

## **SELF-EFFICACY DAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN**

Oleh:

Widiyanti

Dosen Teknik Mesin Fakultas Teknik Universitas Negeri Malang;

E-mail : widi\_66@yahoo.com

**Abstrak:** Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) sebagai institusi pendidikan dan pelatihan yang menyediakan tenaga kerja tingkat menengah mempunyai jalinan kerjasama dengan dunia usaha/industri. Di/Di dalam hal ini tidak saja mengutamakan prestasi akademik semata namun juga mempertimbangkan kecakapan personal yang berupa *self-efficacy* dan kecerdasan emosional (EQ). Kedua faktor tersebut diwujudkan salah satunya dalam kemampuan membina hubungan yang merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi hingga berpengaruh besar pada sikap pengambilan keputusan yang mutlak diperlukan bagi pekerja. Implementasi kemampuan *self-efficacy* dan pengelolaan kecerdasan emosional dapat dideskripsikan dalam kurikulum berkarakter pada KTSP SMK.

**Kata-kata kunci:** *self-efficacy*, kecerdasan emosional

Kehidupan manusia yang selalu ingin mengembangkan diri dan membangun lingkungannya dapat diwujudkan dengan optimalisasi daya untuk dapat bekerja. Dengan bekerja mereka mendapatkan kebutuhan material, kebutuhan kerjasama akan dirinya yang dapat terpenuhi. Pendidikan kejuruan di Indonesia yang kehadirannya tertuang dalam UUSPN kiranya dapat merupakan alternatif jawaban yang paling tepat, sebab seperti yang tersirat dalam pernyataan di atas juga didorong adanya tuntutan kerja di satu pihak serta suasana yang kompetitif di pihak lain.

Dalam Pasal (15) Penjelasan atas UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dinyatakan bahwa pendidikan kejuruan merupakan pendidikan menengah yang mempersiapkan peserta didik terutama untuk bekerja dalam bidang tertentu. Pendidikan kejuruan pada dasarnya mengemban tiga fungsi pokok,

yaitu: (1) fungsi pengembangan bakat, yang berarti berusaha memberikan pelayanan secara luas bagi para peminat yang ingin mengembangkan bakat dan minatnya terkait dengan bidang lapangan kerja tertentu; (2) fungsi pendidikan dasar keterampilan dan kebiasaan yang mengarah pada dunia kerja, yang berarti berusaha memberikan berbagai keterampilan dasar serta berbagai kebiasaan yang diperlukan, yang terarah pada dunia kerja yang ada di masyarakat; dan (3) fungsi kepelatihan, yaitu memberikan latihan keterampilan, baik yang telah berkembang bakatnya sesuai dengan pilihan berdasarkan minatnya masing-masing maupun bagi yang telah mendapatkan pendidikan dasar keterampilan tertentu. Dalam fungsi yang ketiga ini pendidikan kejuruan harus mampu memberikan berbagai macam kebutuhan untuk memperoleh pengalaman melalui pendidikan.

Beberapa pendapat yang melandasi pentingnya keberadaan pendidikan kejuruan menurut Slamet PH (1990:7) antara lain: (1) bagi siswa adalah untuk persiapan kerja, **perbaiki konsep diri**, pengembangan kepemimpinan, persiapan belajar lebih lanjut, memberikan dasar untuk mencari penghasilan, persiapan karier lebih lanjut, penyesuaian terhadap perubahan; (2) bagi organisasi/institusi adalah untuk memberikan pekerja yang terampil, etos kerja tinggi, meningkatkan kualitas dan produktivitas kerja serta dapat menghemat biaya operasional; (3) bagi masyarakat adalah untuk dapat meningkatkan penghasilan, serta mengurangi pengangguran dan dapat menciptakan penduduk dengan kualitas yang lebih baik (Haryana, 1995).

Dari uraian di atas diketahui bahwa dalam pendidikan kejuruan selain dibekali dengan keterampilan kognitif dan keterampilan teknis (vokasional), peserta didik juga dibekali dengan kelengkapan kecakapan pengaturan diri yang diantaranya adalah pengendalian kecerdasan emosional dan *self-efficacy* yang tinggi.

### **SELF-EFFICACY SISWA**

*Self efficacy* umumnya didefinisikan sebagai keyakinan pada kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan atau hasil. *Self efficacy* siswa merupakan salah satu dimensi penting dalam pendidikan kejuruan. Alasan yang utama adalah proses pembelajaran kejuruan sangat dipengaruhi oleh keyakinan siswa terhadap pelajaran di bidang kejuruan yang mengutamakan keterampilan psikomotorik.

Konsep *self-efficacy* terletak di pusat Bandura sebagai teori sosial kognitif, yang menekankan peran pembelajaran observasi-

onal dan sosial pengalaman dalam pengembangan kepribadian. Konsep utama dalam teori kognitif sosial adalah bahwa tindakan individu dan reaksi di hampir setiap situasi dipengaruhi oleh tindakan individu yang telah diamati pada orang lain. Orang mengamati orang lain yang bertindak dalam lingkungan alam atau sosial. Pengamatan ini diingat oleh individu dan membantu membentuk perilaku sosial dan proses kognitif. Pendekatan teoretis mengusulkan gagasan bahwa dengan mengubah cara individu belajar perilaku mereka dalam tahap awal pengembangan mental dapat memiliki dampak besar pada proses mental mereka dalam tahap akhir, karena *self-efficacy* yang dikembangkan dari pengalaman eksternal dan persepsi diri dan berpengaruh dalam menentukan hasil dari banyak peristiwa, ini merupakan aspek penting dari teori kognitif sosial.

Artikulator dengan deskriptif tersebut dalam pendidikan kejuruan kurikulum KTSP, *self efficacy* juga dituntut untuk dikembangkan. Pengembangan *self efficacy* dalam pendidikan kejuruan antara lain menyebutkan bahwa ketiga bidang normatif, adaptif dan produktif harus menanamkan sikap menghargai karya dalam kehidupan. Penanaman sikap tersebut, yakni merasa ingin mengetahui, perhatian, minat dalam kejuruan, bersikap ulet dan percaya diri, dan pemecahan masalah (Permendiknas No.23 Tahun 2006).

Secara teoretis, menurut Albert Bandura *self efficacy* adalah kepercayaan (*belief*) atau keyakinan seseorang dapat menguasai situasi dan menghasilkan hasil (*outcomes*) yang positif. *Self efficacy* menurut hasil penelitian Bandura mempengaruhi siswa dalam memilih kegiatannya. Siswa dengan *self efficacy*

yang rendah mungkin menghindari pelajaran yang banyak tugasnya, khususnya untuk tugas-tugas yang menantang, sedangkan siswa dengan *self-efficacy* tinggi mempunyai keinginan yang besar untuk mengerjakan tugas-tugasnya (Prakoso, 1996:11). Masih menurut analisis teoritis Bandura, *self-efficacy* yang dirasakan adalah keyakinan seseorang tentang kemampuan mereka untuk menghasilkan tingkat kinerja yang ditunjuk mempunyai pengaruh atas peristiwa-peristiwa yang mempengaruhi kehidupannya.

Proses yang mempengaruhi *self-efficacy* tersebut adalah : (1) motivasional, (2) kognitif, (3) afektif, (4) seleksi. Proses motivasional individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi meningkatkan usaha untuk mengatasi tantangan. Proses kognitif *self-efficacy* berpengaruh terhadap proses berfikir kognitif yang dapat membantu/menghambat perilaku. Proses afektif merupakan pengaturan dan kondisi dan reaksi emosional dengan keyakinan dirinya dapat mempengaruhi stress dan depresi individu dalam menghadapi situasi yang sulit, sedangkan proses seleksi, kemampuan individu dalam menyeleksi tingkah laku dan lingkungan mempengaruhi pencapaian tujuan yang diharapkan (Bandura, 1993:117-135).

Menurut teori sosial kognitif (*social cognitive theory*) Bandura, *self-efficacy* adalah kepercayaan di dalam kapabilitas seseorang untuk mengorganisasikan dan membentuk serangkaian aktivitas yang dibutuhkan untuk melengkapi tugas yang dispesifikasi pada level kompetensi. *Self-efficacy* mempengaruhi pikiran, perasaan, motivasi dan tindakan seseorang (Bandura, 1999:2-3). Peningkatan motivasi tersebut kemudian meningkatkan seseorang untuk

menyelesaikan masalah (Darshanand and Zimmerman, 2008:20).

Dimensi-dimensi yang dapat digunakan untuk mengukur *self-efficacy* tersebut ialah: (1) *magnitude*, (2) *strength*, (3) *generality*. *Magnitude* adalah suatu tingkat kesulitan ketika seseorang meyakini usaha/tindakan yang dapat dilakukan. Apabila tugas-tugas yang dibebankan pada individu disusun menurut tingkat kesulitannya, maka perbedaan *self-efficacy* secara individual mungkin terbatas pada tugas-tugas yang sederhana, menengah atau tinggi. Individu akan melakukan tindakan yang dirasakan mampu untuk dilaksanakannya dan tugas-tugas yang diperkirakan di luar batas kemampuan yang dimilikinya. *Strength* adalah suatu kekuatan yang ada dalam diri seseorang yang dapat diwujudkan dalam meraih performa tertentu, sedangkan *generality* adalah keleluasaan dari bentuk *self-efficacy* yang dimiliki seseorang untuk digunakan dalam situasi lain yang berbeda (Bandura, 1977:194-195).

*Self-efficacy* dapat dibangkitkan melalui empat faktor, yaitu: (1) pengalaman keberhasilan, (2) pengalaman orang lain, (3) persuasi sosial, (4) keadaan fisiologis dan emosi. Pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*) merupakan sumber paling berpengaruh terhadap *self-efficacy* seseorang, karena kegagalan/ keberhasilan pengalaman yang lalu akan menurunkan/meningkatkan *self-efficacy* seseorang untuk pengalaman serupa pada masa mendatang. Pengalaman orang lain (*various experiences*), yaitu pengalaman keberhasilan/kegagalan orang lain dapat mempengaruhi peningkatan *self-efficacy* seseorang dalam mengerjakan tugas yang sama. Persuasi sosial (*social persuasion*), yaitu informasi kemampuan yang disampaikan secara verbal

oleh seseorang yang berpengaruh biasanya digunakan untuk meyakinkan seseorang bahwa ia cukup mampu melakukan suatu tugas. Maksudnya, pendekatan yang dilakukan dengan meyakini seseorang bahwa ia memiliki kemampuan untuk melakukan sesuatu. Pernyataan negatif kompetensi seseorang dalam area tertentu akan berakibat negatif pada seseorang yang sudah kehilangan keyakinan diri. Dalam pada itu, keadaan fisiologis dan emosi (*physiological and emotional states*), yaitu status fisik dan emosi mempengaruhi kemampuan diri seseorang. Emosi yang tinggi, seperti kecemasan pada kemampuan praktik akan mengubah keyakinan diri seseorang tentang kemampuannya. Seseorang dalam keadaan stress, depresi, tegang dapat menjadi indikator kecenderungan mengalami kegagalan (Bandura, 1977: 195-199; Bandura, 1999: 3-5).

Ada beberapa strategi yang dapat meningkatkan *self-efficacy* siswa (Stipek, 1996), yaitu: (1) mengajarkan siswa suatu strategi khusus sehingga dapat meningkatkan kemampuannya untuk fokus pada tugas-tugasnya, (2) memandu siswa dalam menetapkan tujuan, khususnya dalam membuat tujuan jangka pendek setelah mereka membuat tujuan jangka panjang, (3) memberikan *reward* untuk performa siswa. Mengkombinasikan strategi training dengan menekankan pada tujuan dan memberi *feedback* pada siswa tentang hasil pembelajarannya, (4) memberikan *support* atau dukungan pada siswa. Dukungan yang positif dapat berasal dari guru seperti pertanyaan “kamu dapat melakukan ini”, orang tua atau panutannya, (5) meyakinkan bahwa siswa tidak terlalu cemas karena hal itu justru akan menurunkan *self-efficacy*

siswa, (6) menyediakan siswa model yang bersifat positif, (7) karakteristik tertentu dari model dapat meningkatkan *self-efficacy* siswa. *Modelling* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* khususnya ketika siswa mengobservasi keberhasilan teman panutannya yang sebenarnya mempunyai kemampuan yang sama dengan mereka.

Sinergi dengan pendapat Albert Bandura, ilmuwan lain mengemukakan tentang *self-efficacy* yang mempengaruhi terhadap kemampuan siswa dalam ranah akademik (Pajares and Miller, 1994), prestasi siswa, dan kemampuan berbicara (*presentasi*) di depan umum.

Pendapat lain yang mengkritik teori *self-efficacy* dikemukakan oleh Anthony Biglan yang menyebutkan bahwa lingkungan sebenarnya yang mempengaruhi semua perilaku dan aspek-aspek klinis manusia, bukan sebaliknya. Melalui lingkungan penilaian dan target klinis *self-efficacy* dapat diubah (Biglan, 1987:1).

Sampai pada pemaparan ini tampak bahwa *self-efficacy* sangat penting bagi siswa dalam proses pembelajaran kejuruan di sekolah. Artinya, *self-efficacy* yang kuat dibutuhkan siswa dalam belajar baik program normatif, adaptif dan produktif agar dapat mencapai keberhasilan dalam pembelajaran pelajaran tersebut. Siswa dengan *self-efficacy* yang tinggi akan lebih mudah menyelesaikan tugas dan masalah di bidang kejuruan, sedangkan siswa dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas dan masalah. Sebagai bahan renungan, asumsi teoretis tersebut belum tentu terbukti pada semua realitas siswa dalam mempelajari bidang kejuruan. Hal ini karena mungkin saja kemampuan siswa dalam penyelesaian tugas dan masalah dipengaruhi

lingkungan tertentu dimana *self-efficacy* siswa dapat berubah.

### **KECERDASAN EMOSIONAL**

Dalam proses belajar mengajar di sekolah sering ditemukan siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan inteligensinya. Ada siswa yang mempunyai kemampuan inteligensi tinggi tetapi memperoleh prestasi belajar yang relatif rendah, namun ada siswa yang walaupun kemampuan inteligensinya relatif rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Itu sebabnya taraf inteligensi bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang, karena ada faktor lain yang mempengaruhi. Menurut Goleman (2000 : 44), kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (mood), berempati serta kemampuan bekerja sama.

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional.

Keterampilan EQ bukanlah lawan keterampilan IQ atau keterampilan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, EQ tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan. (Shapiro, 1998-10).

Menurut Goleman (2002:512), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

### **Faktor Kecerdasan Emosional**

Goleman mengutip Salovey (2002: 58-59) menempatkan kecerdasan pribadi Gardner dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicituskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima kemampuan utama, yaitu :

#### **a. Mengenali Emosi Diri**

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, disebut juga sebagai metamood, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Menurut Mayer (Goleman, 2002 : 64) kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

#### **b. Mengelola Emosi**

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar

emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampaui lama akan mengoyak kestabilan kita (Goleman, 2002 : 77-78). Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.

#### c. Memotivasi Diri Sendiri

Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

#### d. Mengenal Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Menurut Goleman (2002 :57) kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

Rosenthal dalam penelitiannya menunjukkan bahwa orang-orang yang mampu membaca perasaan dan isyarat non verbal lebih mampu menyesuaikan diri secara emosional, lebih populer, lebih mudah beraul, dan lebih peka (Goleman, 2002 : 136). Seseorang yang mampu

membaca emosi orang lain juga memiliki kesadaran diri yang tinggi. Semakin mampu terbuka pada emosinya sendiri, mampu mengenal dan mengakui emosinya sendiri, maka orang tersebut mempunyai kemampuan untuk membaca perasaan orang lain.

#### e. Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi (Goleman, 2002:59). Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkan dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain.

Orang-orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Orang berhasil dalam pergaulan karena mampu berkomunikasi dengan lancar pada orang lain. Orang-orang ini populer dalam lingkungannya dan menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuannya berkomunikasi (Goleman, 2002 :59). Ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain dapat dijadikan petunjuk positif bagaimana siswa mampu membina hubungan dengan orang lain. Sejauhmana kepribadian siswa berkembang dilihat dari banyaknya hubungan interpersonal yang dilakukannya.

Sumber daya manusia yang dibentuk dengan pola dan sistem pendidikan kejuruan menunjukkan perubahan nyata dalam penciptaan negara industrialisasi dengan relatif mudah. Prestasi bidang kejuruan yang muncul dalam pencitraan SMK dalam tayangan televisi tidak sepenuhnya bermuara dari sisi akademik saja namun

dipengaruhi pula dengan nuansa emosional. Keterikatan bidang kejuruan dengan dunia usaha/industri bukan lagi pilihan namun sudah merupakan kewajiban yang terjalin bagai dua sisi mata uang. Pekerjaan yang dipilih individu harus berdasarkan pada orientasi individu itu sendiri, misalnya bakat, minat, kemampuan dan sebagainya. Pekerjaan yang identik dengan dunia kerja membutuhkan pribadi yang mampu menelaraskan *self-efficacy* dan kecerdasan emosional.

### KESIMPULAN

Pendidikan kejuruan menuntut tingkat kepercayaan diri dan pengendalian

kecerdasan emosi yang memadai pada siswa dengan pertimbangan salah satunya pada keterampilan pengambilan keputusan kelak. Hal ini dapat diupayakan melalui implementasi pendidikan berkarakter dalam kurikulum yang mengedepankan *self-efficacy* siswa dalam penyelesaian tugas dan masalah di bidang normatif, adaptif dan produktif dan pengendalian kecerdasan emosional siswa dimana salah satu faktor di dalamnya adalah kemampuan membina hubungan yang merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi.

### DAFTAR RUJUKAN

- Bandura, Albert. 1977, '*Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change.*' *Psychological Review* 84, 2: 191-215.
- \_\_\_\_\_. 1993. "Perceived Self-Efficacy in Cognitive Development and Functioning." *Educational Psychologist* 28,2: 117-148.
- \_\_\_\_\_. 1999. "Exercise of Personal and Collective Efficacy in Changing Societies." Albert Bandura (ed.), *Self-Efficacy in Changing Societies*, pp. 1-45. Cambridge: Cambridge University Press.
- Darshanand, Ramdass and Barry J. Zimmerman. 2008. "Effects of Self Correction Strategy Training on Middle School Students' Self-Efficacy, Self Evaluation, and Mathematics Division Learning". *Journal of Advanced Academics* 20, No. 1: 18-41.
- Goleman, Daniel. 2000. *Emotional Intelligence (terjemahan)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Goleman, Daniel. 2002. *Working With Emotional Intelligence (terjemahan)*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Haryana, Kir. 1995. "Pendidikan Kejuruan dan Filosofinya (Sebagai Sistem Pendidikan Bagi Semua), *Cakrawala Pendidikan Edisi Khusus Dies*.
- Pajares, F., and Miller, M.D. 1994. "Role of Self-Efficacy and Self-Concept Beliefs in Mathematical Problem Solving: A Path Analysis". *Journal of Educational Psychology*, 86: 193-203.
- Prakoso, Heru. 1996. "Cara Penyampaian Hasil Belajar untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Mahasiswa." *Jurnal Psikologi*, 2:11-22.
- Saphiro, Lawrence E. 1998. *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak*. Jakarta: Gramedia.