



The Effect of Self-Efficacy on the Self Directed Learning of Junior High School Students

Received: 8th February 2022; Revised: 20th March 2022; Accepted: 30th March 2022

Dani Yoselisa

Institut Agama Islam Negeri Batusangkar,
Indonesia

E-mail: daniyoselisa@iainbatusangkar.ac.id

Abstract: The beginning of the first year at the junior high school level is a very difficult moment for many students because students have to many challenges such as: changes in the school environment, cognitive, psychological and social. This challenge requires students to be able to excel academically in terms of student learning independence or self-directed learning, namely the ability of students to understand lessons, set learning strategies, self-regulate, and evaluate their performance, which has an impact on decreasing learning success. The purpose of the study was to see the effect of self-efficacy on the self-directed learning of junior high school students. The sample of this study was class VIII students with a total of 105 students using random sampling technique. The method used is descriptive analysis and simple linear regression. The results showed that self-efficacy affects self-directed learning of junior high school students.

Keywords: self directed learning, self efficacy, junior high school students

How to Cite: Yoselisa, Dani. (2022). The Effect of Self-Efficacy on the Self Directed Learning of Junior High School Students. *Jurnal Psikologi Islam : Al-Qalb*, Vol. 13, No. 1, (2022)

PENDAHULUAN

Tahun pertama di SMP merupakan tahun yang sukar dan menantang bagi banyak siswa karena dihadapkan pada beberapa tantangan sekaligus. Tantangan-tantangan ini berkaitan dengan perubahan-perubahan yang dialami siswa pada saat yang bersamaan sekaligus. Beberapa peneliti menemukan permasalahan siswa yang sedang melalui masa transisi jenjang pendidikan adalah pada saat didalam kelas, siswa kurang mampu menunjukkan kemampuannya dengan optimal karena munculnya perasaan tidak yakin menghadapi rintangan. Tidak yakin pada kompetensi diri, kurangnya kewajiban dalam mengerjakana tugas, dan usaha yang

kurang seperti kurang berani untuk tampil di depan kelas, dan cepat menyerah (Suseno, 2012; Fuadi, 2013; Oktaviana, 2014; Nurani, 2015). Adanya ketidaksiapan belajar pada siswa yang mengalami transisi juga menyebabkan perasaan kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya (Fuadi, 2013). Akibat dari munculnya perasaan tersebut menyebabkan adanya nilai siswa yang tidak tuntas. Target yang dicapai pun sekedar menuntaskan nilai KKM. Berdasarkan hasil observasi (Suseno, 2012) siswa cenderung hanya mendengar penjelasan guru dan ketika diberi tugas oleh guru hanya beberapa siswa yang mengerjakan sedangkan yang lain berbicara dengan teman. Siswa-siswa

tersebut baru mengerjakan tugasnya ketika guru memberikan penjelasan mengenai jawaban tugas.

Tantangan yang dihadapi oleh siswa yaitu tantangan pada proses transisi dari jenjang sekolah sebelumnya ke jenjang sekolah baru yang lebih tinggi dan tantangan pada perubahan perkembangan dari anak-anak menjadi remaja (Santrock, 2012). Pada transisi sekolah, siswa harus mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lebih banyak, seperti lingkungan sekolah, guru dan materi pelajaran dan harus tetap berprestasi. Transisi ke sekolah menengah adalah waktu di mana perubahan hormonal dan harapan sosial tinggi karena siswa akan menghadapi beberapa tantangan dalam perubahan perilaku dikarenakan masa pubertas (Moilanen, Shaw, & Maxwell, 2010; Rackley, et al., 2020). Perubahan perkembangan, siswa dituntut agar dapat menerima perubahan fisik, matang secara psikologis, dan mampu berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Tantangan yang dihadapi oleh siswa ini menyebabkan perubahan segala aspek dalam kehidupan remaja (Papalia & Feldman, 2014) tidak hanya fisik, namun juga diberikan kesempatan untuk pada kemampuan kognitif, keadaan social, kemandirian dan harga diri serta keintiman untuk lebih berkembang (Papalia & Feldman, 2014).

Perubahan perkembangan yang dialami dari anak-anak ke remaja yang pertamaa adalah pertumbuhan fisik, psikologis dan sosial. Pada perkembangan fisik, masa remaja disebut juga dengan masa pubertas yang ditandai dengan kematangan organ-organ seksual. Remaja perempuan ditandai datangnya haid dan remaja laki-laki mimpi basah, serta munculnya rambut pada bagian tubuh tertentu yang dipengaruhi hormon dalam tubuhnya (Papalia & Feldman, 2014). Di sisi lain, kondisi fisik juga mengalami perubahan seperti berat badan, tinggi badan, suara pada siswa laki-laki, dan otak. Pada otak, bagian yang mengalami

perkembangan terjadi pada *lobus frontalis* yang berfungsi untuk melakukan pembuatan rencana, menalarkan suatu hal, memberikan penilaian, melakukan pengontrolan emosi, dan mengontrol impuls sehingga mempengaruhi motivasi, impulsivitas dan sukar untuk mengarahkan pikiran pada tujuan jangka panjang (Papalia & Feldman, 2014).

Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi perkembangan kognitif dan emosi. Menurut Piaget secara kognitif remaja berada pada tahap konkrit operasional. Siswa mulai menggunakan penalaran formal abstrak, terutama berkaitan dengan realitas yang konkret; menggunakan pendekatan induktif untuk pemecahan masalahnya (Papalia & Feldman, 2014). Perubahan pada kemampuan kognitif remaja juga berpengaruh pada kemampuan remaja untuk lebih menyadari akan dirinya lebih (*self-conscious*) dibandingkan Ketika ia masih menjadi anak-anak dan cenderung memikirkan pemahaman akan dirinya. Sedangkan remaja, mereka cenderung lebih introspektif, dimana ini merupakan bagian dari kesadaran diri mereka dan bagian dari kemampuan untuk mengeksplorasi diri (Santrock, 2012).

Perubahan fisik dan kognitif mampu mempengaruhi perubahan emosi pada remaja. Perubahan fisik yang semakin tampak pada remaja dapat menyebabkan kesukaran dalam penyesuaian diri pada remaja. Kondisi tubuh tidak seperti yang diinginkan mengakibatkan mereka merasa minder sehingga banyak dari mereka yang merasa berbeda dan ingin memisahkan diri dari temannya. Perubahan hormone pun menyebabkan kontrol terhadap diri bertambah sulit sehingga menyebabkan mereka menjadi cepat marah dan suasana hati yang sering berubah-ubah. Perilaku ini bisa juga muncul karena mereka memiliki kecemasan terhadap dirinya sendiri (Parker A. , 2013). Remaja menjadi peka pada stimulus-stimulus yang membangkitkan emosinya. Kepekaan tersebut

menyebabkan remaja menjadi sangat mudah tersinggung, penyebabnya tidak jelas sehingga sangat sukar untuk diprediksi. Semakin bertambah banyaknya pengalaman yang berhubungan dengan kontrol emosi, maka pola emosi akan makin teratur sehingga remaja semakin mampu untuk mengontrol emosinya (Papalia & Feldman, 2014). Selama remaja mengalami proses perubahan tersebut, remaja mulai mengevaluasi dirinya sendiri yaitu seberapa besar ia mampu untuk menghadapi setiap perubahan yang dialaminya.

Perubahan pada aspek sosial yang terjadi, meningkatnya konformitas dengan teman sebaya. Dimana remaja cenderung untuk mulai menjaga jarak dengan orang tua dan mendekati teman-temannya. Hal ini penting karena lingkungan sosial merupakan salah satu faktor untuk dapat mencapai prestasi, pengakuan dari teman-teman, lingkungan belajar yang positif sehingga ia mendapatkan dukungan untuk mencapai keberhasilannya (Rackley, et al., 2020).

Adanya kelompok akan membentuk norma-norma kelompok yang akan berperan sebagai identitas remaja. Kelompok teman sebaya berdampak pada kemampuan manajemen emosi, marah, dan perilaku tanggung jawab, perubahan akademik hingga pengambilan risiko (Rackley, et al., 2020).

Perubahan yang dialami remaja berikutnya adalah transisi sekolah dari SD ke SMP antara lain ukuran sekolah, tuntutan kurikulum, dan cara pemberian nilai oleh guru. Siswa merasa sendiri dan tidak kenal dengan lingkungan yang baru dan luas

Pertama, Eccles dan Midgley (dalam Okado, Kida, & Sakai, 2018) mengidentifikasi faktor-faktor yang membedakan lingkungan sekolah dasar dan sekolah menengah adalah ukuran sekolah yang lebih besar sehingga dapat

mengganggu hubungan dengan rekan sebaya dan guru. Hubungan rekan sebaya ini akan menimbulkan perasaan dikucilkan dari lingkungan sekolah dan mempengaruhi motivasi belajar siswa (Okado, Kida, & Sakai, 2018). Kedua, tuntutan akademik di SMP lebih tinggi dari di SD, seperti siswa yang dituntut untuk lebih aktif dan jumlah guru yang masuk ke kelas. Pada waktu di SD, siswa cenderung diajar dengan metode *teacher center learning*, Ketika sudah di SMP dengan menggunakan metode *student center learning*. Ketiga, perubahan guru dalam memberikan penilaian yaitu guru SMP sudah memberikan penilaian akademis kepada siswa berdasarkan standar-standar norma penilaian yang telah ada. Berbeda pada saat di SD, guru memberikan penilaian cenderung berdasarkan usaha yang telah dilakukan oleh siswa (Okado, Kida, & Sakai, 2018).

Perubahan yang dialami remaja, seperti yang telah dijelaskan sebelumnya memiliki dampak pada remaja baik psikologis, akademik, dan perilaku. Dampak yang dialami remaja mempengaruhi psikologis remaja dalam jangka waktu pendek maupun Panjang (Santrock, 2012). Dampak psikologis yang terjadi pada siswa seperti stress, frustrasi, perubahan konsep diri dan harga diri (Okado, Kida, & Sakai, 2018). Dampak pada bidang akademik, remaja mengalami penurunan motivasi dan belum mampu mengarahkan diri ke arah yang positif (Waters, Lester, & Cross, 2014) serta kekhawatiran para siswa meliputi beban pekerjaan rumah, yang semakin rumit atau sulit, pandangan mengenai guru, dan tidak memiliki kemampuan untuk bertanding dengan teman di kelasnya (Okado, Kida, & Sakai, 2018), dampak tersebut menyebabkan munculnya perilaku-perilaku penundaan dalam mengerjakan tugas dan menyontek tugas dan ujian teman, serta tidak ada keinginan untuk belajar (Okado, Kida, & Sakai, 2018). Pada aspek sosial mereka cenderung untuk melakukan tindakan-tindakan pelanggaran disiplin di

sekolah, membolos pada jam pelajaran, tidak masuk sekolah, dan tawuran antar pelajar hingga perilaku yang mengarah pada tindakan kriminal, dan perilaku menyimpang (Andrews & Bishop, 2012).

Observasi yang dilakukan oleh Okado dkk (2012) di sekolah-sekolah di Amerika yaitu periode transisi yang dialami oleh siswa memberikan pengaruh yang besar dalam hasil prestasi mereka. Hal ini dikarenakan bahwa munculnya masalah-masalah emosional secara periodik dan menyebabkan adanya pengaruh pada pencapaian akademik (misalnya melalui gangguan motivasi atau konsentrasi). Ekspektasi negatif terhadap transisi sekolah menyebabkan munculnya perasaan takut dan cemas pada kemampuan menyelesaikan tugasnya (Mackenzie, McMaugh, & O'Sullivan, 2012) (Waters, Lester, & Cross, 2014). Ketidakmampuan dalam penyesuaian diri remaja dengan perubahan pada lingkungan belajar maupun lingkungan sekolah dapat diperparah oleh kekhawatiran yang berkaitan dengan hubungan social dengan teman sebaya, prestasi akademik dan rutinitas serta struktur sekolah menengah (Andrews & Bishop, 2012). Dalam lingkungan sosial, mereka menjadi siswa yang paling muda, mengalami intimidasi dan bertemu dengan orang-orang yang baru (Okado, Kida, & Sakai, 2018).

Studi pendahuluan telah dilaksanakan pada dua sekolah di Yogyakarta. Studi pendahuluan ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai keadaan siswa-siswi kelas tujuh yang sedang mengalami perubahan sekolah. Asesmen yang digunakan yaitu interview dengan guru BK dan melaksanakan kegiatan *Focus Group Discussion* dengan para siswa. Kesimpulan interview dengan guru menyatakan bahwa siswa-siswa kelas tujuh yang baru masuk sudah terlihat dapat berinteraksi dengan teman-teman di kelas. Dalam bidang akademik, sekolah memiliki ketentuan standar penerimaan siswa baru, sehingga

dapat dipastikan bahwa siswa-siswi yang diterima di sekolah memiliki kemampuan dan kualitas yang bagus. Akan tetapi dalam pelajaran mereka sering mengeluhkan masih sulit untuk memahami pelajaran yang bersifat hitungan, gaya belajar guru, dan materi yang sulit dipahami. Padahal siswa-siswi tersebut mengikuti belajar tambahan di luar sekolah, baik privat maupun les di bimbingan belajar. Banyak diantara siswa-siswi yang masih mendapatkan nilai dibawah KKM. Hasil ulangan harian ataupun ujian mid semester sehingga guru-guru memberikan ulangan remedial untuk memperbaiki nilai mereka. Tetapi nilai hasil ulangan remedial pun tidak begitu bagus, dan masih ada yang dibawah KKM.

FGD (*Focus Group Discussion*) dilakukan dengan 32 siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri X dan 40 siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri Y. Siswa kemudian dibagi kedalam kelompok yang terdiri dari 5 atau 6 siswa. Adapun hasil dari FGD yang dilakukan adalah siswa merasa kesulitan untuk memahami pelajaran. Hal ini dikarenakan adanya perubahan kurikulum pada jenjang sekolah baru yang menuntut siswa untuk dapat lebih aktif dalam kegiatan belajar, mandiri, dan guru-guru memberikan pekerjaan rumah yang lebih banyak dengan tenggang waktu yang sedikit, serta sering ulangan dadakan. Akan tetapi siswa cenderung menyalahkan gaya mengajar guru, seperti guru yang tidak menjelaskan materi dengan baik, guru galak, guru jarang di kelas dan hanya memberikan tugas. Hal tersebut menyebabkan siswa akan mengikuti bimbingan belajar di luar jam sekolah. Namun pada saat ujian siswa merasa tidak siap dan kebingungan, sehingga memiliki pemikiran bahwa ia tidak mampu untuk memahami pelajaran dengan baik. Nilai yang didapatkan pun rata-rata dibawah atau cukup sesuai standar KKM (kriteria ketuntasan minimal). Dampaknya adalah siswa-siswa menurunkan harapan atau pencapaian target yang ia buat sebelum memasuki

SMP. Dalam pengerjaan tugas pun, apabila menghadapi soal yang sulit, siswa memilih menunda mengerjakan esok hari di sekolah dengan melihat tugas teman. Ada beberapa siswa yang masih belum memiliki jadwal belajar yang tetap, belum mampu mengatur jadwal belajar sendiri, konsentrasi dalam mengerjakan tugas pun terbagi dengan bermain game atau handphone dan cenderung malas.

Berdasarkan data-data di lapangan dan penelitian sebelumnya, maka permasalahan yang dialami siswa pada masa transisi dijabarkan sebagai berikut : (1) siswa memiliki minat yang rendah untuk mengerjakan tugas, memperhatikan guru, mengerjakan ulangan, adanya rasa malas untuk mengulang kembali pelajaran. (2) adanya perasaan kurang percaya pada kemampuan dirinya, tidak mampu untuk berpikir kreatif, serta tidak pada mampu pada kemampuannya untuk mengerjakan tugas yang sulit. (3) menunggu pengaturan dari luar (eksternal) dalam belajar atau masih belum mampu untuk mengatur diri sendiri dalam hal belajar. (4) cenderung menyalahkan pihak luar yang tidak membantu dalam mencapai target (guru). (5) tingginya konformitas karena ikut-ikutan teman sebaya. Hal ini terlihat dari seringnya penggunaan telepon genggam atau media sosial oleh para remaja (mengikuti trend) sehingga kesulitan untuk mengatur jadwal belajar di rumah dan menimbulkan rasa malas untuk belajar (kecanduan gadget). (6) prestasi akademik yang menurun disebabkan oleh kurangnya kemampuan siswa untuk dapat mengatur dirinya sendiri sehingga masih membutuhkan orang lain untuk memberikan arahan.

Kemandirian merupakan tindakan dan perasaan secara bebas untuk menyelesaikan tugas tanpa bantuan orang lain (Steinberg, dalam desmita, 2016). Dalam masa pubertas, penting untuk remaja mandiri secara psikologis dan sosial, setelahnya remaja diharapkan mampu secara financial, Steinberg (dalam

(Desmita, 2016) membagi 3 karakteristik mandiri yaitu (1) mandiri secara emosional mampu membentuk karakter seperti orang dewasa dan mulai mengurangi sifat kekanak-kanakannya serta membentuk hubungan yang semakin dekat dengan orang tua dan teman sebaya. Adapun aspek mandiri secara emosional adalah remaja tidak lagi menganggap orang tua sebagai sosok yang ideal, mampu melihat orang tua secara utuh. Remaja mampu memandang bahwa orang tua sebagai sosok masyarakat yang lain, beranggapan bahwa perilaku orang tua kepada orang lain adalah hal yang wajar. Remaja tidak tergantung lagi secara emosi kepada orang tua, tidak lagi menyalahkan orang lain, (2) Mandiri secara kognitif, remaja memiliki kepercayaan, nilai dan opini dari hal-hal yang pernah ia pelajari. (3) Mandiri secara perilaku, yang mana remaja memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah, mampu mempengaruhi orang lain dan memiliki *self-reliance*.

Mudjiman (dalam Assagaf, 2014) kemandirian dalam belajar dapat dilihat sebagai kegiatan belajar yang giat dengan keinginan untuk menguasai suatu keahlian yang didasari dengan pengetahuan dan kompetensi yang dipunyai. Menurut Rohmah, dkk (2012) mandiri dalam belajar adalah perilaku yang dimunculkan karena adanya perubahan dalam diri seseorang setelah adanya Latihan dan pengalaman dari dalam diri.

Berzonsky (1981) mengemukakan bahwa orang yang mempunyai kemandirian tinggi memiliki perilaku yaitu tidak membutuhkan pengakuan dari orang lain, dapat mengontrol tindakannya sendiri, dan penuh inisiatif. Dalam penelitian Masrun, dkk (dalam Yoselisa, 2015) disebutkan komponen-komponen kemandirian, antara lain:

- a. Bebas, adanya kesadaran untuk melakukan suatu hal tanpa diarahkan oleh orang lain dan berusaha tanpa mengharap bantuan orang lain.

- b. Tekun dan gigih, adanya perilaku untuk mencapai prestasi, daya juang yang tinggi, mampu membuat dan melaksanakan rencananya.
- c. Inisiatif, adanya kemampuan untuk menganalisa dan mengarahkan diri tanpa menunggu arahan dari orang lain.
- d. Pengendalian dari dalam (*Internal locus of kontrol*), kemampuan untuk mencari solusi dari permasalahan yang sedang ia hadapi, mampu untuk mengendalikan perilakunya atas usahanya sendiri tanpa bantuan orang lain.
- e. Kemantapan diri, mampu untuk memahami potensi yang ada dalam diri dan mengarahkan diri sesuai dengan potensi yang dimiliki.

Komponen yang telah dijelaskan diatas, dalam penelitiannya tidak berkaitan. Salah satu komponen yang tinggi tidak berarti ada komponen lain yang menjadi rendah. Remaja yang berstatus sebagai siswa sekolah menengah dituntut untuk memiliki kemandirian belajar agar mampu mengoptimalkan kemampuan akademik yang ia miliki (Rackley, et al., 2020).

Garrison (1997) menjelaskan bahwa kemandirian belajar merupakan perpaduan dari perspektive kognitif dan sosial learning. Kebermaknaan dan berguna untuk pelajaran lebih kepada kognitif dan pengalamannya. Hasil belajar yang baik merupakan proses dari pembelajaran kognitif dan sosial (kolaborasi). Kemandirian belajar adalah pengintegrasian antara pengelolaan diri, pemantauan diri dan motivasi. Dickinson (1993) merumuskan tentang kemandirian belajar ialah suatu kondisi atau keadaan dimana siswa dengan sepenuhnya bertanggung jawab terhadap seluruh keputusan atau hal yang dia tentukan sendiri secara mandiri yang sesuai dengan kebutuhan belajarnya atau pembelajarannya dan implementasi dari keputusannya. Seseorang dengan kemandirian belajar yang tinggi, akan memahami pelajaran apa

yang sedang dijelaskan oleh guru, menetapkan target, bertanggung jawab atas tujuannya dan memiliki self-assesment yang baik pada diri. Tantangan terbesar dari peserta didik tersebut adalah bagaimana mereka memilih dan menggunakan strategi pembelajaran yang tepat.

Kemandirian belajar (Hiemstra & Brockett, 2012) adalah perilaku siswa untuk mencapai cita-citanya secara nyata tanpa membutuhkan bantuan orang lain. Remaja mampu melaksanakan pembelajarannya sendiri, dapat mengarahkan dirinya dengan efektif, dapat mengerjakan tugas belajar dengan baik, dan mampu mengarahkan diri untuk kegiatan belajar secara mandiri. Hal ini juga sesuai dengan Suhendri (dalam Firdaus, dkk, 2021) menjelaskan bahwa belajar mandiri adalah perilaku belajar yang dikerjakan oleh siswa tanpa meminta arahan dari orang lain untuk memahami materi atas keinginannya sendiri yang kemudian ia terapkan dalam kehidupan sehari-harinya. Karakteristik kemandirian belajar siswa (Dickinson, 1993) yaitu merencanakan, mengarahkan perhatian, memberikan perhatian yang selektif, memanajemen diri, memantau diri, masalah identifikasi, dan evaluasi diri. Setiap kategori berfokus pada kemampuan pelajar dan keinginan untuk belajar. Proses ini memungkinkan peserta didik untuk memilih, menolak, dan merevisi strategi pembelajaran pribadi. Sebaliknya, siswa yang kurang inisiatif, menolak ajaran-ajaran atau nilai-nilai di sekolah yang baru, pada masa transisi akan gagal dalam membangun hubungan yang positif dengan lingkungan maka dapat dilihat kemandirian belajarnya rendah (Rackley, et al., 2020).

Dinamika kemandirian dalam menghadapi masa transisi sekolah yang terjadi pada siswa sekolah menengah pertama, Dari segi kognitif, hal ini terjadi karena adanya persepsi negatif terhadap kemampuannya, sehingga ia membutuhkan bantuan orang lain, mis. B. merasa tidak

memahami pelajaran yang dijelaskan oleh guru, penjelasan guru harus rinci, dan sebagainya. Bandura (dalam Rustika, 2012) mengatakan bahwa persepsi akan kemampuan diri adalah efikasi diri yang memiliki dampak penting pada perilaku yang tampak.

Salah satu aspek yang berkontribusi untuk menggerakkan aktivitas remaja dalam perkembangan kemandirian seseorang adalah aspek efikasi diri (Hogan, 2012) ; Landers, Miller, & Friedrich, 2015). Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri (*self efficacy*) memiliki peran yang penting dalam mendorong kegiatan remaja dalam pengembangan kemampuan mandirinya. Efikasi diri yang kuat akan menjadi dasar bagi remaja untuk dapat melepaskan diri dari ketergantungan pada orang lain, terutama orang tua. Penelitian yang dilakukan oleh Chemers et al (dalam Rustika, 2012) menjelaskan bahwa efikasi diri akademik berhubungan dengan hasil belajar dan kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Pajares dan Miller (dalam Rustika, 2012) melakukan pengujian terkait teori Bandura yang menjelaskan bahwa efikasi diri adalah factor yang utama dalam melihat hasil prestasi siswa, maka hasil penelitiannya pun mendukung teori Bandura tersebut.

Efikasi adalah salah satu factor penting dalam kehidupan sehari-hari, dimana Ketika efikasi diri seseorang tinggi dan mendukungnya maka ia akan mampu menggunakan potensi dalam dirinya dengan baik (Rustika, 2012). Efikasi diri disebut sebagai faktor perantara yang dapat mengoptimalkan kinerja individu. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2012) memperlihatkan bahwa pelatihan efikasi diri dapat meningkatkan prestasi akademik siswa. Penelitian lain juga menyatakan bahwa siswa dengan efikasi diri dan kemandirian yang tinggi maka akan menunjukkan hasil prestasi yang tinggi (Suryani, Pendency, & Seto, 2020). Fokus penelitian yang dilakukan peneliti

adalah untuk melihat apakah ada pengaruh antara efikasi diri dan kemandirian belajar siswa SMP. Hasil penelitian Hogan (2012) menemukan bahwa kemandirian remaja dapat meningkat setelah diberikan pelatihan efikasi diri. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah efikasi diri mempengaruhi kemandirian siswa SMP. Implikasi penelitian ini untuk memberikan kontribusi untuk memberikan manfaat bagi siswa SMP yang sedang mengalami transisi untuk dapat menjadi lebih mandiri dalam bidang akademik dan bidang non-akademik.

METODE

Dalam penelitian akan menggunakan dua variabel, yaitu:

- a. Variabel Tergantung (*Dependent*) :
Kemandirian belajar siswa SMP
- b. Variabel Bebas (*Independent*):
Efikasi diri siswa SMP

Variabel tergantung pada penelitian ini adalah kemandirian belajar siswa SMP yang berada pada masa transisi dari SD ke SMP. Kemandirian belajar adalah lewatnya perbuatan atas keinginan dirinya sendiri, bukan karena orang lain dan tidak tergantung pada orang lain, lewat usaha mencapai prestasi, gigih, membuat rencana dan melaksanakan rencana tersebut, mampu berpikir dan bertindak secara orisinal, kreatif dan penuh ide, mampu mengontrol diri, yakin mampu mengatasi masalah, mampu mengarahkan tindakan dan mampu mempengaruhi lingkungan, melalui kekuatan dan pengendalian diri sendiri. Aspek kemandirian belajar yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek kemandirian belajar Song and Hill (2007) yaitu karakteristik pribadi, proses dan lingkungan belajar. Aspek parsial dari karakteristik pribadi adalah motivasi, penggunaan sumber belajar dan strategi belajar. Sub aspek dalam aspek proses adalah perencanaan, pemantauan dan evaluasi. Aspek parsial dari lingkungan

belajar adalah struktur dan pelaksanaan tugas.

Skala kemandirian belajar ini merupakan skala Likert dengan respon jawaban adalah SS (Sangat sesuai), S (Sesuai), R (Ragu-ragu), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai). Skala ini terdiri dari 54 pernyataan yang terdiri pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. skala diuji coba pada 261 siswa yang memiliki kriteria sama dengan subjek penelitian. Adapun teknik yang digunakan untuk menilai reliabilitas dalam penelitian ini adalah teknik koefisien alfa dari Cronbach (Alpha Cronbach). Adapun perolehan hasil koefisien reliabilitas dari skala dengan nilai Alpha Cronbach sebesar 0,895. Dalam pengujian reliabilitas aitem pada skala berdasarkan indeks daya diskriminasi (daya beda aitem). Nilai yang memenuhi adalah dimulai dari 0,30 keatas. Tetapi jika aitem yang ada belum sesuai dengan standar tersebut, maka dapat diturunkan nilainya menjadi 0,25 (Azwar, 2012). Dari keseluruhan aitem dipilih aitem dengan koefisien korelasi minimal 0,25 sehingga terdapat 12 aitem dengan koefisien korelasi dibawah 0,25, maka jumlah total aitem skala efikasi diri setelah dilakukan ujicoba sebanyak 54 aitem.

Validitas yang digunakan untuk skala kemandirian belajar adalah validitas isi (*content validity*) untuk mengungkap relevansi aitem terhadap konstruk yang diukur (Azwar, 2014). Validitas isi yang digunakan adalah validitas logis (*logical validity*) dengan melakukan *panel expert* oleh psikolog lulusan magister profesi psikologi dan mahasiswa magister profesi psikologi yang berjumlah 22 *panel expert*. Hasil penilaian panel dihitung menggunakan formula Aiken's V (Azwar, 2014). Hasil penilaian yang dilakukan oleh panel ahli pada aitem skala berkisar antara 0,557 – 0,932. Hal ini menunjukkan bahwa aitem skala kemandirian belajar cukup tinggi dan bisa diterima (Azwar, 2015).

Skala efikasi diri ini merupakan dimensi efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (dalam Tung, 2015). Adapun dimensi-dimensi tersebut adalah *level* (tingkat kesulitan) yang mencakup menilai suatu performansi berada dalam tingkat kesulitan yang dapat diselesaikan dan berusaha lebih keras, dimensi kedua adalah *generality* (rentang keluasan bidang) yakni mencakup lebih siap dalam menghadapi berbagai bidang persoalan dan menetapkan tujuan yang lebih menantang, Dimensi ketiga yaitu *strength* (tingkat kekuatan) mencakup yakin terhadap kemampuan diri dan bertahan lebih lama saat mengalami kesulitan. Skala efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini memodifikasi instrumen dari penelitian Putri (2012). Modifikasi yang dilakukan berupa penyesuaian tata tulis aitem-aitem skala yang disesuaikan dengan subjek penelitian.

Skala efikasi diri ini menggunakan skala Likert dengan respon jawaban adalah SS (Sangat sesuai), S (Sesuai), R (Ragu-ragu), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai). Skala ini terdiri dari 54 pernyataan yang terdiri pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skala efikasi diri diujicoba pada 261 siswa dengan karakteristik yang sama dengan sample dalam penelitian untuk melihat reliabilitas alat ukur. Teknik untuk melihat reliabilitas adalah teknik koefisien alfa dari Cronbach (*Alpha Cronbach*). Adapun perolehan hasil koefisien reliabilitas dari skala dengan nilai Alpha Cronbach sebesar 0,916. Dalam pengujian reliabilitas aitem pada skala berdasarkan indeks daya diskriminasi (daya beda aitem). Nilai yang memenuhi adalah dimulai dari 0,30 keatas. Tetapi jika aitem yang ada belum sesuai dengan standar tersebut, maka dapat diturunkan nilainya menjadi 0,25 (Azwar, 2012). Dari keseluruhan aitem dipilih aitem dengan koefisien korelasi minimal 0,25 sehingga terdapat 6 aitem dengan koefisien korelasi dibawah 0,25, maka jumlah total aitem skala efikasi diri setelah dilakukan ujicoba sebanyak 48 aitem.

Validitas yang digunakan untuk skala efikasi diri adalah validitas isi (*content validity*) untuk mengungkap relevansi aitem terhadap konstruk yang diukur (Azwar, 2014). Validitas yang mengukur isi skala dengan validitas logis (*logical validity*) yang dilakukan melalui *panel expert* oleh psikolog lulusan magister profesi psikologi dan mahasiswa magister profesi psikologi yang berjumlah 22 *panel expert*. Hasil penilaian panel dihitung menggunakan formula Aiken's V (Azwar, 2014). Hasil penilaian yang dilakukan oleh panel ahli pada aitem skala berkisar antara 0,625 – 0,931. Artinya aitem skala efikasi diri cukup tinggi dan bisa diterima (Azwar, 2015).

Penelitian akan dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama X dan Sekolah Menengah Pertama Y di Yogyakarta. Masing-masing sekolah memiliki kesetaraan dari segi akreditasi dan penilaian dari pemerhati pendidikan dan tingkat pemerintah. Adapun kriteria subjek penelitian adalah dengan memiliki kriteria (a) siswa SMP, (b) bersedia mengikuti proses penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP berjumlah sebanyak 105 siswa. Dengan teknik pengambilan sample *random sampling*. Adapun variabel penelitian terdiri dari variabel bebas adalah efikasi diri (X) dengan variabel terikat adalah kemandirian belajar siswa SMP (Y).

Metode kuantitatif adalah metode yang akan digunakan dalam penelitian ini. Penggunaan metode kuantitatif adalah untuk melihat populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan alat penelitian, analisis data bersifat statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya (Sugiyono, 2014). Analisis hasil dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana melihat adanya hubungan atau pengaruh antara kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2014). Dengan rumusan persamaan :

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

Y : Nilai dalam Variabel dependen yang diprediksikan

a : Nilai Y bila X = 0

b : Koefisien regresi atau nilai arah

X : Nilai pada variabel independen

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Uji Asumsi

Sebelum menguji hipotesis atau uji regresi tunggal dalam penelitian ini, pertama dilakukan pengujian asumsi. Pengujian asumsi yang harus terpenuhi agar dapat melakukan analisis regresi adalah uji normalitas residual dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengetahui bahwa data yang diteliti mendekati populasi normal. Data dikatakan baik apabila distribusi nilai residualnya normal, yaitu memiliki nilai signifikansi (p) lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Sebaliknya, data dikatakan tidak normal jika nilai signifikansi (p) lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Nilai signifikansi (p) harus lebih besar dari 0,05 karena diharapkan tidak ada perbedaan antara sebaran data empiris atau sebaran data penelitian dengan sebaran data normal yang diharapkan. Jika nilai signifikansi (p) lebih kecil dari 0,05, maka diasumsikan terdapat perbedaan antara sebaran data empiris penelitian dengan sebaran data normal yang diharapkan. Hasil uji normalitas data dapat dilihat pada tabel berikut: Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov			Keterangan
Statistik	df	Nilai Signifikansi	

0.086	105	0.055	Normal
-------	-----	-------	--------

Dari Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa variabel dalam penelitian ini memiliki sebaran data yang terdistribusi normal karena memiliki nilai signifikansi pada uji normalitas menggunakan uji kolmogorov-Smirnov lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk menguji apakah hubungan tiap variabel independen linier dengan variabel dependen.

Hasil analisis membuktikan bahwa hubungan efikasi diri dengan kemandirian belajar linier, hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi deviation from linearity sebesar 0.098; $p > 0.05$, ini berarti penyimpangan dari garis liniernya tidak signifikan.

2. Uji Hipotesis

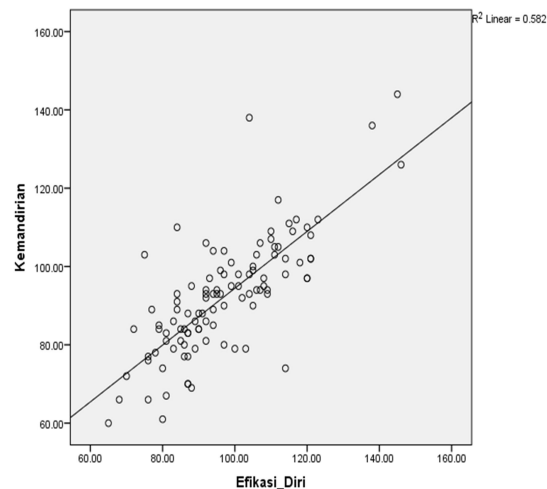
Sebelum melakukan uji hipotesis atau analisis terlebih dahulu dilakukan uji korelasi masing-masing variabel penelitian. Dalam penelitian ini diketahui bahwa variabel efikasi diri berkorelasi positif dengan kemandirian, dengan nilai korelasi (r) sebesar $r = 0,763$, $p < 0,01$.

Hasil uji hipotesis dilakukan melalui metode analisis regresi tunggal atau melalui metode input sederhana. Hasil analisis regresi memberikan nilai $F = 143.526$; $p < 0,01$ dan nilai $R = 0,763$ dan $R\text{-square}$ $R^2 = 0,582$. Korelasi $R = 0,763$ dan nilai $F = 143,526$; $p < 0,01$; menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dapat digunakan sebagai prediktor variabel kemandirian belajar.

Tabel 2. Hasil Analisis Regresi

R	R ²	F	t	Kesimpulan
0.763	0.582	143.526	11.980	Signifikan

Dapat dikatakan bahwa efikasi diri berpengaruh besar terhadap kemandirian belajar siswa. Hal ini terlihat dari nilai $t=11,980$ dan nilai signifikansi $p < 0,01$. Nilai $R\text{-square}$ ($R^2 = 0,582$) dapat menjelaskan variabilitas variabel efikasi diri atau berkontribusi 58,2% terhadap variabel kemandirian belajar, sedangkan sisanya 41,8% merupakan faktor lain yang tidak diidentifikasi dalam penelitian ini atau diduga dipengaruhi oleh variable yang lain. Variasi atau kontribusi variabel efikasi diri sebesar 58,2% dari variabel kemandirian belajar, dan pengaruh yang dilaporkan termasuk dalam kategori sedang (Moore, Notz & Flinger, 2013).



Gambar 1. Diagram Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kemandirian Belajar Siswa

Jadi, berdasarkan hasil analisis regresi tunggal ini diketahui bahwa efikasi diri secara signifikan berpengaruh terhadap kemandirian belajar. Hal ini sesuai dengan hipotesis penelitian ini bahwa ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri dengan kemandirian, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Tabel 3. Nilai Koefisien Analisis Regresi

Variabel	B	Beta(β)	Sig (p)	R ²
Efikasi	0.726	0.763	p <	58,

Diri			0,01	2%
------	--	--	------	----

Berdasarkan Tabel 3 di atas, diketahui bahwa variabel efikasi diri secara signifikan dapat mempengaruhi kemandirian belajar siswa. Hal ini dapat dilihat dari nilai beta $\beta = 0,763$; dengan nilai signifikansi $p < 0,01$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dapat memprediksi kemandirian belajar siswa. Model persamaan regresinya, yaitu:

$$Y = C + B \cdot X$$

$$\text{Kemandirian} = 21,891 + 0,726 \cdot \text{Efikasi Diri}$$

Keterangan:

Y = kriterium (kemandirian);

X = prediktor (efikasi diri);

C= konstanta

Persamaan regresi di atas dapat diartikan bahwa rata-rata skor kemandirian akan mengalami perubahan sebesar 0,726 untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada skor efikasi diri, dan nilai konstanta regresi sebesar 21,891 menunjukkan bahwa jika variabel efikasi diri nilainya 0, maka nilai kemandirian belajar adalah sebesar 21,891.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa adanya pengaruh positif yang kuat dari efikasi diri terhadap kemandirian belajar siswa kelas VIII SMP. Dengan persamaan regresi $\hat{Y} = 21,891 + (0,726X)$. Maksudnya adalah setiap peningkatan pada variabel efikasi diri maka pada variabel kemandirian belajar juga akan mengalami kenaikan sebesar 0,726 unit. Besarnya kontribusi efikasi diri terhadap kemandirian belajar siswa ditunjukkan dengan koefisien jalur (rxy) yang diperoleh yaitu sebesar 0,58 dengan koefisien determinasi sebesar 0,42. Hal ini berarti bahwa kenaikan atau penurunan kemandirian belajar siswa

dipengaruhi oleh efikasi diri sebesar 58%, sedangkan 42% dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti lingkungan sekolah maupun keluarga. Jadi, terdapat pengaruh yang positif dan signifikan efikasi diri terhadap kemandirian belajar siswa.

Bandura (dalam Tung, 2015) menunjukkan bahwa orang yang efikasi dirinya tinggi akan dapat menunjukkan usaha dan ketekunan yang baik dalam menyelesaikan tugas. Pelatihan self-efficacy dalam kelompok juga dapat meningkatkan self-efficacy dan mempengaruhi kinerja belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2012), menunjukkan bahwa dalam menentukan peningkatan prestasi belajar dapat dilihat dari aspek efikasi diri siswa itu sendiri. Siswa yang dapat merencanakan perilakunya dan mengarahkan perilaku baru, merespon secara aktif dan memberikan ide yang orisinal serta mampu menyelesaikan permasalahan dengan baik atau memecahkan masalah yang berkaitan dengan tugas yang ditetapkan oleh guru.

Diawali dengan transisi dari pembinaan remaja ke sekolah siswa, mengakibatkan otonomi belajar siswa menjadi rendah. Siswa baru memasuki sekolah menengah pertama, percaya bahwa guru adalah satu-satunya sumber informasi dan bertanggung jawab atas prestasi siswa itu sendiri (Rackley, et al., 2020). Ketika ada jam kosong, siswa cenderung ke kantin atau UKS daripada menggunakan waktu luangnya untuk belajar. Oleh karena itu, diperlukan penanganan yang baik dan tepat agar kemandirian belajar siswa dapat meningkat. Pemberian penanganan kemandirian belajar pada siswa, diharapkan siswa akan memiliki rasa arah bahwa mereka bertanggung jawab untuk mengumpulkan masalah dan menciptakan pengalaman mereka sendiri untuk meningkatkan pengetahuan mereka (Putri N. A., 2011). Salah satu faktor yang dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa adalah pelatihan efikasi diri kelompok (Hogan, 2012; Macaskill & Denovan,

2013). Dalam penelitiannya, Hogan menemukan bahwa kehadiran dukungan teman sebaya dapat meningkatkan efikasi diri, memungkinkan siswa untuk memperluas tanggung jawab mereka terhadap tugas menjadi aktif, kreatif, dan proaktif. Demikian pula Macaskill & Denovan (2013) menunjukkan bahwa siswa dengan efikasi diri yang meningkat memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, harapan yang tinggi, dan daya juang yang tinggi untuk menghadapi stresor yang dihadapinya. Ini adalah prediktor terkuat untuk menemukan siswa dengan kemandirian belajar yang tinggi.

Pajares (dalam Hiemastra & Brockett, 2012) menjelaskan bahwa dampak dari efikasi diri yang tinggi dapat dilihat dari beberapa perilaku penting yang dilakukan oleh siswa. Pertama, pengambilan keputusan dalam menyelesaikan permasalahan yang ia hadapi. Siswa akan dapat menyelesaikan permasalahan dengan baik, efektif, dan efisien tanpa memerlukan arahan dari orang lain. Selain itu ia juga memiliki keyakinan untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas baik yang sederhana maupun yang kompleks yang diberikan guru dengan baik. Keyakinan diri tadi dapat memberikan pengaruh kepada pengalaman siswa tersebut dikemudian hari.

Kedua, efikasi diri siswa dapat melihat seberapa besar usaha yang dikeluarkan oleh individu, seberapa lama siswa mampu mempertahankan dirinya Ketika berada dalam masalah, dan seberapa tegar ia untuk mampu menghadapi situasi yang kurang menyenangkan. Selain itu, efikasi diri juga memberikan pengaruh kepada prestasi belajar dan perasaan emosu yang dialami siswa pada saat mengerjakan tugas dan memberikan pengaruh pada tingkat pencapaian prestasi siswa.

Teori Bandura terkait efikasi diri menjelaskan bahwa efikasi diri yang tinggi pada seseorang dapat juga meningkatkan performance akademiknya (dalam Tung,

2015). Performance akademik yang ditampilkan siswa seperti keingintahuan yang tinggi akan memiliki pengaruh pada keinginan untuk memiliki pengalaman dan bertemu orang-orang yang baru, memberikan motivasi yang tinggi dan percaya diri, dapat mengelola situasi, mencapai tujuan dan berusaha untuk menghadapi kesulitan yang ditemui (Macaskill & Denovan, 2013). Performance akademik yang muncul dan terus diulangi tersebut berkaitan erat dengan kemandirian belajar (Song & Hill, 2007). Sejalan dengan hasil penelitian Macaskill & Taylor (dalam Rustika, 2012) bahwa dengan kemandirian belajar yang tinggi adalah siswa yang memiliki tanggung jawab sendiri pada pelajarannya, memiliki motivasi untuk belajar, berpikiran terbuka, mampu merencanakan dan mengelola waktu belajar dengan baik, berusaha tekun ketika menghadapi kesulitan dan tidak menunda mengerjakan tugas

Penelitian yang dilakukan oleh Okado dkk (2018) menjelaskan bahwa siswa dengan kemandirian belajar yang tinggi maka hasil belajarnya juga tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan Guiffrida, Lynch, Wall, & Abel (2013) bahwa siswa akan dapat mempertahankan prestasinya apabila ia memiliki minat dan keinginan dalam hal tersebut. Maka dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar seseorang akan dapat mempengaruhi hasil belajar siswa itu. Hasil penelitian Douglass dan Morris (2014) menemukan bahwa siswa yang mampu mengelola pembelajaran mereka sendiri dan juga mampu menilai kemampuan dirinya sendiri dalam mengerjakan suatu tugas merupakan salah satu mahasiswa yang mampu memprediksi hasil belajarnya sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan dari peneliti sebelumnya, maka beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti antara lain (1) bagi siswa, untuk dapat meningkatkan keyakinan dirinya dalam mengerjakan tugas dengan baik

meskipun dengan tugas yang tingkat kesulitannya berbeda-beda sehingga keyakinan dirinya dalam mengerjakan tugas meningkat. (2) Bagi Guru dan Sekolah, diharapkan dapat memnerikan motivasi kepada siswanya untuk dapat mandiri dalam mengerjakan tugas-tugas. Dengan guru yang menciptakan suasana

pembelajaran yang bervariasi sehingga siswa tidak mudah bosan, sehingga diharapkan agar siswa dapat meningkatkan minatnya untuk belajar. (3) Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk dapat melihat variabel-variabel lainnya yang dapat mempengaruhi kemandirian belajar ataupun efikasi diri siswa.

REFERENSI

- Andrews, C., & Bishop, P. (2012). Middle grades transition programs around the globe " Effective school transition programs take a comprehensive approach to ensuring student success in the middle grades. *Middle School Journal*, 8-14.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitasn dan Validitas (edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bartsch, R., Case, K., & Meerman, H. (2012). Incerasing academic self-efficacy in statistics with a live viacirous experience presentation. *Teaching of Psychology*, 39(2) 133-136.
- Desmita. (2016). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Douglass, C., & Morris, S. R. (2014). Student Perspectives on self-directed learning. *Journal of the Scholarship if Teaching and Learning*, Vol 14, No.1, 13-25.
- Firdaus, F. M., Pratiwi, N. A., Riyani, S., & Utomo, J. (2021). Meningkatkan kemandirian belajar peserta didik sekolah dasar dengan menggunakan Model SOLE saat pandemi Covid-19. *Foundasia*, 1-8.
- Fuadi, A. (2013). *Prestasi akademik siswa sekolah menengah pertama ditinjau dari konsep diri akademik dan kecerdsan emosi*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Guiffrida, D., Lynch, M., Wall, A., & Abel, D. (2013). Do reasons for attending college affect academic outcomes? A test of a motivational model from a self-determination theory perspective. *Journal of College Student Development*, 54, 121-139.
- Hiemstra, R., & Brockett, R. (2012). Reframing the meaning of Self Directed Learning : An Updated Modeltt. *Adul Education Research Conference* (pp. 155-161). Kansas: Kansas State University Libraries.
- Hogan, S. (2012). *Stimulating autonomous learning environments: considering group efficacy as Mediating the Relationship Between Perceived Autonomy Support and Self-Determinism in the Learning Environment*. United States: Proquest LLC.
- Kokkinos, C., Kargiotidis, A., & Markos, A. (2015). The relationship between learning and study strategies and big five personality traits among junior university student teachers. *Learning and Individual Differences*, (43), 39-47.
- Landers, S., Miller, V., & Friedrich, E. (2015). self-efficacy mediates the associates of parental coercion and autonomy support to adherence in adlosecents with type 1 diabetes. *Journal of adolescent health*, 56 (85-129).

- Macaskill, A., & Denovan, A. (2013). Developing autonomous learning in first year university students using perspectives. *Studies in Higher Education*, 38 (1), 124-142.
- Mackenzie, E., McMaugh, A., & O'Sullivan, K.-A. (2012). Perceptions of primary to secondary school transitions : Challenge or threat. *Issues in Educational Research*, 22(3).
- Nurani, G. A. (2015). *Efektivitas penggunaan mind map dalam pembelajaran terhadap efikasi diri matematika*. Yogyakarta: Program Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Okado, K., Kida, N., & Sakai, T. (2018). Changes in Study Habits of Chinese Adolescents and Factors Supporting These habits-Focusing on the Transition Period from Elementary School to Junior High School. *Scientific Research Publishing*, 1081-1094.
- Oktaviana, E. (2014). *Peran efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap school well-being pada siswa SMP Negeri di Yogyakarta*. Yogyakarta: Program Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Parker, A. (2013). *Understanding and supporting young adolescents during the transition into middle school*. In P. G. Andrews (Ed.). Westerville: OH : Association for Middle Level Education.
- Putri, D. N. (2012). *Validasi Empirik Pelatihan "Tangga Keberhasilan" pada siswa SMA kelas X*. Yogyakarta: Program Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Rackley, B., Edwards, S., Bennett, W., Wright, E., Martinez, J., Sauls, B., & Harper, E. (2020). *Packin'up : Middle School Transition Guide*. North Carolina: Wake County Public School System.
- Raditiana, Y. (2013). *Pengembangan model peer guidance untuk meningkatkan self-efficacy siswa kelas VIII H SMP Negeri 2 Salatiga tahun ajaran 2012/2013*. Salatiga: Program Sarjana Bimbingan dan KOnseling FKIP UKSW Salatiga.
- Riglyn, L., Frederickson , N., Shelton, K., & Rice, F. (2013). *A longitudinal study of psychological functioning and academic attainment at the transition to secondary school*. London: Elsevier Ltd on behalf of The Foundation for Professionals in Services for Adolescents.
- Rustika, I. M. (2012). Efikasi Diri : Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*. Volume 20, No 1-2, 18-25.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa-hidup (13th ed.)*. Jakarta: Erlangga.
- Suryani, L., Pendency, A., & Seto, S. (2020). Pengaruh efikasi diri dan kemandirian belajar terhadap hasil belajar mata kuliah Geometri Dasar pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika Universitas Flores. *AKSIOMA*, Vol. 11, No. 1, 17-26.
- Suryaningrum, C. (2015). Model Pembelajaran kognisi sosial untuk meningkatkan efikasi diri anak panti asuhan. *Psychology Forum UMM*.

Tung, K. (2015). *Pembelajaran dan Perkembangan Belajar*. Jakarta: Indeks.

Waters, S. K., Lester, L., & Cross, D. (2014). Transition to secondary school: Expectation versus experience. *Australian Journal of Education*, Vol. 58(2) 153–166.

Yoselisa, D. (2015). *Pelatihan Tangga Keberhasilan untuk meningkatkan self directed learning siswa SMP (masters)*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.