



**GAMBARAN *SELF EFFICACY* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI
UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN MEDAN**

Christian Epaprassetyo Simanjuntak

Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan
(christian.simanjuntak@student.uhn.ac.id)

Rahel Monica Simangunsong

Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan
(rahel.simangunsong@student.uhn.ac.id)

Aditya Pratama Hasugian

Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan
(Aditya.hasugian@student.uhn.ac.id)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self efficacy* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan. Sampel penelitian ini adalah 71 orang mahasiswa fakultas psikologi UHN yang terdiri dari mahasiswa stambuk 2015, 2016, dan 2017. Pendekatan penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dimana metode pengumpulan data dengan menggunakan alat ukur *self efficacy* yang diuji reliabilitas dan validitasnya. Pengolahan data akan dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif.

Berdasarkan hasil penelitian, didapat bahwa, tidak ada (0%) yang memiliki *self efficacy* kategori rendah, terdapat 45 orang (63.4%) yang memiliki *self efficacy* kategori sedang, dan terdapat 26 orang (36.6%) yang memiliki *self efficacy* yang tinggi.

Keywords : **Self Efficacy, Mahasiswa**

PENDAHULUAN

Perguruan tinggi adalah institusi pendidikan tertinggi yang dituntut untuk menghasilkan mahasiswa sebagai lulusan yang berkualitas, berpotensi serta memiliki keterampilan dalam masing – masing bidangnya . Mahasiswa diharapkan bukan hanya mampu menyerap mata kuliah yang diterimanya melainkan mampu mengembangkan apa yang

diberikan dosen secara kreatif. Berhasil tidak nya seorang mahasiswa diperguruan tinggi sangat dipengaruhi oleh semangat hidup yang tinggi, *self efficacy*, rasa optimis yang besar serta motivasi yang tinggi pula sehingga diharapkan mahasiswa dapat sukses menjalani kehidupan diperguruan tinggi dan mempunyai prestasi yang optimal. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan

khususnya dalam indeks prestasi mahasiswa adalah self efficacy. Dimana Self Efficacy merupakan keyakinan atau kepercayaan individu terhadap kemampuan yang dimiliki dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas yang dihadapi sehingga dapat menghadapi rintangan dan dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Mahasiswa yang memiliki rasa kepercayaan diri (self efficacy) yang tinggi maka ia akan mampu menyelesaikan tugas dengan baik, dapat secara efektif menghadapi kejadian – kejadian dan situasi tertentu karena mereka mengharapkan kesuksesan dalam menghadapi rintangan ,serta mereka tekun pada apa yang mereka (mahasiswa) kerjakan.

Efikasi Diri (Self Efficacy)

Menurut Bandura (1997) Self efficacy adalah keyakinan seseorang mengenai kemampuan-kemampuan yang dimiliki dalam mengatasi berbagai macam situasi yang muncul dalam hidupnya. Self efficacy tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, namun berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang ia miliki seberapa besar. Self efficacy akan mempengaruhi beberapa aspek dari kognisi dan perilaku seseorang, oleh karena itu perilaku individu

akan berbeda dengan individu lainnya (Alwisol, 2008).

Keyakinan-keyakinan dalam diri mempengaruhi bagaimana manusia berfikir, merasa, memotivasi diri dan bertindak. Self efficacy menjadi faktor penentu tindakan individu melalui proses kognitif yang berperan sebagai mediator self efficacy dengan jalan mempengaruhi manusia mengkonstruksi serta menyusun scenario guna kondisi di masa depan, manusia memotivasi diri mereka dan mengarahkan perilaku mereka melalui pemikiran masa depan (motivasional), afektif berperan memantapkan diri dalam menghadapi tantangan, dan selektif adalah perilaku memilih yang dipengaruhi oleh keyakinan akan kemampuan diri (Bandura, 1997).

Efikasi diri (self efficacy) adalah ekspektasi dari keyakinan mengenai seberapa jauh seseorang mampu melakukan suatu perilaku dalam situasi tertentu. Efikasi diri yang positif adalah keyakinan untuk mampu melakukan perilaku yang dimaksud, tetapi apabila efikasi diri negatif maka seseorang akan enggan untuk mencoba suatu perilaku

tertentu (Friedman dan Schustak, 2006).

Baron & Byrne (2004) menyebutkan efikasi diri (self efficacy) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan atau kompetensinya atas kinerja atau tugas yang diberikan, untuk mencapai suatu tujuan, atau mengatasi sebuah hambatan. Sedangkan menurut Woolfolk (2009), efikasi diri merupakan perasaan seseorang bahwa dirinya mampu menangani tugas tertentu dengan efektif.

Aspek-aspek dalam Self Efficacy

- a. Memiliki kepercayaan diri dalam situasi yang tidak menentu yang mengandung kekaburan dan penuh tekanan.
- b. Memiliki keyakinan mencapai target yang sudah ditentukan.
- c. Memiliki keyakinan kemampuan menumbuhkan motivasi, kemampuan kognitif
- d. Memiliki keyakinan akan kemampuan dalam mengatasi masalah atau tantangan yang muncul.

Pengukuran Self Efficacy

Bandura (dalam Alwisol, 2008) mengatakan bahwa pengukuran self efficacy yang dimiliki seseorang mengacu pada tiga dimensi, yaitu:

- a. Magnitude, yaitu suatu tingkat ketika seseorang meyakini usaha atau tindakan yang dapat ia lakukan.
- b. Strength, yaitu suatu kepercayaan diri yang ada dalam diri seseorang

yang dapat ia wujudkan dalam meraih performa tertentu.

- c. Generality, diartikan sebagai keleluasaan dari bentuk self efficacy yang dimiliki seseorang untuk digunakan dalam situasi lain yang berbeda.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yang dilakukan untuk mengetahui gambaran dari Self Efficacy yang dimiliki mahasiswa Psikologi dengan menganalisis data secara Numerik menggunakan SPSS. Data yang diperoleh digunakan untuk melihat gambaran dari self efficacy yang dimiliki oleh Mahasiswa/i Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan.

Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di kota Medan. Peneliti memilih lokasi ini dengan pertimbangan peneliti berdomisili Medan sehingga diharapkan penelitian akan berjalan dengan efisien. Secara khusus penelitian dilakukan di Universitas HKBP Nommensen Medan. Adapun yang menjadi pertimbangan peneliti memilih Universitas HKBP Nommensen ini terkait dengan pihak Peneliti masih menjalankan pendidikan di Universitas HKBP Nommensen dan pihak kampus yang menerima tim peneliti untuk meneliti

Variabel Penelitian

variabel dalam penelitian ini adalah self efficacy

Teknik Sampling

Teknik Pengambilan Sampel dalam penelitian ini adalah Teknik Random Sampling yaitu berupa Teknik yang memberikan kesempatan yang sama kepada setiap orang untuk menjadi sampel penelitian .

Kriteria sampel Penelitian

1. Mahasiswa psikologi aktif T.A 2018/2019.

2. Berada minimal pada semester III (tiga), dengan pertimbangan bahwa pada level tersebut mahasiswa sudah memiliki self efficacy yang dapat dikatakan stabil. Adapun dalam penelitian jumlah sampel penelitian /Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi sebanyak 71 orang. Yang terdiri dari mahasiswa stambuk 2015, mahasiswa stambuk 2016, mahasiswa stambuk 2017 .

Teknik Pengumpulan Data /Instrumen Penelitian

Adapun teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini yaitu :

Skala Psikologi untuk mengukur Self efficacy berdasarkan Teori Bandura.

Tabel 1 Tabel Distribusi Item

NO	ASPEK	FAVORABLE	UNFAVORABLE
1	Memiliki kepercayaan diri dalam situasi yang tidak menentu yang mengandung keaburan dan penuh tekanan	1, 2, 4, 5, 7	3,6, 8

2	Memiliki keyakinan mencapai target yang sudah ditentukan	9, 11, 13, 14	10, 12, 15
3	Memiliki keyakinan kemampuan menumbuhkan motivasi, kemampuan kognitif dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil	18	16, 17, 19
4	Memiliki keyakinan akan kemampuan dalam mengatasi masalah atau tantangan yang muncul	21, 22	20, 23, 24, 25

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Penelitian ini dilakukan pada 71 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan. Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, maka hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut :

Analisa deskriptif

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa rata-rata usia mahasiswa fakultas psikologi yang menjadi sampel penelitian adalah berusia 20 tahun, dengan rentang usia antara 18 – 24 tahun, yang terdiri dari 23 mahasiswa berjenis kelamin laki-laki (32,4%) dan 48 mahasiswa berjenis kelamin perempuan (67,6%).

Tabel 2 Tabel distribusi sampel penelitian berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	jumlah	persentase
Laki-laki	23	32,4%
perempuan	48	67,6%
jumlah	71	100%

Kategori skor responden

Tingkat Self Efficacy mahasiswa dapat dikelompokkan dalam tiga kategori, yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Kategori self efficacy mahasiswa dapat dilihat pada table :

Tabel 3. Tabel hasil Self efficacy Pada sampel penelitian

No	interval	frekuensi	presentase	kategori
1	$X < 50$	0	0%	RENDAH
2	$50 < X < 75$	45	63.4%	SEDANG
3	$X > 75$	26	36.6%	TINGGI

Berdasarkan kategori table 3. diatas, tidak ada (0%) yang memiliki self efficacy kategori rendah, terdapat 45 orang (63.4%) yang memiliki self efficacy kategori sedang, dan terdaat 26 orang (36.6%) yang memilki self efficacy yang tinggi.

PEMBAHASAN

Bandura adalah tokoh yang memperkenalkan istilah *self efficacy*. Ia mendefenisikan self efficacy sebagai evaluasi dimana seseorang mengenali dirinya baik kemampuann ataupun kompetensi dirinya untuk

melakukan tugas dan mencapai suatu hasil, serta mengatasi hambatan. *Self efficacy* pada dasarnya merupakan hasil kognitif berupa keputusan, keyakinan, dan penghargaan tentang sejauh mana seseorang dapat memperkirakan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan suatu pekerjaan, dan tindakan yang dapat di gunakan untuk mencapai keberhasilan yang hendak dicapai oleh dirinya ataupun target yang ditetapkan oleh dirinya serta dapat mengatasi hambatan dalam diri. *Self efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk terhadap fungsi diri dan kejadian di lingkungan (Feist & feist,2010:212). tidaklah berkaitan dengan bagaimana seorang individu memiliki kemampuan yang besar tetapi lebih kepada bagaimana seorang individu dapat memiliki keyakinan didalam dirinya untuk dapat melakukan sesuatu tanpa melihat besar atau kecilnya kemampuan yang dimiliki oleh individu. *Self efficacy* juga menekankan pada komponen keyakinan diri yang di miliki seorang individu dalam menghadapi situasi yang akan datang. Dalam hal ini dengan menggunakan alat ukur yang di buat berdasarkan teori dari Bandura terkait *self efficacy*.

Dapat di lihat bahwa pada tabel 4.2 diatas berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa mahasiswa psikologi nomnensen memiliki self efficacy yang berada dalam rentang kategori sedang yaitu sebesar 63,4% dan juga tinggi yaitu sebesar 36,6%, sedangkan pada kategori rendah tidak ada atau memperoleh hasil sebesar 0%. Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa mahasiswa

psikologi nommensen pada umumnya memiliki *self efficacy* yang dapat dikatakan baik. Terbukti dengan tidak terdapatnya hasil pada kategori yang rendah dalam penelitian yang dilakukan kali ini. Hasil penelitian ini dapat mengatakan bahwa mahasiswa/i psikologi nommensen tidak terlalu melihat dan berpegang terhadap apa yang menjadi kemampuan yang dimilikinya. Tetapi mahasiswa/i psikologi nommensen lebih mampu untuk dapat membuat keputusan, dan memiliki keyakinan terhadap diri sendiri. Hasil ini terkait dengan teori dari bandura yang mengatakan bahwa manusia yang memiliki *self efficacy* akan memiliki kepercayaan terhadap diri, dan mampu menentukan dan melakukan tindakan untuk mencapai suatu hasil.

Hal ini juga seperti yang dapat diamati oleh peneliti bahwasanya dalam melakukan aktivitas perkuliahan, mahasiswa psikologi nommensen dalam melaksanakan tuntutan perkuliahan sebagai tanggung jawabnya, saat mereka memiliki tugas yang harus di selesaikan maka mahasiswa akan memotivasi dirinya untuk dapat menyelesaikan tugas dan berusaha untuk dapat menyelesaikan tugas tersebut dengan baik, tanpa merasa bahwa kemampuan dalam diri individu tersebut tidak dapat mengerjakan tugas tersebut. Dalam kegiatan belajar mengajar, saat mahasiswa dihadapkan pada tugas presentasi, mahasiswa akan semaksimal mungkin tampil dengan baik, tanpa ada perasaan ragu dari dalam diri individu dimana dalam hal itu mahasiswa mampu untuk menghadapi situasi pada saat

menghadapi tuntutan untuk melakukan kegiatan presentasi tersebut, namun demikian penelitian lebih lanjut perlu dilakukan untuk lebih mengetahui hasil secara lebih pasti.

KESIMPULAN

Berdasarkan gambaran deskriptif kategori *self efficacy* pada subjek penelitian, diperoleh bahwa tidak ada (0%) yang memiliki *self efficacy* yang rendah, sebanyak 45 orang (63,4%) yang memiliki *self efficacy* kategori sedang, dan terdaat 26 orang (36.6%) yang memiliki *self efficacy* yang tinggi. Dengan hal ini dapat dikatakan bahwa sebagian besar mahasiswa psikologi UHN memiliki *self efficacy* yang baik.

SARAN

Berdasarkan gambaran deskriptif kategori *self efficacy* pada subjek penelitian, diperoleh bahwa tidak ada (0%) yang memiliki *self efficacy* yang rendah, sebanyak 45 orang (63,4%) yang memiliki *self efficacy* kategori sedang, dan terdaat 26 orang (36.6%) yang memiliki *self efficacy* yang tinggi. Dengan hal ini dapat dikatakan bahwa sebagian besar mahasiswa psikologi UHN memiliki *self efficacy* yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Hadi, S. Metodologi research. *Metodologi reseach*. Yogyakarta: Penerbit Andi Offset
- Sulistyowati, Mulia. 2016. *Hubungan Self Efficacy dengan Stress Mahasiswa yang*

*Sedang Mengerjakan
Skripsi.* Skripsi. Malang :
Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Malang.

Alwisol. 2008. *Psikologi
Kepribadian.* Malang : UMM
Press.

Sulistyowati, Mulia. 2016.
*Hubungan Self Efficacy dengan
Stress Mahasiswa yang
Sedang Mengerjakan
Skripsi.* Skripsi. Malang :
Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah
Malang.