

Pengaruh Efikasi Diri Dan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial Pada MTs Negeri Di Jakarta Selatan

Alfriealintina Rina¹, Sumaryoto², & Nani Hanifah³
^{1,2,3}Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta, Indonesia

ABSTRACT

The purpose of this research is to find out. 1) The effects of self efficacy and learning habits jointly towards social science learning achievement of state MTs high school students in South Jakarta. 2).The effect of self efficacy towards social science learning achievement of state state MTs high school students in South Jakarta. 3). The effect of learning habits towards social science learning achievement of state MTs high school students in South Jakarta. The method used in this study is a survey with multiple linier regression correlational techniques with a sample of 90 students. The results of the study show: 1) There are significant effects of self efficacy and learning habits jointly towards social science learning achievement of state MTs high school students in South Jakarta. This is evidenced by the acquisition of the value of Sig = 0.000 < 0.05 and Fcount = 28,567. 2). There is a significant effect of self efficacy towards social science learning achievement of state state MTs high school students in South Jakarta. This is evidenced by the acquisition of the value of Sig = 0.009 < 0.05 and tcount = 2,679. 3). There is a significant effect of learning habits towards social science learning achievement of state MTs high school students in South Jakarta. This is evidenced by the acquisition of the value of Sig = 0.000 < 0.05 and tcount = 5,080.

Key Words: Self Efficacy; Learning Habits; Social Science Learning Achievement.

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: 1) Pengaruh efikasi diri dan kebiasaan belajar secara bersama-sama terhadap prestasi belajar Ilmu Pengetahuan Sosial siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. 2) Pengaruh efikasi diri terhadap prestasi belajar Ilmu Pengetahuan Sosial siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. 3) Pengaruh kebiasaan belajar terhadap prestasi belajar Ilmu Pengetahuan Sosial siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan teknik korelasional, regresi linier berganda dengan jumlah sampel 90 siswa. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Terdapat pengaruh yang signifikan efikasi diri dan kebiasaan belajar belajar secara bersama-sama terhadap prestasi belajar IPS siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. Hal ini dibuktikan dengan nilai Sig 0,000 < 0,05 dan F_{hitung} = 28,567. 2) Terdapat pengaruh yang signifikan efikasi diri terhadap prestasi belajar IPS siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. Hal ini dibuktikan dengan nilai Sig. 0,009 < 0,05 dan thitung = 2,679. 3) Terdapat pengaruh yang signifikan kebiasaan belajar terhadap prestasi belajar IPS siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. Hal ini dibuktikan dengan nilai Sig. 0,000 < 0,05 dan thitung = 5,080.

Kata Kunci: Efikasi Diri; Kebiasaan Belajar; Prestasi Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial.

Penulis Korespondensi: (1) Alfriealintina Rina, (2) Universitas Indraprasta PGRI, (3) Jl. Nangka No. 58 C, Tanjung Barat. Kec. Jagakarsa, Jakarta Selatan, Indonesia, (4) Email: alfriealintina@gmail.com

Copyright © 2024. The Author(s). Published by Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta, Indonesia. This is an open access article licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

PENDAHULUAN

Pendidikan dapat menjadi ujung tombak pengembangan dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Dalam meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia, Pemerintah telah melakukan banyak perbaikan dan pembaharuan dalam bidang pendidikan, namun pada kenyataannya hingga saat ini kualitas pendidikan di Indonesia masih jauh tertinggal di banding negara-negara lainnya. Bahkan jika dibandingkan dalam lingkup yang lebih kecil yaitu ASEAN.

Merujuk pada hasil survey yang dilaksanakan oleh The United Nation Development Programme (UNDP) mengenai laporan Human Development Index (HDI) menunjukkan bahwa terdapat penurunan peringkat Indonesia dalam Indeks Pembangunan Manusia (IPM) pada tahun 2015. Peringkat IPM Indonesia tahun 2014 berada pada ke-110, kemudian mengalami penurunan pada tahun 2015 menjadi peringkat ke-113. Hal yang diteliti dalam survey ini meliputi aspek tenaga kerja, kesehatan dan pendidikan. Berdasarkan survey tersebut pula maka disimpulkan bahwa aspek pendidikan di Indonesia mengalami penurunan kualitas dari tahun 2014 ke tahun 2015.

Pendidikan tidak dapat terlepas dari proses belajar. Menurut Sagala (2013) menjelaskan bahwa “belajar merupakan komponen ilmu pendidikan yang berhubungan dengan tujuan dan bahan acuan interaksi baik yang bersifat eksplisit ataupun implisit”. Keberhasilan suatu proses belajar sendiri dapat terlihat dari hasil belajar. Zainal Arifin (2012) menyatakan bahwa: “hasil belajar bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang telah diberikan dan untuk mengetahui tingkat kemajuan dan kesesuaian hasil belajar siswa dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar yang telah ditetapkan”.

Penilaian pada prestasi belajar dapat dilakukan oleh guru, sekolah dan pemerintah. Bervariasinya prestasi belajar yang diperoleh ditentukan oleh berbagai faktor yang mempengaruhinya. Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar dapat digolongkan dalam dua faktor, yaitu internal (dalam diri peserta didik) dan eksternal (luar diri peserta didik). Prestasi belajar yang dicapai siswa pada hakekatnya merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor tersebut. Oleh karena itu, pengenalan guru terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa penting sekali artinya dalam rangka membantu siswa mencapai prestasi yang seoptimal mungkin dengan kemampuan masing-masing

Terdapat banyak faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari faktor internal dan faktor eksternal dari masing-masing siswa. Menurut Syah (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar atau prestasi belajar yang dapat dikembangkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor biologis atau psikologis, sedangkan faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Hal ini sejalan dengan jurnal penelitian Suwardi (2012) yang menyatakan faktor terbesar yang mempengaruhi prestasi belajar adalah faktor psikologi yaitu sebesar 27,5%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan psikologis memberikan kontribusi yang besar dalam keberhasilan siswa dalam belajar.

Efikasi diri dan kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor psikologis sehingga faktor tersebut juga berpengaruh dalam menentukan prestasi belajar. Self efficacy berperan sebagai pendorong sedangkan kebiasaan belajar sebagai strategi agar memperoleh prestasi belajar yang baik.

Menurut Bandura dalam Jess Feist & Feist, (2010) Efikasi diri adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Bandura juga menggambarkan *self efficacy* sebagai penentu bagaimana orang merasa, berfikir, memotivasi diri, dan berperilaku.

Self efficacy dapat menimbulkan keberhasilan siswa melalui dua cara, yakni pertama, keyakinan diri akan menumbuhkan minat dalam diri terhadap kegiatan yang dianggapnya menarik. Kedua, mereka akan mengatur diri untuk meraih tujuan dan berkomitmen kuat (Bandura dalam Maddux, 2013). Siswa dengan *self efficacy* yang tinggi akan meyakini bahwa tugas adalah sebagai tantangan bukan ancaman, sehingga mereka akan meminimalkan gangguan, menerapkan strategi efektif, menemukan mitra belajar, tidak mudah putus asa bahkan bisa mengatasi kegagalan yang dihadapi (Schunk dan Meece, 2005). Berbeda dengan siswa yang *self efficacy*-nya rendah, mereka berkeyakinan bahwa tidaka akan mampu melaksanakan tugas bahkan sebelum tugas itu diberikan (Pajares, 2005). Akibatnya mereka akan melaksanakan pembelajaran dengan keraguan dan ketakutan. Mereka juga akan lebih mudah mengalami depresi dan stress sehingga dapat mempertimbangkan untuk tidak mengikuti pembelajaran.

Efikasi diri adalah pertimbangan subyektif individu terhadap kemampuannya untuk menyusun tindakan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas-tugas khusus yang dihadapi. Efikasi diri berkaitan langsung dengan kecakapan diri yang dimiliki individu, melainkan pada penilaian diri tentang apa yang dapat dilakukan, tanpa terkait dengan kecakapan yang dimiliki. Efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk memobilisasi motivasi, sumber daya kognitif dan tindakan-tindakan yang diperlukan atau situasi-situasi yang dihadapi seseorang. Efikasi diri menjadi sangat penting karena dengan adanya Efikasi diri sendiri maka siswa sudah memiliki pengetahuan mengenai kemampuan dirinya, dan memiliki langkah-langkah tepat dan strategis untuk meningkatkan kemampuan yang dimilikinya, sehingga dengan sudah mengetahui kemampuan dan memiliki cara-cara untuk meningkatkan kemampuan maka siswa cenderung dapat memiliki prestasi belajar yang lebih baik.

Selain efikasi diri, faktor lainnya yang dapat mempengaruhi hasil belajar yaitu kebiasaan belajar. Kebiasaan belajar merupakan faktor penting dalam proses belajar. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Rana dan Kausar (2011) dalam jurnalnya. Mereka menyatakan bahwa kunci utama keberhasilan belajar siswa adalah kebiasaan belajar baik. Kebiasaan belajar baik akan membuat siswa memperoleh prestasi belajar tinggi. “Students with better strategies and better study habits tend to show higher academic achievement” (Aluja dan Blanc, 2004). Hal tersebut dapat terjadi karena kebiasaan belajar baik akan mampu menciptakan suasana belajar yang benar-benar mendukung untuk belajar. “Suasana belajar baik merupakan suasana yang tepat dalam memahami apa yang sedang dipelajari oleh siswa tersebut, dengan begitu penguasaan terhadap suatu materi pelajaran akan semakin meningkat” (Wahyuningsih dan Djazari, 2013).

Menurut Natawidjaja dan L. J. Molengon (2009) kebiasaan merupakan cara berbuat atau cara bertindak yang dimiliki seseorang dan diperolehnya melalui proses belajar dengan bersifat tetap, seragam dan otomatis. Artinya dalam hal ini jika seseorang sudah menerapkan kebiasaan belajar maka hal tersebut akan terus menerus tanpa adanya pemaksaan. Kebiasaan belajar menjadi sangat penting bagi siswa sendiri, karena dengan adanya kebiasaan belajar siswa cenderung memiliki struktur belajar, siswa lebih mampu membuat jadwal belajar, melaksanakan belajar sehingga dapat memanfaatkan waktu dengan lebih efektif, siswa juga mampu lebih fokus dalam melakukan pembelajaran di sekolah dan memiliki kebiasaan belajar sehingga dalam proses belajar siswa tidak akan merasa mendapatkan paksaan. Seperti halnya membiasakan seseorang untuk bersikap sopan, maka ketika orang tersebut berada di manapun dia akan secara otomatis bersikap sopan, karena hal tersebut sudah menjadi kebiasaan yang sudah terdapat dalam dirinya.

Kebiasaan belajar merupakan faktor internal yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Kebiasaan belajar sendiri bukanlah bakat alamiah atau pembawaan yang terdapat dalam diri manusia sejak lahir, melainkan kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh siswa secara teratur. Seorang siswa dikatakan memiliki kebiasaan belajar yang baik apabila mampu memilih cara-cara belajar yang benar-benar mendukung untuk belajar. Apabila suasana belajar menyenangkan maka

siswa akan lebih mudah memahami apa yang dipelajari sehingga penguasaan materi pelajaran semakin meningkat. Semakin meningkat pemahaman akan materi maka semakin tinggi pula hasil belajar yang akan diperoleh oleh siswa.

Menurut Yusuf (2006) kebiasaan belajar dapat dipengaruhi oleh faktor intern dan ekstern dan dapat dikembangkan melalui latihan, pemahaman dan keyakinan tentang manfaat belajar. Latihan sangat berpengaruh terhadap kebiasaan belajar karena dengan adanya latihan belajar yang baik maka akan membantu proses pembelajaran agar berjalan dengan baik pula.

Berdasarkan pemaparan yang telah dibahas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam mengenai permasalahan yang sedang terjadi, dengan judul penelitian yaitu “Pengaruh Efikasi diri dan Kebiasaan Belajar terhadap prestasi belajar Ilmu Pengetahuan Sosial Siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan”

METODE

Penelitian ini menggunakan metode survei dan dilaksanakan pada MTs Negeri 2, MTs Negeri 4 dan MTs Negeri 41 Jakarta Selatan kelas VIII tahun ajaran 2022/2023 dengan sampel sebanyak 90 responden dipilih secara acak (*random sampling*) dengan jumlah populasi 596 responden. Sampel di peroleh dengan menggunakan teori Arikunto.

Pengujian efikasi diri dan kebiasaan belajar terhadap prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial dilakukan dengan menguji sejumlah hipotesis. Instrumen penelitian untuk variabel efikasi diri dan kebiasaan belajar adalah angket (kuesioner) dengan pilihan berskala Likert, sedangkan instrumen penelitian untuk prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial adalah berupa hasil belajar tengah semester ganjil tahun ajaran 2022/2023 pada mata pelajaran IPS. Sebelum dipergunakan untuk pengumpulan data, kuesioner dari kedua variabel diujicobakan terlebih dahulu pada 30 siswa untuk melihat tingkat validitas dan reliabilitas instrumen. Selanjutnya data analisis dengan menggunakan regresi linier berganda dengan menggunakan bantuan program aplikasi SPSS versi 22.

HASIL

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier berganda menggunakan SPSS versi 22, hasil perhitungan dan pengujian dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Perhitungan Pengujian Koefisien Korelasi Ganda

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.630 ^a	.396	.383	6.43904

a. Predictors: (Constant), Kebiasaan Belajar, Efikasi Diri

b. Dependent Variable: Prestasi Belajar IPS

Dari Tabel 1 di atas terlihat bahwa koefisien korelasi ganda pengaruh variabel bebas efikasi diri dan kebiasaan belajar secara bersama-sama terhadap prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial sebesar 0,630 sehingga dapat diartikan terdapat korelasi yang kuat antara variabel bebas efikasi diri dan kebiasaan belajar secara bersama-sama terhadap prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial.

Sedangkan koefisien determinasinya sebesar 0,396 menunjukkan bahwa besarnya kontribusi efikasi diri dan kebiasaan belajar secara bersama-sama terhadap prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial sebesar 39,6%, sisanya 60,4% karena pengaruh faktor lain.

Tabel 2. Hasil Perhitungan Pengujian Signifikansi Koefisien Regresi

ANOVA ^a						
	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2368.825	2	1184.412	28.567	.000 ^b
	Residual	3607.131	87	41.461		
	Total	5975.956	89			

a. Dependent Variable: Prestasi Belajar IPS

b. Predictors: (Constant), Kebiasaan Belajar, Efikasi Diri

Dari Tabel 2. terlihat bahwa nilai Sig = 0,000 < 0,05 dan Fhitung = 28,567, maka H0 ditolak yang berarti bahwa koefisien regresi tersebut signifikan. Dengan kata lain bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel bebas efikasi diri dan kebiasaan belajar secara bersama-sama terhadap prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial.

Tabel 3. Hasil Perhitungan Persamaan Regresi Ganda

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
		B	Std. Error	Beta	t	
1	(Constant)	23.540	7.347		3.204	.002
	Efikasi Diri	.203	.076	.251	2.679	.009
	Kebiasaan Belajar	.394	.078	.475	5.080	.000

a. Dependent Variable: Prestasi Belajar IPS

Dari Tabel 3. terlihat pada variabel efikasi diri bahwa nilai Sig = 0,009 < 0,05 dan thitung = 2,679, maka H0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan efikasi diri terhadap prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial dan pada variabel kebiasaan belajar terlihat bahwa nilai Sig = 0,000 < 0,05 dan thitung = 5,080, maka H0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan kebiasaan belajar terhadap prestasi belajar ilmu pengetahuan sosial.

DISKUSI

1. Pengaruh Efikasi diri dan Kebiasaan belajar Secara bersama-sama terhadap Prestasi belajar IPS

Dari deskripsi data setelah dilakukan analisis korelasi diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,630 dan koefisien determinasi sebesar 39,4%, setelah dilakukan pengujian dengan program SPSS terbukti bahwa koefisien korelasi tersebut signifikan. Hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh variabel bebas Efikasi diri dan Kebiasaan belajar Secara bersama-sama terhadap Prestasi belajar IPS.

Sedangkan dari analisis regresi diperoleh persamaan garis regresi $= 23,540 + 0,203 X_1 + 0,394 X_2$. Nilai konstanta = 23,540 menunjukkan bahwa dengan efikasi diri dan kebiasaan belajar siswa paling rendah sulit bagi siswa tersebut untuk bisa meraih prestasi belajar IPS yang baik. Sedangkan nilai koefisien regresi sebesar 0,203 dan 0,394 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif variabel bebas efikasi diri (X_1) dan kebiasaan belajar (X_2) secara bersama-sama terhadap variabel terikat Y (Prestasi Belajar IPS), dan setiap ada kenaikan satu unit nilai efikasi diri ceteris paribus variabel kebiasaan belajar tidak berubah maka ada kenaikan prestasi belajar IPS sebesar 0,203 unit, sedangkan setiap ada kenaikan satu nilai kebiasaan belajar siswa maka ada kenaikan prestasi belajar IPS sebesar 0,394, ceteris paribus variabel efikasi diri tidak berubah.

Dari pengujian signifikansi koefisien regresi yang juga dilakukan dengan program SPSS diperoleh bahwa koefisien regresi tersebut signifikan, yaitu ditunjukkan oleh nilai Sig = 0,000 < 0,05 dan Fhitung = 28,567, atau regresi tersebut signifikan, yang berarti benar

bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel bebas efikasi diri (X1) dan kebiasaan belajar (X2) secara bersama-sama terhadap variabel terikat Y (Prestasi Belajar IPS).

Menurut sintesis teori yang ada di Bab II, Prestasi belajar IPS adalah prestasi belajar mata pelajaran IPS yang ditunjukkan siswa setelah mengalami proses pembelajaran dalam kurun waktu tertentu yang diukur dari prestasi evaluasi. Secara harfiah prestasi diartikan sebagai hasil yang dapat dicapai (dilakukan dan di kerjakan). Hasil belajar adalah perubahan kemampuan belajar siswa dalam hal penguasaan materi yang telah dipelajari sesuai dengan tujuan pembelajaran yang mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotorik (Sudjana, 2012). Hasil belajar diperoleh siswa setelah melakukan proses pembelajaran yang akan berdampak pada perubahan perilaku siswa

Faktor-faktor pencapaian prestasi belajar menurut Agoes Dariyo (2013:89) ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal ialah faktor yang berhubungan erat dengan segala kondisi siswa meliputi : a) kesehatan fisik, b) kondisi jiwa, c) psikologis, d) intelegensi, e) bakat, f) minat, g) kreativitas, h) motivasi, i) kondisi emosional, j) kebiasaan belajar dan sebagainya. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri seseorang, seperti faktor keluarga dan lingkungan.

Efikasi diri dan kebiasaan belajar siswa merupakan faktor internal yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Efikasi diri adalah suatu keyakinan yang ada dalam diri seseorang yang mempengaruhi besarnya motivasi. Efikasi diri sangatlah penting untuk seseorang karena suatu keyakinan pada diri seseorang sangat berguna di masa depan (Purwana & Saptono 2015). Pengertian menurut para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan dalam diri seseorang akan kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan sesuatu hal. Sehingga menimbulkan motivasi untuk melakukan tindakan atau tidak. Kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran. Jika siswa menerapkan kebiasaan belajar yang buruk maka siswa akan mengalami kegagalan belajar. Begitu juga sebaliknya jika siswa menerapkan pembentukan kebiasaan yang baik maka siswa akan mudah menerima pelajaran dengan cara yang menyenangkan baginya serta tujuan pembelajaran akan berhasil. Dari teori tersebut maka dapat dikatakan bahwa jika efikasi diri dan kebiasaan belajar siswa tinggi, maka prestasi belajar IPS siswa akan tinggi pula.

Dari informasi kuantitatif dan teori tersebut peneliti berkesimpulan bahwa efikasi diri dan kebiasaan belajar mempunyai pengaruh yang signifikan secara bersama-sama terhadap prestasi belajar IPS.

2. Pengaruh Efikasi diri terhadap Prestasi belajar IPS

Dari pengujian hipotesis diperoleh bahwa nilai Sig = 0.009 < 0,05 dan thitung = 2,679, maka H0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan variabel bebas X1 (efikasi diri) terhadap variabel terikat Y (Prestasi Belajar IPS).

Menurut sintesis teori yang ada di Bab II, Prestasi belajar IPS adalah prestasi belajar mata pelajaran IPS yang ditunjukkan siswa setelah mengalami proses pembelajaran dalam kurun waktu tertentu yang diukur dari prestasi evaluasi. Secara harfiah prestasi diartikan sebagai hasil yang dapat dicapai (dilakukan dan di kerjakan). Hasil belajar adalah perubahan kemampuan belajar siswa dalam hal penguasaan materi yang telah dipelajari sesuai dengan tujuan pembelajaran yang mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotorik (Sudjana, 2012). Hasil belajar diperoleh siswa setelah melakukan proses pembelajaran yang akan berdampak pada perubahan perilaku siswa

Faktor-faktor pencapaian prestasi belajar menurut Agoes Dariyo (2013) ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal ialah faktor yang berhubungan erat dengan segala kondisi siswa meliputi : a) kesehatan fisik, b) kondisi jiwa, c) psikologis, d) intelegensi, e) bakat, f) minat, g) kreativitas, h) motivasi, i) kondisi emosional, j) kebiasaan belajar dan sebagainya. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri seseorang, seperti faktor keluarga dan lingkungan.

Efikasi diri merupakan salah faktor internal yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Menurut Bandura dalam Sri Muliati Abdullah (2019: 92) "*Perceived self-efficacy refers to beliefs in one's capabilities to organize and execute the courses of action required to manage prospective situations. Efficacy beliefs influence how people think, feel, motivate themselves, and act*". Efikasi diri merupakan keyakinan pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi prospektif. Keyakinan ini akan mempengaruhi terhadap cara seseorang untuk berpikir, merasakan dan memotivasi diri sendiri untuk bertindak.

Sumber yang paling utama yang menyebabkan efikasi diri seseorang meningkat atau menurun menurut Bandura dalam Sri Muliati Abdullah (2019:94) yang paling efektif untuk menciptakan rasa keberhasilan diantaranya

Pengalaman Performasi (*mastery experiences*), adalah prestasi yang pernah dicapai pada masa yang telah lalu. Sebagai sumber, performansi masa lalu menjadi pengubah efikasi diri yang paling kuat pengaruhnya. Prestasi (masa lalu) yang baik akan meningkatkan ekspektasi efikasi, sedang kegagalan akan menurunkan efikasi. Kegagalan menurunkan efikasi, jika orang merasa sudah berusaha sebaik mungkin.

Pengalaman Vikarius (*vicarious experiences*), diperoleh melalui model sosial. Efikasi akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi akan menurun jika mengamati orang yang kemampuannya kira-kira sama dengan dirinya ternyata gagal. Jika figur yang diamati berbeda dengan diri si pengamat, pengaruh vikarius tidak besar.

Persuasi Sosial (*Social persuasion*), efikasi diri juga dapat diperoleh, diperkuat atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Dampak dari sumber ini terbatas, tetapi pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi efikasi diri. Kondisi itu adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan.

Keadaan emosi dan fisik (*physiological and emotional states*), keadaan emosi yang mengikuti suatu perilaku akan mempengaruhi efikasi di bidang kegiatan itu. Emosi negatif yang kuat, takut, cemas, stress, dapat mengurangi efikasi diri. Peningkatan emosi (yang tidak berlebihan) dapat meningkatkan efikasi diri. Keadaan fisik yang sehat akan dapat meningkatkan efikasi diri.

Dari informasi kuantitatif dan teori tersebut maka peneliti berkesimpulan bahwa efikasi diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prestasi belajar IPS.

3. Pengaruh Kebiasaan belajar terhadap Prestasi Belajar IPS

Dari pengujian hipotesis diperoleh bahwa nilai Sig = 0,000 < 0,05 dan thitung = 5,0808, maka H₀ di tolak yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan variabel bebas X₂ (Kebiasaan belajar) terhadap variabel terikat Y (Prestasi Belajar IPS).

Menurut sintesis teori yang ada di Bab II, Prestasi belajar IPS adalah prestasi belajar mata pelajaran IPS yang ditunjukkan siswa setelah mengalami proses pembelajaran dalam

kurun waktu tertentu yang diukur dari prestasi evaluasi. Secara harfiah prestasi diartikan sebagai hasil yang dapat dicapai (dilakukan dan di kerjakan). Hasil belajar adalah perubahan kemampuan belajar siswa dalam hal penguasaan materi yang telah dipelajari sesuai dengan tujuan pembelajaran yang mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotorik (Sudjana, 2012). Hasil belajar diperoleh siswa setelah melakukan proses pembelajaran yang akan berdampak pada perubahan perilaku siswa

Kebiasaan belajar merupakan salah faktor internal yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Menurut Djaali (2011), "Kebiasaan belajar dapat diartikan sebagai cara atau teknik yang menetap pada diri siswa pada waktu menerima pelajaran, membaca buku, mengerjakan tugas dan pengaturan waktu untuk menyelesaikan kegiatan". Menurut Aunurrahman (2012), Kebiasaan belajar adalah perilaku belajar seseorang yang telah tertanam dalam waktu yang relatif lama sehingga memberikan ciri dalam aktivitas belajar yang dilakukannya.

Kebiasaan belajar bukan merupakan bakat alamiah yang berasal dari faktor bawaan, tetapi merupakan perilaku yang dipelajari dengan secara sengaja dan sadar selama beberapa waktu. Kebiasaan belajar karena diulang sepanjang waktu, berbagai perilaku itu begitu terbiasakan sehingga akhirnya terlaksana secara spontan tanpa memerlukan pikiran sadar sebagai tanggapan otomatis terhadap suatu proses belajar. Kebiasaan juga bisa diartikan sebagai hal-hal yang dilakukan berulang-ulang, sehingga dalam melakukan hal itu tanpa pemikiran. Keyakinan/kemantapan dalam belajar serta kebiasaan belajar yang baik tentunya dapat mendukung siswa mendapat pemahaman materi yang lebih baik kemudian dapat menunjang prestasi belajar yang lebih baik pula.

Disamping pembentukan kebiasaan belajar yang baik. Ada juga siswa yang memiliki kebiasaan belajar yang buruk atau kurang baik. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2013) dalam kegiatan sehari-hari ditemukan adanya kebiasaan belajar yang kurang baik. Kebiasaan tersebut antara lain berupa: 1) Belajar pada akhir semester, 2) Belajar tidak teratur, 3) Menyianyikan kesempatan belajar, 4) Bersekolah hanya untuk bergengsi, 5) Datang terlambat dengan gaya pemimpin, 6) Bergaya jantan seperti merokok, sok menggurui temannya, dan 7) Bergaya minta "belas kasihan" tanpa belajar.

Dari informasi kuantitatif dan teori tersebut maka peneliti berkesimpulan bahwa kebiasaan belajar mempunyai pengaruh yang positif dan signifikan terhadap prestasi belajar IPS.

SIMPULAN

1. Terdapat pengaruh yang signifikan efikasi diri dan kebiasaan belajar belajar secara bersama-sama terhadap prestasi belajar IPS siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. Hal ini dibuktikan dengan nilai Sig $0,000 < 0,05$ dan Fhitung = 28,567.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan efikasi diri terhadap prestasi belajar IPS siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. Hal ini dibuktikan dengan nilai Sig. $0,009 < 0,05$ dan thitung = 2,679.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan kebiasaan belajar terhadap prestasi belajar IPS siswa MTs Negeri di Jakarta Selatan. Hal ini dibuktikan dengan nilai Sig. $0,000 < 0,05$ dan thitung = 5,080.

REFERENSI

- Ahmadi, A. & Supriono, W. (2014). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arifin, Z. (2012). *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aunurrahman. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Bandura, Albert. (2009). *Self-Efficacy in Changing Societies*. New York: Cambridge University Press.
- Dariyo, A. (2013). *Dasar-Dasar Pedagogi Modern*. Jakarta: PT Indeks
- Dimiyati & Mudjiono. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Djaali. (2011). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Djamarah, S.B. (2013). *Pola Komunikasi Orangtua dan Anak Dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djamarah, S.B. dan Aswan, Z. (2014). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fathurrohman, M & Sulistyorini. (2012). *Belajar & Pembelajaran*. Yogyakarta: Teras.
- Feist, J. & Gregory J. Feist. (2010). *Teori Kepribadian (Edisi ketujuh)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika
- Folastri, S. (2013). *Konselor Jurnal Ilmiah Konseling Volume 2 Nomor 1 Januari 2013*. Diakses dari <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>
- Ihsana, E. (2017). *Belajar dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka
- Maddux, J. E. (2013). *Self-Efficacy, Adaptation, and Adjustment: Theory, Research, and Application*. New York : Plenum Press
- Margono. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mudasir. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Riau: STAI Nurul Falah
- Purwanto, N. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Riduwan. (2012). *Metode dan Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sagala, S. (2013). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung : Alfabeta
- Sapriya. (2017). *Pendidikan IPS*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Sary, Y.N.E. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Parama Publishing
- Schunk, Dale H., and Judith L. Meece. (2005). *Self-Efficacy Development in Adolescents*. By Information Age Publishing.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sudjana, N. (2012). *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo
- Sudjana. (2005). *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Supardi, US. (2013). *Aplikasi Statistik Dalam Penelitian*. Jakarta: Ufuk Press
- Susanto, A. (2013). *Teori Belajar Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta. Kharisma Putra
- Syah, M. (2010). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung:PT. Remaja Rosdakarya