

PERFORMA GURU DALAM MENGHADAPI TANTANGAN PEMBELAJARAN ABAD 21 DITINJAU DARI SEGI GENDER

1. TINJAUAN KONSEPTUAL TENTANG PERFORMA EFIKASI DIRI GURU

1.1 Pendahuluan

Menurut Bandura (1997) efikasi diri ialah keyakinan akan kemampuan seseorang untuk melaksanakan tindakan yang menghasilkan pencapaian pada sebuah tujuan. Sebagaimana yang dikatakan Baron dan Byrne (dalam Ghufro dan Risnawita, 2010:73-74) efikasi diri yakni berupa evaluasi seseorang akan kompetensi dirinya dalam melakukan tugas, target tujuan, dan menghadapi rintangan. Dengan kata lain berdasarkan uraian di atas, bahwa efikasi diri atau yang biasa disebut dengan istilah *self-efficacy* merupakan penilaian seseorang kepada dirinya sendiri mengenai keyakinan dan kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan, melaksanakan tugas-tugas dan mengatasi berbagai hambatan agar mencapai hasil yang lebih baik.

Seiring dengan pernyataan menurut para ahli terkait dengan efikasi diri, hal tersebut juga sangat diperlukan bagi seorang guru, terlebih lagi menjadi seorang guru memiliki peranan penting di dalam dunia pendidikan. Menjadi seorang guru dituntut untuk terus percaya pada keyakinan serta kompetensi diri yang dimiliki untuk menciptakan pembelajaran yang inovatif dan kreatif. Selain itu, guru dalam mempersiapkan proses pembelajaran memerlukan efikasi diri

yang tinggi, agar tercapainya kestabilan dan motivasi diri dalam mewujudkan pembelajaran yang bermutu dan berkualitas.

Selain itu adanya perbedaan tingkat efikasi diri pada guru perempuan juga nampaknya terlihat berbeda, mengingat guru perempuan cenderung lebih percaya pada kemampuan dirinya ketimbang guru laki-laki dalam menyiapkan pembelajaran. Hal tersebut dikarenakan guru perempuan lebih mengedepankan empati dan kreativitasnya serta pemahaman siswanya, ketimbang guru laki-laki yang mengedepankan logika tanpa memahami kebutuhan para siswanya dari segi empati (Nurlaela, 2011).

Jika seorang guru tidak memiliki efikasi dalam dirinya maka aktivitas dan elektabilitas sebagai guru akan terhambat dan mempengaruhi kemampuan dalam pembuatan keputusan mengenai pengelolaan kelas, persiapan atau pengaturan bahan pembelajaran, memotivasi para siswa untuk belajar dan berkomunikasi dengan efektif. Oleh karenanya kajian ini ditulis bertujuan untuk melihat tingkat dan peranan efikasi yang ada dalam diri guru dalam rangka menunjang aktivitas dalam mempersiapkan pembelajaran bagi siswa-siswinya.

Nama Penulis: Chandra Dewi Sukmawardhani, Puri Pramudiani, Onny Fitriana Sitorus, Meyta Dwi Kurniasih, Nadya Citra Palmita

1.2 Pengertian *Self-Efficacy*

Menurut Bandura (1997:3) “ *perceived self efficacy refers to beliefs in one’s capabilities to organize and execute the course of action required to produce given attainments* “. Berdasarkan definisi

di atas, penulis memaknai bahwa efikasi diri ialah keyakinan akan kemampuan seseorang untuk melaksanakan tindakan yang menghasilkan pencapaian pada sebuah tujuan. Menurut Baron dan Byrne (dalam Ghuftron dan Risnawita, 2010:73-74), efikasi diri merupakan bahan evaluasi individu akan potensi dirinya dalam melakukan suatu hal, tugas, serta menangani masalah yang dihadapi. Berdasarkan uraian di atas, bahwa *Self-Efficacy* adalah sebagai penilaian seseorang kepada dirinya sendiri mengenai keyakinan dan kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan, melaksanakan tugas-tugas dan mengatasi berbagai hambatan agar mencapai hasil yang lebih baik. Menurut Bandura (dalam Ghuftron dan Risnawita, 2010: 80-81) bahwa setiap antar individu memiliki tingkatan efikasi diri yang berbeda, adapun dapat diuraikan ketiga tingkatan *self-efficacy* sebagai berikut: 1) Dimensi Tingkat (*Level*) yaitu dimensi yang berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas atau dengan kata lain individu memiliki keyakinan dapat melakukannya; 2) Dimensi Kekuatan (*strength*), yaitu dimensi yang berkaitan dengan tingkat keyakinan seseorang mengenai potensinya; 3) Dimensi Generalisasi (*Generality*) yaitu dimensi yang berkaitan dengan tingkah laku, dengan kata lain individu merasa percaya diri akan kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memiliki tiga tingkatan dimensi yang berbeda pada setiap individu. Dimensi yang pertama yaitu dimensi tingkat (*level*) yang berkaitan dengan derajat level tingkat kesulitan dimana individu akan memilih tugas mana yang dirasa mampu ia kerjakan, begitu sebaliknya. Dimensi yang kedua yaitu dimensi *strength* yang

memiliki keterikatan langsung dengan dimensi level, yang berarti semakin sulit taraf menyelesaikan tugas, maka akan semakin tidak yakin pada kemampuan yang dimiliki saat menyelesaikan sebuah tugas.

Setiap manusia memiliki kemampuan, baik kemampuan positif maupun kemampuan negatif. Efikasi diri yang dimiliki setiap individu berbeda ketika melakukan kegiatan belajarnya. Kemampuan yang dimiliki individu berasal dari pengaruh lingkungan sekitarnya yakni keluarga atau masyarakat. Penyesuaian diri dalam kehidupan individu memiliki korelasi dengan keyakinan individu dalam kemampuan yang dimiliki yang disebut dengan istilah efikasi diri.

Efikasi diri pertama kali diperkenalkan oleh Albert Bandura. Menurut Bandura (1997:3), efikasi diri yaitu keyakinan pada kemampuan diri dalam melaksanakan tugas serta menentukan tindakan untuk mencapai suatu tujuan. Bentuk proses kognitif yang dimaksud merupakan individu pada tindakan dan tingkah laku yang dilakukan untuk mencapai tujuan individu dengan menggunakan proses berpikir. Berpikir dalam hal ini adalah tindakan yang diambil dalam menghadapi suatu situasi untuk mencapai tujuan. Dalam hasil penelitian Rizky & Zulharman (2014), efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki. Artinya, efikasi diri merupakan keyakinan individu yang percaya tentang kemampuan dirinya untuk melakukan tugas.

Secara sederhana Baron & Byrne (Ghufron & Risnawita, 2014:73), mengungkapkan efikasi diri menjadi penilaian individu terhadap kemampuan ataupun kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi kendala. Secara umum,

bisa dijelaskan bahwa efikasi diri dilakukan pada tindakan dalam keyakinan terhadap kemampuan dirinya. Menurut Alwisol (2009:287) efikasi diri merupakan penilaian diri, apakah individu dapat melakukan tindakan yang tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan syarat. Hal ini memberikan pengertian bahwa tindakan yang dilakukan menjadi bentuk penilaian diri yang termasuk dalam efikasi diri. Karakteristik seorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi dilihat ketika seseorang merasa percaya diri bahwa mereka bisa menangani dengan baik situasi yang sedang dihadapi, menuntaskan tugas, percaya terhadap kemampuan diri yang dimiliki, memandang kesulitan menjadi tantangan bukan kendala, serius dalam melaksanakan tugas dan tindakan dalam menghadapi kesulitan, dan menghadapi kendala dengan keyakinan bahwa mereka bisa mengontrolnya. Efikasi diri merupakan suatu persepsi diri dengan menunjukkan pada kemampuan yang dilakukan dengan tindakan dari diri sendiri yang menurut Desmita (2014/2016: 164) merupakan suatu pendapat mengenai diri dengan cakupan pada penilaian, pandangan, dan keyakinan akan diri seseorang pada pandangan pada dirinya sendiri.

Maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi bisa dicermati dari bagaimana seorang individu mempunyai keyakinan diri atau percaya diri, memiliki kemampuan diri, dan bisa mengontrol kendala yang sedang dihadapi pada suatu situasi. Contoh seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi yaitu mereka selalu memiliki keyakinan “saya mampu” yang mana ini bisa membantu seseorang mengganti cara hidupnya. Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, bisa

Commented [c1]: Parafrase
Silakan diedit jika kalimat kurang

disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan diri yang dimiliki individu terhadap kemampuan yang terdapat dalam dirinya untuk menuntaskan suatu tugas pada situasi tertentu.

1.3 Dimensi Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997:42), efikasi diri memiliki tiga dimensi yang membedakan efikasi diri pada setiap diri individu, yaitu:

1. Dimensi Tingkat (*Level*)

Dimensi ini berkaitan dengan kemampuan individu dalam menuntaskan tugasnya dengan tingkat kesulitan yang berbeda-beda, seperti tuntutan tugas sederhana, tuntutan yang sulit, serta tugas yang membebani. Tingkat kesulitan tugas yang dibebankan pada individu dapat menggambarkan keyakinan individu pada kemampuan dirinya. Individu yang memiliki tingkat kesulitan tugas yang tinggi akan membentuk individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri yang tinggi untuk melakukan tugas saat ini, dan kebalikannya bila individu memiliki tingkat kesulitan tugas yang rendah maka individu tersebut akan memiliki keyakinan diri yang rendah terhadap tindakan yang dilakukan. Individu akan berperilaku jika merasa mampu melakukan tugas tadi dan individu akan menghindari bila merasa tak mampu melakukan tugas tadi karena merasa di luar kemampuannya.

2. Dimensi Kekuatan (*Strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dalam keyakinan individu terhadap kemampuan diri yang berbeda. Individu yang memiliki keyakinan yang kuat pada kemampuan dirinya akan memiliki kemampuan menyelesaikan tugasnya meskipun

mengalami kesulitan. Semakin kuat keyakinan terhadap kemampuan diri, maka semakin tinggi kemungkinan tugas yang akan berhasil diselesaikan.

3. Dimensi Generalisasi (*Generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku di mana individu memiliki rasa keyakinan atas kemampuan dirinya. Individu mampu atau tidak menyelesaikan tugasnya terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau aktivitas dan situasi yang bervariasi, seperti aktivitas dan modalitas di mana tingkat kemampuan diekspresikan ke dalam bentuk kognitif, tingkah laku, dan afeksi. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dimensi dari efikasi diri dibagi menjadi tiga, yaitu dimensi tingkat (*level*) dimensi yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas dan tingkat kesulitan yang berbeda, dimensi kekuatan (*strength*) dimensi yang berkaitan dengan tingkat kekuatan dalam keyakinan dirinya terhadap kemampuan diri yang berbeda-beda, dan dimensi generalisasi (*generality*) dimensi yang berkaitan dengan luas bidang tingkah laku di mana individu memiliki rasa keyakinan atas kemampuannya.

Ansori (1994) menyimpulkan dari Bandura Bandura, 1977 (Ansori, 2016) menjelaskan bahwa efikasi diri terdiri dari beberapa dimensi, yakni (1) magnitude, yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas yang dihadapi, (2) generality, yaitu sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi

tugas, (3) strenght, yang berkaitan dengan ketahanan dan keuletan individu dalam pemenuhan tugasnya.

1.4 Proses Efikasi Diri

Efikasi diri pada individu terjadi melalui proses untuk mencapai efikasi diri yang baik. Menurut Bandura (1994:4), proses psikologis efikasi diri yang dapat mempengaruhi fungsi manusia, yaitu:

1. Proses Kognitif

Fungsi kognitif individu akan dapat memprediksi peristiwa sehari-hari yang akan berdampak pada masa depan. Pada fungsi kognitif ini muncul asumsi semakin efektif kemampuan individu dalam menganalisis dan mengungkap gagasannya, maka akan membantu individu dalam tindakannya dengan tepat sehingga tercapai tujuannya. Individu akan mengantisipasi peristiwa dan mengembangkan cara untuk mengendalikan peristiwa yang mempengaruhi hidupnya. Keterampilan ini dibutuhkan dalam proses kognitif. Dalam melakukan tugas akademik, individu secara pribadi menetapkan tujuan perilaku sehingga individu mencapai tujuan. Penetapan tujuan secara pribadi dipengaruhi oleh faktor penilaian diri dan kemampuan kognitif individu.

2. Proses Motivasi

Motivasi individu berasal dari pikiran yang positif pada dirinya untuk mencapai tujuan. Individu mencoba memotivasi dirinya dengan membangun keyakinan pada tindakan yang dilakukan, dan rencana tindakan yang akan dilakukan. Terdapat beberapa motivasi kognitif yang dibangun berdasarkan teori, yaitu atribusi yang berasal dari teori atribusi dan pengharapan akan

hasil yang dibentuk oleh teori nilai harapan dan teori tujuan. Efikasi diri dapat mempengaruhi atribusi penyebab, yang mana jika individu memiliki efikasi diri akademik yang tinggi akan dapat menilai kegagalannya dalam menyelesaikan tugas akademik disebabkan kurangnya dalam usaha dan tindakannya, sedangkan individu yang memiliki efikasi diri akademik yang rendah akan menilai kegagalannya dalam menyelesaikan tugas disebabkan kurangnya kemampuan yang dimiliki.

3. Proses Afeksi

Perasaan secara alami terjadi pada individu dalam menentukan intensitas pengalaman emosional. Afeksi ditujukan untuk mengendalikan kecemasan yang dapat mengatur proses berpikir untuk mencapai tujuan. Proses afeksi berkaitan dengan potensi individu ketika mengatasi emosi di dalam diri sendiri untuk terwujudnya sebuah tugas. Tingkat stres dan kecemasan yang dirasakan individu disebabkan karena menyelesaikan sebuah tugas atau beban yang mengancam atau sulit. Individu percaya jika dirinya mampu mengendalikan hambatan maka tidak akan menumbuhkan cara pikir yang mengganggu. Individu yang tidak percaya dengan kemampuannya akan merasakan kecemasan sebab tidak mampu mengendalikan hambatan tersebut.

4. Proses Seleksi

Proses seleksi berhubungan dengan kemampuan individu untuk memilih perilaku dan lingkungan yang sesuai untuk mencapai tujuan. Ketidakmampuan individu dalam membuat pilihan perilaku membuat individu merasa tidak aman, tidak percaya diri, bingung, dan mudah menyerah saat menghadapi

masalah atau situasi yang sulit. Efikasi diri dapat membentuk kehidupan individu dengan memilih jenis aktivitas dan lingkungan. Individu akan mampu melakukan aktivitas menantang dan memilih situasi yang dapat dipercaya untuk mampu mengatasinya. Individu akan memelihara kemampuan, hubungan sosial, dan minta dari pilihan yang telah ditentukan. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi terbentuk melalui beberapa proses, seperti proses kognitif yang mana pada proses ini fungsi kognitif individu mampu memprediksi peristiwa keseharian individu yang dapat berdampak ke masa depan, proses motivasi yang berasal dari kognitif individu untuk mencapai tujuan, proses afeksi merupakan proses yang berkaitan dengan kemampuan mengatasi emosi pada dirinya untuk mencapai tujuan, dan proses seleksi merupakan proses yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam memilih perilaku dan lingkungan untuk mencapai tujuan.

1.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Untuk memiliki efikasi diri yang baik, terdapat hal-hal yang dapat mempengaruhi individu. Menurut Bandura (dalam Feist, Jess & Feist, 2013:213), efikasi diri individu dipengaruhi pada empat hal, yaitu:

1. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experiences*)

Pengalaman keberhasilan merupakan pengaruh terbesar dampaknya terhadap efikasi diri pada individu karena dipengaruhi oleh pengalaman yang nyata. Pengalaman keberhasilan mengarahkan efikasi diri individu meningkat, dan kegagalan yang terjadi secara berulang berdampak pada penurunan efikasi diri individu, terutama bila kegagalan itu terjadi saat efikasi diri

individu belum terbentuk dengan kuat. Kegagalan juga mengurangi efikasi diri dalam diri individu, jika kegagalan tidak berarti kurangnya usaha atau pengaruh dari luar lingkungan.

2. Pengalaman Orang Lain (*Vicarious Experience*)

Individu tidak bergantung pada pengalaman kegagalan dan kesuksesan dirinya menjadi sumber efikasi diri. Efikasi diri bisa ditentukan oleh pengalaman orang lain. Individu yang mengamati keberhasilan orang lain di bidang tertentu maka akan bisa menaikkan efikasi diri tadi di bidang yang sama. Individu secara percaya diri akan berkata pada diri sendiri: *“Jika orang lain bisa melakukannya, maka dirinya juga mempunyai kemampuan yang sama untuk melakukannya dengan baik”*. Individu melakukan pengamatan terhadap kegagalan yang dialami oleh orang lain, bahkan individu sudah melakukan usaha untuk menurunkan penilaian atas kemampuan dirinya dan mengurangi usahanya dalam mencapai keberhasilan. Efikasi diri individu bisa mudah ditentukan oleh pengalaman orang lain disebabkan oleh kurangnya pemahaman individu tentang kemampuan orang lain serta kurangnya pemahaman individu atas kemampuan dirinya.

3. Persuasi Sosial

Persuasi sosial efektif waktu dikombinasikan dengan pengalaman keberhasilan. Persuasi sosial digunakan untuk meyakinkan individu atas kemampuannya berusaha dalam suatu kegiatan untuk membantu individu dalam mencapai tujuannya.

4. Kondisi Fisik dan Emosional

Individu menilai kemampuannya untuk menuntaskan tugas dapat ditentukan oleh kondisi fisik dan emosional. Gejala

emosional dan situasi pengalaman individu menandakan bahwa sesuatu sedang terjadi. Untuk menghindari situasi tertekan biasanya muncul keringat dingin, gemetar, dan jantung berdebar yang menjadi pengingat individu akan kondisi yang dihadapi berada di atas kemampuannya. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri individu ditentukan oleh pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*) yaitu pengalaman keberhasilan yang mengarahkan efikasi diri individu semakin tinggi, dan kegagalan yang terjadi secara berulang yang berdampak pada penurunan efikasi diri individu, terutama jika kegagalan itu terjadi saat efikasi diri individu belum terbentuk dengan kuat, maka efikasi diri bisa ditentukan oleh pengalaman orang lain (*vicarious experience*).

Individu yang mengamati keberhasilan orang lain di bidang tertentu maka akan dapat menaikkan efikasi diri tersebut di bidang yang sama. Individu yakin serta berkata pada diri sendiri jika orang lain mampu melakukannya, maka dirinya pula memiliki kemampuan yang sama untuk melakukannya dengan baik, persuasi sosial digunakan untuk meyakinkan individu atas kemampuannya dalam berusaha pada suatu kegiatan untuk membantu individu dalam mencapai tujuannya, serta kondisi fisik dan emosional yang mana gejala emosional dan situasi pengalaman individu menandakan bahwa suatu sedang terjadi untuk menghindari situasi tertekan.

Kemampuannya untuk usaha pada suatu kegiatan buat membantu individu dalam mencapai tujuannya, serta kondisi fisik dan emosional yang mana gejala emosional dan situasi

pengalaman individu menandakan bahwa suatu sedang terjadi
buat menghindari situasi tertekan.

Commented [PP2]: Apakah

2. PEMBAHASAN

2.1 Tingkat Efikasi Partisipan Guru

Dalam kajian ini, tim penulis menyebarkan instrumen efikasi diri pada responden guru, dan diperoleh data yang penulis gunakan sebagai bahan analisis secara statistik, untuk mengetahui tingkat efikasi diri pada guru yang menjadi partisipan. Hasil analisis dari perolehan data tersebut dijabarkan pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1 Kategori Tingkat Efikasi Diri Guru Partisipan

Skor	Kategori
0 - 1400	Rendah
1401 - 2800	Sedang
2801 - 4200	Tinggi
4201 - 5600	Sangat Tinggi

Tabel 1 di atas memperlihatkan Kategori Tingkat efikasi diri yang akan dipakai dalam mengukur tingkat efikasi diri para guru partisipan. Rentangan kategori tingkat efikasi diri dapat dilihat dari tabel 1 tersebut mulai dari kategori Rendah rentangan 0-1400, kategori Sedang rentangan 1401-2800, kategori Tinggi rentangan 2801-4200, kategori Sangat Tinggi rentangan 4201-5600.

Berdasarkan pengolahan data yang diperoleh tentang efikasi diri guru, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat efikasi diri pada guru dinilai **sangat tinggi** ketika dihadapkan pada suatu kondisi atau tantangan terberat dalam pekerjaannya, dengan **rentangan skor berada pada 4201-5600**.

Tabel 2. Efikasi Diri Guru Berdasarkan Gender

Aspek	Laki-laki	Perempuan	% laki	%perempuan
Tingkat	367	1540	3,67 %	15,40%
Kekuatan	295	1142	2,95 %	14,42%
Generalisasi	157	377	1,57%	2,25%
Total	819	3059	8,19%	30,59%

Hasil pada Tabel 2 di atas memperlihatkan efikasi diri guru berdasarkan Gender yang diukur berdasarkan dari aspek-aspek efikasi diri yaitu : tingkat, kekuatan, dan generalisasi. Tampak secara gender efikasi diri lebih tinggi dimiliki jenis kelamin perempuan dengan total skor 3059 (30,59%). Dan aspek yang dominan pada aspek tingkat dengan skor 1540 (15,40%) yang dimiliki oleh guru perempuan.

Berdasarkan hasil pengolahan data tersebut maka diperoleh sebuah kesimpulan, dimana tingkat efikasi diri pada guru perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat efikasi diri guru laki-laki. Hal tersebut terlihat dari hasil perolehan data dimana total secara menyeluruh guru wanita memperoleh total skor sebesar 3059 (30,59%) dan guru laki-laki memperoleh total skor 819 (8,19%).

Tabel 3. Efikasi Diri Berdasarkan Aspek

Aspek	Skor	Persentase
Tingkat	1907	19 %
Kekuatan	1437	14,3 %
Generalisasi	534	5,3%
Total	3874	38,74%

Tabel 3 memperlihatkan hasil pengolahan data efikasi diri berdasarkan pada aspek-aspeknya. Tampak aspek efikasi diri yang dominan pada aspek tingkat dengan perolehan skor 1907 (19%) dan aspek kekuatan dengan skor 1437 (14,3%). Sedangkan aspek terendah pada aspek generalisasi dengan skor 534 (5,3%).

Dari pengolahan data tersebut sesuai dengan kategori tingkat efikasi diri pada tabel 3 maka disimpulkan bahwa tingkat efikasi guru dinilai dalam kategori Tinggi dengan perolehan total skor 3874. Berdasarkan pada tabel 1 perolehan skor pada rentangan 2801 – 4200 ada dalam Kategori Tinggi. Adapun aspek yang mempengaruhi tingginya efikasi diri guru ialah ditinjau dari segi aspek tingkat dan kekuatan guru.

REFERENSI

- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi). Malang: UMM Press.
- Ansori, Mohammad & Ali, M. (2019). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Kesembilan). Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Bandura, A. (1994). Self-Efficacy. Dalam VS Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*, Vol. 4.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Macmillan.
- Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). Teori kepribadian buku 2 edisi 7. *Jakarta: Salemba Humanika*.
- Ghufron, M. N., & Rini Risnawita, S. (2010). Teori-Teori Psikologi, *yogyakarta. Ar-Ruzz Media*, 33-38.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2013). Teori Kepribadian (Theory of Personality, *Jakarta: Salemba Humanika*).
- Hartinah, S. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Rafika Aditama.
- Lidya, S. F., & Darmayanti, N. (2015). Self-Efficacy Akademik dan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Patra Nusa. *Jurnal Diversita, 1(1)*.
- Mahmud i, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 3(02)*.
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 8(2)*.
- Nurlaila, S. (2011). Pelatihan efikasi diri untuk menurunkan kecemasan pada siswa-siswi yang akan menghadapi ujian akhir nasional. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 1(1)*, 1-22.

- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Choi, C. H., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1–12. <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsyscouns/article/view/397>
- Riza, P. (2016). Pengaruh Self-Efficacy terhadap Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Asrama Universitas Andalas. *Diploma Thesis, Universitas Andalas*.
- Rizki, F., Appulembang, Y. A., Mardhiyah, S. A. (2021). Peran Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kota Prabumulih Selama Pembelajaran Daring. (Doctoral dissertation, Sriwijaya University).S3(2), 6.
- Rizky, E., & Zulharman, Z. (2014). Hubungan Efikasi Diri dengan Coping Stress pada Mahasiswa Angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Doctoral Dissertation, Riau University*.
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal Adjusmen and Mental Helath*. New York: Holt, Renehart &Winston.
- Yuliani. (2020). Self-Efficacy Siswa SMK Dalam Pembelajaran Online Dimasa Pandemi Covid-19. (doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).