

Self-Efficacy Training to Improve Students' Self-Concept

Rizki Maghfiroh¹, Purwati², Hijrah Eko Putro.³

¹ Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

² Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

³ Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

 rizkimaghfiroh6@gmail.com

Abstract

This research aims to determine the effect of self-efficacy training on improving the self-concept of seventh grade students of SMP Plus Ihya'ul Ulum Muntilan.

This research is true experimental design research with pretest-posttest control group design. Research subject were selected using simple random sampling. The samples taken were 22 students consisting of 11 students as the experimental group and 11 students as the control group. The method of data collection is done by using a self-concept questionnaire. The analysis prerequisite test consists of a normality test and a homogeneity test. Data analysis used One Way Anova Parametric Statistical analysis with the help of SPSS version 25.

The result showed that self-efficacy training had an effect on increasing students' self-concept. This is evidenced by the result of the One Way Anova Parametric Statistics test with a probability value of sig. (2-tailed) $0,004 < 0,05$. Based on the result of the analysis and discussion, there is a difference in the average score of the student self-concept questionnaire between the experimental group by 12% and the control group by 4%. The result of the study can be concluded that there is an effect of self-efficacy training to improve students' self-concept.

Keywords: training; self-efficacy; self concept.

Pelatihan Efikasi Diri Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan efikasi diri terhadap peningkatan konsep diri siswa kelas VII SMP Plus Ihya'ul Ulum Muntilan.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *true eksperiment design* dengan *pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian dipilih dengan menggunakan *simple random sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 22 siswa yang terdiri dari 11 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 11 siswa sebagai kelompok kontrol. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket konsep diri. Uji prasyarat analisis terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas. Analisis data menggunakan analisis *Statistic Parametric One Way Anova* dengan bantuan *SPSS* versi 25.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan efikasi diri berpengaruh terhadap peningkatan konsep diri siswa. Hal ini dibuktikan dari hasil uji *Statistic Parametric One Way Anova* dengan probabilitas nilai sig. (2-tailed) $0,004 < 0,05$. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, terdapat perbedaan skor rata-rata angket konsep diri siswa antara kelompok eksperimen sebesar 12% dan kelompok kontrol sebesar 4%. Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pelatihan efikasi diri untuk meningkatkan konsep diri siswa.

Kata kunci: pelatihan; efikasi diri; konsep diri.

1. Pendahuluan

Masa remaja adalah sebuah periode di kehidupan manusia yang peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Dalam perkembangan terkadang mereka menjadi bingung karena diperlakukan sebagai anak-anak tetapi dilain waktu dituntut untuk bersikap

mandiri dan dewasa. Tugas perkembangan pada remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak. Tugas perkembangan masa remaja menggambarkan seberapa jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari perubahan itu sendiri sehingga masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi.

Selama periode awal kehidupan, konsep diri individu didasari oleh persepsi tentang diri sendiri. Kemudian dengan bertambahnya usia pandangan tentang diri didasari oleh nilai-nilai yang diperoleh dari interaksi dengan orang lain.[1]

Konsep diri merupakan salah satu aspek perkembangan psikososial siswa yang penting dipahami oleh seorang guru. Hal ini dikarenakan konsep diri merupakan salah satu variabel yang menentukan dalam proses pendidikan. Konsep diri suatu pemahaman mengenai diri atau ide tentang diri sendiri.[2]

Konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri yang meliputi proses persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya. Selanjutnya Atwater mengidentifikasikan konsep diri atas tiga bentuk. *Pertama body image*, kesadaran tentang tubuhnya yaitu bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri. *Kedua ideal self*, yaitu bagaimana cita-cita dan harapan seseorang mengenai dirinya. *Ketiga social self*, yaitu bagaimana orang lain melihat dirinya.[2]

Konsep diri digambarkan sebagai sistem operasi yang menjalankan komputer mental yang mempengaruhi kemampuan berpikir seseorang. Semakin baik konsep diri seseorang maka akan semakin mudah mencapai keberhasilan. Dengan konsep diri yang baik, seseorang akan bersikap optimis, berani mencoba hal baru, berani sukses dan gagal, penuh percaya diri, antusias, merasa diri berharga, berani menetapkan tujuan hidup serta bersikap dan berpikir secara positif. Sebaliknya semakin jelek atau negatif konsep diri, maka akan semakin sulit untuk berhasil. Sebab dengan konsep diri jelek akan mengakibatkan tumbuh rasa tidak percaya diri, takut gagal sehingga tidak berani mencoba hal baru dan menantang, merasa diri bodoh, rendah diri, pesimis serta perasaan dan perilaku inferior lainnya.

Berkaitan dengan konsep diri, kenyataan yang ada di lapangan khususnya yang terjadi di SMP Plus Ihya'ul Ulum Muntilan masih terdapat siswa yang memiliki masalah tentang konsep diri rendah. Dari hasil wawancara dengan Ibu Susanti, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Plus Ihya'ul Ulum serta Muntilan pada tanggal 14 Desember 2020 diperoleh bahwa masih terdapat siswa kelas VII yang memiliki konsep diri rendah hal ini disebabkan oleh siswa yang merasa tidak percaya akan kemampuan yang dimiliki misalnya sulitnya untuk berkompetisi di luar sekolah padahal siswa sebenarnya memiliki kemampuan untuk melakukannya, siswa merasa sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan, kurang percaya diri, malu berkomunikasi dengan orang lain, dan ada siswa yang memiliki permasalahan dengan kakak kelasnya sehingga siswa merasa takut. Selain itu, peneliti juga mengamati dan melakukan wawancara dengan siswa dimana siswa merasa bahwa dirinya tidak mampu, memiliki banyak permasalahan dengan kakak kelas, belum bisa menyesuaikan diri, merasa tidak percaya diri, belum bisa mengembangkan potensi yang dimiliki dan tidak yakin akan kemampuan dirinya sendiri.

Permasalahan konsep diri yang dialami oleh siswa akan memberikan dampak negatif jika tidak segera mendapat penanganan. Dampak yang akan timbul antara lain semakin besar rasa kurang percaya diri siswa, takut gagal dalam segala bidang dan tidak mau mencoba hal baru, merasa rendah diri dan menganggap dirinya tidak berguna serta merasa pesimis. Siswa yang memiliki permasalahan berkaitan dengan konsep diri memerlukan penanganan yang tepat agar dapat mencapai tujuan-tujuan yang ingin



dicapai, siswa lebih memahami diri sendiri, memiliki keyakinan dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya sendiri.

Permasalahan tersebut memberikan kesempatan bagi peneliti untuk memberikan pelatihan efikasi diri kepada siswa yang memiliki konsep diri rendah agar siswa yakin pada kemampuan dan keyakinan dirinya, sehingga konsep dirinya akan meningkat.

Efikasi diri adalah penilaian diri, apakah individu memiliki keyakinan bahwa ia mampu atau tidak melakukan tindakan dengan baik dan memuaskan sesuai yang dipersyaratkan. Efikasi diri merupakan penilaian kemampuan diri.[3]

Efikasi diri merupakan persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu.[4] Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Efikasi diri menggambarkan seseorang dalam menilai diri sendiri serta kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu.

Penelitian yang dilakukan oleh Farida Nur Iffah pada tahun 2012 tentang pelatihan efikasi diri untuk meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan karir siswa SMA. Dimana penelitian ini dilakukan secara eksperimen dan mendapatkan hasil bahwa pelatihan efikasi diri berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan karir siswa SMA.[5] Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Isnaini Otaverina dan H. Fuad Nashori pada tahun 2015 dengan judul efektivitas pelatihan efikasi diri dalam meningkatkan motivasi belajar matematika siswa sekolah menengah pertama menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar matematika setelah diberi pelatihan efikasi diri.[6] Perbedaan dari kedua penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada permasalahan yang dibahas, dimana penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu konsep diri siswa.

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut peneliti bermaksud melakukan penelitian yang berjudul “Pelatihan Efikasi Diri Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa”.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pelatihan efikasi diri sebagai variabel bebas (*independent variable*) dan konsep diri siswa sebagai variabel terikat (*dependent variable*). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Plus Ihya'ul Ulum Muntilan yang beralamat di Dusun Banaran, Kelurahan Sedayu, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Plus Ihya'ul Ulum Muntilan yang berjumlah 22 siswa terdiri dari 11 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 11 siswa sebagai kelompok kontrol. Penentuan pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Random Sampling* dengan cara diundi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket, wawancara dan observasi. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah angket model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket konsep diri, dimana angket ini digunakan untuk mengetahui skor sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa pelatihan efikasi diri.

Pengujian instrumen dalam penelitian ini yang dilakukan terlebih dahulu adalah dengan melakukan *try out*, kemudian melakukan pengujian instrumen melalui uji validitas dan reliabilitas dengan bantuan program *SPSS* versi 25. Jumlah item pernyataan dalam angket konsep diri yang digunakan berjumlah 61 item dengan kriteria item pernyataan yang dinyatakan valid adalah item dengan nilai *r*-hitung lebih besar dari *r*-

tabel ($r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$) pada taraf signifikan $5\% = 0,05$. Berdasarkan hasil *try out* angket konsep diri diperoleh 49 item pernyataan valid dan 12 item pernyataan gugur.

Perhitungan uji reliabilitas instrumen menggunakan program *SPSS* versi 25, reliabilitas suatu konstruk variabel dikatakan terpenuhi jika memiliki nilai *Alpha Cronbach* $> r\text{-tabel}$. Nilai $r\text{-tabel}$ dengan jumlah 42 adalah 0,304 pada taraf signifikan 5%, hasil analisis angket konsep diri adalah 0,912 dimana $0,912 > 0,304$ sehingga item dalam angket konsep diri dinyatakan reliabel dan bias digunakan.

2.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *true eksperiment design* dengan *pretest-posttest control group design*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dan kelompok kontrol sebagai kelompok pembanding. Desain penelitian ini diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal pada masing-masing kelompok, kemudian setelah diberikan perlakuan maka diberikan *posttest* untuk dianalisis dan digunakan untuk menarik kesimpulan yang dimana hasil pengukuran tersebut dianggap sebagai efek dari perlakuan yang diberikan.

2.2 Langkah Penelitian

Langkah dalam penelitian ini yaitu (1) memberikan *pretest* kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dimana tujuan diberikan *pretest* ini untuk mengukur kondisi awal subjek penelitian sebelum diberi perlakuan; (2) kelompok eksperimen diberi perlakuan yaitu berupa pelatihan efikasi diri, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan; (3) setelah diberi perlakuan kemudian pada kedua kelompok diberikan *posttest* untuk membandingkan dengan kondisi awal.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelatihan efikasi diri yang diberikan untuk meningkatkan konsep diri siswa pada kelompok eksperimen sebagai subjek penelitian mengalami perubahan, dimana pelatihan efikasi diri ini berarti dapat meningkatkan konsep diri siswa.

Pelatihan efikasi diri yang diberikan kepada kelompok eksperimen dilakukan sebanyak 7 kali pertemuan dan pelaksanaan pelatihan efikasi diri disajikan pada [Tabel 1](#).

Tabel 1. Pelaksanaan pelatihan efikasi diri

No.	Pelaksanaan	Materi	Keterangan
1.	Pertemuan Ke-1	Perkenalan dan Kontrak Pelatihan	a. Dilaksanakan kurang lebih selama 45 menit. b. Pembukaan, perkenalan, penyampaian tujuan pelatihan dan kontrak pelatihan. c. Lembar kontrak pelatihan.
2.	Pertemuan Ke-2	Efikasi Diri	a. Dilaksanakan kurang lebih selama 60 menit. b. Pemberian materi berkaitan dengan efikasi diri. c. Metode pelatihan; ceramah, diskusi dan tugas individu. d. Evaluasi
3.	Pertemuan Ke-3	Potensi Diri	a. Dilaksanakan kurang lebih selama 60 menit. b. Pemberian materi berkaitan dengan potensi diri.

No.	Pelaksanaan	Materi	Keterangan
			c. Metode pelatihan: ceramah, diskusi, permainan (<i>johari window</i>) dan tugas individu. d. Evaluasi
4.	Pertemuan Ke-4	Menghargai Diri	a. Dilaksanakan kurang lebih selama 60 menit. b. Pemberian materi berkaitan dengan menghargai diri. c. Metode pelatihan: ceramah, diskusi dan tugas individu. d. Evaluasi
5.	Pertemuan Ke-5	Percaya Diri	a. Dilaksanakan kurang lebih selama 60 menit. b. Pemberian materi berkaitan dengan percaya diri. c. Metode pelatihan: ceramah, diskusi, video (<i>scarlett</i>), tugas individu. d. Evaluasi
6.	Pertemuan Ke-6	Konsep Diri	a. Dilaksanakan kurang lebih selama 60 menit. b. Pemberian materi berkaitan dengan konsep diri. c. Metode pelatihan: ceramah, diskusi, video (<i>piper</i>), tugas individu. d. Evaluasi
7.	Pertemuan Ke-7	Berfikir Positif	a. Dilaksanakan kurang lebih selama 60 menit. b. Pemberian materi berkaitan dengan berfikir positif. c. Metode pelatihan: ceramah, diskusi, video, tugas individu. d. Evaluasi

Setelah diberikan perlakuan maka selanjutnya adalah melakukan pengujian hipotesis yaitu pengujian *Anova*, namun sebelum pengujian *Anova* dilakukan sebelumnya peneliti melakukan pengujian normalitas dan homogenitas sebagai syarat untuk melakukan pengujian *Anova*. Pengujian normalitas dan homogenitas dilakukan dengan menggunakan data hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil pengujian prasyarat menunjukkan bahwa data *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdistribusi normal dan varian dalam penelitian ini mempunyai varian yang sama atau bersifat homogen. Pengujian hipotesis yang dilakukan menggunakan *Anova* dengan menggunakan dua kriteria yaitu berdasarkan signifikansi dan nilai F, dimana hasil uji *Anova* diperoleh signifikansi $0,004 < 0,05$ dan $F \text{ hitung } 5,167 > F \text{ tabel } 2,839$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil analisis membunjukkan adanya pengaruh pelatihan efikasi diri untuk meningkatkan konsep diri siswa.

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pelatihan efikasi diri untuk meningkatkan konsep diri siswa dengan perbedaan rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dimana rata-rata kelompok eksperimen memiliki peningkatan sebesar 12% sedangkan kelompok kontrol memiliki peningkatan rata-rata sebesar 4% yang artinya nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dibanding kelompok kontrol.

3.1 Hasil Pretest dan Posttest

Tabel 2. Perbandingan skor pretest dan posttest kelompok eksperimen

NO	PRETEST	POSTTEST	PENINGKATAN
----	---------	----------	-------------

			NILAI	%
1	136	163	27	20%
2	145	170	25	17%
3	121	145	24	20%
4	140	157	17	12%
5	120	142	22	18%
6	160	171	11	7%
7	143	158	15	10%
8	149	161	12	8%
9	150	161	11	7%
10	159	169	10	6%
11	148	159	11	7%
Rata-rata			16,82	12%
Minimum			10	6%
Maksimum			27	20%

Berdasarkan **Tabel 2** diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi sebesar 27 atau 20% dan skor terendah sebesar 10 atau 6% dengan rata-rata perubahan skor 16,82 atau 12%.

Tabel 3. Perbandingan skor pretest dan posttest kelompok kontrol

NO	PRETEST	POSTTEST	PENINGKATAN	
			NILAI	%
1	121	131	10	8%
2	161	163	2	1%
3	159	161	2	1%
4	157	160	3	2%
5	157	168	11	7%
6	165	171	6	4%
7	158	167	9	6%
8	157	164	7	4%
9	150	159	9	6%
10	151	157	6	4%
11	182	188	6	3%
Rata-rata			6,45	4%
Minimum			2	1%
Maksimum			11	8%

Berdasarkan **Tabel 3** diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi sebesar 11 atau 8% dan skor terendah sebesar 2 atau 1% dengan rata-rata perubahan skor 6,45 atau 4%.

3.2 Uji Prasyarat

Analisis data untuk uji hipotesis harus melewati pengujian prasyarat terlebih dahulu yaitu uji normalitas data dan uji homogenitas dimana pengujian ini bertujuan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak dan apakah varian dalam penelitian ini mempunyai varian yang sama atau bersifat homogen.

3.2.a Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan *SPSS* versi 25, dimana penentuan normal atau tidaknya distribusi skor menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Asumsi yang digunakan apabila nilai signifikansi (*Asymp.sig*) > Alpha 5% maka data berdistribusi normal dan sebaliknya apabila signifikansi (*Asym.sig*) < Alpha 5% maka data berdistribusi tidak normal, hasil uji normalitas pada penelitian ini disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil uji normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
PREEKSPERIMEN	.142	11	.200*	.916	11	.286
POSTEKSPERIMEN	.207	11	.200*	.903	11	.199
PREKONTROL	.250	11	.053	.837	11	.028
POSTKONTROL	.247	11	.059	.871	11	.081

Berdasarkan **Tabel 4** uji normalitas data pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 pada setiap kelompok sehingga data tersebut dapat digunakan untuk analisis selanjutnya.

3.2.b Uji Homogenitas

Uji homogenitas pada penelitian bertujuan untuk mengetahui sampel yang digunakan memiliki variasi yang sama. Uji homogenitas dilakukan menggunakan *SPSS* versi 25 dengan uji *Levene's Test*. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji homogenitas adalah apabila signifikansi > 0,05 berarti varian bersifat homogen, sebaliknya apabila signifikansi < 0,05 berarti varian bersifat heterogen, hasil uji homogenitas pada penelitian ini disajikan pada **Tabel 5**.

Tabel 5. Hasil uji homogenitas

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on Mean	.209	3	40	.889

Berdasarkan **Tabel 5** uji homogenitas tersebut diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,889 yang berarti > 0,05 dengan demikian varian dalam penelitian ini mempunyai varian yang sama atau bersifat homogen.

3.3 Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis *Statistic Parametric One Way Anova*, dengan pengambilan keputusan dalam pengujian ini menggunakan dua kriteria yaitu berdasarkan signifikansi dan nilai F. Pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi yaitu jika signifikansi > 0,05 maka H_0 diterima sebaliknya jika signifikansi < 0,05 maka H_0 ditolak. Pengambilan keputusan berdasarkan nilai F yaitu jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ maka H_0 diterima sebaliknya jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ maka H_0 ditolak. Hasil uji *anova* dalam penelitian ini disajikan pada **Tabel 6**.

Tabel 6. Hasil uji *anova*

ANOVA					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2521.182	3	840.394	5.167	.004
Within Groups	6506.364	40	162.659		
Total	9027.545	43			

Berdasarkan **Tabel 6** uji *anova* maka diperoleh signifikansi $0,004 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima dan nilai $F_{hitung} 5,167 > F_{tabel} 2,839$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal tersebut berarti bahwa adanya perbedaan skor pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberi perlakuan dan hasil analisis tersebut membuktikan bahwa adanya pengaruh pelatihan efikasi diri untuk meningkatkan konsep diri siswa.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa adanya pengaruh pelatihan efikasi diri dalam meningkatkan konsep diri siswa, hal ini dapat dibuktikan dengan perbedaan peningkatan skor antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dimana skor kelompok eksperimen mengalami kenaikan lebih tinggi dibandingkan dengan skor kelompok kontrol. Hal ini membuktikan bahwa dengan diberikannya pelatihan efikasi diri dapat meningkatkan konsep diri siswa.

Referensi

- [1] Agustiani, H, "Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja", *Bandung: PT Refika Aditama*, 2009.
- [2] Desmita, "Psikologi Perkembangan Peserta Didik", *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*, 2012.
- [3] Komalasari, Gantina, dkk, "Teori dan Teknik Konseling", Jakarta: PT Indeks, 2011.
- [4] Alwisol, "Psikologi Kepribadian, Edisi Revisi", Malang: UMM Press, 2008.
- [5] Iffah, Farida Nur, "Pelatihan Efikasi Diri untuk Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir Siswa SMA", Thesis (tidak diterbitkan), Program Pendidikan Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012.
- [6] Oktaverina, Isnaini dan H. Fuad Nashori, "Efektivitas Pelatihan Efikasi Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Matematika Siswa Sekolah Menengah Pertama", *Talenta*, 1 (1) hlm. 1-14, 2015.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)