New York: Mcgraw-Hill, 2011), 438.

⁶² Ibid; 441.

⁶³ Ibid

⁶⁴ Richard M. Ryan and Edward L. Deci, "Promoting Self-Determined School Engagement Motivation, Learning, and Well-Being" dalam *Handbook of Motivation at School, "ed"* Kathryn R. Wentzel dan Allan Wigfield (New York: Routledge, 2009), 171.

Motivasi belajar menurut Hamzah B. Uno dalam bukunya *Teori Motivasi & Pengukurannya* juga mengemukakan, bahwa hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku.⁶⁵

Senada dengan pendapat di atas Amir Daien Indrakusuma menjelaskan bahwa motivasi belajar adalah kekuatan-kekuatan atau tenaga-tenaga yang dapat memberikan dorongan kepada kegiatan belajar murid.⁶⁶ Dan dalam bukunya *Ilmu Jiwa Pendidikan* Tadjab mengemukakan pendapatnya tentang motivasi belajar yaitu keseluruhan daya penggerak psikis di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar demi mencapai suatu tujuan.⁶⁷

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar merupakan dorongan, baik diakibatkan faktor dari dalam maupun luar siswa, untuk mencapai tujuan tertentu guna memenuhi kebutuhan. Dalam konteks pembelajaran maka kebutuhan tersebut berhubungan dengan kebutuhan untuk pelajaran. Peran motivasi dalam proses pembelajaran, sangat penting karena motivasi belajar akan mendorong siswa berperilaku aktif untuk berprestasi dalam kelas.

⁶⁵ Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi & Pengukurannya (Analisis Dibiidang Pendidikan)* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), 31.

⁶⁶ Amir Daien Indrakusuma, *Pengantar Ilmu Pengetahuan* (Surabaya: Usaha Nasional, 1973), 162.

⁶⁷ Tadjab, *Ilmu Jiwa Pendidikan* (Surabaya: Karya Abditama, 1994), 102.

4. Fungsi Motivasi dalam belajar

Menurut Nana Syaodih Sukmadinata fungsi motivasi ada dua. *Pertama*, mengarahkan atau *directional function*. Dalam mengarahkan kegiatan, motivasi berperan mendekatkan atau menjauhkan individu dari sasaran yang ingin dicapai. *Kedua*, mengaktifkan dan meningkatkan kegiatan atau *activating and energizing function*.⁶⁸

Sedang menurut ngalim purwanto motivasi memiliki tiga fungsi pokok. Pertama, mendorong manusia untuk berbuat atau bertindak. Motivasi tersebut berfungsi sebagai penggerak atau motor yang memberikan energi (kekuatan) kepada seseorang untuk melakukan tugas. *Kedua*, menentukan arah perbuatan, yakni ke arah suatu tujuan atau cita-cita. Motivasi mencegah penyelewengan dari jalan yang harus ditempuh untuk mencapai tujuan itu. Ketiga, menyeleksi perbuatan. Artinya menentukan perbuatan-perbuatan mana yang harus dilakukan, guna mencapai tujuan tertentu dengan mengesampingkan perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan dimaksud.⁶⁹

Menurut Syaiful Bahri Djamarah fungsi motivasi ada tiga, pertama Motivasi sebagai *pendorong* timbulnya perbuatan dimana awal mulanya anak didik tidak ada hasrat untuk belajar, tetapi karena ada sesuatu yang dicari, maka muncullah motivasi untuk belajar, tanpa motivasi tidak akan timbul perbuatan seperti belajar. Kedua motivasi sebagai *pengarah* perbuatan artinya motivasi mengarahkan perbuatan kepada pencapaian tujuan yang diinginkan. Sehingga anak

⁶⁸ Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2003), hlm. 62.

⁶⁹ Ngalim **Purwanto**, *Psikologi Pendidikan*, hlm.71

didik yang mempunyai motivasi mampu menyeleksi mana perbuatan yang harus dilakukan dan mana perbuatan yang tidak dilakukan. ketiga motivasi sebagai *penggerak* perbuatan dimana motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan. Dorongan psikologis yang melahirkan sikap terhadap anak didik ini merupakan suatu kekuatan yang tak terbendung, yang kemudian menjelma dalam bentuk gerakan psikofisik. Sehingga anak didik melakukan aktivitas belajar dengan segenap jiwa dan raganya.⁷⁰

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi motivasi dalam pembelajaran di antaranya:

- a. Mendorong timbulnya tingkah laku atau perbuatan, dengan motivasi akan timbul suatu perbuatan dalam hal ini belajar.
- b. Motivasi berfungsi sebagai pengarah, dimana motivasi akan mengarahkan perbuatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.
- c. Motivasi berfungsi sebagai penggerak, maksudnya dengan motivasi tergerakkan tingkah laku seseorang. Besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.

⁷⁰Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), 123.

Tabel 1.2.

Operasionalisasi variable motivasi belajar
berdasar teori motivasi belajarnya John W. Santrock

Variabel	Sub Variabel	Indikator
Motivasi Belajar	Ekstrinsik	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Insentif eksternal ➤ Mendapat imbalan baik berupa pujian, nilai ➤ Maupun hadiah mendapat hukuman baik berupa cemoohan, nilai rendah, maupun tidak naik kelas
	Intrinsik	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tekun dalam belajar ➤ Ulet dalam belajar ➤ Mandiri dalam belajar ➤ Berminat dalam mata pelajaran itu sendiri ➤ Berusaha berprestasi sebaik mungkin ➤ Senang dan rajin belajar. ➤ Penuh semangat. ➤ Mampu mengesampingkan hal-hal yang mengganggu belajar.

C. *Self-Efficacy*

1. Pengertian *Self-Efficacy*

Menurut Albert Bandura⁷¹ *self-efficacy* adalah pendapat seseorang atas kemampuannya untuk merencanakan dan melaksanakan tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan tertentu, kemampuan generatif yang dimiliki individu meliputi kemampuan kognitif, sosial, dan emosi. Kemampuan individu tersebut harus dilatih dan di atur secara efektif untuk mencapai tujuan individu. Memiliki kemampuan berbeda dengan mampu mengorganisasikan strategi yang sesuai dengan tujuan serta menyelesaikan strategi tersebut dengan baik walaupun

⁷¹ Albert Bandura lahir di provinsi Alberta, Canada, dan menerima B.A nya. dari Universitas Columbia Britania. Ia mendapat gelar M.A dan Ph.D. di clinical psikologi Universitas Iowa, fokus pada *Social learning theory* (teori ilmu sosial), studinya dengan Kenneth Spence dan Robert Sears. Lulus pada tahun 1952, selama 1 tahun Albert Bandura sebagai tim ahli di Wichita *Guidance Center* sebelum diterima di department psikologi pada Universitas Stanford, area riset Albert Bandura pada teori kognitif sosial yang berkaitan dengan interaksi antara pengamatan, perilaku, dan lingkungan. Lihat di "Albert Bandura" *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group, 2001), 65.

Penelitian Albert Bandura terfokus pada ciri kepribadian anak-anak, terutama yang dipengaruhi oleh observasi belajar, atau memperagakan, menurut Albert Bandura secara umum diketahui anak-anak belajar dengan menirukan orang lain (modeling), Albert Bandura bersama dengan Neal Miller and John Dollard mengadakan riset tentang hal tersebut dan pada tahun 1941 mempublikasikan hasil riset mereka yaitu *Social Learning and Imitation*. Albert Bandura menyatakan bahwa memperagakan permainan sangat menentukan pemikiran, perasaan, dan behavior. Albert Bandura mengakui bahwa pada kenyataannya semua yang dapat dipelajari yang mengarah pada pengalaman dapat juga dipelajari dengan modeling. Seorang anak akan lebih siap meniru suatu model yang dihadapi, anak dapat belajar seolah mengalami sendiri. Riset Albert Bandura telah mengembangkan modeling sebagai alat mengobati. Pasien didukung untuk memodifikasi perilakunya dengan mengidentifikasi dengan imitasi perilaku terapi. Walaupun modeling yang pertama dipelajari kaitannya dengan anak-anak, perkembangannya modeling juga bisa efektif bagi orang dewasa. Albert Bandura juga memusatkan penelitiannya atas kapasitas manusia untuk symbolisasi. Penggunaan kapasitas simbolis mereka, untuk perencanaan, pemecahan masalah, dan memudahkan komunikasi dengan orang lain. Bidang lain teori pengamatan sosial yang diselidiki oleh Albert Bandura adalah aktivitas *self-regulatory*, *self-regulatory* mempengaruhi motivasi dan tindakan. Berbagai buku karya Albert Bandura adalah including *Adolescent Aggression* (1959), *Social Learning and Personality* (1963), *Principles of Behavior Modification* (1969), *Aggression* (1973), *Social Learning Theory* (1977), and *Social Foundations of Thought and Action* (1985). Lihat di "Albert Bandura" *The GALE ENCYCLOPEDIA of Psychology SECOND EDITION*, ed, BONNIE STRICKLAND et.al, (New York: Gale Group, 2001), 66.

dalam keadaan yang sulit.⁷² Dengan kata lain *self-efficacy* merupakan keyakinan dan kemampuan yang dimiliki individu dalam mencapai tujuan meski dengan kesulitan tugas pada berbagai kondisi, mampu berfikir secara positif, meregulasi diri, dan memiliki keyakinan yang positif.

Penggunaan istilah *self-efficacy* oleh Albert Bandura mengacu pada keyakinan (*beliefs*) tentang kemampuan seseorang untuk mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan untuk pencapaian hasil. Individu memiliki *self-beliefs* yang memungkinkan mereka melatih mengontrol pikiran, perasaan, dan tindakan mereka, apa yang dipikirkan, dipercaya, dan dirasakan orang mempengaruhi bagaimana mereka bertindak. Keyakinan *efficacy* seseorang mempengaruhi pilihan tindakan, seberapa banyak upaya yang mereka lakukan, seberapa lama mereka akan tekun dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, seberapa kuat ketahanan mereka menghadapi kemalangan, seberapa jernih pikiran mereka menghadapi rintangan diri, seberapa banyak tekanan dan kegundahan pengalaman mereka dalam meniru tuntunan lingkungan, dan seberapa tinggi tingkat pemenuhan yang mereka wujudkan.⁷³

Menurut Barry J. Zimmerman⁷⁴ *efficacy* atau keyakinan merupakan salah satu regulasi diri yang menentukan seberapa bagus kemampuan yang

⁷²Albert Bandura, *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1986),25.

⁷³ Albert Bandura, *Self-efficacy: The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman, 1997) 3.

⁷⁴Barry J. Zimmerman adalah seorang Profesor Psikologi Bidang pendidikan di Universitas terkemuka di Kota besar New York dan Kepala Pelajaran, Pengembangan, dan Instruksi Subarea. Ia adalah Presiden Divisi 15 Asosiasi Psikologis Amerika dan telah menerima Penghargaan Ilmuwan Senior untuk kontribusi seumur hidup di tahun 1994. Ia telah menerbitkan lebih dari 100 artikel dan bab tentang belajar dan proses motivasional remaja dan anak-anak dari suatu perspektif teori sosial. Ia telah menerbitkan enam buku, mencakup dua topik tentang

dimiliki, dilatih secara terus menerus. *Efficacy* mampu berkontribusi dalam mencapai suatu keberhasilan karena keyakinan kemampuan seseorang dapat membantu menentukan hasil yang diharapkan, dengan *self-efficacy* individu memiliki kepercayaan dalam mengantisipasi hasil yang maksimal. Perasaan *efficacy* yang kuat meningkatkan kecakapan seseorang dalam cara yang tak terbayangkan karena *efficacy* yang kuat mampu menjadikan individu memandang tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan untuk dikuasai bukan sebagai ancaman untuk dihindari. Mereka memiliki minat yang lebih kuat dan keasyikan yang mendalam pada kegiatan, menyusun tujuan yang menantang mereka, memelihara komitmen yang kuat serta mempertinggi usaha-usaha mereka dalam menghadapi kegagalan. Mereka lebih cepat bangkit setelah mengalami kegagalan atau kemunduran. *Self-efficacy* yang tinggi membantu membuat perasaan tenang dalam menghadapi tugas dan kegiatan yang sulit. *Self-efficacy* merupakan variabel kunci yang mempengaruhi *self-regulated learning*.⁷⁵

pelajaran *self-regulated* dan pengembangannya. Lihat di Barry J. Zimmerman, Sebastian Bonner, and Robert Kovach, *Developing Self-Regulated Learners Beyond Achievement to Self-Efficacy* (Washington, DC: the American Psychological Association, 1996), 147.

⁷⁵ Barry J Zimmerman, *Development of self-regulated learning: Which are the key of subprocesses?* dalam *Contemporary Educational Psychology* (No.16, 1986) 307-313.

2. Dimensi *Self-Efficacy*

Menurut Bandura (1977,1982,1986) dimensi *sel-efficacy* ada tiga yaitu *Magnitude* atau *level*, *Generality*, *Strenght*.⁷⁶

a. *Magnitude* atau *Level*

Magnitude atau *level* yaitu persepsi individu mengenai kemampuannya yang menghasilkan tingkah laku yang akan diukur melalui tingkat tugas yang menunjukkan variasi kesulitan tugas. Tingkatan kesulitan tugas tersebut mengungkapkan dimensi kecerdikan, tenaga, akurasi, produktivitas, atau regulasi diri yang diperlukan untuk menyebutkan beberapa dimensi perilaku kinerja. Individu yang memiliki tingkat yang tinggi memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengerjakan tugas-tugas yang sukar juga memiliki *self-efficacy* yang tinggi sedangkan individu dengan tingkat yang rendah memiliki keyakinan bahwa dirinya hanya mampu mengerjakan tugas-tugas yang mudah serta memiliki *self-efficacy* yang rendah.⁷⁷

b. *Generality*

Self-efficacy juga berbeda pada generalisasi artinya individu menilai keyakinan mereka berfungsi di berbagai kegiatan tertentu. Generalisasi memiliki perbedaan dimensi yang bervariasi yaitu:

- 1) Derajat kesamaan aktivitas.
- 2) Modal kemampuan ditunjukkan (tingkah laku, kognitif, afektif).

⁷⁶ James E. Maddux, "Self-Efficacy Theory" dalam *Self-Efficacy, Adaptation, and Adjustment Theory, Research, and Application*, "ed" James E. Maddux (New York: Plenum Press, 1995),9.

⁷⁷ Ibid

- 3) Menggambarkan secara nyata mengenai situasi.
- 4) Karakteristik perilaku individu yang ditunjukkan.

Penilaian ini terkait pada aktivitas dan konteks situasi yang mengungkapkan pola dan tingkatan umum dari keyakinan orang terhadap keberhasilan mereka. Keyakinan diri yang paling mendasar adalah orang yang berada disekitarnya dan mengatur hidup mereka.⁷⁸

c. *Strength*

Strength artinya kekuatan, keyakinan diri yang lemah disebabkan tidak terhubung oleh pengalaman, sedangkan orang-orang yang memiliki keyakinan yang kuat, mereka akan bertahan dengan usaha mereka meskipun ada banyak kesulitan dan hambatan. Individu tersebut tidak akan kalah oleh kesulitan, karena kekuatan pada *self-efficacy* tidak selalu berhubungan terhadap pilihan tingkah laku.

Individu dengan tingkat kekuatan tinggi akan memiliki keyakinan yang kuat akan kompetensi diri sehingga tidak mudah menyerah atau frustrasi dalam menghadapi rintangan dan memiliki kecenderungan untuk berhasil lebih besar dari pada individu dengan kekuatan yang rendah.⁷⁹

⁷⁸ Ibid

⁷⁹ Ibid

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-efficacy*

Menurut Bandura ada beberapa faktor penting yang mempengaruhi *self-efficacy*:

a. Pengalaman keberhasilan (*Mastery Experience*)

Pengalaman keberhasilan merupakan sumber yang sangat berpengaruh dalam *efficacy*, karena hal tersebut memberikan bukti secara otentik apakah seseorang akan sukses. Sehingga pengalaman keberhasilan yang didapatkan oleh individu meningkatkan *self-efficacy* individu tersebut sedangkan kegagalan menurunkan *self-efficacy*. Keberhasilan menghasilkan kekuatan dan kepercayaan diri. Pengalaman keberhasilan individu lain tidak dapat mempengaruhi *self-efficacy* pada diri sendiri, tetapi apabila pengalaman keberhasilan itu dari dirinya maka akan mempengaruhi peningkatan *self-efficacy*. Pengalaman keberhasilan menghasilkan kekuatan yang relatif untuk memperkuat keyakinan diri dibandingkan dengan model lain seperti strategi pemodelan, simulasi kognitif, pertunjukan yang sukses, instruksi tutorial.⁸⁰

b. Pengalaman orang lain (*Vicarious Experience or Modeling*)

Individu tidak dapat hanya mengandalkan pengalaman keberhasilan sebagai sumber informasi tentang kemampuan mereka. Penilaian *efficacy* merupakan bagian yang dipengaruhi oleh pengalaman orang lain sebagai contoh untuk mencapai keberhasilan. *Modelling* merupakan cara lain yang efektif untuk menunjukkan kemampuan *efficacy* individu. Kemampuan individu dinilai dari

⁸⁰ Ibid;10.

aktifitas yang dihasilkan dengan indikator memuaskan.⁸¹ artinya ketika kepuasan itu harus diukur terutama dalam kaitannya dengan kinerja, maka perbandingan sosial berperan penting sebagai faktor utama dalam penilaian kemampuan diri dan dalam hal ini bersaing dapat menimbulkan keyakinan yang kuat untuk berhasil, sedangkan jika ada salah satu yang berhasil maka hal ini dapat menurunkan keyakinan individu lainnya.

c. Persuasi verbal (*Verbal Persuasion*)

Persuasi verbal berfungsi sebagai sarana untuk memperkuat keyakinan mengenai kemampuan yang dimiliki individu dalam mencapai tujuan. individu yang diyakinkan secara verbal bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menguasai tugas-tugas yang diberikan cenderung berusaha secara maksimal dan mempertahankannya.⁸² Dengan kata lain keberhasilan persuasif secara verbal memiliki dampak positif pada individu yaitu meningkatkan rasa percaya bahwa mereka menghasilkan prestasi .

d. Keadaan Fisiologis dan Afektif (*Physiological and Affective State*)

Informasi kemampuan individu sebagian besar didapatkan dari somatik yang diteruskan ke fisiologis dan afektif. Indikator somatik individu sangat relevan dalam kesehatan fisik, fungsi kesehatan, dan *coping* dengan stres. *Treatment* yang menghilangkan reaksi emosional melalui pengalaman keberhasilan dapat meningkatkan keyakinan keberhasilan dengan memperbaiki

⁸¹ Ibid

⁸² Ibid;11.

perilaku yang sesuai pada kinerja. Stres dapat mengurangi *self-efficacy* pada diri individu, jika tingkat stres individu rendah maka tinggi *self-efficacy* sebaliknya jika stres tinggi maka *self-efficacy* pada individu rendah. Ada empat hal dalam meningkatkan keyakinan *efficacy*, meningkatkan status fisik, mengurangi tingkat stres dan kecenderungan emosi negatif, memperhatikan kesehatan tubuh.⁸³

Tabel 1.3.

Operasionalisasi variable *self-efficacy*.

Variabel	Sub Variabel	Indikator
<i>self-efficacy</i>	Dimensi <i>level</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Yakin mampu melakukan perencanaan dan pengaturan diri dalam belajar ➤ Yakin mampu menyelesaikan tugas-tugas belajar meski memiliki tingkat kesulitan yang bervariasi.
	Dimensi <i>Strength</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Yakin mampu bertahan dalam usaha untuk mewujudkan tujuan belajar. ➤ Yakin mampu bertahan dalam usaha-usaha untuk mencapai tujuan belajar.
	Dimensi <i>Generality</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Yakin mampu menjadikan pengalaman sebelumnya sebagai

⁸³ Ibid

		<p>kekuatan dalam mencapai prestasi belajar.</p> <p>➤ Yakin mampu sukses belajar dalam berbagai situasi/tugas.</p>
--	--	--