

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi adalah pendidikan tinggi yang merupakan lanjutan dari pendidikan menengah. Tujuan pendidikan perguruan tinggi ialah untuk mempersiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik dan/ atau profesional yang dapat menerapkan, mengembangkan dan memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, teknologi atau kesenian (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 60 Tahun 1999).

Salah satu Fakultas yang terdapat di Universitas “X” Bandung adalah Fakultas Psikologi, yang dapat memfasilitasi para lulusannya dengan ilmu, keterampilan, dan kemampuan. Materi yang diajarkan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung untuk menyelesaikan program sarjana strata 1 (S1) antara lain mata kuliah yang berupa teori-teori, seperti mata kuliah psikologi umum, psikologi kepribadian, psikologi perkembangan, psikologi kognitif, psikologi pendidikan, psikologi industri dan organisasi. Selain itu ada juga mata kuliah praktikum, seperti mata kuliah sertifikasi, dan praktikum psikodiagnostik yang merupakan salah satu mata kuliah penting dalam kurikulum fakultas psikologi di Universitas “X” Bandung (<http://www.fakultasx.psikologi>).

Psikodiagnostik adalah ilmu yang mempelajari bagaimana melakukan observasi, wawancara, psikotes, dan tes administrasi. Tujuan dari psikodiagnostik

adalah agar mahasiswa memahami penggunaan semua tes dalam praktek psikologi (<http://www.universitaskpsikologi>). Menurut TU fakultas Psikologi bagian kurikulum salah satu mata kuliah psikodiagnostik yang diajarkan di fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung adalah Pedoman Penyusunan Laporan Kepribadian (PPLK) yang merupakan integrasi dari materi yang dipelajari dari psikodiagnostik I sampai dengan psikodiagnostik VI. Syarat untuk menempuh mata kuliah PPLK itu sendiri adalah harus lulus mata kuliah psikodiagnostik I sampai dengan psikodiagnostik VI. Selain itu, mata kuliah PPLK juga sebagai syarat untuk dapat mengontrak skripsi. Jika mengulang mata kuliah PPLK, maka pengerjaan skripsipun akan tertunda. Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK semestinya sudah mempersiapkan diri pada saat mereka mengontrak mata kuliah PPLK. Karena, inti dari mata kuliah PPLK adalah integrasi dari mata kuliah PD I sampai dengan PD VI yang telah dipelajari, serta ditambah dengan pembuatan laporan akhir pengambilan data sebanyak dua kali yang tetap saja diprioritaskan melalui observasi dan anamnesa yang dikaitkan dengan hasil psikotes itu sendiri.

Menurut Koordinator mata kuliah PPLK, dalam membantu mahasiswa agar dapat memenuhi tuntutan mata kuliah tersebut, maka metode yang digunakan yaitu tatap muka di kelas, diskusi, *feedback*, dan praktikum. Sistem penilaian yang dilakukan pada mata kuliah ini selain dari UTS dan UAS, juga berdasarkan tugas yang dikerjakan dan absensi yang mengharuskan mahasiswa hadir pada setiap tatap muka di kelas. Tuntutan yang harus dipenuhi selama mengontrak mata kuliah PPLK adalah dapat membuat laporan psikologis berdasarkan data yang

yang sudah diperoleh melalui observasi dan anamnesa yang dikaitkan dengan hasil psikotes itu sendiri, namun tetap diprioritaskan pada hasil observasi dan anamnesa. Mahasiswa diharapkan pula untuk dapat mengaplikasikan materi kuliah yang diberikan baik dalam mengerjakan tugas-tugas atau membuat laporan.

Pada semester ganjil tahun ajaran 2007-2008 peneliti melakukan survei terhadap 12 orang mahasiswa yang pernah mengontrak mata kuliah PPLK. Menurut hasil survei, para mahasiswa tersebut mengatakan adanya kecemasan saat pertama kali mengontrak mata kuliah PPLK, karena 'image' mata kuliah PPLK yang tergolong sulit untuk memperoleh nilai optimal sehingga membuat mereka tidak yakin untuk mengerjakan setiap tugas yang diberikan dengan maksimal. Demikian pula dengan tugas yang diberikan, mereka menyatakan tidak percaya diri saat mengerjakan setiap tugas, akibatnya mereka sering mendapatkan *feedback* berupa kritik dan hal tersebut membuat mereka menjadi semakin tidak percaya diri selama mengontrak mata kuliah PPLK. Kemudian menyatakan adanya 'perasaan tegang' untuk bertanya jika ada materi yang kurang dipahami karena mereka takut salah, akhirnya tidak jadi untuk bertanya.

Dari hasil survei terhadap 12 orang mahasiswa tersebut, terdapat 7 orang mahasiswa yang pertama kali mengontrak mata kuliah PPLK dan langsung lulus, mengatakan bahwa mereka merasa yakin dapat mengerjakan semua tugas-tugas selama mengontrak mata kuliah PPLK, namun tetap saja hasilnya tidak optimal karena masih banyak kesalahan yang harus diperbaiki, mereka merasa cukup puas asalkan tidak mengulang mata kuliah PPLK..

Hasil survei selanjutnya pada mahasiswa sebanyak 5 orang yang mengulang pada semester ganjil tahun ajaran 2007-2008 dan langsung lulus, menyatakan bahwa mereka lebih percaya diri dan merasa yakin untuk menjalani mata kuliah PPLK pada semester ini. Mereka langsung lulus mata kuliah PPLK hanya dengan mengulang satu kali. dengan berusaha untuk menghilangkan semua perasaan ketakutan, tidak percaya diri, perasaan cemas dan tegang dengan meningkatkan keyakinan akan kemampuan diri mereka ketika mereka mengerjakan tugas, menghafal materi dan mengikuti setiap pertemuan perkuliahan Mahasiswa yang sedang menjalani mata kuliah PPLK di fakultas Psikologi Universitas "X" diharapkan yakin untuk menentukan cara menyelesaikan tiap tugas yang dihadapi, yakin untuk menentukan cara mengerjakan *feedback* dari dosen ataupun asisten dosen PPLK dan yakin untuk menentukan sikap dan perasaannya dalam menyelesaikan mata kuliah PPLK. Mahasiswa yang sedang menjalani mata kuliah PPLK di Fakultas Psikologi Universitas "X" membutuhkan keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat mengatasi hambatan atau kesulitan dalam menempuh mata kuliah PPLK. Apabila mereka yakin dengan kemampuan dalam menyelesaikan tugas-tugas maka akan lebih mudah untuk menghilangkan rasa kekhawatiran terhadap hambatan yang ada, sehingga dapat mengatasi hambatan pada penyelesaian tiap tugas dan memperbaiki kesalahan. Keyakinan diri akan kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Psikologi untuk mengorganisir dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk menghadapi situasi tertentu disebut *self-efficacy beliefs*.

Menurut Bandura (2002), *self-efficacy beliefs* adalah keyakinan akan kemampuan seorang individu untuk dapat mengorganisir dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai situasi yang diharapkan. *Self-efficacy beliefs* seseorang dapat terlihat dari besar keyakinan dalam menetapkan rangkaian tindakan yang dipilih untuk diteruskan, besar keyakinan untuk mampu mengerahkan dan mengarahkan usaha, besar keyakinan untuk tekun dan memiliki daya tahan saat berhadapan dengan kegagalan dan besar keyakinan atas kemampuan mengelola perasaan yang dihayati saat menghadapi hambatan.

Keyakinan tersebut dapat mempengaruhi mahasiswa Fakultas Psikologi dalam menjalani mata kuliah PPLK, agar mereka mampu memutuskan pilihan yang terbaik buat mereka, kemudian berusaha agar pilihan tersebut berhasil. Selain itu, mahasiswa juga diharapkan dapat mempertahankan keberhasilannya dari segala rintangan dan hambatan dalam menghadapi setiap tugas, serta dapat mengolah perasaan yang dimilikinya agar tidak menghambat dalam menyelesaikan tuntutan yang dihadapinya.

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang memiliki *self-efficacy beliefs* yang tinggi akan merasa yakin dalam menentukan pilihan langkah, atau merasa yakin dapat menentukan cara yang tepat untuk menyelesaikan setiap tugas yang diberikan oleh dosen, merasa yakin untuk terus mengerahkan usaha, dan merasa yakin dapat bertahan lama dalam mempertahankan usahanya, serta merasa yakin dapat mempunyai penghayatan positif terhadap setiap hambatan dan tuntutan yang dihadapi. Dalam hal ini mahasiswa Fakultas Psikologi dengan *self-efficacy beliefs* yang tinggi akan menganggap bahwa hambatan adalah suatu tantangan dan

lebih termotivasi untuk mencapai hasil yang terbaik, demikian sebaliknya untuk mahasiswa Fakultas Psikologi yang juga sedang menjalani mata kuliah PPLK dengan *self-efficacy beliefs* yang rendah.

Bandura (1977) menyatakan bahwa kemampuan yang dimiliki dan kemampuan yang dirasakan memberikan perbedaan yang besar. Individu yang memiliki kemampuan tetapi merasa tidak memiliki, tidak akan menggunakan kemampuannya secara optimal. Sementara individu yang kurang memiliki kemampuan tetapi merasa memiliki kemampuan yang mencukupi akan lebih optimal dalam memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya

Berdasarkan hasil wawancara kepada 10 orang mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengulang mata kuliah PPLK untuk semester selanjutnya, sebanyak 3 mahasiswa merujuk pada *self-efficacy beliefs* yang tinggi yaitu merasa yakin akan kemampuannya untuk menjalani mata kuliah PPLK. Mereka mengerahkan usaha yang lebih besar, seperti memahami setiap materinya agar dapat mengerjakan tugas dan ujian yang diberikan. Mereka juga melakukan diskusi bersama teman-teman ataupun meminta asisten mahasiswa, jika ada hal yang kurang dipahami serta berusaha untuk dapat mengintegrasikan apa yang telah mereka pelajari pada kasus-kasus yang mereka kerjakan, hal tersebut dapat menjadi motivasi bagi mereka selama mengontrak mata kuliah PPLK. Mahasiswa Psikologi yang memiliki *self-efficacy beliefs* yang tinggi memandang mata kuliah PPLK sebagai tantangan yang harus dikuasai dan bukan sebagai ancaman atau sesuatu yang harus dihindari. Dalam proses menjalani mata kuliah PPLK, mereka menentukan tujuan untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal dan

berkomitmen terhadap tujuan tersebut sehingga memberikan usaha yang penuh dengan keyakinan untuk dapat menjalankan segala tuntutan selama mengontrak mata kuliah PPLK. Mereka mengeluarkan usaha yang lebih besar apabila menemui hambatan dan mampu mengontrol sumber stres agar tidak mempengaruhi kesehatan mereka sendiri. Apabila mereka menemukan kegagalan dalam mengerjakan tugas ataupun nilai yang rendah, mereka menganggap bahwa hal tersebut terjadi karena kurangnya usaha yang dikeluarkan dan bukan karena mereka tidak mampu untuk mengerjakan tugas tersebut.

Sebanyak 7 mahasiswa menunjukkan tingkah laku yang merujuk pada *self-efficacy beliefs* yang rendah. Mereka merasa tidak yakin dapat menjalankan segala tuntutan selama menempuh mata kuliah PPLK, sehingga tidak yakin memperoleh hasil yang optimal. Bagi mereka, hal yang terpenting adalah tidak mengulang mata kuliah PPLK, meskipun dengan nilai yang minimal. Mereka menganggap, nilai-nilai tugas mereka sangat kurang, banyak tugas yang dikoreksi, *mood* yang tidak stabil saat mengerjakan tugas maupun saat belajar dikelas dan malas untuk melakukan *feedback*. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy beliefs* yang rendah menentukan tujuan hanya untuk dapat lulus mata kuliah PPLK saja, tanpa hasil yang optimal. Mereka berusaha sebisa mungkin menghindari situasi-situasi yang mengharuskan untuk dapat memperoleh hasil yang optimal dengan tantangan dan tingkat kesulitan yang tinggi, seperti menghindari untuk mengerjakan laporan secara bertahap, maupun berdiskusi dengan asisten dan dosen jika ada hal-hal yang kurang dipahami. Apabila mereka menemui hambatan dan kegagalan selama mengontrak mata kuliah PPLK, mereka menganggap

bahwa memang mereka tidak mampu untuk menjalani mata kuliah PPLK dengan hasil yang optimal dan menyerah begitu saja. Mereka juga tidak mampu untuk mengontrol sumber stres agar tidak mempengaruhi kesehatan fisik mereka.

Berdasarkan data yang sudah diperoleh, mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali, ada yang menunjukkan ciri-ciri *self-efficacy beliefs* yang tinggi dan ada juga yang menunjukkan ciri-ciri *self-efficacy beliefs* yang rendah. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai derajat *self-efficacy beliefs* bidang akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali di Universitas “X” Bandung semester ganjil tahun ajaran 2009-2010

1.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas, masalah yang ingin diteliti adalah bagaimanakah derajat *self-efficacy beliefs* bidang akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali di Universitas “X” Bandung semester ganjil tahun ajaran 2009-2010

1.2 Maksud dan Tujuan

1.2.1 Maksud Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai *self-efficacy beliefs* bidang akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata

kuliah PPLK lebih dari satu kali di Universitas “X” Bandung semester ganjil tahun ajaran 2009-2010.

1.2.2 Tujuan Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai *self-efficacy beliefs* guna memahami secara mendalam melalui sumber-sumber yang mempengaruhi derajat *self-efficacy beliefs* bidang akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali di Universitas “X” Bandung semester ganjil tahun ajaran 2009-2010.

1.3 Kegunaan Penelitian

1.3.1 Kegunaan Teoritis

1. Memberikan informasi tambahan bagi ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan mengenai *self-efficacy beliefs* pada mahasiswa Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK.
2. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai *self-efficacy beliefs* pada bidang akademik.

1.3.2 Kegunaan Praktis

1. Memberi informasi bagi dosen wali mengenai derajat *self-efficacy beliefs* serta sumber-sumber yang mempengaruhi, sehingga mahasiswa dapat mengatasi hambatan atau kesulitan selama mengontrak mata kuliah PPLK.

2. Sebagai masukan bagi dosen pengajar mengenai derajat *self-efficacy beliefs* serta sumber-sumber yang mempengaruhi *self-efficacy beliefs*, sehingga dapat membantu mahasiswa Fakultas Psikologi untuk mengatasi dan memberikan solusi jika menghadapi hambatan atau kesulitan selama mengontrak mata kuliah PPLK untuk meningkatkan derajat *self-efficacy beliefs*nya.

1.4 Kerangka Pikir

Masa dewasa awal menurut Hurlock (1981) adalah suatu periode penyesuaian diri pada pola-pola kehidupan dan harapan-harapan sosial yang baru. Masa dewasa awal diperkirakan dimulai pada usia 18-25 tahun. Selama masa dewasa awal yang panjang ini, terjadi perubahan pemikiran kognitif dalam belajar, dimana pada tahap ini individu sudah dapat berpikir secara abstrak tanpa melihat situasi-situasi yang konkrit, dan individu mampu untuk menghadapi persoalan-persoalan yang sifatnya hipotesis (dapat menggunakan kemungkinan-kemungkinan yang ada, dan mampu mengatasi masalah yang lebih kompleks yang membutuhkan logika dan penalaran), serta harapan-harapan yang timbul akibat perubahan-perubahan tersebut. Pada mata kuliah PPLK proses belajar yang dilakukan mahasiswa dapat dilihat dari mampu tidaknya mahasiswa dalam mencapai tuntutan yang diinginkan mata kuliah tersebut, yaitu mahasiswa harus dapat menganalisis kasus serta membuat laporan psikologis berdasarkan data yang sudah diambil melalui observasi dan anamnesa (Koordinator mata kuliah PPLK). Dalam pengerjaannya, mahasiswa harus memiliki kesungguhan, kerja keras,

konsistensi, dan kemandirian dan dituntut untuk mampu mengatasi segala permasalahan atau kesulitan dalam proses belajar agar dapat lulus dengan hasil yang optimal. Untuk menunjang hal-hal tersebut diatas diperlukan *self-efficacy beliefs* yang tinggi.

Mata kuliah PPLK merupakan salah satu tantangan yang dihadapi mahasiswa Fakultas Psikologi dalam dunia perkuliahan dimana dalam pengerjaannya mahasiswa harus memiliki kesungguhan, kerja keras, konsistensi, dan kemandirian. Dalam menjalani mata kuliah PPLK tersebut mahasiswa Fakultas Psikologi diharapkan mampu mengatasi hambatan dan menyelesaikan setiap tugas yang diberikan dengan tepat waktu, untuk itu mahasiswa Fakultas Psikologi memerlukan keyakinan dalam diri mereka yang disebut *self-efficacy beliefs*. *self-efficacy beliefs* yang diproses secara kognitif oleh mahasiswa Fakultas Psikologi menghasilkan *self-efficacy beliefs* yang dikeluarkan dalam bentuk tingkah laku.

Menurut Bandura (2002), *self-efficacy beliefs* adalah keyakinan akan kemampuan seorang individu untuk dapat mengorganisir dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai situasi yang diharapkan. *Self-efficacy beliefs* seseorang dapat mempengaruhi besar keyakinan dalam menetapkan rangkaian tindakan yang dipilih untuk diteruskan, besar keyakinan untuk mampu mengerahkan dan mengarahkan usaha, besar keyakinan untuk tekun dan memiliki daya tahan saat berhadapan dengan kegagalan dan besar keyakinan untuk mengarahkan penghayatan perasaannya.

Tinggi rendahnya derajat *self-efficacy beliefs* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK dapat dilihat dari keyakinan untuk membuat pilihan, yaitu mahasiswa merasa yakin akan kemampuannya untuk menentukan prioritas pada kegiatan-kegiatan yang dilakukannya, misalnya saat mahasiswa psikologi harus memilih untuk mengerjakan tugas-tugas mata kuliah PPLK atau memilih ajakan teman untuk bermain. Mahasiswa juga dapat menentukan pilihan berdasarkan kemampuan yang ia miliki, misalnya mahasiswa yang memiliki pemahaman akan pentingnya mata kuliah ini sehingga dapat menentukan prioritas dan banyaknya kesulitan selama mengerjakan tugas-tugasnya akan memilih untuk berusaha lebih keras agar dapat lulus dengan hasil optimal.

Keyakinan akan usaha yang dikeluarkan merupakan keyakinan akan kemampuan mahasiswa psikologi mengerahkan usahanya dalam menempuh mata kuliah PPLK. Pengerahan usahanya dapat bermacam-macam, misalnya berusaha mengerjakan tugas-tugas yang diberikan secara bertahap, sehingga tidak menganggap tugas-tugasnya terlalu banyak ataupun meminta jadwal *feedback* tambahan diluar jadwal yang sudah ditetapkan. Bila mahasiswa psikologi tidak dapat mengerahkan usahanya selama mengontrak mata kuliah PPLK, maka hal tersebut akan menjadi penghambat dalam mencapai kelulusan mata kuliah tersebut.

Keyakinan untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan dan kegagalan merupakan keyakinan akan kemampuan untuk bertahan dalam mengatasi masalah-masalah yang mungkin timbul maupun kegagalan dalam mencapai target

kelulusan mata kuliah PPLK. Daya tahan dapat tercermin dari keyakinan terhadap kemampuan mahasiswa psikologi untuk tetap mengerjakan tugas-tugas mata kuliah PPLK meskipun terdapat tugas-tugas dari mata kuliah lainnya, ataupun kondisi fisik yang tidak baik. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan bertahan selama mengontrak mata kuliah PPLK menunjukkan sikap dengan menunda mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, tidak pernah hadir pada jadwal *feed back* yang telah ditentukan, tidak antusias saat mengikuti setiap perkuliahan, dan menjadikan kondisi fisik sebagai alasan untuk menghindari tanggung jawabnya sebagai mahasiswa psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK.

Keyakinan untuk dapat menghayati perasaan juga merupakan hal yang sangat penting, agar mahasiswa psikologi mampu untuk mengelola apa yang ada dipikirannya terhadap emosi yang dirasakannya, yakin mampu mengelola tindakan yang dilakukan untuk mengelola perasaan secara efektif, dan yakin mampu mengatur persepsi terhadap emosi tersebut. Misalnya jika mahasiswa psikologi mengalami kegagalan dengan memperoleh nilai rendah pada tugas-tugas yang dikerjakannya dan merasa kecewa, maka mahasiswa dengan *self-efficacy beliefs* tinggi akan menghayati perasaan kecewa tersebut sebagai suatu kegagalan yang disebabkan usahanya tidak optimal, sehingga ia akan berjuang lebih keras lagi untuk mencapai target keberhasilan menjalankan tuntutannya selama mengontrak mata kuliah PPLK dengan hasil optimal.

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang menjalani mata kuliah PPLK dengan *self-efficacy beliefs* tinggi akan memiliki keyakinan dalam menentukan

pilihan saat mengerjakan setiap tugas sehari-hari yang diberikan, yakin untuk mampu dalam menentukan pilihan yang berkaitan dengan mengumpulkan dan mengolah data dan membuat pilihan yang berkaitan dengan *feedback*. Kemudian merasa yakin untuk berusaha mengerjakan tugas-tugas dengan giat, merasa yakin mampu berusaha dengan keras pada saat mengumpulkan dan mengolah data, serta mengerahkan usahanya ketika menghadapi *feedback*. Selain itu merasa yakin untuk tidak mudah menyerah pada saat menghadapi hambatan seperti saat mengerjakan tugas-tugas PPLK, tetap yakin untuk mampu bertahan saat mengumpulkan dan mengolah data, dan yakin untuk mampu bertahan saat menghadapi *feedback*. Dan terakhir mampu mengelola apa yang dipikirkan terhadap emosi yang dirasakan dan mampu mengelola perasaan secara efektif serta mampu mengatur penghayatan terhadap emosi tersebut ketika harus mengerjakan tugas yang diberikan, mengumpulkan dan mengolah data, dan saat menghadapi *feedback*.

Sedangkan mahasiswa yang memiliki *self-efficacy beliefs* yang rendah tidak merasa yakin untuk mampu dalam menentukan tujuan untuk mendapatkan hasil yang optimal. Mereka akan merasa tidak yakin mampu untuk mengerjakan tugas-tugas secara bertahap, tidak yakin mampu untuk melakukan pengambilan dan pengolahan data maupun berdiskusi dengan asisten dan dosen pada saat *feedback*. Apabila mereka menemui hambatan dan kegagalan selama mengontrak mata kuliah PPLK, mereka akan menganggap bahwa memang mereka tidak yakin mampu untuk menjalani mata kuliah PPLK dengan hasil yang optimal dan

menyerah begitu saja. Mereka juga tidak yakin untuk dapat mengontrol sumber stres agar tidak mempengaruhi kesehatan fisik mereka.

Self-efficacy beliefs pada mahasiswa Fakultas Psikologi dapat diperoleh melalui empat sumber utama. Sumber yang pertama adalah *mastery experiences*, yaitu pengalaman keberhasilan yang dapat membuat seseorang semakin memperkuat penghayatannya terhadap *self-efficacy beliefs* yang dimiliki, sedangkan kegagalan dapat menurunkan *self-efficacy beliefs* terutama jika *self-efficacy beliefs* belum terbentuk dengan mantap sebelum peristiwa kegagalan terjadi. Individu yang memiliki pengalaman berhasil mengenai suatu keterampilan tertentu akan memiliki *self-efficacy beliefs* yang tinggi terhadap keterampilan yang sama dan akan mencapai suatu keberhasilan dengan lebih mudah saat kembali dihadapkan pada situasi yang menuntut keterampilan tersebut. Kemudian sebaliknya jika seseorang pernah mengalami kegagalan dalam suatu keterampilan tertentu maka *self-efficacy beliefs*-nya akan rendah saat dihadapkan kembali pada situasi yang menuntut keterampilan tersebut. Begitu pula dengan pengalaman kegagalan mahasiswa Fakultas Psikologi ketika mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali. Bagaimana penghayatan mahasiswa tersebut atas pengalaman kegagalan mempengaruhi derajat *self-efficacy beliefs* -nya ketika dihadapkan pada situasi dimana mahasiswa tersebut harus mengulang mata kuliah PPLK.

Sumber yang kedua adalah *vicarious experience*, yaitu pengalaman yang diamati oleh mahasiswa Fakultas Psikologi dari individu lain yang dianggap sebagai seorang model oleh dirinya. Pengamatan ini akan semakin tinggi pengaruhnya apabila model yang diamati memiliki lebih banyak kesamaan dengan

dirinya. Sebagai contoh, seorang mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang menjalani mata kuliah PPLK mengamati teman sekelasnya yang memiliki kesamaan usia, jenis kelamin, dan IPK yang sama dengan dirinya. Apabila teman sekelasnya berhasil menjalankan setiap tuntutan selama mengontrak mata kuliah PPLK dan mampu menghadapi segala hambatan atau kesulitan, maka bagaimana penghayatan mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut atas keberhasilan model yang diamati sehingga dapat membuat derajat *self-efficacy beliefs* yang tinggi saat mereka menjalankan mata kuliah PPLK. Demikian sebaliknya, apabila teman sekelasnya tidak berhasil menjalankan setiap tuntutan selama mengontrak mata kuliah PPLK dan tidak mampu menghadapi segala hambatan atau kesulitan, maka bagaimana penghayatan mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut atas kegagalan model yang diamati sehingga dapat membuat derajat *self-efficacy beliefs* rendah saat mereka menjalankan mata kuliah PPLK.

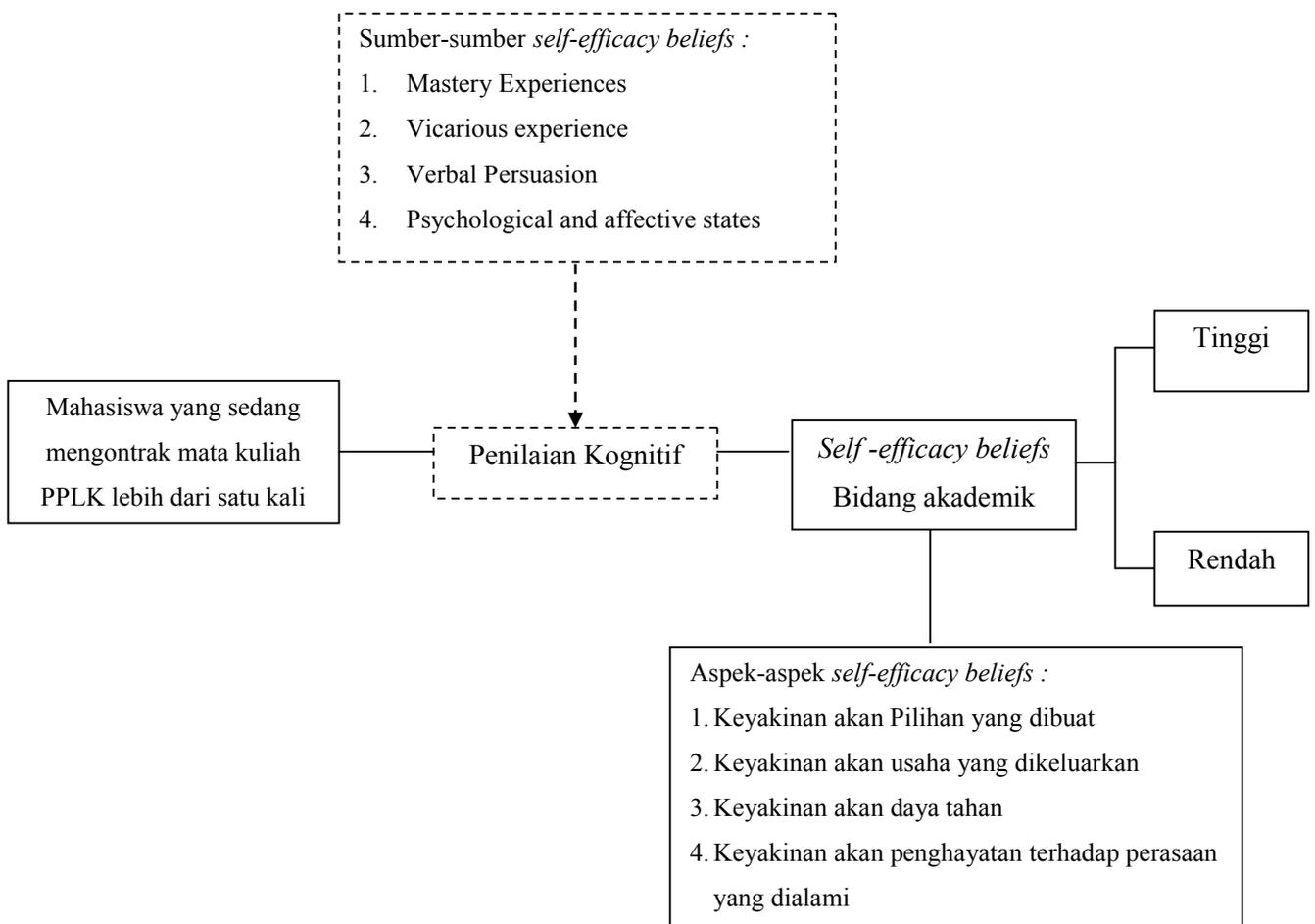
Sumber yang ketiga adalah *verbal persuasion*, Persuasi verbal meliputi nasehat atau anjuran, peringatan yang dilakukan oleh orang lain atau pun diri sendiri. Persuasi verbal yang disampaikan orang lain terhadap seorang individu termasuk didalamnya adalah bentuk-bentuk pernyataan verbal. Contohnya mahasiswa Fakultas Psikologi dipersuasi secara verbal dengan diberi pujian secara langsung oleh dosen atau asisten dosen, teman atau orang tua yang menyatakan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut memiliki kemampuan untuk menjalankan mata kuliah PPLK, maka bagaimana penghayatan mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut atas pujian yang diberikan sehingga ia akan memiliki keyakinan yang lebih tinggi terhadap kemampuannya selama menjalankan semua

tuntutan selama mengontrak mata kuliah PPLK dan akan meningkatkan usahanya ketika menghadapi hambatan atau kesulitan. Sebaliknya bagaimana penghayatan mahasiswa Fakultas Psikologi bila dikritik dan dipersuasi secara langsung bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut tidak memiliki kemampuan untuk menjalankan tuntutan maupun mengatasi hambatan atau kesulitan, maka akan menurunkan keyakinannya sehingga akan mudah menyerah saat menghadapi hambatan atau kesulitan selama mengontrak mata kuliah PPLK.

Sumber terakhir adalah *physiological and affective states*. Yaitu sumber *self-efficacy beliefs* yang berasal dari pandangan individu mengenai keadaan emosi maupun fisiknya sendiri. Melalui *physiological and affective states*, mahasiswa Fakultas Psikologi akan memiliki *self-efficacy beliefs* dengan mengubah pandangan, interpretasi, dan anggapannya mengenai kondisi fisik dan emosionalnya. Seringkali mahasiswa Fakultas Psikologi menginterpretasi bahwa mereka mengalami keterbatasan secara fisik atau gangguan emosional yang dapat menghambat mereka untuk mengerjakan semua tugas-tugas selama mereka mengontrak matakuliah PPLK. Interpretasi mahasiswa Fakultas Psikologi terhadap apa yang dirasakan dalam dirinya menentukan derajat *self-efficacy beliefs* yang muncul dalam diri mahasiswa. Misalnya menginterpretasi rasa kecewa saat mengalami hambatan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen ke arah yang positif sebagai sesuatu yang dapat menggugah mahasiswa menumbuhkan *self-efficacy beliefs* yang tinggi, mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut merasa hal ini disebabkan karena kurangnya usaha yang dia berikan saat mengerjakan setiap tugas, sehingga mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut

berusaha lebih keras lagi untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugasnya. Namun bila mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut menginterpretasi rasa kecewanya kearah negatif akan menyebabkan rendahnya *self-efficacy beliefs* dalam diri.

Untuk memperjelas konsep di atas, maka dapat diamati melalui bagan berikut ini :



Bagan 1.5 Kerangka Pemikiran

1.5 Asumsi

Berdasarkan kerangka pemikiran tersebut dapat diasumsikan bahwa :

- Mahasiswa fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK usia 21-25 memiliki derajat *self-efficacy beliefs* yang berbeda-beda.
- Mahasiswa fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali melakukan penilaian kognitif terhadap keempat sumber utama yaitu *mastery experience*, *vicarious experience*, *verbal persuasion*, dan *psychological and affective states* dalam membentuk *self-efficacy beliefs* -nya
- Penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) menentukan tinggi rendahnya derajat *self-efficacy beliefs* yang dihayati oleh mahasiswa fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali.
- *Self-efficacy beliefs* pada mahasiswa fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK lebih dari satu kali mempengaruhi keyakinan akan pilihan yang dibuat, keyakinan akan besarnya usaha, keyakinan akan daya tahan dan keyakinan akan penghayatan perasaannya.