

OPEN ACCESS

*CORRESPONDENCE

Saleh Adri
salehadri64@gmail.com

Received: 4 Juni 2025

Accepted: 19 Juni 2026

Published: 28 Juni 2026

CITATION

Adri, S. (2026). Peran Efikasi Diri Dalam Membentuk Motivasi Belajar Dan Resiliensi Akademik Siswa: Suatu Kajian Pustaka Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan. *TARBIYAH: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(1), 36-43.
<https://jurnal.staiuisu.ac.id/index.php/tarbiyah/article/view/75>

COPYRIGHT

Copyright (c) 2026 author.
This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PERAN EFIKASI DIRI DALAM MEMBENTUK MOTIVASI BELAJAR DAN RESILIENSI AKADEMIK SISWA: SUATU KAJIAN PUSTAKA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PENDIDIKAN

Saleh Adri^{1*}

¹ STAI UISU Pematangsiantar, Indonesia.

ABSTRAK

Efikasi diri merupakan salah satu konstruk psikologis yang banyak dikaji dalam psikologi pendidikan karena diyakini menjadi salah satu penentu keberhasilan belajar siswa. Penelitian ini bertujuan mengkaji secara mendalam konsep efikasi diri serta perannya terhadap dua variabel psikologis penting dalam proses belajar, yaitu motivasi belajar dan resiliensi akademik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi pustaka (library research), yakni dengan menghimpun, mengkaji, dan menyintesis berbagai sumber pustaka primer berupa artikel jurnal ilmiah nasional yang relevan dengan topik penelitian. Hasil kajian menunjukkan tiga temuan utama. Pertama, efikasi diri dalam perspektif psikologi pendidikan dipahami sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil belajar tertentu, yang terbentuk melalui empat sumber utama yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman vikarius, persuasi verbal, dan kondisi fisiologis-emosional. Kedua, efikasi diri berperan signifikan dalam membentuk dan meningkatkan motivasi belajar siswa, baik secara langsung maupun melalui interaksi dengan faktor lingkungan seperti iklim kelas, dukungan orang tua, dan kreativitas mengajar guru. Ketiga, efikasi diri juga berkontribusi besar terhadap resiliensi akademik siswa, yaitu kemampuan bertahan dan bangkit dari kesulitan akademik, dengan kontribusi yang dilaporkan berbagai penelitian berkisar antara 28% hingga hampir 50% terhadap variansi resiliensi akademik. Kajian ini merekomendasikan agar penguatan efikasi diri dijadikan strategi utama dalam intervensi psikologi pendidikan di sekolah, baik melalui program bimbingan konseling, pola asuh yang mendukung, maupun desain pembelajaran yang memberi ruang bagi pengalaman keberhasilan siswa.

KATA KUNCI: Efikasi Diri, Motivasi belajar, Resiliensi akademik

ABSTRACT

Self-efficacy is a widely studied psychological construct in educational psychology because it is believed to be a key determinant of students' academic success. This study aims to examine in depth the concept of self-efficacy and its role in two important psychological variables in the learning process, namely learning motivation and academic resilience. This research employs a qualitative library research method, collecting, reviewing, and synthesizing relevant national journal articles as primary sources. The findings reveal three main points. First, self-efficacy in educational psychology is understood as an individual's belief in their ability to organize and execute the actions required to achieve certain learning outcomes, formed through four main sources: mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, and physiological-emotional states. Second, self-efficacy plays a significant role in shaping and enhancing students' learning motivation, both directly and through interaction with environmental factors such as classroom climate, parental support, and teachers' teaching creativity. Third, self-efficacy also contributes substantially to students' academic resilience, with reported contributions ranging from 28% to nearly 50% of the variance in academic resilience across studies. This study recommends that strengthening self-efficacy be made a primary strategy in educational psychology interventions in schools, whether through guidance and counseling programs, supportive parenting patterns, or instructional designs that provide room for students' mastery experiences.

KEYWORDS: *Self-efficacy, Learning motivation, Academic resilience*

A. PENDAHULUAN

Dunia pendidikan tidak hanya berbicara tentang transfer pengetahuan dari guru kepada siswa, tetapi juga menyangkut bagaimana faktor-faktor psikologis di dalam diri siswa turut menentukan keberhasilan

proses belajar. Salah satu konstruk psikologis yang paling banyak mendapat perhatian dalam beberapa dekade terakhir adalah efikasi diri (self-efficacy), yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri untuk berhasil melaksanakan suatu tugas

atau mencapai tujuan tertentu. Konsep ini menjadi pusat perhatian dalam berbagai disiplin ilmu, termasuk psikologi, manajemen, maupun pendidikan, karena diyakini menjadi salah satu prediktor kuat terhadap perilaku dan pencapaian individu (STKIP Subang, 2023).

Dalam konteks pendidikan, efikasi diri memiliki peran penting untuk memotivasi siswa dalam proses belajar. Semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki siswa, semakin besar pula motivasi belajarnya (STKIP Subang, 2023). Motivasi belajar sendiri terbukti berperan signifikan dalam meningkatkan keterlibatan dan intensitas belajar siswa, di mana efikasi diri dan motivasi belajar memiliki hubungan yang saling berkaitan dan secara simultan memberikan pengaruh yang lebih kuat terhadap hasil belajar dibandingkan secara parsial (Joyful Learning Journal, 2026). Fakta ini menegaskan bahwa efikasi diri bukan sekadar variabel psikologis yang berdiri sendiri, melainkan variabel yang saling terkait erat dengan proses motivasional siswa dalam belajar.

Selain berkaitan dengan motivasi belajar, efikasi diri juga terbukti berkaitan erat dengan resiliensi akademik, yaitu kemampuan siswa untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali ketika menghadapi tekanan, kesulitan, atau kegagalan dalam konteks akademik. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa efikasi diri akademik memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap peningkatan resiliensi siswa maupun mahasiswa, dengan angka kontribusi yang bervariasi namun konsisten menunjukkan arah hubungan yang positif dan signifikan (Oktaningrum & Santhoso, 2018; Salim & Fakhurrozi, 2020; Linggi et al., 2021). Temuan-temuan ini semakin memperkuat urgensi untuk mengkaji lebih dalam bagaimana efikasi diri berperan sebagai fondasi psikologis bagi dua aspek penting dalam keberhasilan belajar siswa, yakni motivasi dan resiliensi.

Namun demikian, kajian-kajian yang ada selama ini cenderung tersebar dan meneliti hubungan efikasi diri dengan motivasi belajar atau resiliensi akademik secara terpisah, dengan pendekatan

kuantitatif korelasional pada populasi dan jenjang pendidikan yang berbeda-beda. Belum banyak kajian pustaka yang secara khusus menyintesis dan mengintegrasikan kedua peran efikasi diri tersebut, baik terhadap motivasi belajar maupun resiliensi akademik, dalam satu kerangka pembahasan yang utuh dari perspektif psikologi pendidikan. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kesenjangan tersebut melalui pendekatan studi pustaka yang menghimpun dan menyintesis temuan-temuan penelitian terdahulu secara komprehensif.

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah kajian psikologi pendidikan, khususnya terkait keterhubungan antara efikasi diri, motivasi belajar, dan resiliensi akademik. Secara praktis, hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi guru, konselor sekolah, orang tua, maupun pemangku kebijakan pendidikan dalam merancang program dan intervensi yang berorientasi pada penguatan efikasi diri siswa sebagai upaya meningkatkan motivasi belajar dan resiliensi akademik.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi pustaka (*library research*). Metode studi pustaka dipilih karena penelitian ini bertujuan mengungkap fenomena secara holistik-kontekstual melalui pengumpulan data dari sumber-sumber tertulis, bukan dari data lapangan secara langsung (Adlini et al., 2022). Penelitian kualitatif jenis studi pustaka menekankan pada proses menghimpun, membaca, mencatat, serta mengolah bahan penelitian yang bersumber dari literatur ilmiah yang relevan dengan topik kajian, sehingga peneliti berperan sebagai instrumen kunci dalam menginterpretasi dan menyintesis temuan dari berbagai sumber tersebut.

Sumber data dalam penelitian ini adalah data sekunder yang berasal dari artikel-artikel jurnal ilmiah nasional terakreditasi maupun terindeks yang membahas topik efikasi diri, motivasi belajar, dan resiliensi akademik dalam konteks psikologi pendidikan. Pemilihan sumber

diprioritaskan pada artikel yang memiliki Digital Object Identifier (DOI) resmi sebagai bentuk verifikasi kredibilitas dan keterlacakan sumber.

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran artikel pada basis data jurnal daring nasional (seperti portal Garuda, SINTA, dan laman OJS masing-masing jurnal), dengan kata kunci "efikasi diri", "motivasi belajar", dan "resiliensi akademik". Artikel yang terjaring kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi berupa: (a) relevansi tema dengan efikasi diri dalam konteks psikologi pendidikan, (b) merupakan artikel jurnal ilmiah nasional yang dapat diakses secara daring, dan (c)

memiliki kejelasan metodologi dan hasil penelitian.

Analisis data dilakukan dengan teknik analisis isi (content analysis) melalui tahapan: (1) reduksi data, yaitu menyederhanakan dan mengidentifikasi poin-poin penting dari setiap sumber; (2) kategorisasi data, yaitu mengelompokkan temuan berdasarkan tiga tema besar sesuai rumusan masalah; dan (3) sintesis dan interpretasi, yaitu menghubungkan dan memaknai temuan dari berbagai sumber untuk menjawab masing-masing rumusan masalah secara komprehensif (Adlini et al., 2022).

Tahapan	Kegiatan	Output
Perencanaan	Menetapkan topik, kata kunci pencarian, dan kriteria inklusi-eksklusi sumber	Kerangka kerja kajian
Penelusuran	Menelusuri artikel jurnal nasional melalui basis data daring	Kumpulan artikel relevan ber-DOI
Seleksi	Menilai kesesuaian tema, kredibilitas, dan kejelasan metodologi artikel	Daftar pustaka primer terpilih
Reduksi & Kategorisasi	Mengidentifikasi temuan inti dan mengelompokkan berdasarkan tiga rumusan masalah	Data terkategori
Sintesis & Interpretasi	Menghubungkan dan memaknai temuan lintas sumber	Narasi hasil dan pembahasan

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

C.1 Konsep dan Dimensi Efikasi Diri dalam Perspektif Psikologi Pendidikan

Efikasi diri secara mendasar dipahami sebagai keyakinan pribadi individu terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan, menghadapi rintangan, dan mengatasi tantangan yang dihadapinya (STKIP Subang, 2023). Dalam konteks pendidikan, efikasi diri secara spesifik sering disebut sebagai efikasi diri akademik, yaitu keyakinan siswa terhadap kemampuannya sendiri untuk berhasil menyelesaikan tugas-tugas akademik, mengatur strategi belajar, dan mencapai target hasil belajar yang diinginkan.

Konsep efikasi diri menjadi penting dalam kajian psikologi pendidikan bukan hanya karena berkaitan dengan keyakinan semata, tetapi karena keyakinan tersebut secara nyata memengaruhi bagaimana siswa berpikir, merasa, memotivasi diri, dan

berperilaku dalam menghadapi tugas-tugas belajar. Siswa dengan efikasi diri tinggi cenderung memandang tugas yang sulit sebagai tantangan yang harus dikuasai, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. Sebaliknya, siswa dengan efikasi diri rendah cenderung ragu terhadap kemampuannya sendiri, mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, dan rentan mengalami kecemasan akademik. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian, di mana semakin rendah efikasi diri siswa, semakin tinggi kecenderungan kecemasannya dalam menghadapi evaluasi akademik (Permana et al., 2017).

Dari berbagai kajian pustaka yang ditelaah, efikasi diri dalam konteks psikologi pendidikan dapat diuraikan ke dalam beberapa dimensi utama sebagaimana dirangkum pada Tabel 2 berikut.

Dimensi	Deskripsi	Contoh dalam Konteks Belajar
Tingkat (Magnitude)	Persepsi siswa terhadap tingkat kesulitan tugas yang mampu diselesaikan	Siswa yakin dapat menyelesaikan soal matematika kategori sulit, bukan hanya soal mudah
Keluasan (Generality)	Sejauh mana keyakinan diri berlaku pada berbagai bidang tugas/mata pelajaran	Siswa yakin pada kemampuannya di berbagai mata pelajaran, tidak hanya satu bidang tertentu
Kekuatan (Strength)	Tingkat kemantapan keyakinan siswa meski menghadapi hambatan	Siswa tetap yakin mampu berhasil meski nilai sebelumnya kurang memuaskan

Selain ketiga dimensi tersebut, efikasi diri juga dibentuk melalui empat sumber utama yang secara konsisten muncul dalam berbagai kajian, yaitu: (1) pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), yang merupakan sumber paling kuat karena berasal dari pengalaman langsung siswa berhasil menyelesaikan tugas; (2) pengalaman vikarius (*vicarious experience*), yaitu keyakinan yang terbentuk ketika siswa melihat orang lain yang setara dengan dirinya berhasil menyelesaikan tugas serupa; (3) persuasi verbal (*verbal persuasion*), berupa dorongan dan keyakinan yang disampaikan oleh guru, orang tua, atau teman sebaya; dan (4) kondisi fisiologis dan emosional, yaitu bagaimana siswa memaknai kondisi tubuh dan emosinya (misalnya rasa gugup) saat menghadapi tugas belajar.

Kajian mengenai efikasi diri dalam pembelajaran juga menegaskan bahwa konsep ini bukan sesuatu yang bersifat statis, melainkan dapat dibentuk dan dikembangkan melalui proses belajar dan pengalaman yang berulang (Zagoto, 2019). Implikasinya, guru dan sekolah memiliki peran strategis dalam menciptakan lingkungan belajar yang memungkinkan siswa memperoleh pengalaman keberhasilan secara bertahap, sehingga efikasi diri siswa dapat tumbuh secara berkelanjutan. Pemahaman mengenai konsep dan dimensi efikasi diri ini menjadi landasan penting untuk memahami bagaimana efikasi diri berperan terhadap motivasi belajar dan resiliensi akademik siswa, sebagaimana akan dibahas pada dua subbab berikutnya.

C.2 Peran Efikasi Diri terhadap Motivasi Belajar Siswa

Kajian pustaka yang ditelusuri secara konsisten menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki peran yang signifikan dalam membentuk dan meningkatkan motivasi

belajar siswa. Penelitian yang mengkaji pengaruh efikasi diri, perhatian orang tua, iklim kelas, dan kreativitas mengajar terhadap motivasi belajar siswa Sekolah Menengah Kejuruan menemukan bahwa keempat variabel tersebut, baik secara parsial maupun simultan, berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi belajar siswa (Aryanti & Muhsin, 2020). Temuan ini menegaskan bahwa efikasi diri tidak berdiri sendiri, melainkan berinteraksi dengan faktor lingkungan belajar dalam membentuk motivasi siswa.

Penelitian lain yang dilakukan pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Bandung Barat menunjukkan hasil serupa, yakni efikasi diri dan motivasi belajar, baik secara parsial maupun simultan, memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap hasil belajar siswa (Monika & Adman, 2017). Artinya, efikasi diri bukan hanya berkorelasi dengan motivasi belajar, tetapi keduanya secara bersama-sama menjadi prediktor penting terhadap capaian hasil belajar siswa. Siswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung menunjukkan motivasi belajar yang lebih kuat, ditandai dengan usaha yang lebih gigih, ketahanan yang lebih tinggi terhadap kegagalan, serta orientasi tujuan belajar yang lebih jelas.

Peran efikasi diri terhadap motivasi belajar juga dapat dipahami melalui mekanisme psikologis berikut ini:

- 1) Efikasi diri memengaruhi pilihan aktivitas belajar. Siswa dengan efikasi diri tinggi cenderung memilih tugas atau aktivitas belajar yang menantang, karena mereka yakin memiliki kemampuan untuk menyelesaikannya, sehingga muncul dorongan motivasional untuk terlibat aktif dalam proses belajar.
- 2) Efikasi diri memengaruhi usaha dan ketekunan. Keyakinan terhadap

kemampuan diri mendorong siswa untuk berusaha lebih keras dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, yang merupakan salah satu indikator penting dari motivasi belajar intrinsik.

- 3) Efikasi diri memengaruhi pola pikir terhadap kegagalan. Siswa dengan efikasi diri tinggi cenderung memandang kegagalan sebagai bagian dari proses belajar yang dapat diperbaiki, bukan sebagai bukti ketidakmampuan, sehingga motivasi belajarnya tidak mudah runtuh oleh kegagalan sesaat.

Selain faktor internal siswa, kajian pustaka juga menunjukkan bahwa faktor eksternal turut berinteraksi dengan efikasi diri dalam membentuk motivasi belajar. Dukungan keluarga, misalnya, terbukti berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar siswa (Aulia et al., 2022), yang secara tidak langsung juga berkontribusi terhadap penguatan efikasi diri siswa melalui mekanisme persuasi verbal dari orang tua. Demikian pula, iklim kelas yang kondusif dan kreativitas mengajar guru terbukti menjadi variabel yang turut memperkuat hubungan antara efikasi diri dan motivasi belajar siswa (Aryanti & Muhsin, 2020).

Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa peran efikasi diri terhadap motivasi belajar bersifat multidimensional, tidak hanya berasal dari dalam diri siswa semata, tetapi juga dipengaruhi dan diperkuat oleh interaksi dengan lingkungan belajar di sekolah maupun di rumah. Implikasinya, upaya meningkatkan motivasi belajar siswa tidak dapat dilepaskan dari upaya membangun efikasi diri siswa secara sistematis, baik melalui pendekatan individual (misalnya konseling dan bimbingan belajar) maupun pendekatan sistemik (misalnya penciptaan iklim kelas yang suportif dan pelibatan orang tua dalam proses belajar anak).

C.3 Peran Efikasi Diri terhadap Resiliensi Akademik Siswa

Selain berperan terhadap motivasi belajar, efikasi diri juga menunjukkan peran

yang kuat dan konsisten terhadap resiliensi akademik siswa dalam berbagai kajian pustaka yang ditelusuri. Resiliensi akademik sendiri dapat dipahami sebagai kemampuan siswa untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali ketika menghadapi kesulitan, tekanan, atau kegagalan dalam konteks akademik.

Penelitian pada siswa Sekolah Menengah Atas berasrama di Magelang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara efikasi diri akademik dengan resiliensi, dengan koefisien korelasi sebesar 0,698 ($p = 0,001$), serta efikasi diri akademik memberikan kontribusi sebesar 48,7% terhadap peningkatan resiliensi siswa (Oktaningrum & Santhoso, 2018). Temuan ini menjadi salah satu bukti empiris paling kuat mengenai besarnya peran efikasi diri terhadap resiliensi akademik di kalangan siswa jenjang menengah.

Pada jenjang mahasiswa, temuan serupa juga dilaporkan. Penelitian mengenai efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* diperlukan agar mahasiswa mampu menyelesaikan masalah-masalah yang berkaitan dengan tugas dan tuntutan perkuliahannya (Salim & Fakhurrozi, 2020). Penelitian lain pada mahasiswa perantau yang menjalani pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19 juga menemukan bahwa efikasi diri akademik, bersama dengan dukungan sosial, berperan signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa (Linggi et al., 2021). Demikian pula, penelitian pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan resiliensi, di mana mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu bertahan menghadapi berbagai tantangan dalam proses penyusunan skripsi (Nabila & Ashshiddiqi, 2023).

Untuk memperjelas gambaran kontribusi efikasi diri terhadap resiliensi akademik dari berbagai jenjang pendidikan, berikut disajikan ringkasan temuan pada Tabel 3.

Peneliti (Tahun)	Subjek Penelitian	Temuan Utama
Oktaningrum & Santhoso (2018)	Siswa SMA berasrama	Efikasi diri akademik berkorelasi kuat ($r = 0,698$) dan berkontribusi 48,7% terhadap resiliensi
Salim & Fakhurrozi (2020)	Mahasiswa	Efikasi diri akademik dibutuhkan agar mahasiswa mampu menghadapi tuntutan akademik dan berkaitan erat dengan resiliensi
Linggi, Hindiarto, & Roswita (2021)	Mahasiswa perantau (pembelajaran daring)	Efikasi diri akademik bersama dukungan sosial berperan signifikan terhadap resiliensi akademik
Nabila & Ashshiddiqi (2023)	Mahasiswa penyusun skripsi	Terdapat hubungan signifikan antara efikasi diri dan resiliensi dalam menghadapi tekanan penyelesaian skripsi

Berdasarkan sintesis temuan di atas, dapat dipahami bahwa peran efikasi diri terhadap resiliensi akademik bekerja melalui beberapa mekanisme psikologis. Pertama, efikasi diri memberikan kerangka kognitif bagi siswa untuk memaknai kesulitan sebagai hal yang dapat diatasi, bukan sebagai ancaman yang melumpuhkan, sehingga siswa lebih mampu mempertahankan usaha meski menghadapi hambatan. Kedua, efikasi diri berkaitan erat dengan regulasi emosi siswa dalam menghadapi tekanan akademik; siswa dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki kecemasan yang lebih terkendali saat menghadapi evaluasi atau ujian, sebagaimana ditunjukkan oleh temuan bahwa rendahnya efikasi diri berkaitan dengan tingginya kecemasan menghadapi ujian (Permana et al., 2017). Ketiga, efikasi diri turut memperkuat strategi coping adaptif siswa, sehingga siswa lebih mampu mencari solusi konstruktif alih-alih menghindari masalah akademik yang dihadapinya.

Konsistensi temuan lintas jenjang pendidikan, mulai dari siswa sekolah menengah hingga mahasiswa, menunjukkan bahwa peran efikasi diri terhadap resiliensi akademik bersifat cukup universal dan tidak terbatas pada satu populasi tertentu. Hal ini memberikan implikasi penting bahwa program penguatan resiliensi akademik di lembaga pendidikan, pada berbagai jenjang, sebaiknya menjadikan penguatan efikasi diri sebagai salah satu sasaran utama intervensi, mengingat besarnya kontribusi variabel ini terhadap kemampuan siswa untuk bertahan dan berkembang di tengah tekanan akademik.

3.4 Diskusi Integratif

Ketiga temuan di atas, konsep efikasi diri, perannya terhadap motivasi belajar, dan

perannya terhadap resiliensi akademik, dapat dipahami sebagai satu rangkaian yang saling berkaitan dalam kerangka psikologi pendidikan. Efikasi diri berfungsi sebagai fondasi kognitif-afektif yang mendasari bagaimana siswa memaknai kemampuan dirinya, yang kemudian bermanifestasi dalam bentuk motivasi untuk terlibat dalam proses belajar (dimensi approach, yaitu dorongan untuk maju dan berusaha) sekaligus dalam bentuk resiliensi untuk bertahan menghadapi tekanan akademik (dimensi sustain, yaitu kemampuan bertahan ketika menghadapi hambatan). Dengan demikian, efikasi diri dapat dipandang sebagai variabel psikologis sentral yang menjembatani dua aspek penting keberhasilan belajar siswa, yakni aspek dorongan untuk maju (motivasi) dan aspek ketahanan untuk bertahan (resiliensi).

Implikasi praktis dari kajian ini adalah pentingnya sekolah dan pendidik merancang intervensi yang secara sengaja menyasar penguatan efikasi diri siswa, misalnya melalui: pemberian tugas belajar yang dirancang bertahap (scaffolding) untuk memastikan siswa memperoleh pengalaman keberhasilan; penyediaan model atau contoh keberhasilan dari teman sebaya; pemberian umpan balik dan persuasi verbal yang membangun dari guru dan orang tua; serta penciptaan iklim kelas yang mendukung secara emosional. Strategi-strategi tersebut, jika diterapkan secara konsisten, berpotensi memberikan dampak ganda, yaitu peningkatan motivasi belajar sekaligus penguatan resiliensi akademik siswa dalam menghadapi tantangan pendidikan yang semakin kompleks.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan, dapat disimpulkan tiga hal pokok. Pertama, efikasi diri dalam perspektif psikologi pendidikan dipahami sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan belajar, yang terdiri atas dimensi tingkat, keluasaan, dan kekuatan, serta dibentuk melalui empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman vikarius, persuasi verbal, dan kondisi fisiologis-emosional. Kedua, efikasi diri berperan signifikan terhadap motivasi belajar siswa, baik secara langsung maupun melalui interaksi dengan faktor lingkungan seperti dukungan keluarga, iklim kelas, dan kreativitas mengajar guru. Ketiga, efikasi diri juga berkontribusi besar terhadap resiliensi akademik siswa pada berbagai jenjang pendidikan, dengan kontribusi yang dilaporkan mencapai hampir 50% terhadap variansi resiliensi pada beberapa penelitian.

Berdasarkan simpulan tersebut, disarankan agar lembaga pendidikan, guru, konselor, dan orang tua secara sadar merancang lingkungan belajar yang mendukung penguatan efikasi diri siswa sebagai strategi utama untuk meningkatkan motivasi belajar dan resiliensi akademik secara bersamaan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan kajian empiris lapangan guna menguji secara langsung model hubungan integratif antara efikasi diri, motivasi belajar, dan resiliensi akademik pada populasi dan jenjang pendidikan tertentu di Indonesia.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 974–980.
<https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- Aryanti, Y. D., & Muhsin, M. (2020). Pengaruh Efikasi Diri, Perhatian Orang Tua, Iklim Kelas dan Kreativitas Mengajar Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Economic Education Analysis Journal*, 9(1), 243–260.
<https://doi.org/10.15294/eeaj.v9i1.37169>
- Aulia, L. A.-A., Kelly, E., & Zuhri, A. S. (2022). Dukungan Keluarga dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *PSIKOSTUDIA: Jurnal Psikologi*, 11(4), 623–632.
<https://doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4>
- Linggi, G. G. A., Hindiarto, F., & Roswita, M. Y. (2021). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial, dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Perantau pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 217–232.
<https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i2.5049>
- Monika, M., & Adman, A. (2017). Peran Efikasi Diri dan Motivasi Belajar dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 2(2), 109–118.
<https://doi.org/10.17509/jpm.v2i2.8111>
- Nabila, S., & Ashshiddiqi, A. M. (2023). Hubungan antara Efikasi Diri dan Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Proyeksi*, 18(1), 23–35.
<https://doi.org/10.30659/jp.18.1.23-35>
- Oktaningrum, A., & Santhoso, F. H. (2018). Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Siswa SMA Berasrama di Magelang. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 127–134.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.46359>
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2017). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di MTs Al Hikmah Brebes. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 51–68.
<https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Academic Self-Efficacy and Resilience on Undergraduate Students. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175–187.
<https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.9718>

Zagoto, S. F. L. (2019). Efikasi Diri dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 2(2), 386–391.

<https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i2.667>