

**SELF-EFFICACY DAN PENDIDIKAN**  
(Kajian Teori Kognitif Sosial dan Implikasinya dalam Pendidikan Agama Islam)

Moh. Toriqul Chaer  
STIT Islamiyah Karya Pembangunan Paron, Ngawi  
Email: toriqul\_74@yahoo.com

**Abstract:** learning is a process of change in human personality, and the changes are showed in the form of an increase in the quality and quantity of behaviors such as increased skills, knowledge, attitudes, habits, understanding, skills, mindset, and other capabilities. One of the famous psychologist with the learning theory is Albert Bandura. Bandura is a psychology that greatly contribute to the formation of the child's behavior through learning in the tradition of behaviorists theories and analytical study. A very popular Bandura's theory is a theory of Social Learning, which emphasizes the cognitive components of mind, understanding, and evaluation. Self-Efficacy is one aspect of knowledge about self or self however knowwledge of the most influential in the lives of everyday maanusia. This is due to Self-Efficacy influences the individual owned participated in determining the action to be performed to achieve a goal of including an estimate of the various events that will be encountered. Self-Efficacy is one of the capabilities of the individual settings. The concept of Self-Efficacy was first propounded by Bandura in 1991. Self-Efficacy refers to the perception of the ability of individuals to organize and implement actions to display certain skills. This theory lies in three factors reciprocal determinism, personal factors, behavioral, and environmental influences, which have a positive effect to be implemented in education, in particular the Islamic education.

**Keywords:** *Self-Efficacy, Social Learning Theory, Islamic education*

## Pendahuluan

Sebagai fenomena universal dan komparatif, modernisasi menurut Inkeles (1966) dicirikan oleh sejumlah kecenderungan, yaitu : (1) menyetujui gagasan baru dan berani menguji coba metode dan teknik baru, (2) kesiapan menyatakan pendapat, (3) berorientasi pada masa kini dan mendatang daari pada masa silam, (4) menghargai ketepatan waktu, (5) melakukan perencanaan, organisasi, dan efisiensi, (6) melihat dunia ini sebagai hal yang dapat di kalkulasi, (7) percaya akan sains dan teknologi, (8) melihat pentingnya pemerataan keadilan.<sup>1</sup> Modernisasi yang mantap dicirikan oleh munculnya kedelapan kriteria tersebut secara kolektif dalam sebuah

---

<sup>1</sup> Inkeles. "The Modernization of Man," dalam Weimer (ed) . *Modernization : The Dynamics of Growth*. (Voice of Amerika Forum Lectures, 1966), hlm. 151

pranata sosial. Kedelapan pasal tersebut menjadi sikap sekaligus keyakinan semua unsur masyarakat, baik personal maupun institusional, termasuk di dalamnya dunia pendidikan. Dengan demikian, sebagai sebuah institusi, pendidikan pada prinsipnya memikul amanah “etika masa depan”.

Etika masa depan timbul dari dan dibentuk oleh kesadaran bahwa semua manusia, sebagai individu maupun kolektif akan menjalani sisa hidupnya di masa depan bersama dengan sesama makhluk hidup lainnya yang ada di muka bumi. Hal ini berarti bahwa etika masa depan menuntut manusia untuk tidak mengelakkan tanggung jawab atas konsekuensi dari setiap perbuatan yang dilakukannya di masa sekarang. Etika masa depan sebagaimana dimaksud di atas tidak sama dengan etika di masa depan; etika masa depan adalah etika masa kini untuk masa depan. Sebab di masa depan, tanpa adanya etika masa depan sekarang ini, semuanya sudah menjadi terlambat. Oleh karena itu, dalam etika masa depan terkandung keharusan agar manusia berani menjawab tantangan terhadap kemampuan yang khas yang manusiawi untuk mengantisipasi, merumuskan nilai-nilai, dan menetapkan prioritas-prioritas dalam suasana yang tidak pasti agar generasi-generasi mendatang tidak menjadi mangsa dari proses yang menjadi semakin tidak terkendali di zaman mereka di kemudian hari.<sup>2</sup>

Berbicara mengenai konteks etika masa depan, maka sudah seharusnya visi pendidikan lahir dari kesadaran bahwa manusia sebaiknya jangan menanti apapun dari masa depan, karena sesungguhnya masa depan itulah mengharap-harapkan dari kita, kita sendirilah yang seharusnya menyiapkannya. Suyudi (2005) mengatakan bahwa pendidikan merupakan seluruh aktivitas atau upaya sadar yang dilakukan oleh pendidik kepada peserta didik terhadap semua aspek perkembangan kepribadian baik jasmani maupun rohani, secara formal, informal maupun non formal yang berjalan terus menerus untuk mencapai kebahagiaan dan nilai yang tinggi, baik nilai insaniyah maupun ilahiyah.<sup>3</sup> Menurut Zuhairini, sebagaimana yang dikutip oleh Muhaimin menjelaskan bahwa dalam Islam pada mulanya pendidikan disebut dengan kata “*ta’lim*” dan “*ta’dib*” mengacu pada pengertian yang lebih tinggi,

---

<sup>2</sup> Joesoef, Daoed, “Pembaharuan Pendidikan dan Pikiran”, dalam Sularto (ed). *Masyarakat Warga dan Pergulatan Demokrasi: Antara Cita dan Fakta*. (Jakarta: Kompas, 2001), 197

<sup>3</sup> Suyudi, *Pendidikan dalam Perspektif Al-Qur’an*. (Yogyakarta: Penerbit Mikraj, 2005), hlm. 54

dan mencakup unsur-unsur pengetahuan (*ilm*), pengajaran (*ta'lim*) dan bimbingan yang baik (*tarbiyah*).<sup>4</sup>

Berdasar uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan adalah suatu aktivitas untuk mengembangkan seluruh aspek kepribadian manusia untuk membina kepribadian sesuai dengan nilai-nilai di dalam masyarakat dan kebudayaan yang berjalan seumur hidup. Pendidikan tidak hanya berlangsung di dalam kelas, tetapi berlangsung pula di luar kelas. Freire (dalam Subagi), mengatakan bahwa pendidikan harus mampu mengubah paradigma pemikiran masa lalu sebagai sekat yang menghimpit, yang membuat manusia “terbuai” dalam “hari ini” yang panjang, monoton dan membosankan, sedang masa lalu dan masa akan datang belum disadari. Pendidikan bukan melanggengkan status *quo* kebudayaan bisu dimasyarakat, akan tetapi pendidikan seharusnya memberikan kesadaran dan pemberdayaan (*self-empowering*) bagi manusia terhadap penindasan.

Salah satu kritik Freire mengatakan bahwa adalah pendidikan yang pada awalnya merupakan upaya membebaskan kaum tertindas pada kenyataannya hanya mencetak peserta didik untuk menjadi penindas baru. Bagi Freire pembebasan kaum tertindas tidak dimaksudkan supaya ia bangkit menjadi penindas baru, tetapi supaya sekaligus membebaskan para penindas dari kepenindasannya. Pendidikan sebagai upaya untuk memberikan solusi perkembangan dan perubahan kemanusiaan secara dinamik dan *gradual* berkaitan erat dengan sosok pendidik. Pendidik sebagai penolong, berusaha memberikan bantuan kepada peserta didik untuk mengembangkan dirinya secara utuh sebagai manusia berdasarkan kasih. Pendidik berdiri diantara peserta didik dan Tuhan yang memberinya tanggungjawab. Pendidik dengan ilmu pengetahuan yang telah dan terus- menerus dikuasainya beserta dengan seluruh pengalamannya membimbing, memproses dan mengantarkan peserta didik kearah pengenalan akan ciptaan Tuhan dengan segala hukum- hukumNya. Atau dengan kata lain pendidikan disisi yang lain merupakan upaya manusia untuk lebih mengerti dan memahami pengamalan keyakinan dan keimanannya dalam kehidupan di dunia.<sup>5</sup>

<sup>4</sup> Muhaimin, *Paradigma Pendidikan Islam*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2002), hlm. 36.

<sup>5</sup> Subagi. 1985. *Kritik Atas: Koensientasi dan Pendidikan, Teropong Paulo Freire dan Ivan Illich dalam Martin Sardy* (ed). *Pendidikan Manusia*. Bandung: Alumni, 1985), hlm. 104

Selama tahun 1980-an, para ahli pendidikan menggeser minat kajian mereka dalam memandang motivasi dalam proses kognitif dan pemrosesan informasi pada fungsi manusia. Pergeseran ini merupakan “revolusi kognitif” yang dipengaruhi oleh kemajuan tek-nologi pembelajaran dan kehadiran komputer, yang melayaninya sebagai metafora gerakan signatura dan model/bentuk akal/intelegensi.<sup>6</sup>

Dewasa ini, konsep bangunan persepsi diri yang baik dalam individu masuk dalam kontroversi *self-esteem* yang menjadi subjek dialog yang mendalam dan disertai banyak perdebatan.<sup>7</sup> Bersamaan dengan itu, isu-isu penting yang menonjol dalam psikologi pendidikan telah memberi tanda perubahan dalam fokusnya seperti fungsi manusia (*human functioning*), dan *self-beliefs* pembelajar yang sekali lagi menjadi subjek penelitian dalam motivasi proses kognitif pada perilaku di dunia akademik.

Perubahan diatas dipandang sukses setelah melalui analisis pernyataan pengetahuan yang terkait dengan teori dan prinsip motivasi akademik sebagaimana di deskripsikan oleh Graham dan Weiner pada *Handbook of Educational Psychology* tahun 1996. Mereka mengamati bahwa *the self is on the verge of dominating the field of motivation*.<sup>8</sup> Dalam beberapa hal, fokus siswa terhadap *self* menjadi komponen pokok bagi motivasi akademik yang didasarkan pada pembenaran asumsi bahwa *beliefs* yang dibuat, dikembangkan, dan dipegang oleh siswa menjadi benar tentang diri mereka sendiri sebagai kekuatan yang sangat penting dalam keber-hasilan atau kegagalan mereka di sekolah.

Menghadapi derasnya arus modernisasi dan globalisasi yang dapat dilihat semakin bergesernya nilai-nilai lama menjadi nilai-nilai baru. Menghadapi tantangan ini, sebagian masyarakat yang sangat peduli terhadap perubahan tersebut tidak ingin ketinggalan dan akan berusaha mengimbangi perubahan tersebut. Salah satu cara yang dilakukan adalah dengan belajar. Masyarakat perlu belajar tentang pertumbuhan dan perkembangan manusia agar dapat mengaplikasikan dirinya

<sup>6</sup> Frank Pajares dan Dale H. Schunk, “*Self-Beliefs and School Success: Self-efficacy, Self-Concept, and School Achievement*” dalam ed. R. Riding dan S. Rayner, *Perception* (London: Ablex Publishing 2001), hlm. 239-266.

<sup>7</sup> McMillan, et.al. “*The Tyranny of Self-Oriented Self-Esteem*” dalam *Educational Horizon* (Spring, 1994), hlm. 141-145.

<sup>8</sup> Sandra Graham dan Bernard Weiner, “*Theories dan Priciples of Motivation*” dalam ed. D.C. Berliner dan R. C. Calfee, *Handbook of Educational Psychology* (New York: Simon dan Schuster Macmillan), hlm. 77.

dengan baik di dalam kehidupan.

Belajar adalah suatu proses perubahan di dalam kepribadian manusia, dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, dan kemampuan lainnya. Salah satu psikolog yang terkenal dengan teori pembelajaran adalah Albert Bandura. Bandura merupakan seorang psikologi yang sangat berkontribusi terhadap pembentukan perilaku anak melalui pembelajaran dalam tradisi behavioris dan teori pembelajarannya. Teori Bandura yang sangat terkenal adalah Teori Pembelajaran Sosial (*Social Learning Theory*) yang menekankan pada komponen kognitif dari pikiran, pemahaman, dan evaluasi.

### Definisi *Self-Efficacy*

Beberapa ahli memberikan definisi *Self-Efficacy* secara berbedabeda. Bandura menyatakan bahwa *Self-Efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan mereka akan mempengaruhi cara individu dalam bereaksi terhadap situasi dan kondisi tertentu.<sup>9</sup> *Self-Efficacy* mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasikan tindakan untuk menampilkan tindakan tertentu.

Bandura menggunakan istilah *self-efficacy* mengacu pada keyakinan (*beliefs*) tentang kemampuan seseorang untuk mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan untuk pencapaian hasil.<sup>10</sup> Dengan kata lain, *selfefficacy* adalah keyakinan penilaian diri berkenaan dengan kompetensi seseorang untuk sukses dalam tugas-tugasnya. Menurut Bandura, keyakinan *self-efficacy* merupakan faktor kunci sumber tindakan manusia (*human agency*), “apa yang orang pikirkan, percaya, dan rasakan mempengaruhi bagaimana mereka bertindak”.<sup>11</sup>

Di samping itu, keyakinan efficacy juga mempengaruhi cara atas pilihan

<sup>9</sup> Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise Of Control*, (New York: W.H. Freeman and Company, 1997)

<sup>10</sup> Albert Bandura, *Self-efficacy: The Exercise of Control* (New York. W.H. Freeman, 1997), hlm. 3. Menurut Schultz, *Self-Efficacy* adalah perasaan kita terhadap kecukupan, efisiensi, dan kemampuan kita dalam mengatasi kehidupan, Lihat Schultz, D., & Schultz, S.E. 1994. *Theories of Personality* 5th Edition. California: Brooks/Cole

<sup>11</sup> Albert Bandura, *Self-efficacy: The Exercise of Control.*, hlm. 25.

tindakan seseorang, 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 merupakan rintangan diri atau bantuan diri, seberapa banyak tekanan dan kegundahan pengalaman mereka dalam meniru (*copying*) tuntunan lingkungan, dan seberapa tinggi tingkat pemenuhan yang mereka wujudkan.<sup>12</sup>

Menurut teori kognitif sosial Bandura, keyakinan *self-efficacy* memengaruhi pilihan orang dalam membuat dan menjalankan tindakan yang mereka kejar. Individu cenderung berkonsentrasi dalam tugas-tugas yang mereka rasakan mampu dan percaya dapat menyelesaikannya serta menghindari tugas-tugas yang tidak dapat mereka kerjakan.

Keyakinan *efficacy* juga membantu menentukan sejauh mana usaha yang akan dikerahkan orang dalam suatu aktivitas, seberapa lama mereka akan gigih ketika menghadapi rintangan, dan seberapa ulet mereka akan menghadapi situasi yang tidak cocok.<sup>13</sup>

Keyakinan *efficacy* juga mempengaruhi sejumlah stress dan pengalaman kecemasan individu seperti ketika mereka menyibukkan diri dalam suatu aktifitas.<sup>14</sup> Secara eksplisit, Bandura sebagaimana dikutip oleh Pajares, menghubungkan *self-efficacy* dengan motivasi dan tindakan, tanpa memperhatikan apakah keyakinan itu benar secara objektif atau tidak. Dengan demikian, perilaku dapat diprediksi melalui *self-efficacy* yang dirasakan (keyakinan seseorang tentang kemampuannya), meskipun perilaku itu terkadang dapat berbeda dari kemampuan aktual karena pentingnya *self-efficacy* yang dirasakan.

Keyakinan kemampuan seseorang dapat membantu menentukan hasil yang diharapkan, karena individu memiliki *confident* dalam mengantisipasi hasil yang sukses. Misalnya, pebelajar yang *confident* dalam mengantisipasi kemampuan menulis, memiliki nilai yang tinggi dalam tugas kepenulisan dan mengharapkan

<sup>12</sup> Albert Bandura, *Self-efficacy: The Exercise of Control*...hlm. 3.

<sup>13</sup> D.H. Schunk, "Modeling and Attributional Effects on Children's Achievement: A Self-efficacy Analysis, dalam *Journal of Educational Psychology* (No.73, 1981), hlm. 93-105.

<sup>14</sup> Pajares, F. dan Miller, M.D, "The Role of Self-efficacy Beliefs and Self-Concept Beliefs in Mathematical Problem-Solving: A Path Analysis" dalam *Journal of Educational Psychology* (No. 86,1994), hlm. 193-203.

mutu tugas mereka memperoleh manfaat akademik. Sebaliknya, pebelajar yang ragu-ragu atas kemampuan menulis berpretensi akan memperoleh nilai rendah sebelum mereka mantap mulai menulis.

Perasaan efficacy yang kuat meningkatkan kecakapan seseorang dan kesejahteraan (*well-being*) dalam cara yang tak terbayangkan. Individu yang *confident*, memandang tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan untuk dikuasai daripada sebagai ancaman untuk dihindari. Mereka memiliki minat yang lebih kuat dan keasyikan yang mendalam pada kegiatan, menyusun tujuan yang menantang mereka, dan memelihara komitmen yang kuat serta mempertinggi dan mendukung usaha-usaha mereka dalam menghadapi kegagalan. Mereka lebih cepat memulihkan *confident* setelah mengalami kegagalan atau ke-munduran. *Self-efficacy* yang tinggi membantu membuat perasaan tenang dalam mendekati tugas dan kegiatan yang sulit. Sebaliknya, orang yang meragukan kemampuan dirinya, mereka bisa percaya bahwa sesuatu itu lebih sulit daripada yang sesungguhnya.<sup>15</sup>

Ada beberapa kelemahan dan kelebihan Teori belajar sosial Albert Bandura diantaranya adalah: *Pertama*, teori pembelajaran Sosial Bandura sangat sesuai jika diklasifikasikan dalam teori behavioristik. Ini karena, teknik pemodelan Albert Bandura adalah mengenai peniruan tingkah laku dan adakalanya cara peniruan tersebut memerlukan pengulangan dalam mendalami sesuatu yang ditiru. Selain itu juga, jika manusia belajar atau membentuk tingkah lakunya dengan hanya melalui peniruan ( modeling ), sudah pasti terdapat sebagian individu yang menggunakan

<sup>15</sup> *Self-efficacy* mengacu pada *judgement* seseorang atas kemampuan mereka untuk mengorganisasi dan melaksanakan pola kegiatan yang diperlukan untuk mencapai jenis-jenis performansi yang ditentukan".<sup>40</sup> *Self-efficacy* tidak berkenaan dengan keterampilan yang dimiliki seseorang, melainkan lebih berkenaan dengan *judgement* atas apa yang dapat dilakukan dengan keterampilan yang mereka miliki. Keyakinan *self-efficacy* mempengaruhi bagaimana orang merasakan, berfikir, dan bertindak. Orang dengan *self-efficacy* rendah, cenderung mempercayai sesuatu lebih tabah dalam menghadapi tekanan, depresi, dan kurang percaya diri. Sedang *self-efficacy* yang tinggi, membantu menciptakan perasaan tenang dalam menghadapi tugas yang sulit. Keyakinan efficacy juga membantu menentukan seberapa banyak usaha yang akan dihabiskan seseorang dalam suatu kegiatan, dan seberapa lama mereka akan bertekun dalam menghadapi tantangan dan rintangan.<sup>41</sup> Perasaan *self-efficacy* yang lebih tinggi, akan berdampak pada usaha, kegigihan, dan ketahanan yang lebih besar. *Self-efficacy* rendah berfungsi sebagai penghalang yang mendorong menghindari suatu tujuan, Lihat L. Seiferd, "Understanding student motivation" dalam *Educational Research*, 46 (2, 2004), hlm. 137-149. Sedangkan Penelitian Gaskill dan Murphy menunjukkan bahwa keyakinan efficacy secara signifikan mempengaruhi prestasi akademik dan menjadi dasar indikator yang paling kuat atas prediksi performansi dalam tugas-tugas matematika, P.J. Gaskill, P.J. dan P.K.Murphy, "Effects on a memory strategy on second graders' and self-efficacy" dalam *Contemporary Educational Psychology*, 29 (1, 2004), hlm. 27-49.

teknik peniruan ini juga akan meniru tingkah laku yang negatif, termasuk perlakuan yang tidak diterima dalam masyarakat.

*Kedua*, Teori Albert Bandura lebih lengkap dibandingkan teori belajar sebelumnya, karena itu menekankan bahwa lingkungan dan perilaku seseorang dihubungkan melalui system kognitif orang tersebut. Bandura memandang tingkah laku manusia bukan semata – mata reflex atas stimulus ( S-R bond), melainkan juga akibat reaksi yang timbul akibat interaksi antara lingkungan dengan kognitif manusia itu sendiri. Pendekatan teori belajar social lebih ditekankan pada perlunya *conditioning* (pembiasaan merespon) dan *imitation* (peniruan). Selain itu pendekatan belajar social menekankan pentingnya penelitian empiris dalam mempelajari perkembangan anak – anak. Penelitian ini berfokus pada proses yang menjelaskan perkembangan anak – anak, faktor social dan kognitif.

### Self-Efficacy dan Implikasinya Terhadap Dunia Pendidikan

Sebagaimana yang telah dijelaskan di atas bahwa *self-efficacy* merupakan *judgement* seseorang atas kemampuannya untuk merencanakan dan melaksanakan tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan tertentu. *Self-efficacy* mengacu pada “keyakinan (*beliefs*) dan kemampuan seseorang untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan untuk pencapaian hasil yang diberikan”. Dengan kata lain, *self-efficacy* adalah keyakinan penilaian diri berkenaan dengan kompetensi seseorang untuk sukses dalam tugas.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> Berdasarkan Teori Pembelajaran Sosial yang dipelopori oleh Albert Bandura, pemerhati akan meniru setiap tingkah laku 'model' sekiranya tingkah laku model tersebut mempunyai ciri-ciri seperti bakat, kecerdasan, kuasa, kecantikan atau pun populariti yang diminati oleh pemerhati. Sudah tentu, sebagai seorang guru, kita sewajarnya turut mempunyai sedikit/sebanyak mengenai ciri-ciri yang disebutkan di atas. Ia secara tidak langsung amat berkait rapat terhadap proses pengajaran dan pembelajaran. Antara implikasi yang berkait rapat dengan Teori Pembelajaran Sosial terhadap pengajaran dan pembelajaran, *yang pertama* ialah sebagai seorang guru, amat penting bagi kita memberi setiap orang murid peluang untuk memerhati dan mencontohi berbagai jenis model yang menunjukkan tingkah laku yang diingini. Oleh yang demikian, kita hendaklah memastikan bahawa kita sendiri boleh menunjukkan tingkahlaku yang boleh diteladani serta memaklumkan kepada anak murid berkenaan kesan sesuatu tingkah laku yang tidak bermoral, melanggar norma-norma masyarakat dan undang-undang, bersifat eksploitasi dan manipulasi dan sebagainya. *Kedua*, kita sebagai guru perlu memastikan dan berusaha menyediakan persekitaran sosial yang kondusif agar modeling boleh berlaku. Perkara seperti memberi insentif, pengukuhan dan sokongan moral seharusnya diberi kepada murid-murid secara terus menerus bagi menggalakkan berlakunya tingkahlaku yang baik dalam kalangan murid-murid pada masa kini. Selain itu, persembahan pengajaran seseorang guru seharusnya tersusun dan dapat menarik minat dan perhatian murid-murid

Menurut Bandura, keyakinan *self-efficacy* merupakan faktor kunci sumber tindakan manusia (*human agency*), “apa yang orang pikirkan, percaya, dan rasakan mem-pengaruhi bagaimana mereka bertindak.” Karena hubungan kausal antara bangunan diri (*self construction*) dan prestasi adalah *reciprocal* maka perilaku akademik pebelajar merupakan fungsi atas keyakinan yang mereka pedomani tentang diri mereka sendiri dan tentang potensi akademik mereka. Oleh karena itu, kesulitan yang dihadapi pebelajar dalam keterampilan akademik dasar sering secara langsung berhubungan dengan keyakinan bahwa mereka tidak dapat belajar-membaca, menulis, menjumlah, atau berpikir dengan baik-meskipun sesuatu itu tidak secara obyektif benar. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa banyak pebelajar memiliki kesulitan dalam sekolah bukan karena mereka tidak dapat mengerjakan dengan berhasil, tetapi karena mereka percaya bahwa mereka tidak dapat mengerjakannya dengan sukses.

### Telaah Teks Islam tentang Self-Efficacy

Allah SWT berfirman dalam Q.S. An-Nahl ayat 97:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

Artinya: “Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, Maka Sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan Sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang Telah mereka kerjakan.” (Q.S. An-Nahl: 97)

Selanjutnya dalam Q.S. Fushilat ayat 30:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" Kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, Maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang Telah dijanjikan Allah kepadamu".(Q.S. Fushilat: 30)

---

serta seharusnya dapat dijadikan model untuk diikuti oleh mereka. Disamping itu, guru mestilah senantiasa mahir dalam komunikasi agar setiap kali sesi demonstrasi pembelajaran di dalam kelas jelas, dapat dipahami dan dapat diikuti oleh murid dengan mudah dan tepat. Contohnya, jika guru mengajar cara-cara untuk menghasilkan lukisan, guru mestilah menerangkan dahulu langkah-langkahnya agar ia dapat diikuti oleh murid secara mudah.

Dan firman Allah dalam QS. Al-Baqarah ayat 286:

لَا يَكْلِفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا  
إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى  
الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya: “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir". (Q.S. Al-Baqarah: 286)<sup>17</sup>

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwasanya Self-Efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi dan menyelesaikan berbagai situasi dan kondisi yang bersifat fleksibel dengan mengerahkan seluruh upaya baik dari segi kognitif, afeksi agar dapat mendapatkan apa yang dicita-citakan.

Sesuai dengan pengertian Self-Efficacy diatas, Al-Qur'an sebagai rujukan pertama juga menegaskan tentang keyakinan diri bahwa setiap manusia akan mampu menghadapi peristiwa apapun yang terjadi, karena pada dasarnya setiap manusia memiliki bekal, yaitu kemampuan.

Berdasar ayat di atas, sudah tertulis dengan jelas bahwa “*Laa yukallifullahu nafsan illa wus'ahaa*” yang artinya “Allah SWT tidak membebani seseorang kecuali sesuai dengan batas kemampuannya”. Jadi Allah SWT tidak akan membebani hamba-hamba-Nya diluar batas kekuatannya atau kemampuannya. Maka disini akan timbul sebuah keyakinan bahwa apapun yang terjadi, kita mampu menghadapinya. Sebesar apapun beban atau tugas yang kita emban, kita pasti bisa mengatasinya karena Allah memberikan tugas itu pasti sesuai dengan proporsi kita.

Kemampuan untuk menghadapi peristiwa apapun tentu saja bukan bukan tanpa sebab dibalik itu semua, esensinya adalah adanya kemampuan Allah kepada manusia. Jadi jangan ragu akan kemampuan diri yang dimiliki selama iman kepada

<sup>17</sup> Departement Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Terjemah*, (Cet. 6; Bandung: Diponegoro, 2007), h. 49

Allah tetap ada di hati. Ayat ini juga mengisyaratkan bahwa setiap orang memiliki kemampuan sebagai bekal untuk menjalani kehidupan ini, maka setiap orang hendaknya meyakini bahwa banyak kemampuan yang telah dimiliki dan menjadi potensi sebagai modal untuk kesuksesan.

Kemampuan tidak akan timbul apabila tidak ada keyakinan yang tertanam dalam diri, keyakinan ini sendiri sangat berpengaruh terhadap kemampuan. Ini menunjukkan bahwa manusia harus mempunyai keyakinan, karena Allah telah memberikan berbagai bekal dan potensi diri kepada manusia, sebagaimana yang Allah firmankan dalam Al-Qur'an dalam Q.S. An-Nahl ayat 78: *"Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur"*.<sup>18</sup>

Yakin akan kemampuan diri itu harus, tidak boleh lemah, terus berusaha keras dan tidak berputus asa, karena Allah akan meninggikan derajat mereka dimata Allah dan di mata makhluk lainnya. Seperti dalam firman Allah: *"Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman"*.<sup>19</sup>

Jangan takut dalam menghadapi permasalahan-permasalahan duniawi dan janganlah bersedih dengan masalah akherat, selalu yakin akan keteguhan diri, karena Allah telah menjajikan surga sebagai balasannya, seperti dalam ayat: *"Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu"*.<sup>20</sup>

### Teori Pembelajaran Sosial Dalam Perpektif Islam

Dalam Islam keteladanan tertinggi ada pada Nabi Muhammad SAW, dialah yang menjadi panutan dan suri teladan bagi kaum muslimin seluruhnya. Segala sikap dan tingkah laku kaum muslimin pastilah harus mengikuti sikap dan perilaku beliau, maka mengikuti apa-apa yang datang dari Nabi SAW. adalah termasuk

<sup>18</sup> Departement Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Terjemah*, (Cet. 6; Bandung: Diponegoro, 2007), h. 275.

<sup>19</sup> Departement Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Terjemah*, (Cet. 6; Bandung: Diponegoro, 2007), h. 67.

<sup>20</sup> Departement Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Terjemah*, (Cet. 6; Bandung: Diponegoro, 2007), h. 480

ibadah dan mengandung pahala. Hal ini tidak lain karena Allah telah menetapkan agar Rasul-Nya selalu menjadi contoh yang baik dan karena Allahlah yang telah mendidiknya dengan didikan yang sebaik-baiknya.<sup>21</sup> *Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah.*

Sayyidah Aisyah pernah ditanya tentang akhlak Rasulullah SAW. dan beliau berkata: “*Akhlaknya adalah al-Qur’an.*” Kemudian al-Asakari dan Ibnu as-Sam’ani juga pernah meriwayatkan dari Rasulullah SAW. bahwa beliau pernah bersabda, yang artinya: “*Tuhan telah mendidiku dengan pendidikan yang baik.*”

Keluarga, dalam hal ini kedua orang tua merupakan teladan bagi anak-anaknya, oleh karena itu orang tua memiliki kewajiban yang besar untuk memberi teladan yang baik sebagaimana Rasulullah SAW. menjadi suri teladan bagi kaum muslimin.

Bagaimana pun perilaku orang tua sangat berpengaruh pada perilaku anak. Hal ini karena anak dalam perkembangan hidupnya selalu belajar dengan mengamati apa yang dilakukan orang lain, dalam hal ini yang paling penting adalah orang tua.

---

<sup>21</sup> Sirah Nabawiyah yang berisi perincian kisah hidup Rasulullah, yakni asal-muasal, suku dan *nasab*, dan keadaan masyarakatnya, sebelum beliau dilahirkan. Kemudian berlanjut kepada kelahiran beliau, masa kecil, remaja, dewasa, pernikahan, menjadi Nabi, serta perjuangan-perjuangan beliau dalam menegakkan Islam hingga akhir hayatnya. Pembahasan tentang bagaimana sifat pribadi, akhlak serta cara beliau menjalani kehidupan sehari merupakan gambaran ideal karakter kepribadian yang patut diteladani. Pendidikan yang mengajarkan bagaimana sifat Nabi yang memiliki ciri sebagai manusia yang ideal secara spiritual-individual, tetapi juga menjadi pelopor perubahan, membimbing masyarakat ke arah perbaikan dan melakukan perjuangan tanpa henti melawan penindasan harus senantiasa diupayakan. Syaikh Shafiyyur-Rahman Al-Mubarakfury (2000), seorang ulama kontemporer dari Benares, India dalam bukunya “*Sirah Nabawiyah*”, yang memenangkan juara pertama lomba penulisan sejarah Nabi Muhammad yang diadakan oleh *Rabithah al-‘Alam al-Islami* atau Liga Dunia Islam pada tahun 1976; menjelaskan bahwa Nabi Muhammad SAW sebagai pembawa ajaran Islam merupakan sosok yang memiliki akhlak yang sangat terpuji. Sifat-sifat yang dituliskan dalam sejarah hanyalah sebagian kecil dari gambaran kesempurnaan dan keagungan sifat-sifat beliau. Hal-hal yang berupa akhlak beliau adalah juga merupakan ‘pendidikan akhlak’ (baca: ‘pendidikan karakter’) yang termaktub di dalam hadits yang sejatinya harus diteladani oleh umat Islam. Pendidikan sirah nabawiyah merupakan upaya agar peserta didik menndapatkan gambaran sosok ideal dan contoh mulia dalam seluruh aspek kehidupannya. Sebagai apapun status orang di tengah masyarakat, ia akan mendapati contoh terbaik itu ada pada diri Rasulullah Muhammad SAW Karena Allah telah menjadikannya *qudwah* bagi seluruh manusia sebagaimana tercantum dalam Firman Allah Surat Al-Ahzab ayat 21. Pertanyaannya adalah bagaimana pendidikan karakter berbasis *sirah nabawiyah* mampu memberdayakan kemampuan peserta didik dalam menjawab persoalan kehidupan manusia? Salah satu upaya adalah memperkuat basis pembelajaran *Sirah Nabawiyah* dengan pendidikan karakter berbasis paradigma pembebasan; yaitu pendidikan tentang nilai-nilai yang baik (*knowing the good*), merasakan dan mencintai kebaikan (*feeling and loving the good*) yang termanifestasi dalam wujud upaya mengadvokasi manusia tertindas dari situasi penindasan dan ketertindasan. Lihat

Melalui cara belajar mengamati (juga disebut “*modeling*” atau “imitasi /*imitation*”), anak dengan kemampuan kognitif mereka mengamati perilaku orang lain dan kemudian mengadopsi perilaku itu ke dalam dirinya.

Pakar psikologi asal Amerika, Albert Bandura, telah mengemukakan teori yang menyangkut hal ini, yang disebut dengan teori belajar sosial (*social learning theory*), menurut teori ini, anak belajar dengan melakukan modeling (meniru) pada perilaku orang tuanya. Sebagai contoh, seorang anak laki-laki kecil mungkin mengamati ledakan amarah dan sikap permusuhan ayahnya yang agresif dengan orang lain, ketika diamati bersama-sama dengan teman-teman sebayanya, gaya berinteraksi anak laki-laki kecil tadi sangat agresif, memperlihatkan perilaku yang sama dengan yang ditunjukkan oleh ayahnya.

Mengapa anak termotivasi untuk meniru perilaku orang tua mereka? Hal ini karena anak-anak mengharapkan, baik secara sadar maupun tidak sadar untuk dapat memperoleh dan mempertahankan afeksi (cinta dan kasih sayang) dari orang tua mereka dan menghindari hukuman (*punishment*) dengan berperilaku seperti orang tua mereka. Dengan demikian keteladanan menjadi sarana pendidikan yang lebih efektif dari sekadar kata-kata perintah kepada anak-anak tanpa adanya contoh nyata dari orang tua. Karena kata-kata perintah tanpa adanya contoh nyata adalah sama dengan omong kosong.

Orang tua yang selalu memerintahkan untuk membaca buku, tetapi mereka sendiri dalam kesehariannya tidak sedikit pun memegang, apalagi membaca buku, bukannya membuat anak gemar membaca, melainkan yang terjadi adalah kekecewaan anak terhadap perilaku orang tuanya. Padahal, dengan selalu membaca buku di depan anak-anak, cukuplah membuat anak-anak gemar membaca tanpa harus ada perintah dari orang tua. Demikian juga orang tua yang selalu menyuruh anaknya untuk shalat atau melakukan ibadah lainnya, namun mereka sendiri tidak melakukannya, maka hal ini hanya akan membuat anak-anak mereka menjadi kehilangan contoh yang dapat diikuti dan membuat mereka menjadi bebal. Mengenai hal ini Allah SWT. memperingati orang-orang yang beriman dalam al-Qur'an:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ  
كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ

Artinya: (1) “Hai orang-orang yang beriman, mengapa kamu mengatakan apa yang tidak kamu lakukan? (2) Amat besar kebencian di sisi Allah bahwa kamu mengatakan sesuatu yang tidak kamu kerjakan.” (QS as-Shaff: 2—3).

Rasulullah SAW bersabda: “Pada hari kiamat didatangkan seorang laki-laki dan dilemparkan ke dalam neraka kemudian usunya terbakar. Kemudian dia mengitari usus itu bagai keledai mengitari batu penggilingan. Lalu penduduk neraka mengelilinginya seraya berkata: Hai fulan mengapa kamu jadi begini? Bukankah kamu dahulu suka menyuruh manusia mengerjakan kebaikan dan melarang manusia mengerjakan kejahatan? Si fulan menjawab: Benar, dulu aku suka menyuruh manusia berbuat kebaikan, tetapi aku sendiri tidak melakukannya. Aku menyuruh manusia meninggalkan perbuatan jahat, tetapi aku sendiri mengerjakannya.” (HR. Imam Bukhari).

Para pakar psikologi perkembangan anak meyakini pendekatan “lakukan seperti yang aku katakan, bukan seperti yang aku lakukan“ oleh orang tua bukan merupakan strategi yang bijaksana. Anak-anak yang melihat orang tua mereka shalat secara teratur dan mendengarkan mereka berbicara tentang betapa berakhlaknya mereka, tetapi kemudian mengamati mereka berbohong kepada orang lain, tidak pernah berzakat, menolak memberikan bantuan kepada orang lain yang membutuhkan dan memperlakukan orang lain dengan sedikit penghormatan, anak akan lebih meniru tindakan orang tua mereka daripada kata-kata mereka. Oleh karena itu, dalam kasus anak meniru orang tua, ungkapan populer berikut sering menganduang kebenaran: Tindakan, berbicara lebih keras daripada kata-kata.

Dengan demikian, jelaslah bahwa dalam pendidikan Islam, yang dibutuhkan adalah keteladanan langsung dari orang tua, bukan hanya sekadar kata-kata perintah dan larangan semata.

### Catatan Akhir

Teori kognitif sosial (*social cognitive theory*) yang dikemukakan oleh Albert Bandura menyatakan bahwa faktor sosial dan kognitif serta factor pelaku

memainkan peran penting dalam pembelajaran. Bandura mengembangkan model *deterministic resipkoral* yang terdiri dari tiga faktor utama yaitu perilaku, person/kognitif dan lingkungan.

Kekurangan dari teori pembelajaran sosial yaitu adakalanya cara peniruan tersebut memerlukan pengulangan dalam mendalami sesuatu yang ditiru. Sedangkan kelebihan dari teori ini adalah lebih lengkap dibandingkan teori belajar sebelumnya, karena itu menekankan bahwa lingkungan dan perilaku seseorang dihubungkan melalui sistem kognitif orang tersebut.

Penilaian keyakinan diri pebelajar dapat memberikan sekolah pemahaman penting tentang motivasi akademi pebelajar, perilaku, dan pilihan akademik mendatang. Misalnya, persepsi *self-efficacy* yang rendah yang tidak realistik, tidak memiliki kemampuan atau keterampilan, dapat menjadi bertanggung jawab untuk perilaku akademik yang tidak adaptif, penghindaran tindakan atau karir, dan mengurangi minat sekolah dan prestasi.

Pembelajar yang tidak memiliki kepercayaan dalam keterampilan yang mereka miliki menjadi kurang mungkin melibatkan dalam tugas, dan mereka akan lebih cepat menyerah dalam menghadapi kesulitan. Sekolah seyogyanya bekerja mengidentifikasi keyakinan diri pebelajar yang tidak akurat, mendesain, dan melakukan intervensi untuk menantang mereka dalam pencapaian prestasi akademik. Misalnya, guru melakukan *peer* berbagi sifat yang sama pada pebelajar mereka sebagai guru dan model belajar, melengkapi umpan balik yang menarik pada usaha untuk meningkatkan persepsi *efficacy* dan performansi.

Implikasi Teori belajar sosial dalam pendidikan adalah hendaklah memastikan bahwa kita sendiri boleh menunjukkan tingkahlaku yang boleh diteladani serta memaklumkan kepada anak murid berkenaan kesan sesuatu tingkahlaku yang tidak bermoral, sebagai guru perlu memastikan dan berusaha menyediakan persekitaran sosial yang kondusif agar *modeling* boleh berlaku, dan Selain itu, persembahan pengajaran seseorang guru seharusnya tersusun dan dapat menarik minat dan perhatian murid-murid serta seharusnya dapat dijadikan model untuk diikuti oleh mereka. Yang menjadi inti dari Teori belajar sosial dalam perspektif Islam adalah manusia bisa menjadi suri teladan yang baik bagi orang-orang disekitarnya, seperti Nabi Muhammad SAW yang menjadi suri teladan bagi

semua insan Manusia.

### Daftar Rujukan

- Bandura, Albert.1997. *Self-Efficacy: The Exercise Of Control*, New York: W.H. Freeman and Company
- D.H. Schunk. 1981. "Modeling and Attributional Effects on Children's Achievement: A Self-efficacy Analysis, dalam *Journal of Educational Psychology*. No.73
- Departement Agama RI. 2007. *Al-Hikmah Al-Qur'an Terjemah*, Cet. 6; Bandung: Diponegoro
- Graham, Sandra dan Bernard Weiner, "Theories dan Priciples of Motivation" dalam ed. D.C. Berliner dan R. C. Calfee, *Handbook of Educational Psychology* New York: Simon dan Schuster Macmillan
- Inkeles. 1966."The Modernization of Man," dalam Weimer (ed) . *Modernization : The Dynamics of Growth*. Voice of Amerika Forum Lectures
- Joesoef, Daoed.2001. "Pembaharuan Pendidikan dan Pikiran", dalam Sularto (ed). *Masyarakat Warga dan Pergulatan Demokrasi: Antara Cita dan Fakta*. Jakarta: Kompas
- McMillan, et.al. 1994. "The Tyranny of Self-Oriented Self-Esteem" dalam *Educational Horizon*. Spring, 1994
- Muhaimin. 2002. *Paradigma Pendidikan Islam*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- P.J. Gaskill, P.J. dan P.K.Murphy. 2004. "Effects on a memory strategy on second graders' and self-efficacy" dalam *Contemporary Educational Psychology*, 29 (1)
- Pajares, F. dan Miller, M.D. 1994. "The Role of Self-efficacy Beliefs and Self-Concept Beliefs in Mathematical Problem-Solving: A Path Analysis" dalam *Journal of Educational Psychology*. No. 86
- Pajares, Frank dan Dale H. Schunk. 2001. "Self-Beliefs and School Success: Self-efficacy, Self-Concept, and School Achievement" dalam ed. R. Riding dan S. Rayner, *Perception* London: Ablex Publishing 2001
- Schultz, D., & Schultz, S.E. 1994. *Theories of Personality* 5th Edition. California: Brooks/Cole
- Seiferd, L. 2004. "Understanding student motivation" dalam *Educational Research*, 46, (2)

Subagi. 1985. *Kritik Atas: Koensientasi dan Pendidikan, Teropong Paulo Freire dan Ivan Illich dalam Martin Sardy (ed). Pendidikan Manusia*. Bandung: Alumni

Suyudi. 2005. *Pendidikan dalam Perspektif Al-Qur'an*. Yogyakarta: Penerbit Mikraj