

## Konsep-Diri, Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri

**Farid Yapono**

farid\_el.yapono@gmail.com  
STKIP Gotong Royong Masohi  
Maluku Tengah

**Suharnan**

prof\_suharnan@yahoo.com  
Universitas Darul 'Ulum  
Jombang

**Abstract.** *The research discusses the relationship of self-concept and emotional intelligence with self-efficacy. The study involved 100 students universities on Jombang East Java to complete scales of Global Self-efficacy (GS-E), self-concept and emotional intelligence. The data results of measurements were analyzed with multiple regression. The analysis showed: 1) there is a positive relationship between self-concept and emotional intelligence with self-efficacy, 2) there was no relationship between self-concept with self-efficacy, and 3) there is positive correlation between emotional intelligence with self-efficacy. Good development of emotional intelligence would increased of self-efficacy. The research findings are discussed in the perspective of developmental tasks of end adolescent.*

**Keywords:** *self-efficacy, self-concept, emotional intelligence*

**Intisari.** Penelitian membahas hubungan konsep-diri dan kecerdasan emosi dengan efikasi-diri. Penelitian melibatkan 100 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di kota Jombang Jawa Timur untuk mengisi skala Efikasi-diri Global (ED-G), skala konsep-diri dan skala kecerdasan emosi. Data-data hasil pengukuran dianalisis dengan regresi ganda. Hasil analisis menunjukkan: 1) efikasi-diri dapat diprediksi melalui konsep-diri dan kecerdasan emosi; 2) konsep-diri tidak berhubungan dengan efikasi-diri; 3) kecerdasan emosi berhubungan positif dengan efikasi-diri. Kecerdasan emosi yang berkembang dengan baik akan mempertinggi tingkat efikasi-diri. Temuan penelitian dibahas dalam latar organisasi sekolah dan tugas guru.

**Kata kunci:** efikasi-diri, konsep-diri, kecerdasan emosi

### PENDAHULUAN

Efikasi-diri diperlukan remaja untuk menghadapi tantangan, seperti misalnya menyelesaikan tugas di perguruan tinggi, pekerjaan, meniti karir, maupun menemukan, dan membina hubungan yang baik dengan pasangan hidup. Remaja yang mampu menyelesaikan berbagai persoalan yang dihadapi dari satu masalah ke masalah yang lainnya akan memperoleh rasa puas dan memperteguh keyakinan diri untuk menghadapi dan menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang akan dihadapi kemudian. Pengalaman sukses dari satu masalah ke masalah yang lainnya akan mentransformasi efikasi-diri pada tugas khusus pada tugas lebih umum.

Remaja akan membangun keyakinan efikasi-diri pada tugas-tugas yang lebih menantang disertai usaha pengembangan kapasitas diri.

Transformasi pada tugas khusus ke efikasi-diri global akan mendorong remaja untuk bersikap optimis yang tidak berlebihan, terhindar dari sikap ambisius bahkan mencegah remaja untuk bersikap pesimis atau mudah frustrasi. Efikasi-diri global akan mendorong remaja mengembangkan sikap realistis dan berpotensi untuk sukses dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Remaja mampu mempertimbangkan tugas-tugas yang melebihi kemampuan dirinya, tidak akan mengambil tugas yang melebihi kemampuan dirinya maupun tugas-tugas yang berada di bawah kemampuan dirinya.

Konsep-diri merupakan gambaran diri remaja baik fisik, sosial, maupun psikologis, akan membantu remaja dalam transformasi efikasi-diri dalam tugas khusus ke efikasi-diri global.

Remaja yang kosep dirinya berkembang dengan baik akan menilai kemampuan dirinya secara objektif. Hal ini sesuai dengan efikasi-diri untuk mengambil tugas, peran dan tanggung jawab yang sesuai dengan gambaran objektif diri sendiri. Kecerdasan emosi akan membantu remaja untuk mengembangkan sikap dan keyakinan yang wajar dalam menghadapi berbagai persoalan yang membutuhkan penyelesaian. Remaja yang memiliki kecerdasan emosi dalam efikasi dirinya tidak menentuan target yang melebihi kapasitas diri. Hal ini karena kecerdasan emosi akan mengendalikan impuls-impuls keyakinan diri yang berlebihan yang membuat remaja tampak emosional dalam menghadapi tantangan.

Keyakinan diri yang berlebihan akan membuat remaja mudah frustrasi apabila usahanya tidak berhasil dan tidak menjadikan bekal pengalaman sebagai pemacu untuk meningkatkan kemampuan yang memperkuat efikasi-dirinya. Bandura (1997) menyatakan efikasi-diri adalah salah satu komponen dari pengetahuan tentang diri yang paling berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari.

### **Efikasi-diri**

Bandura menyatakan bahwa efikasi-diri mengacu pada keyakinan individu terhadap kapasitas atau kemampuan untuk mengorganisasi dan mengambil tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil yang diinginkan (dalam Franzblau & Moore, 2001). Efikasi-diri menunjuk pada penilaian pribadi individu terhadap kemampuan dalam domain aktivitas, bukan dalam domain sifat umum. Selanjutnya diungkapkan pula oleh Bandura bahwa Efikasi-diri sebagai sebuah situasi atau keyakinan perilaku yang khusus (dalam Brady 2003). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa efikasi-diri menunjuk pada keyakinan individu tentang kapasitas untuk menggunakan kontrol peristiwa yang mempengaruhi hidupnya (dalam Mikkelsen & Einarsen, 2002).

Bandura (dalam Magaletta & Oliver, 1999), membedakan pengharapan efikasi-diri (*expectancies of self-efficacy*) dan harapan hasil (*expectancies of outcome*). Pengharapan efikasi-diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan melakukan sesuatu yang khusus atau

berperilaku khusus. Harapan hasil adalah keyakinan individu bahwa perilaku khusus akan menghasilkan sesuatu yang diinginkan. Pengharapan efikasi-diri atau efikasi-diri adalah prediktor kuat perilaku dibanding harapan hasil.

Efikasi-diri yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas tergantung pada dua tingkat harapan, yaitu: 1) Merasa mampu menyelesaikan tugas; 2) Penyelesaian tugas akan mengakibatkan hal positif atau penghargaan (Vincent & Houlihan, 1991). Efikasi-diri adalah keyakinan individu bahwa dirinya dapat menjalankan perilaku pada tingkat yang diperlukan untuk memperoleh hasil yang diinginkan (Geller dkk., 2009).

Proposisi kunci teori efikasi-diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang benar-benar menentukan perilaku apa yang akan dilakukan, berapa banyak usaha yang akan dilakukan, dan berapa lama individu akan mempertahankan perilaku ketika keberhasilan tertunda (Lyman dkk., 1984).

Efikasi-diri umumnya difahami sebagai perilaku khusus dalam konteks lingkungan khusus (Maddux dalam Mikkelsen & Einarsen, 2002). Jerusalem dan Schwarzer (dalam Mikkelsen & Einarsen, 2002), mengartikan efikasi-diri lebih ke versi yang menyerupai konsep sifat yang disebut dengan efikasi-diri umum atau global (*Generalized Efikasi-diri*). Efikasi-diri umum menunjuk pada stabilitas dan keyakinan global dalam kemampuan menghadapi tekanan secara efisien.

Efikasi-diri adalah keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah secara efektif. Efikasi-diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi-diri tinggi memiliki komitmen memecahkan masalah dan tidak akan menyerah ketika menyadari strategi yang sedang digunakan tidak berhasil (Reivich & Shatté, 2002). Individu dengan efikasi-diri tinggi akan efektif menghadapi tantangan, memiliki kepercayaan penuh dengan kemampuan diri, cepat menghadapi masalah dan mampu bangkit dari kegagalan (Bandura, 1994).

Efikasi-diri berbeda dengan konsep-diri. Konsep-diri adalah multi dimensional dalam komponen kognitif dan afektif. Konsep-diri adalah gabungan deskripsi atribut kognitif indi-

vidu dan evaluasi afektif terhadap atribut-atribut kognitif dalam perbandingan dengan orang lain. Efikasi-diri adalah unidimensional, didominasi atribut kognitif.

Harga diri (*self-esteem*) dan efikasi-diri adalah dua dimensi formasi konsep-diri yang saling berhubungan. Harga diri didasarkan pada nilai sosial yang digeneralisasikan melalui proses penilaian. Bandura menyatakan bahwa efikasi-diri didasarkan pada perasaan kompeten, kekuatan, dan kontrol yang berhubungan dengan kinerja efektif (dalam Bracke, dkk., 2008). Sementara Gecas menyatakan bahwa efikasi-diri mengacu pada asesmen individu terhadap efektivitas, kompetensi, dan agensi kausal (dalam Bracke, dkk., 2008).

### Konsep-diri

Konstruk diri (*self*) terdiri dari konstruk pertama, konstruk kedua, dan konstruk ketiga. Pada konstruk pertama, terdapat diri nyata, diri yang sebenarnya atau diri absolut, yaitu diri yang sebenarnya atau nyata tentang diri individu. Diri adalah aktor, pelaku, atau agen. Diri menjadi ada ketika individu menjadi entitas yang terpisah, bukan ketika individu menyadari keberadaan entitas yang terpisah. Konstruk ini disebut *self*. Konstruk ini menjadi bermakna dengan membahas kompetensi (kompetensi dalam arti kata yang luas) atau diri yang kurang kompeten (Germain, 1973).

Pada konstruk kedua, individu memiliki konsep dan kepercayaan tentang diri. Konstruk ini menurut Calhoun & Morse merupakan deskripsi substantif individu yang melakukan identitas dirinya (dalam Germain, 1973). Seperti dalam proses evaluasi, pada diri individu melekat sebuah nilai informasi tentang beberapa objek atau prosedur, konstruk dua adalah informasi individu tentang dirinya.

Konstruk tersebut disebut konsep-diri, konsep individu tentang diri sendiri. Berlawanan dengan penggunaannya secara luas, konsep-diri tidak berarti konsep-diri positif atau konsep-diri negatif. Konsep-diri tidak mungkin menjadi kesadaran atau informasi negatif, atau organisasi negatif informasi (konsep negatif).

Konstruk tersebut adalah konsep-diri (bukan diri/*self*) yang muncul ketika individu menyadari menjadi sebuah entitas yang terpisah, me-

nyadari menjadi seorang aktor, pelaku, atau agen. Pada saat yang sama, individu dapat membedakan kejadian-kejadian yang berasal dari atau melibatkan diri sendiri dari peristiwa-peristiwa yang bukan terkait dengan diri. *Self* dengan demikian menjadi objek pengetahuan individu, seperti objek lingkungan lainnya dapat menjadi objek pengetahuan individu.

Definisi konsep-diri dalam konstruk kedua bermakna kesesuaian antara konsep-diri individu dan konsep orang lain tentang diri individu. Dalam pengertian realistik, bermakna konsep-diri nyata dan konsep-diri tidak nyata. Hal ini berarti seberapa akurat sebuah informasi individu tentang dirinya sendiri.

Kontinum kedua yang bermakna adalah derajat ekstensivitas atau kelengkapan vs. sempit atau ketidaklengkapan konsep-diri individu. Ketika diri melakukan sesuatu atau terlibat dalam hal apapun, individu mungkin memproses atau mungkin gagal memproses informasi yang tersedia baginya tentang dirinya. Pada kontinum dari pemrosesan informasi yang terkait dengan diri sampai pada tidak ada pemrosesan tersebut, konsep-diri individu akan menjadi ekstensif atau sempit.

Pada kedua dimensi (realistik vs tidak realistik, dan ekstensif vs. lengkap) konsep-diri terlibat dalam bagian tersebut, diri dalam relasi dengan orang lain. Dimensi tersebut sesuai dengan proposisi teoritis, bahwa sebuah konsep-diri (realistik dan ekstensif) menurut Adler membutuhkan keberlanjutan interaksi dengan orang lain (dalam Germain, 1973) dan menurut Comb & Super merupakan pengamatan perilaku individu dan perilaku orang lain terhadap diri sendiri (dalam Germain, 1973).

Dimensi konsep-diri yang ketiga adalah kompleksitas konsep yang meliputi konsep-diri. Kesadaran diri sebagai sesuatu entitas yang berbeda ada bersama dengan objek permanen. Pada konstruk ketiga ini, terdapat perasaan dan nilai-nilai tentang konsep dan keyakinan diri. Hal ini merupakan penilaian komponen proses evaluasi, dan merupakan atribusi sebuah nilai informasi yang terkait dengan diri.

Konstruk ini disebut harga diri. Penghargaan yang dicapai diri sebagai sebuah pengetahuan individual. Hal ini bermakna harga diri positif dan harga diri negatif, atau kepuasan dan keti-

dakpuasan dengan diri sebagaimana diketahui sendiri oleh individu. Terdapat perbedaan antara menilai diri individu dan menilai konsep-diri individu, yaitu antara diri sebagai objek pengetahuan dan penilaian (kompetensi) dan konsep-diri sebagai objek penilaian dan pengetahuan (realistik, ekstensif, dan kompleks).

Terdapat dua konstruksi dalam konstruk harga diri, yaitu harga diri global vs. harga diri spesifik (aspek-aspek diri/*self*) dan harga diri terus menerus (*continual*) vs sesaat (*momentary*) (hampir sama artinya dengan sifat vs. keadaan). Kedua konstruksi tersebut memerlukan konsep-tualisasi diri sebagai bagian keseluruhan (*part-whole*) diri, maupun konsep-tualisasi diri secara hirarkhi. Misalnya, kemampuan individu dalam tes matematika hanya merupakan satu faktor dalam kompetensi matematika, hanya satu faktor dalam kompetensi akademik, hanya merupakan satu faktor dalam kompetensi diri. Dengan demikian individu mungkin memiliki harga diri negatif tentang kegagalan tes matematika, tetapi masih memiliki harga diri positif tentang kompetensi matematika.

Konsep-diri adalah persepsi terhadap diri sendiri mengenai atribut-atribut pribadi dan berbagai peran yang dimainkan individu. Konsep-diri merupakan gambaran peran dan atribut yang menempel pada diri individu. Ketika konsep-diri hanya merupakan gambaran diri dan tidak melibatkan penilaian, konsep-diri seharusnya tidak digambarkan sebagai positif atau negatif. Harga diri (*self-esteem*) menunjuk pada evaluasi individu terhadap deskripsi konsep-diri, khususnya derajat dimana individu puas atau tidak puas dengan gambaran konsep-dirinya, baik secara keseluruhan maupun sebagian. Sebagai contoh, individu menggambarkan dirinya sendiri setinggi mungkin merasa senang atau sedih tentang tubuhnya yang menjadi tinggi. Konsep-diri akan mengacu pada persepsi yang tinggi, sedangkan harga diri akan mengacu pada perasaan tentang menjadi tinggi (senang lawan sedih). Jadi, bertentangan dengan definisi konsep-diri, harga diri sebagai positif, negatif, atau netral (Bean & Lipka dalam King, 1997).

Konsep-diri adalah kesadaran batin yang tetap, mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku dan membedakan aku dari yang bukan aku. Konsep-diri ini terbagi menjadi 2

yaitu konsep-diri real dan konsep-diri ideal. Diri adalah *proprium*, merujuk pada sesuatu yang dimiliki individu atau unik bagi individu. *Proprium* terdiri dari hal-hal atau proses-proses penting dan pribadi yang menentukan keunikan individu (Rogers dalam Muawanah, 2012).

Konsep-diri mempunyai sifat yang dinamis, artinya tidak luput dari perubahan. Ada aspek-aspek yang dapat bertahan dalam jangka waktu tertentu, namun ada pula yang mudah sekali berubah sesuai dengan situasi sesaat. Misalnya, individu merasa dirinya pandai dan selalu berhasil mendapatkan nilai baik, namun suatu ketika mendapat angka merah. Dapat saja saat itu jadi merasa bodoh, namun karena dasar keyakinannya yang positif, pelajar tersebut berusaha memperbaiki nilai. Walaupun pada umumnya individu mengasumsikan bahwa diri relatif tetap konstan, namun tidak disangkal bahwa individu dapat dan mampu berubah seiring dengan berlalunya waktu. Kenyataan membuktikan bahwa diri selalu berubah, membandingkan keadaan diri dari waktu ke waktu merupakan hal yang menyenangkan karena hal tersebut memungkinkan adanya proses untuk mengadakan perbaikan yang terus menerus (Wilson & Wilson, 1996).

### **Kecerdasan emosi**

Kecerdasan emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Kecerdasan emosi adalah kemampuan individu untuk mempersepsi, membangkitkan dan memasuki emosi yang dapat membantu menyadari dan mengatur emosi diri sendiri maupun orang lain, sehingga dapat mengembangkan pertumbuhan emosi dan intelektual. Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati, dan berdoa (Goleman, 1999).

Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk menggunakan emosi secara afektif untuk mencapai tujuan, membangun hubungan produktif dan meraih keberhasilan (Patton, 1997). Salovey & Mayer menyatakan bahwa kecerdasan

emosi merupakan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi diri sendiri maupun orang lain, memilah-milah dan menggunakan informasi emosi untuk membimbing pikiran dan tindakan (dalam Shapiro, 1997). Bar-On (dalam Stein & Book, 2002), menggambarkan kecerdasan emosi sebagai serangkaian pribadi, emosi, dan sosial yang mempengaruhi kemampuan individu untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Mayer dan Salovey (dalam Shapiro, 1997), menyatakan ada dua aspek kecerdasan yaitu kecerdasan emosi intra-personal dan kecerdasan emosi inter-personal. Intrapersonal meliputi hal-hal yang berhubungan dengan kematangan pribadi, sedangkan interpersonal lebih berhubungan dengan kematangan dalam menjalin relasi dengan orang lain.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi koneksi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosi memberi informasi penting yang menguntungkan. Umpan balik dari hati dapat memunculkan kreativitas, menjalin hubungan yang saling mempercayai, memberi panduan nurani bagi hidup dan karier, membantu menghadapi kemungkinan yang tidak terduga dan dapat menyelamatkan diri dari kehancuran. Kecerdasan emosi juga menuntut individu untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri dan orang lain dan mampu memberi tanggapan yang tepat, menerapkan dengan efektif informasi dan nergi dalam kehidupan sehari-hari (Cooper & Sawaf, 1997).

### **Konsep-diri, kecerdasan emosi dan efikasi-diri**

Konsep-diri, kecerdasan emosi dan efikasi-diri melibatkan kemampuan kognitif, sosial, dan perilaku. Individu memiliki potensi untuk menggabungkan dan menerapkan kemampuan-kemampuan tersebut dalam menjalankan tugas. Kemampuan diorganisir menuju tindakan yang terintegrasi untuk mencapai sejumlah tujuan.

Konsep-diri merupakan aspek psikologis dalam perkembangan individu dan dapat dikembangkan untuk melengkapi proses perkembangannya yang ideal. Konsep-diri juga merupa-

kan pengertian dan harapan individu mengenai bagaimana diri yang dicita-citakan dan dirinya dalam realita yang sesungguhnya secara fisik maupun psikologis. Konsep-diri adalah gambaran tentang apa yang dipikirkan mengenai diri sendiri, apa yang dianggap mampu untuk mencapainya, apa yang ingin diteladani.

Kecerdasan emosi merupakan proses mencapai emosi yang sehat intrafisik dan intrapersonal. Remaja yang matang secara emosional terlibat kepentingan dengan orang lain, mampu mengekspresikan emosi dengan spontan. Individu yang cerdas secara emosi dapat menentukan dengan tepat kapan dan sejauhmana perlu terlibat dalam masalah sosial, serta dapat turut serta memberikan jalan keluar atau solusi yang diperlukan. Kecerdasan emosi dapat mengkondisikan individu merasa bebas mengekspresikan emosi secara tepat, bertindak lugas, spontan, memiliki rasa humor dan mampu mengatasi stres.

Individu yang memiliki kecerdasan emosi senantiasa belajar untuk mencapai kontrol emosi dengan cara mendekati situasi-situasi yang menimbulkan emosi secara rasional dan logis. Individu juga belajar menerima komentar dengan cara menguji apakah komentar benar-benar sebagai comohan atau sekedar salah ucap, sehingga individu dapat mengekspresikan emosi dengan ekspresi-ekspresi yang secara personal dapat memberikan kepuasan dan diterima orang lain dan kelompok masyarakat.

Remaja yang memiliki efikasi-diri rendah akan mengalami masa remaja yang diperpanjang. Hal ini karena remaja tidak mengembangkan perilaku usaha dan kerja keras, dibayabangi oleh perasaan takut gagal atau bahkan meremehkan setiap permasalahan yang dihadapinya.

Tugas-tugas perkembangan remaja yang tidak dapat diselesaikan dengan baik, maka remaja akhir tidak mampu menyelesaikan tugas perkembangan, misalnya penyelesaian studi tepat waktu, memperoleh pekerjaan, menemukan pasangan hidup dan akan memasuki masa dewasa dengan sikap mental remaja. Secara kronologis sudah memasuki dewasa akhir, tetapi secara mental masih berada pada masa remaja tengah. Krisis akan cenderung berlanjut di usia dewasa

bilamana efikasi-diri tidak mengalami percepatan dalam perkembangannya.

Efikasi-diri yang berkembang dengan baik dan tumbuh dari pengalaman sukses akan membuat individu merasa handal. Perasaan handal akan mendorong individu untuk meningkatkan kapasitas dan kapabilitas diri untuk menghadapi permasalahan dan tantangan yang lebih berat dari permasalahan yang dihadapi sebelumnya. Efikasi-diri akan mendorong individu untuk terus berusaha meningkatkan kemampuan seiring dengan bertambahnya persoalan yang dihadapi dan tantangan yang lebih berat. Individu dengan efikasi-diri cenderung ingin merasakan pengalaman sukses secara berkesinambungan. Efikasi-diri akan membantu individu untuk menyelesaikan tugas-tugas perkembangan secara lebih cepat. Efikasi-diri yang berkembang dengan baik akan mendorong remaja mengambil sikap dan tanggung jawab secara lebih matang dan dewasa. Dalam konteks tugas-tugas perkembangan remaja, konsep-diri dan kecerdasan emosi mendahului tugas perkembangan efikasi diri.

Penelitian ini mengasumsikan konsep-diri dan kecerdasan emosi akan menopang perkembangan efikasi-diri. Efikasi-diri akan dikaji melalui perspektif konsep-diri dan kecerdasan emosi dalam penelitian korelasional. Hal ini sesuai dengan pengertian efikasi-diri adalah keyakinan individu untuk menguasai situasi dan memperoleh hasil yang positif. Penilaian individu terhadap efikasi-diri berperan besar dalam menentukan bagaimana individu melakukan pendekatan terhadap berbagai sasaran, tugas dan tantangan.

### Hipotesis

1. Konsep-diri dan kecerdasan emosi secara simultan berhubungan dengan efikasi-diri
2. Konsep-diri secara tersendiri berhubungan positif dengan efikasi-diri
3. Kecerdasan emosi secara tersendiri berhubungan positif dengan efikasi-diri

## METODE

### Subjek

Subjek penelitian adalah 150 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Surabaya dan

Jombang Jawa Timur. Sampel diambil dengan teknik *purposive random sampling*.

### Alat ukur

Efikasi-diri diukur skala Efikasi-Diri Global (ED-G) dari Jerusalem dan Schwarzer (dalam Schwarzer dkk., 1997) versi Bahasa Inggris yang diadaptasi dalam Bahasa Indonesia. Skala terdiri dari 4-poin, sama sekali tidak benar skor 0, agak benar skor 1, hampir benar skor 2 dan sepenuhnya benar skor 3. Bobot faktor 10-aitem skala efikasi-diri versi bahasa Inggris adalah 0,40 sampai dengan 0,73.

Konsep-diri diukur dengan 5-poin skala konsep-diri, sangat setuju skor 5 sampai sangat tidak setuju skor 1. Skala berisi 47 aitem terdiri dari: 5 aitem aspek konsep-diri fisik (Contoh, "Saya bangga dengan postur tubuh yang saya miliki"); 9 aitem aspek konsep-diri psikis (Contoh, "Kegagalan rasanya lebih akrab dalam kehidupan saya"); 8 aitem aspek konsep-diri sosial (Contoh, " Saya merasa orang lain suka meremehkan saya"); 7 aitem aspek konsep-diri emosional (Contoh, "Saya memaklumi setiap kritikan yang ditujukan kepada saya"); 8 aitem aspek konsep-diri aspirasi (Contoh, "Sulit rasanya membayangkan masa depan saya nantinya"), dan; 10 aitem aspek konsep-diri prestasi (Contoh, "Saya enggan bersaing dengan teman-teman"). Indeks validitas 0,259 s/d 0,659, reliabilitas alpha 0,740.

Kecerdasan emosi diukur dengan 5-poin skala kecerdasan emosi, sangat setuju skor 5 sampai sangat tidak setuju skor 1. Skala berisi 70 aitem terdiri dari: 12 aitem aspek mengenal emosi diri (Contoh, "Sedih atau kecewa, saya bingung menentukan perasaan saya saat ini"); 11 aitem aspek mengelola emosi diri (Contoh, " Saya bingung, kepada siapa saya harus meluapkan kemarahan saya"); 17 aitem aspek memotivasi diri (Contoh, "Saya berusaha meraih cita-cita yang saya impikan"); 15 aitem aspek mengenal emosi orang lain (Contoh, "Saya turut merasa bahagia apabila teman saya yang berprestasi"), dan; 15 aitem aspek membina hubungan (Contoh, "Saya mampu mendamaikan konflik yang terjadi di antara teman-teman"). Indeks validitas 0,258 s/d 0,627, reliabilitas alpha 0,742.

## HASIL

Hasil uji simultan  $R = 0,428$ ,  $F = 10,872$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Variabel konsep-diri dan kecerdasan emosi secara simultan dan sangat signifikan berhubungan dengan efikasi-diri.  $R^2 = 0,183$  menunjukkan 18,3% proporsi variasi efikasi-diri dapat dijelaskan melalui konsep-diri dan kecerdasan emosi, sisanya sebesar 81,7% dijelaskan faktor lain yang tidak dianalisis. Konstanta - 1,054 adalah skor efikasi-diri jika tidak ada konsep-diri dan kecerdasan emosi. Hasil uji parsial konsep-diri  $r$  parsial = 0,013,  $p = 0,885$  ( $p > 0,05$ ). Variabel konsep-diri secara tersendiri tidak berhubungan dengan efikasi-diri. Hasil uji parsial kecerdasan emosi  $r$  parsial = 0,330,  $p = 0,001$  ( $p < 0,01$ ). Variabel kecerdasan emosi secara tersendiri berhubungan positif dan sangat signifikan dengan efikasi-diri.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan nilai probabilitas antara variabel konsep-diri dan kecerdasan emosi dengan efikasi-diri kurang dari 1%, sehingga dapat dikatakan bahwa konsep-diri dan kecerdasan emosi secara sangat signifikan berhubungan positif dengan efikasi-diri. Artinya variasi tinggi rendahnya efikasi-diri dapat dijelaskan melalui tinggi rendahnya konsep-diri dan tinggi rendahnya kecerdasan emosi. Temuan penelitian memperlihatkan konsep-diri dan kecerdasan emosi secara simultan berlaku sebagai prediktor efikasi-diri. Hal ini berarti bahwa remaja yang memiliki konsep-diri yang tinggi dan kecerdasan-emosi yang tinggi akan menunjukkan efikasi-diri yang tinggi pula. Demikian hubungan konsep-diri dan kecerdasan-emosi dengan efikasi-diri pada remaja dijelaskan sebagai berikut:

Efikasi-diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya melakukan tindakan dalam suatu tugas, mengatasi hambatan-hambatan yang dihadapi, dan melakukan tindakan yang diperlukan dalam situasi tertentu. Maksud tindakan yang diperlukan dalam situasi tertentu adalah bila individu dihadapkan pada situasi yang benar-benar akan menghambat tujuan sukses yang hendak ingin dicapai, dengan efikasi-diri individu yakin bahwa ia mampu mengatasi

dan akan berusaha keras dengan segala kemampuan tanpa mengabaikan konsep-diri dan kecerdasan emosi untuk mengontrol situasi tersebut agar tidak mengacaukan tujuan yang akan dicapai oleh individu dengan baik.

Hal ini senada dengan yang dikemukakan oleh Bandura bahwa Efikasi-diri menunjuk pada keyakinan individu tentang kapasitas untuk menggunakan kontrol peristiwa yang mempengaruhi hidupnya (Bandura dalam Mikkelsen & Einarsen, 2002).

Pada tahap ini, penelitian ini juga dapat membuktikan bahwa efikasi-diri seseorang atau individu yang ditopang dengan konsep-diri yang tinggi dan kecerdasan-emosi yang tinggi akan membuat individu untuk tidak mudah menyerah terhadap tantangan atau hambatan dan segera bangkit dari kegagalan. Hal ini sesuai dengan pendapat Reivich & Shatte (2002), yang mengatakan bahwa individu dengan efikasi-diri tinggi memiliki komitmen memecahkan masalah dan tidak akan menyerah ketika menyadari strategi yang sedang digunakan tidak berhasil. Pendapat Reivich & Shatte tersebut di atas mempertegas pendapat Bandura (1994), yang mengatakan bahwa individu dengan efikasi-diri tinggi akan efektif menghadapi tantangan, memiliki kepercayaan penuh dengan kemampuan diri, cepat menghadapi masalah dan mampu bangkit dari kegagalan.

Selanjutnya nilai korelasi pada ketiga variabel tersebut ( $r = 0,428$ ) menurut Azwar (2006) dan Hadi (2000), bahwa koefisien korelasi bergerak dari nilai nol hingga satu, sehingga hasil nilai korelasi dalam penelitian ini tergolong cukup. Selanjutnya koefisien determinasi menunjukkan bahwa konsep-diri dan kecerdasan emosi mampu memberikan sumbangan efektif terhadap efikasi diri sebesar 18,3%, yang hal ini dapat dikatakan bahwa selain faktor konsep-diri dan kecerdasan emosi, terdapat faktor lain yang relevan berkorelasi dengan efikasi diri.

Menurut Bandura (dalam Gufron & Risnawati 2012), bahwa efikasi diri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengaruh persuasi sosial yang merupakan unsur kepribadian yang berkembang melalui pengamatan individu terhadap akibat-akibat tindakannya dalam situasi tertentu. Dalam artian bahwa persepsi individu mengenai dirinya dibentuk selama hidup-

nya melalui *reward* dan *punishment* dari orang-orang sekitarnya. Unsur penguat tersebut (*reward* dan *punishment*) lama-kelamaan dihayati oleh individu sehingga terbentuk pengertian dan keyakinan mengenai kemampuan diri. Bandura (dalam Gufron & Risnawati 2012), mengatakan bahwa persepsi terhadap efikasi-diri pada setiap individu berkembang dari pencapaian secara berangsur-angsur akan kemampuan dan pengalaman tertentu secara terus menerus. Kemampuan mempersepsikan secara kognitif terhadap kemampuan yang dimiliki memunculkan keyakinan atau kemantapan diri yang akan digunakan sebagai landasan bagi individu untuk berusaha semaksimal-mungkin mencapai target yang hendak dicapai atau yang telah ditetapkan.

Kajian pustaka menyimpulkan para peneliti mendokumentasikan faktor-faktor internal sebagai faktor yang mempengaruhi efikasi diri. Faktor internal merupakan faktor kemampuan sebagai hasil dari belajar, diantaranya adalah penguasaan pengalaman sukses, pengalaman vikarius dan persuasi verbal (Elias & Mac Donald, 2007).

Sedangkan hasil uji korelasi yang menunjukkan bahwa variabel konsep-diri secara tersendiri tidak berhubungan dengan efikasi-diri. Kemungkinan tidak ada hubungan dikarenakan faktor efikasi-diri merupakan faktor internal yang berkembang bersama-sama dengan konsep-diri. Kemungkinan yang lain terkait tidak ada hubungan positif antara konsep-diri dengan efikasi-diri adalah sebagaimana yang dikemukakan oleh Bong & Clark (dalam Choi, 2005), mengatakan bahwa efikasi-diri berbeda dengan konsep-diri. Konsep-diri adalah multi dimensional dalam komponen kognitif dan afektif. Konsep-diri adalah gabungan deskripsi atribut kognitif individu dan evaluasi afektif terhadap atribut-atribut kognitif dalam perbandingan dengan orang lain. Efikasi-diri adalah unidimensional, didominasi atribut kognitif. Berbeda dengan konsep-diri, efikasi-diri terutama adalah penilaian kognitif kapasitas individu terhadap kemampuan kinerjanya di masa yang akan datang berdasarkan kinerjanya di masa lampau.

Hasil uji simultan dikoreksi dengan hasil uji parsial yang menunjukkan konsep-diri tidak berhubungan dengan efikasi-diri. Kecerdasan emosi berhubungan positif dan sangat signi-

fikan dengan efikasi-diri. Temuan penelitian berarti hubungan simultan konsep-diri dan kecerdasan emosi dengan efikasi-diri dimungkinkan adanya faktor kecerdasan emosi. Hubungan parsial memberikan informasi tidak adanya hubungan konsep-diri dengan efikasi-diri terjadi setelah mengontrol kecerdasan emosi. Hubungan kecerdasan emosi dengan efikasi-diri tetap terjadi dengan atau tanpa mengontrol konsep-diri.

Gambaran remaja tentang penampilannya, dengan seksnya, arti penting tubuhnya dalam hubungannya dengan perilakunya, dan gengsi yang diberikan tubuhnya di mata orang lain; Gambaran remaja tentang kemampuan dan ketidakmampuannya, harga dirinya dan hubungannya dengan orang lain; gambaran remaja tentang hubungannya dengan orang lain, dengan teman sebaya, dengan keluarga, dan lain-lain; Gambaran remaja tentang emosi diri, seperti kemampuan menahan emosi, pemarah, sedih, atau riang-gembira, pendendam, pemaaf, dan lain-lain; Gambaran remaja tentang pendapat dan gagasan, kreativitas, dan cita-cita, dan; gambaran remaja tentang kemajuan dan keberhasilan yang akan diraih, baik dalam masalah belajar maupun kesuksesan hidup, kesemuanya merupakan aspek-aspek konsep-diri yang tidak mendorong perkembangan efikasi-diri remaja.

Tidak adanya hubungan antara konsep-diri dengan efikasi-diri remaja kemungkinan karena faktor efikasi-diri merupakan faktor internal yang berkembang bersama-sama dengan konsep-diri.

Hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan efikasi-diri dimungkinkan karena keduanya merupakan variabel internal. Efikasi-diri tidak didorong oleh faktor eksternal. Efikasi-diri akan didorong oleh adanya kecerdasan emosi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1994). Efikasi-diri. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press. (Reprinted in H. Friedman [Ed.], *Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press, 1998). Available at

- <http://des.emory.edu/mfp/BanEncy.html>.  
Unduh 12 Juni 2011.
- Bandura, A. (1997). *Efikasi-diri: The Exercise of Control*. NY: Freeman & Company.
- Bracke, P., Christiaens, W., & Verhaeghe, M. (2008). Self-Esteem, Efikasi-diri, and the Balance of Peer Support Among Persons With Chronic Mental Health Problems. *Journal of Applied Social Psychology*, 38, 2, 436–459.
- Brady, T.J. (2003). Measures of efikasi-diri, helplessness, mastery, and control: The Arthritis Helplessness Index (AHI)/Rheumatology Attitudes Index (RAI), Arthritis Efikasi-diri Scale (ASES), Children's Arthritis Efikasi-diri Scale (CASE), Generalized Efikasi-diri Scale (GSES), Mastery Scale, Multi-Dimensional Health Locus of Control Scale (MHLHC), Parent's Arthritis Efikasi-diri Scale (PASE), Rheumatoid Arthritis Efikasi-diri Scale (RASE), and Efikasi-diri Scale (SES). *Arthritis Care & Research*, 49, S5, S147–S164.
- Choi, N. (2005). Efikasi-diri and self-concept as predictors of college students' academic performance. *Psychology in the Schools*, 42, 2, 197–205.
- Cooper, R.K., Sawaf, A. 2002. *Executive EQ: Kecerdasan Emosi Dalam Kepemimpinan dan Organisasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Franzblau, S.H., & Moore, M. (2001). Socializing efficacy: a reconstruction of efikasi-diri theory within the context of inequality. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 11, 2, 83–96.
- Geller, K.S., Dzewaltowski, D.A., Rosenkranz, R.R., & Karteroliotis, K. (2009). Measuring Children's Efikasi-diri and Proxy Efficacy Related to Fruit and Vegetable Consumption. *Journal of School Health*, 79, 2, 51–57.
- Germain, R.B. (1978). Self-concept and self-esteem reexamined. *Psychology in the Schools*, 16, 3, 386–390.
- Goleman, D. 1999. *Kecerdasan Emosi: Mengapa EQ Lebih Penting Daripada IQ?* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- King, K, A. (1997). Self-Concept and Self-Esteem: A Clarification of Terms. *Journal of School Health*, 67, 2, 68–70.
- Lyman, R.D., Prentice-Dunn, S., Wilson, D.R., & Bonfilio, S.A. (1984). The effect of success or failure on efikasi-diri and task persistence of conduct-disordered children. *Psychology in the Schools*, 21, 4, 516–519.
- Magaletta, P.R., & Oliver, J.M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. *Journal of Clinical Psychology*, 55, 5, 539–551.
- Mikkelsen, E.G., & Einarsen, S. (2002). Relationships between exposure to bullying at work and psychological and psychosomatic health complaints: The role of state negative affectivity and generalized self-efficacy. *Scandinavian Journal of Psychology*. 43, 5, 397–405.
- Muawanah, L.B. (2012). *Kematangan emosi, konsep diri dan kenakalan remaja*. Tesis. Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945.
- Patton, P. I. (1997). *EQ (Kecerdasan Emosional) di Tempat Kerja*. Jakarta: Pustaka Delaprasasta.
- Shapiro, L. E. (1997). *Mengajarkan Emotional Intelligence pada Anak*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Stein, J.S., Book, E.H. 2002. *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Bandung: Kaifa.
- Vincent, J., & Houlihan, D. (1991). Brief report: Measuring efikasi-diri with female adolescents who are conduct disordered: Validation of the program efficacy scale. *Behavioral Interventions*, 6, 4, 303–310.
- Wilson, J.P., Wilson, S.R. (1996). Sources of Self Esteem and The Person X Situation Controversy, *Psychol. Rep./ Apr.*, 38, 355–8.