

PERAN *SELF-EFFICACY* TERHADAP MOTIVASI DAN PRESTASI BELAJAR PESERTA DIDIK: KAJIAN LITERATUR PSIKOLOGI PENDIDIKAN

Yomima Viena Yuliana¹, Fathana Gina², Nurwahyuni Nasir³

¹Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, yomima.viena@dsn.ubharajaya.ac.id

²Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, fathana.gina@dsn.ubharajaya.ac.id

³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, nurwahyuni.nasir@dsn.ubharajaya.ac.id

* Corresponding Author : yomima.viena@dsn.ubharajaya.ac.id

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<i>Sejarah Artikel: (Diisi Editor)</i> Diterima: 15 Maret 2026 Direvisi: 28 Maret 2026 Disetujui: 28 Juni 2026 Tersedia Daring: 13 Juli 2026 Kata Kunci: <i>Self-Efficacy;</i> Motivasi Belajar; Prestasi Belajar; Psikologi Pendidikan; Peserta Didik	<i>self-efficacy</i> merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam menentukan keberhasilan proses pembelajaran. Keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan akademik dapat memengaruhi motivasi belajar serta prestasi yang dicapai. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran <i>self-efficacy</i> dalam meningkatkan motivasi belajar serta dampaknya terhadap prestasi belajar peserta didik. Penelitian menggunakan metode studi literatur (<i>literature review</i>) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Data diperoleh melalui penelusuran berbagai sumber ilmiah berupa jurnal nasional dan internasional, buku, serta artikel akademik yang membahas <i>self-efficacy</i>, motivasi belajar, dan prestasi belajar. Kajian ini menggunakan 27 artikel utama yang dipilih berdasarkan relevansi topik, kualitas publikasi, dan kontribusinya terhadap kajian psikologi pendidikan. Analisis data dilakukan melalui identifikasi, seleksi, pengelompokan tema, dan sintesis hasil penelitian terdahulu untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai hubungan antarvariabel yang dikaji. Hasil kajian menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menunjukkan hubungan positif antara <i>self-efficacy</i> dan motivasi belajar. Peserta didik dengan <i>self-efficacy</i> yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri, ketekunan, dan strategi belajar yang lebih baik sehingga mendukung peningkatan prestasi belajar. Selain itu, pengalaman keberhasilan, dukungan lingkungan belajar, dan peran guru melalui pemberian umpan balik positif turut berkontribusi dalam pembentukan <i>self-efficacy</i> siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan <i>self-efficacy</i> dapat menjadi salah satu strategi penting dalam mendukung motivasi belajar dan pencapaian akademik peserta didik.
ABSTRACT	
Keywords: <i>Self-Efficacy</i> Learning Motivation Academic Achievement Educational Psychology Students	<i>Self-efficacy is one of the psychological factors that plays an important role in determining the success of the learning process. Individuals' beliefs in their ability to complete tasks and achieve academic goals can influence their learning motivation and academic achievement. This study aims to analyze the role of self-efficacy in enhancing learning motivation and its implications for students' academic achievement. The study employed a literature review method using a qualitative descriptive approach. Data were collected through an examination of various scientific sources, including national and international journals, books, and academic articles discussing self-efficacy, learning motivation, and academic achievement. This review utilized 27 main articles selected based on topic relevance, publication quality, and their contribution to the field of educational psychology. Data analysis was conducted through identification, selection, thematic categorization, and synthesis of previous research findings to obtain a comprehensive understanding of the relationships among the variables studied. The findings indicate that most</i>

studies reported a positive relationship between self-efficacy and learning motivation. Students with higher levels of self-efficacy tend to demonstrate greater confidence, persistence, and more effective learning strategies, which support improved academic achievement. In addition, successful experiences, supportive learning environments, and teachers' positive feedback contribute to the development of students' self-efficacy. These findings suggest that strengthening self-efficacy may serve as an important strategy for supporting students' learning motivation and academic achievement, thereby contributing to more effective and sustainable learning processes

© 2023
This is an open access article under CC-BY license



1. Pendahuluan

Pendidikan merupakan instrumen strategis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia serta menjadi fondasi utama bagi pembangunan suatu bangsa. Keberhasilan proses pendidikan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan intelektual peserta didik, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis yang mendukung keberhasilan belajar. Dalam perspektif psikologi pendidikan modern, faktor psikologis seperti keyakinan terhadap kemampuan diri, motivasi belajar, ketahanan menghadapi tantangan, dan kemampuan mengatur proses belajar secara mandiri menjadi determinan penting dalam pencapaian prestasi akademik peserta didik. Oleh karena itu, kajian mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi keberhasilan belajar terus berkembang dan menjadi perhatian penting dalam penelitian pendidikan kontemporer.

Salah satu faktor psikologis yang banyak mendapat perhatian dalam kajian psikologi pendidikan adalah *self-efficacy* atau efikasi diri. Menurut (Bandura, 1997), *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai tujuan tertentu. Individu yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung menunjukkan rasa percaya diri, ketekunan, dan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tantangan dibandingkan individu dengan tingkat *self-efficacy* rendah. Keyakinan terhadap kemampuan diri tersebut berperan penting dalam menentukan pilihan tindakan, besarnya usaha yang diberikan, ketahanan dalam menghadapi kesulitan, serta keberhasilan dalam mencapai tujuan yang diharapkan.

Dalam konteks pendidikan, *self-efficacy* memiliki peran yang signifikan dalam membentuk motivasi belajar peserta didik. Motivasi belajar merupakan kondisi internal dan eksternal yang mendorong seseorang untuk melakukan aktivitas belajar secara aktif, terarah, dan berkelanjutan. Teori kognitif sosial yang dikembangkan oleh (Bandura, 1997) menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya akan memengaruhi cara berpikir, bertindak, dan merespons berbagai situasi pembelajaran. Peserta didik yang memiliki *self-efficacy* tinggi umumnya lebih berani menetapkan target akademik yang menantang, lebih gigih ketika menghadapi kesulitan, serta lebih mampu mengembangkan strategi belajar yang efektif dibandingkan peserta didik dengan *self-*

efficacy rendah. Sebaliknya, rendahnya keyakinan terhadap kemampuan diri dapat menyebabkan peserta didik mudah menyerah, menghindari tugas yang dianggap sulit, dan menunjukkan motivasi belajar yang rendah.

Hubungan antara *self-efficacy*, motivasi belajar, dan prestasi belajar telah menjadi perhatian dalam berbagai penelitian psikologi pendidikan. Menurut (Schunk & DiBenedetto, 2021), *self-efficacy* merupakan salah satu konstruk motivasional utama yang memengaruhi pilihan aktivitas, ketekunan, regulasi diri, dan pencapaian akademik peserta didik. Sejalan dengan itu, (Usher & Pajares, 2008; Zimmerman, 2000) menekankan bahwa peserta didik dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan *self-regulated learning*, keterlibatan belajar, dan motivasi yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan akademik. Kajian mengenai hubungan *self-efficacy* dan prestasi belajar juga menunjukkan hasil yang relatif konsisten. (Honicke & Broadbent, 2016) melaporkan adanya hubungan positif antara *self-efficacy* dan prestasi akademik mahasiswa, sedangkan (Alhadabi & Karpinski, 2020) menunjukkan bahwa motivasi belajar berkontribusi terhadap variasi capaian akademik melalui peningkatan usaha, ketekunan, dan strategi belajar peserta didik.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu cenderung membahas hubungan antara *self-efficacy* dan prestasi belajar secara terpisah atau menempatkan motivasi belajar hanya sebagai variabel pendukung tanpa menjelaskan keterkaitan konseptual di antara ketiga variabel tersebut secara komprehensif. Dengan demikian, masih terdapat kesenjangan kajian mengenai bagaimana *self-efficacy* dapat berkontribusi terhadap prestasi belajar melalui peningkatan motivasi belajar sebagai mekanisme psikologis yang mendasarinya. Selain itu, penelitian terdahulu umumnya menggunakan pendekatan empiris pada konteks, jenjang pendidikan, dan karakteristik responden tertentu sehingga belum memberikan sintesis konseptual yang menyeluruh mengenai hubungan antarkonsep tersebut.

Berdasarkan kondisi tersebut, artikel ini menawarkan kebaruan berupa sintesis literatur yang mengintegrasikan temuan-temuan penelitian mengenai hubungan *self-efficacy*, motivasi belajar, dan prestasi belajar dalam satu kerangka konseptual berdasarkan perspektif teori kognitif sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mensintesis peran *self-efficacy* dalam meningkatkan motivasi belajar serta implikasinya terhadap prestasi belajar peserta didik. Hasil kajian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan psikologi pendidikan sekaligus menjadi referensi praktis bagi pendidik dalam merancang strategi pembelajaran yang mendukung penguatan *self-efficacy* dan motivasi belajar peserta didik.

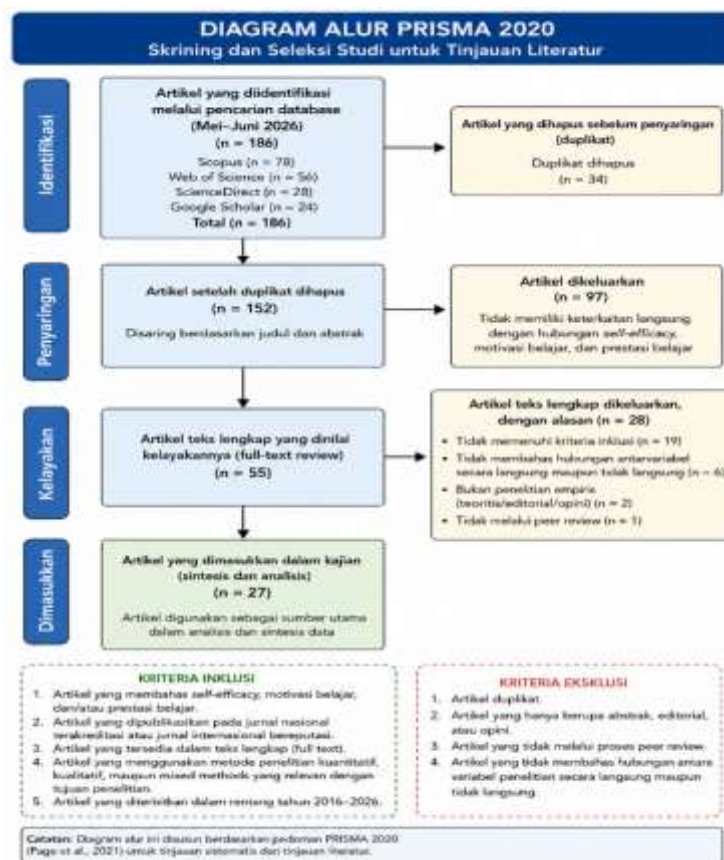
2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (*literature review*) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Metode ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengidentifikasi, mengkaji, dan mensintesis berbagai temuan penelitian terdahulu mengenai peran *self-efficacy* dalam meningkatkan motivasi belajar serta dampaknya terhadap prestasi belajar peserta didik. Studi literatur memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai konsep, hubungan

antarvariabel, serta perkembangan hasil penelitian yang telah dilakukan pada berbagai konteks pendidikan.

Sumber data penelitian berasal dari berbagai literatur ilmiah yang relevan, meliputi artikel jurnal nasional dan internasional bereputasi, buku referensi, serta prosiding ilmiah yang membahas *self-efficacy*, motivasi belajar, dan prestasi belajar. Penelusuran literatur dilakukan melalui beberapa basis data akademik terstandar, yaitu Google Scholar, ScienceDirect, ERIC, dan SpringerLink. Proses pencarian menggunakan kata kunci *self-efficacy*, *learning motivation*, *academic motivation*, *learning achievement*, *academic achievement*, serta kombinasi kata kunci menggunakan operator Boolean (*AND* dan *OR*), seperti "*self-efficacy AND learning motivation*", "*self-efficacy AND academic achievement*", serta "*learning motivation AND academic achievement*".

Pencarian literatur dilakukan pada bulan Mei–Juni 2026 dengan rentang tahun publikasi 2016–2026 untuk memperoleh temuan empiris yang mutakhir, tanpa mengabaikan literatur klasik yang menjadi landasan teoritis utama, seperti teori *self-efficacy* yang dikembangkan oleh (Bandura, 1997).



Gambar 1. Alur PRISMA

Hasil penelusuran awal memperoleh sebanyak 186 artikel dari seluruh basis data. Setelah dilakukan penghapusan artikel duplikat sebanyak 34 artikel, diperoleh 152 artikel untuk tahap penyaringan judul dan abstrak. Pada tahap *screening*, sebanyak 97 artikel dieliminasi karena tidak memiliki keterkaitan langsung dengan hubungan *self-efficacy*, motivasi belajar, dan prestasi belajar. Selanjutnya, sebanyak 55 artikel

memasuki tahap penilaian kelayakan (*eligibility assessment*) melalui pembacaan teks secara penuh (*full-text review*). Dari proses tersebut, sebanyak 28 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi, sehingga diperoleh 27 artikel yang digunakan sebagai sumber utama dalam proses analisis dan sintesis data.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel yang membahas *self-efficacy*, motivasi belajar, dan/atau prestasi belajar; (2) artikel yang dipublikasikan pada jurnal nasional terakreditasi atau jurnal internasional bereputasi; (3) artikel yang tersedia dalam teks lengkap (*full text*); (4) artikel yang menggunakan metode penelitian kuantitatif, kualitatif, maupun *mixed methods* yang relevan dengan tujuan penelitian; dan (5) artikel yang diterbitkan dalam rentang tahun 2016–2026. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel duplikat; (2) artikel yang hanya berupa abstrak, editorial, atau opini; (3) artikel yang tidak melalui proses *peer review*; serta (4) artikel yang tidak membahas hubungan antara variabel penelitian secara langsung maupun tidak langsung.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*). Data yang diperoleh dari berbagai sumber literatur diklasifikasikan berdasarkan tema-tema utama, yaitu konsep *self-efficacy*, motivasi belajar, prestasi belajar, hubungan langsung antara *self-efficacy* dan prestasi belajar, serta mekanisme mediasi motivasi belajar dalam hubungan tersebut. Selanjutnya, setiap temuan penelitian dianalisis secara komparatif untuk mengidentifikasi pola, persamaan, perbedaan, dan kecenderungan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Hasil analisis kemudian disintesis secara sistematis guna menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai mekanisme psikologis bagaimana *self-efficacy* memengaruhi motivasi belajar dan berkontribusi terhadap peningkatan prestasi belajar peserta didik.

Untuk menjaga validitas kajian, penelitian ini menerapkan prinsip kredibilitas sumber dengan memprioritaskan artikel yang telah melalui proses *peer review* serta berasal dari penerbit dan jurnal ilmiah yang memiliki reputasi baik. Selain itu, dilakukan triangulasi sumber melalui perbandingan berbagai hasil penelitian yang membahas tema serupa sehingga diperoleh kesimpulan yang lebih objektif dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Melalui pendekatan studi literatur ini, penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran yang mendalam mengenai pentingnya *self-efficacy* dalam proses pembelajaran, khususnya dalam meningkatkan motivasi belajar dan prestasi akademik peserta didik. Hasil kajian juga diharapkan dapat menjadi landasan konseptual bagi pengembangan strategi pembelajaran yang berorientasi pada penguatan keyakinan diri siswa sebagai salah satu faktor penentu keberhasilan belajar.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap Motivasi Belajar

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Berdasarkan teori kognitif sosial yang dikemukakan oleh (Bandura, 1997) individu yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya akan menunjukkan tingkat usaha,

ketekunan, dan komitmen yang lebih besar dalam menyelesaikan tugas dibandingkan individu dengan tingkat *self-efficacy* rendah. Dalam konteks pendidikan, keyakinan tersebut mendorong siswa untuk lebih aktif berpartisipasi dalam pembelajaran, berani menghadapi tantangan akademik, serta memiliki optimisme terhadap keberhasilan yang akan dicapai.

Secara empiris, penelitian (Schunk & DiBenedetto, 2021) menunjukkan bahwa *self-efficacy* berhubungan positif dengan motivasi intrinsik siswa. Siswa yang percaya terhadap kemampuannya cenderung menetapkan target belajar yang lebih tinggi, menunjukkan ketekunan yang lebih baik, serta memiliki minat yang lebih besar terhadap aktivitas pembelajaran. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Zimmerman (2000) yang menjelaskan bahwa siswa dengan *self-efficacy* tinggi lebih mampu mengembangkan strategi belajar mandiri (*self-regulated learning*) sehingga motivasi belajar mereka menjadi lebih kuat dan berkelanjutan.

Sejumlah penelitian juga memberikan bukti empiris yang konsisten mengenai hubungan positif antara *self-efficacy* dan motivasi belajar. Penelitian oleh (Alhadabi & Karpinski, 2020) menemukan bahwa *academic self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap motivasi akademik dan keterlibatan belajar mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan akademiknya menunjukkan tingkat motivasi yang lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas dan mencapai target pembelajaran. Selain itu, penelitian (Yokoyama, 2019) menunjukkan bahwa *self-efficacy* menjadi prediktor penting bagi motivasi belajar dan keberhasilan akademik, terutama dalam pembelajaran daring yang menuntut kemandirian belajar yang tinggi.

Temuan serupa dilaporkan oleh (Fathi dkk., 2021) yang menemukan bahwa *self-efficacy* berkontribusi secara positif terhadap motivasi belajar dan keterlibatan akademik siswa. Siswa dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih aktif dalam proses pembelajaran dan memiliki ketahanan yang lebih baik ketika menghadapi kesulitan akademik. Selanjutnya, penelitian (Luo dkk., 2023) menunjukkan bahwa *self-efficacy* berpengaruh langsung terhadap motivasi intrinsik dan semangat belajar mahasiswa, sehingga meningkatkan partisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran. Penelitian terbaru oleh (Miao dkk., 2025) juga mengungkapkan bahwa *self-efficacy* berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar melalui peningkatan *learning engagement*, di mana peserta didik yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya menunjukkan keterlibatan belajar yang lebih intensif dan berkelanjutan.

Hasil-hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *self-efficacy* tidak hanya memengaruhi keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya, tetapi juga menentukan kualitas motivasi yang dimiliki dalam proses pembelajaran. Ketika siswa yakin bahwa mereka mampu menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan akademik, mereka akan lebih terdorong untuk berusaha, bertahan menghadapi hambatan, serta mengembangkan strategi belajar yang efektif.

Dari perspektif teoritis, *self-efficacy* memengaruhi motivasi melalui proses kognitif dan afektif. Individu yang yakin terhadap kemampuannya akan memandang tugas sebagai tantangan yang dapat diatasi, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung meragukan kemampuannya, memiliki

kecemasan akademik yang lebih tinggi, dan mudah kehilangan motivasi ketika menghadapi kesulitan belajar (Bandura, 1997). Oleh karena itu, *self-efficacy* dapat dipandang sebagai fondasi psikologis yang mendukung munculnya motivasi belajar yang kuat dan berkelanjutan.

Peran Motivasi Belajar sebagai Mediator antara *Self-Efficacy* dan Prestasi Belajar

Kajian literatur menunjukkan bahwa motivasi belajar berperan sebagai mekanisme yang menjembatani hubungan antara *self-efficacy* dan prestasi belajar. Motivasi belajar berfungsi sebagai penggerak yang mengarahkan perilaku siswa dalam mencapai tujuan akademik. Ketika siswa memiliki keyakinan terhadap kemampuannya, mereka akan terdorong untuk belajar lebih giat, menggunakan strategi belajar yang efektif, dan mempertahankan usaha dalam jangka waktu yang lebih lama.

Temuan empiris dari (Yusuf, 2011) menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh tidak langsung terhadap prestasi belajar melalui peningkatan motivasi belajar dan kemampuan regulasi diri. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa siswa yang yakin terhadap kemampuannya tidak hanya memiliki dorongan belajar yang lebih tinggi, tetapi juga mampu mengelola waktu, mengatur tujuan, dan mengevaluasi proses belajarnya secara lebih efektif. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Komarraju & Nadler, 2013) juga menemukan bahwa motivasi akademik memediasi hubungan antara keyakinan diri dan pencapaian akademik mahasiswa.

Berbagai penelitian semakin memperkuat peran motivasi belajar sebagai variabel mediasi antara *self-efficacy* dan prestasi belajar. Penelitian yang dilakukan oleh (Lin & Xuji, 2020) menunjukkan bahwa motivasi akademik secara signifikan memediasi pengaruh *self-efficacy* terhadap keberhasilan belajar mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya menunjukkan motivasi belajar yang lebih kuat, yang pada akhirnya meningkatkan capaian akademik mereka.

Selanjutnya, penelitian oleh (Talsma dkk., 2021) menemukan bahwa *self-efficacy* berkontribusi terhadap prestasi akademik melalui peningkatan motivasi dan keterlibatan belajar (*academic engagement*). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung memiliki orientasi tujuan yang lebih jelas dan lebih konsisten dalam menjalankan aktivitas belajar. Temuan ini mengindikasikan bahwa motivasi menjadi jalur penting yang menghubungkan keyakinan diri dengan hasil belajar.

Penelitian yang dilakukan oleh (Li dkk., 2022) juga menunjukkan bahwa motivasi belajar memediasi hubungan antara *self-efficacy* dan prestasi akademik pada mahasiswa perguruan tinggi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kompetensinya cenderung menunjukkan motivasi intrinsik yang lebih besar, sehingga mampu mempertahankan fokus dan usaha dalam menyelesaikan berbagai tuntutan akademik.

Hasil serupa ditemukan oleh (Ningsih dkk., 2025) yang meneliti siswa sekolah menengah dan menemukan bahwa *self-efficacy* berpengaruh positif terhadap prestasi belajar melalui peningkatan motivasi belajar. Penelitian tersebut menegaskan bahwa siswa yang percaya pada kemampuan dirinya memiliki dorongan yang lebih besar untuk mencapai target akademik dan menunjukkan kinerja belajar yang lebih baik dibandingkan siswa dengan tingkat *self-efficacy* rendah.

Lebih lanjut, penelitian terbaru oleh (Wang & Wang, 2025) mengungkapkan bahwa motivasi belajar berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan antara *self-efficacy* dan prestasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan *self-efficacy* mampu meningkatkan motivasi belajar, yang kemudian mendorong siswa untuk menggunakan strategi belajar yang lebih efektif dan menghasilkan prestasi akademik yang lebih tinggi. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa keberhasilan akademik tidak hanya ditentukan oleh kemampuan kognitif, tetapi juga oleh faktor psikologis yang memengaruhi motivasi dan perilaku belajar.

Secara teoritis, hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui konsep *self-regulation* yang dikemukakan oleh (Zimmerman, 2000) bahwa siswa dengan *self-efficacy* tinggi akan lebih mampu mengontrol proses belajarnya, menetapkan target yang realistis, memonitor kemajuan belajar, serta melakukan evaluasi terhadap hasil yang diperoleh. Kemampuan regulasi diri tersebut pada akhirnya meningkatkan motivasi belajar dan berkontribusi terhadap pencapaian prestasi akademik yang lebih baik. Dengan demikian, motivasi belajar dapat dipandang sebagai mekanisme psikologis utama yang menjelaskan bagaimana *self-efficacy* berpengaruh terhadap prestasi belajar peserta didik.

Dampak Self-Efficacy terhadap Prestasi Belajar

Hasil kajian menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan positif dengan prestasi belajar. Prestasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan intelektual, tetapi juga oleh keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya. Siswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung menunjukkan performa akademik yang lebih baik karena mereka memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi tugas-tugas yang kompleks dan mempertahankan usaha hingga tujuan tercapai.

Penelitian meta-analisis yang dilakukan oleh (Honicke & Broadbent, 2016) menemukan bahwa *academic self-efficacy* berhubungan secara signifikan dengan prestasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang, semakin besar kemungkinan individu tersebut memperoleh hasil akademik yang optimal. Temuan serupa juga ditemukan oleh (Multon dkk., 1991) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* berkontribusi terhadap pencapaian akademik melalui peningkatan usaha, ketekunan, dan kemampuan menghadapi hambatan belajar.

Berbagai penelitian empiris semakin memperkuat bukti mengenai pengaruh positif *self-efficacy* terhadap prestasi belajar. Penelitian yang dilakukan oleh (Eguin dkk., 2024) menemukan bahwa *self-efficacy* merupakan prediktor penting prestasi akademik siswa karena mampu meningkatkan keterlibatan belajar dan kemampuan mengelola tugas akademik. Siswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya menunjukkan hasil belajar yang lebih baik dibandingkan siswa dengan tingkat *self-efficacy* rendah.

Selanjutnya, penelitian (Hayat dkk., 2021) menunjukkan bahwa *self-efficacy* berpengaruh langsung terhadap prestasi akademik mahasiswa melalui peningkatan kemampuan regulasi diri dan manajemen pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya lebih mampu mengelola waktu belajar, menyusun strategi belajar yang efektif, dan mempertahankan konsistensi dalam mencapai target akademik.

Temuan serupa dilaporkan oleh (Albarakati, 2025) yang menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan pencapaian akademik mahasiswa dalam pembelajaran daring. Tingginya *self-efficacy* membuat mahasiswa lebih siap menghadapi tantangan pembelajaran digital, lebih aktif dalam proses belajar, dan mampu mencapai hasil akademik yang lebih baik. Penelitian ini menjadi relevan mengingat meningkatnya penggunaan teknologi dalam proses pendidikan.

Penelitian oleh (Meng & Zhang, 2023) juga menunjukkan bahwa *self-efficacy* berkontribusi terhadap prestasi akademik melalui peningkatan keterlibatan belajar (*academic engagement*). Siswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya menunjukkan partisipasi yang lebih aktif dalam pembelajaran, lebih sering menggunakan strategi belajar mendalam, serta memiliki komitmen yang lebih tinggi terhadap pencapaian tujuan akademik.

Lebih lanjut, penelitian terbaru yang dilakukan oleh (T. Huang & Liu, 2026) menemukan bahwa *self-efficacy* menjadi salah satu faktor psikologis terkuat yang memprediksi keberhasilan akademik siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat *self-efficacy* tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi tekanan akademik, mempertahankan motivasi belajar, dan mencapai prestasi yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* rendah.

Berdasarkan kajian teoritis, pengaruh *self-efficacy* terhadap prestasi belajar terjadi karena keyakinan diri memengaruhi pilihan aktivitas, tingkat usaha, ketahanan menghadapi kesulitan, serta respons emosional terhadap tugas akademik (Bandura, 1997). Siswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi lebih mampu mempertahankan fokus dan konsentrasi ketika menghadapi tugas yang sulit sehingga peluang untuk mencapai prestasi yang lebih tinggi menjadi semakin besar. Selain itu, keyakinan terhadap kemampuan diri mendorong siswa untuk memanfaatkan berbagai sumber belajar secara optimal dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi kegagalan. Dengan demikian, *self-efficacy* dapat dipandang sebagai salah satu determinan utama yang mendukung keberhasilan akademik peserta didik.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Self-Efficacy

Kajian literatur menunjukkan bahwa pembentukan *self-efficacy* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal individu, tetapi juga oleh lingkungan sosial dan pendidikan. (Bandura, 1997) mengemukakan empat sumber utama pembentukan *self-efficacy*, yaitu pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*), pengalaman vikarius (*vicarious experiences*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), dan kondisi fisiologis serta emosional. Keempat sumber tersebut berkontribusi dalam membentuk keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan tertentu.

Dalam konteks pendidikan, pengalaman keberhasilan merupakan faktor yang paling kuat dalam meningkatkan *self-efficacy*. Siswa yang berhasil menyelesaikan tugas atau mencapai target akademik akan memiliki keyakinan yang lebih tinggi terhadap kemampuannya. Selain itu, dukungan guru dan teman sebaya juga berperan penting dalam membentuk keyakinan diri siswa. Penelitian (Usher & Pajares, 2008) menunjukkan bahwa

umpan balik positif dari guru dapat meningkatkan persepsi kemampuan siswa dan memperkuat motivasi belajar mereka.

Lingkungan belajar yang kondusif juga menjadi faktor penting dalam pembentukan *self-efficacy*. Sekolah yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi aktif, mengembangkan kreativitas, dan memperoleh pengalaman keberhasilan akan membantu meningkatkan keyakinan diri siswa. Sebaliknya, lingkungan yang terlalu menekankan kegagalan atau memberikan kritik yang berlebihan dapat menurunkan *self-efficacy* dan menghambat perkembangan motivasi belajar.

Berbagai penelitian semakin memperkuat temuan tersebut. Penelitian oleh (Azzahra & Munawaroh, 2025) menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan akademik dan dukungan sosial merupakan prediktor utama pembentukan *self-efficacy* siswa. Siswa yang sering memperoleh pengalaman sukses dalam pembelajaran cenderung memiliki keyakinan yang lebih tinggi terhadap kemampuan akademiknya dibandingkan siswa yang sering mengalami kegagalan.

Selanjutnya, penelitian (L. Huang & Wang, 2023) menemukan bahwa kualitas hubungan antara guru dan siswa berpengaruh signifikan terhadap perkembangan *self-efficacy*. Guru yang memberikan dukungan emosional, bimbingan akademik, dan umpan balik yang konstruktif mampu meningkatkan keyakinan siswa terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas pembelajaran. Temuan ini menunjukkan bahwa peran guru tidak hanya sebagai fasilitator pembelajaran, tetapi juga sebagai sumber pembentukan keyakinan diri siswa.

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Granziera dkk., 2024) menunjukkan bahwa iklim kelas yang positif dan mendukung berkontribusi terhadap peningkatan *self-efficacy* peserta didik. Lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk berpartisipasi aktif terbukti mampu meningkatkan rasa percaya diri serta kesiapan siswa dalam menghadapi tantangan akademik.

Selain faktor lingkungan sekolah, dukungan keluarga juga memiliki pengaruh yang signifikan. Penelitian oleh (Wang, 2025) menemukan bahwa keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak berkontribusi terhadap pembentukan *self-efficacy* akademik. Dukungan emosional, penghargaan terhadap usaha belajar, dan komunikasi yang positif antara orang tua dan anak mampu meningkatkan keyakinan siswa terhadap kemampuannya dalam mencapai prestasi akademik.

Penelitian terbaru oleh (Wang dkk., 2024) menunjukkan bahwa penggunaan teknologi pembelajaran yang interaktif dan berpusat pada siswa turut berkontribusi dalam meningkatkan *self-efficacy*. Pembelajaran yang memungkinkan siswa memperoleh pengalaman keberhasilan secara bertahap, menerima umpan balik secara langsung, dan berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran terbukti dapat memperkuat keyakinan diri mereka. Temuan ini menunjukkan bahwa inovasi pembelajaran berbasis teknologi dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam membangun *self-efficacy* peserta didik.

Secara keseluruhan, hasil kajian menunjukkan bahwa pembentukan *self-efficacy* merupakan proses yang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, sosial, dan lingkungan pendidikan. Pengalaman keberhasilan, dukungan guru, hubungan positif dengan teman sebaya, keterlibatan keluarga, serta lingkungan belajar yang kondusif

merupakan faktor-faktor penting yang dapat memperkuat keyakinan siswa terhadap kemampuannya. Oleh karena itu, upaya meningkatkan *self-efficacy* perlu dilakukan secara komprehensif melalui kolaborasi antara sekolah, guru, keluarga, dan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan peserta didik.

Pembahasan

Hasil kajian ini mengonfirmasi teori kognitif sosial yang dikembangkan oleh (Bandura, 1997) yang menempatkan *self-efficacy* sebagai determinan utama perilaku, motivasi, dan pencapaian individu. Dalam teori tersebut, keyakinan seseorang terhadap kemampuannya memengaruhi pilihan tindakan, besarnya usaha yang diberikan, ketahanan dalam menghadapi kesulitan, serta respons emosional terhadap tantangan yang dihadapi. Dalam konteks pendidikan, peserta didik yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung memandang tugas akademik sebagai tantangan yang dapat diselesaikan, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari.

Sintesis berbagai penelitian menunjukkan adanya konsistensi temuan bahwa *self-efficacy* berhubungan positif dengan motivasi belajar dan prestasi akademik. Namun demikian, terdapat perbedaan dalam mekanisme hubungan yang dijelaskan oleh masing-masing penelitian. Penelitian (Honicke & Broadbent, 2016) menekankan pengaruh langsung *self-efficacy* terhadap prestasi akademik, sedangkan penelitian (Li dkk., 2022; Wang, 2025) menunjukkan bahwa pengaruh tersebut sebagian besar bekerja melalui peningkatan motivasi belajar sebagai variabel mediasi. Sementara itu, (Meng & Zhang, 2023) menemukan bahwa *academic engagement* atau keterlibatan belajar juga menjadi jalur mediasi penting yang menjelaskan hubungan antara *self-efficacy* dan prestasi akademik.

Perbedaan temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *self-efficacy* dan prestasi akademik bersifat kompleks dan multidimensional. *Self-efficacy* tidak secara otomatis meningkatkan hasil belajar, tetapi terlebih dahulu memengaruhi proses psikologis internal peserta didik berupa peningkatan motivasi, ketekunan, regulasi diri, dan keterlibatan dalam pembelajaran. Dengan kata lain, peserta didik yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya akan lebih termotivasi untuk belajar, menetapkan tujuan akademik yang lebih tinggi, serta mengalokasikan usaha yang lebih besar untuk mencapai tujuan tersebut.

Secara konseptual, mekanisme tersebut dapat dijelaskan melalui beberapa tahapan psikologis. Pertama, *self-efficacy* meningkatkan ekspektasi keberhasilan sehingga peserta didik memiliki keberanian untuk menghadapi tugas yang menantang. Kedua, keyakinan terhadap kemampuan diri meningkatkan motivasi intrinsik karena peserta didik memandang usaha belajar sebagai aktivitas yang bermakna dan memiliki peluang keberhasilan yang tinggi. Ketiga, motivasi belajar yang tinggi mendorong berkembangnya kemampuan regulasi diri (*self-regulated learning*), seperti perencanaan belajar, pengelolaan waktu, pemantauan kemajuan belajar, dan evaluasi diri. Keempat, regulasi diri yang baik meningkatkan keterlibatan belajar (*academic engagement*) baik secara perilaku, emosional, maupun kognitif. Akhirnya, keterlibatan belajar yang tinggi berkontribusi terhadap peningkatan prestasi akademik peserta didik.

Hasil kajian ini juga menunjukkan bahwa pembentukan *self-efficacy* dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Berdasarkan teori Bandura, terdapat empat sumber utama pembentukan *self-efficacy*, yaitu pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*), pengalaman vikarius melalui pengamatan terhadap keberhasilan orang lain (*vicarious experiences*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), serta kondisi fisiologis dan emosional individu (*physiological and affective states*). Dari keempat faktor tersebut, pengalaman keberhasilan merupakan faktor yang paling dominan karena keberhasilan yang pernah dialami siswa akan memperkuat keyakinan bahwa mereka mampu menyelesaikan tugas serupa pada masa mendatang.

Temuan penelitian (Granziera dkk., 2024; Guo dkk., 2025) memperluas pemahaman tersebut dengan menunjukkan bahwa dukungan guru dan iklim kelas yang positif berperan penting dalam membentuk pengalaman keberhasilan peserta didik. Guru yang memberikan umpan balik konstruktif, kesempatan untuk berhasil, serta dukungan emosional akan membantu siswa membangun keyakinan terhadap kemampuan akademiknya. Sebaliknya, lingkungan belajar yang kompetitif secara berlebihan dan kurang suportif berpotensi menurunkan *self-efficacy* serta menghambat perkembangan motivasi belajar.

Meskipun sebagian besar penelitian menunjukkan hubungan positif antara *self-efficacy* dan prestasi akademik, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian terdahulu. Pertama, sebagian besar penelitian menggunakan desain potong lintang (*cross-sectional*) sehingga belum mampu menjelaskan perubahan *self-efficacy* secara dinamis sepanjang proses pembelajaran. Kedua, mayoritas penelitian dilakukan pada konteks pendidikan tinggi sehingga generalisasi pada jenjang pendidikan dasar dan menengah masih memerlukan pengujian lebih lanjut. Ketiga, sebagian penelitian hanya menguji hubungan langsung antara *self-efficacy* dan prestasi akademik tanpa memasukkan variabel mediasi seperti motivasi belajar, regulasi diri, dan keterlibatan belajar yang sebenarnya memiliki peran penting dalam menjelaskan mekanisme hubungan tersebut.

Dengan demikian, kontribusi utama kajian ini terletak pada upaya menjelaskan mekanisme psikologis yang menghubungkan *self-efficacy* dan prestasi akademik melalui peran motivasi belajar sebagai variabel mediasi, serta menempatkan regulasi diri dan keterlibatan belajar sebagai bagian dari proses psikologis yang saling berkaitan. Pendekatan ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif dibandingkan penelitian terdahulu yang hanya menekankan hubungan langsung antarvariabel.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* merupakan faktor psikologis yang berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Keyakinan terhadap kemampuan diri mendorong siswa untuk lebih percaya diri, tekun, dan aktif dalam menghadapi berbagai tantangan akademik sehingga mampu mempertahankan usaha belajar secara berkelanjutan. Selain itu, motivasi belajar berperan sebagai mekanisme penghubung yang menjelaskan bagaimana *self-efficacy* memengaruhi prestasi belajar. Peserta didik yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung menunjukkan motivasi belajar yang lebih kuat, keterlibatan

belajar yang lebih tinggi, serta kemampuan regulasi diri yang lebih baik, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan prestasi akademik. Kajian ini juga menunjukkan bahwa pembentukan *self-efficacy* dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*), dukungan guru, lingkungan belajar yang kondusif, serta dukungan sosial dari teman sebaya maupun keluarga. Faktor-faktor tersebut berperan dalam membangun keyakinan peserta didik terhadap kemampuan akademiknya. Berdasarkan temuan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji model hubungan antara *self-efficacy*, motivasi belajar, regulasi diri, keterlibatan belajar, dan prestasi akademik secara empiris melalui pendekatan kuantitatif, *mixed methods*, maupun studi lapangan pada jenjang pendidikan tertentu sehingga diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai mekanisme psikologis yang mendasari keberhasilan belajar peserta didik.

5. Daftar Pustaka

- Albarakati, A. J. (2025). Exploring Student Satisfaction and Self-Efficacy During Unexpected Shifts to Online Learning at Al-Qunfudhah Medical College, Saudi Arabia: A Comparative Analysis with Traditional In-Person Study. *Bulletin of Egyptian Society for Physiological Sciences*, 45(4), 475–486.
- Alhadabi, A., & Karpinski, A. C. (2020). Grit, self-efficacy, achievement orientation goals, and academic performance in University students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 519–535. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1679202>
- Azzahra, F. F., & Munawaroh, E. (2025). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Motivasi Belajar Siswa. *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, 9(2), 36–47.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (Vol. 11). Freeman.
- Eguin, S. A., Alayon, M. F., Mayordo, A. C., & Arcana, J. A. (2024). Expectancy-Value Beliefs and Task Values in Relation to the Academic Satisfaction among Bachelor of Secondary Education Students. *International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR)*, 6(4), 1–20.
- Fathi, J., Greenier, V., & Derakhshan, A. (2021). *Self-efficacy, reflection, and burnout among Iranian EFL teachers: The mediating role of emotion regulation*. https://www.sid.ir/en/VEWSSID/J_pdf/51013520210202.pdf
- Granziera, H., Collie, R. J., & Martin, A. J. (2024). The role of personal best goal setting and teaching styles in homework behavior: An academic demands-resources perspective. *Social Psychology of Education*, 27(4), 2129–2142. <https://doi.org/10.1007/s11218-024-09896-1>
- Guo, W., Wang, J., Li, N., & Wang, L. (2025). The impact of teacher emotional support on learning engagement among college students mediated by academic self-efficacy and academic resilience. *Scientific Reports*, 15(1), 3670.
- Hayat, A. A., Choupani, H., & Dehsorkhi, H. F. (2021). The mediating role of students' academic resilience in the relationship between self-efficacy and test anxiety. *Journal of Education and Health Promotion*, 10, 297.

- Honick, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational research review*, 17, 63–84.
- Huang, L., & Wang, D. (2023). Teacher support, academic self-efficacy, student engagement, and academic achievement in emergency online learning. *Behavioral Sciences*, 13(9), 704.
- Huang, T., & Liu, S. (2026). Unraveling the Interplay Between Self-Efficacy and Academic Resilience in the Chinese EFL Context: The Mediating Role of Learning Engagement. *British Journal of Educational Studies*, 74(3), 431–456. <https://doi.org/10.1080/00071005.2025.2559809>
- Komarraju, M., & Nadler, D. (2013). Self-efficacy and academic achievement: Why do implicit beliefs, goals, and effort regulation matter? *Learning and individual differences*, 25, 67–72.
- Li, X., Pu, R., & Phakdeephirot, N. (2022). The influence of achievement motivation on college students' employability: A chain mediation analysis of self-efficacy and academic performance. *Frontiers in psychology*, 13, 972910.
- Lin, C., & Xuji, J. (2020). The effect of academic self-efficacy on online learning engagement: The chain mediating role of learning motivation and flow experience. *Studies of Psychology and Behavior*, 18(6), 805.
- Luo, Q., Chen, L., Yu, D., & Zhang, K. (2023). The Mediating Role of Learning Engagement Between Self-Efficacy and Academic Achievement Among Chinese College Students. *Psychology Research and Behavior Management*, Volume 16, 1533–1543. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S401145>
- Meng, Q., & Zhang, Q. (2023). The influence of academic self-efficacy on university students' academic performance: The mediating effect of academic engagement. *Sustainability*, 15(7), 5767.
- Miao, H., Guo, R., & Li, M. (2025). The influence of research self-efficacy and learning engagement on Ed. D students' academic achievement. *Frontiers in Psychology*, 16, 1562354.
- Multon, K. D., Brown, S. D., & Lent, R. W. (1991). Relation of self-efficacy beliefs to academic outcomes: A meta-analytic investigation. *Journal of counseling psychology*, 38(1), 30.
- Ningsih, W., Setyaningsih, S., & Irdiyansyah, I. (2025). Increasing training effectiveness through strengthening Instructor Competence, Training Design, Training Environment, Training Materials and Achievement Motivation. *Dinasti International Journal of Management Science (DIJMS)*, 6(3). https://ijsmr.in/doc/ijsmr08_01.pdf
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2021). Self-efficacy and human motivation. Dalam *Advances in motivation science* (Vol. 8, hlm. 153–179). Elsevier. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2215091920300158>
- Talsma, K., Robertson, K., Thomas, C., & Norris, K. (2021). COVID-19 beliefs, self-efficacy and academic performance in first-year university students: Cohort comparison and mediation analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 643408.
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Sources of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions. *Review of Educational Research*, 78(4), 751–796. <https://doi.org/10.3102/0034654308321456>

- Wang, Y. (2025). *Culture and Parental Self-Efficacy at Adolescence*. Wake Forest University. <https://search.proquest.com/openview/4ced6f29bb546c8cc141760a949a9a7e/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Wang, Y., Liu, S., Pu, L., Mao, X., & Shen, S. (2024). College Students' Learning Experience and Engagement in the Smart Classroom: The Mediating Role of Self-Efficacy in the Background of COVID-19. *Sage Open*, 14(4), 21582440241285082. <https://doi.org/10.1177/21582440241285082>
- Wang, Y., & Wang, X. (2025). The Relationship Among Emotional Regulation, Learning Motivation, Social Support, and Academic Performance in College Students: The Mediating Role of Self-Efficacy. *Sage Open*, 15(4), 21582440251396373. <https://doi.org/10.1177/21582440251396373>
- Yokoyama, S. (2019). Academic Self-Efficacy and Academic Performance in Online Learning: A Mini Review. *Frontiers in Psychology*, 9, 2794. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02794>
- Yusuf, M. (2011). The impact of self-efficacy, achievement motivation, and self-regulated learning strategies on students' academic achievement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 2623–2626.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 82–91.