

## Hubungan Self Efficacy dengan Kemampuan Berpikir Positif pada Remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021

Lindawati Simorangkir<sup>1)</sup>, Amnita Ginting<sup>2)</sup>, Elisabeth Christina Tumanggor<sup>3\*)</sup>

<sup>1,2</sup>Dosen Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Medan, Indonesia, [lindasimorangkir79@gmail.com](mailto:lindasimorangkir79@gmail.com), [amnitaginting@gmail.com](mailto:amnitaginting@gmail.com); <sup>3</sup>Mahasiswa Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Medan, Indonesia, \* [elisabethchristinamanggor98@gmail.com](mailto:elisabethchristinamanggor98@gmail.com)

Received: 15 Juli 2022; Revised: 12 Agustus 2022; Accepted: 19 Agustus 2022  
DOI: 10.52622/jisk.v3i2.61

### Abstract

Self efficacy is someone who has high confidence where individuals are able to direct behavior to be active and more diligent with all academic activities. Positive ability to reason is a disposition or conduct that is possessed to have the option to settle on decisions by utilizing a solid and clear psyche that starts or emerges from positive energy and furthermore sees everything with regards to its decency. This study expects to decide if there is a connection between self-viability and positive ability to reason. The exploration strategy utilized is connection with cross sectional methodology, the quantity of respondents is 53 individuals. This retrieval technique is done by using questionnaires that are distributed directly. Sampling using simple random sampling with a total of 53 respondents. Their results showed that most of the respondents with High Self Efficacy were 43 people (81.1%) with the ability to think positively in the high category as many as 25 people (47.2%). Their results of the Fisher's Exact Test correlation test with a p-value of 0.488 ( $p < 0.05$ ) means that there is no significant relationship between self-efficacy and the ability to think positively in adolescents at Karya Bhakti Junior High School, Tarabintang District, Humbang Hasundutan Regency. The conclusion is that the self-efficacy of Karya Bhakti Junior High School students is very high, while students who have very low positive thinking skills are expected to be better able to change attitudes or behavior to improve their ability to think positively and apply self-efficacy in each individual.

**Keywords:** *Self efficacy, positive thinking ability*

### Abstrak

*Self efficacy* merupakan keyakinan yang tinggi dimana individu mampu mengarahkan perilaku giat dan lebih tekun dengan segala aktivitas akademik. Kemampuan nalar positif adalah tingkah laku yang dimiliki untuk mengambil keputusan dengan memanfaatkan jiwa yang solid dan jernih, dimulai dari energi positif dan selanjutnya melihat segala sesuatu dalam kaitannya dengan kesulitannya. Penelitian ini diharapkan dapat memutuskan apakah ada hubungan antara kelangsungan hidup diri dan kemampuan berpikir positif. Strategi eksplorasi yang digunakan berhubungan dengan metodologi cross sectional, jumlah responden sebanyak 53 orang. Teknik pengambilan ini dilakukan dengan cara menggunakan kuesioner yang dibagikan secara langsung. Pengambilan sampel menggunakan *simple random* sampling berjumlah 53 responden. Hasil penelitian diperoleh sebagian besar responden dengan *Self Efficacy* yang tinggi sebanyak 43 orang (81,1%) dengan kemampuan berpikir positif dengan kategori tinggi sebanyak 25 orang (47,2%). Hasil uji korelasi fisher's Exact Test dengan *p-value* sebesar 0,488 ( $p < 0,05$ ) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara self efficacy dengan kemampuan berpikir positif pada remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan. Kesimpulannya bahwa *self efficacy* yang dimiliki oleh siswa SMP Karya Bhakti sangat tinggi sedangkan siswa yang memiliki kemampuan dalam berpikir positif sangat rendah, diharapkan siswa lebih mampu dalam mengubah sikap atau perilaku untuk meningkatkan kemampuan dalam berpikir positif dan menerapkan *self efficacy* dalam diri setiap individu.

**Kata Kunci:** *Self efficacy, kemampuan berpikir positif*

## PENDAHULUAN

Pada usia remaja mengalami masa transisi atau masa fase perkembangan, remaja akan mencari dan menyelesaikan banyak tantangan yang berasal dari dalam dirinya, dimasa masanperalihan antara anak-anak menuju dewasa yang sering disebut dengan ambang kematangan diri, periode perubahan, serta belum matangnya kemampuan baik fisik maupun psikologis untuk dapat beradaptasi dengan tantangan baru, serta lingkungan disekitarnya. Perubahan yang terjadi pada remaja baik secara psikis maupun secara fisik (1).

Perubahan-perubahan fisik dan psikis yang dihadapi remaja maka akan timbul permasalahan yang baru, dimana perubahan psikis memiliki pengaruh penting bagi perkembangan remaja, sehingga remaja perlu memiliki psikis yang baik dengan menanamkan sikap berpikir positif dengan berani tampil beda yang akan menghasilkan gagasan-gagasan positif yang meningkatkan kepercayaan dirinya (2). Kapasitas berpikir positif adalah keadaan dimana pikiran dan perilaku yang dimiliki dapat membuat pilihan dengan menggunakan akal sehat dan jernih yang dimulai atau muncul dari vitalitas positif serta melihat segala sesuatu dari segi kebaikan, dengan cara memperluas pikiran positif kaum muda. Untuk dapat mengubah tantangan yang ada dalam hidup menjadi peluang untuk kemenangan, kebahagiaan, dan kedamaian yang lebih menonjol (3).

Banyak permasalahan yang sering terjadi pada remaja baik berasal dari dalam diri maupun lingkungan sekitar, permasalahan yang timbul dalam diri remaja yaitu sering melakukan hal-hal yang tidak mencerminkan remaja untuk berpikir positif seperti perilaku mencontek, dan masalah yang didapat dari lingkungan sekitar yaitu remaja yang sering merokok, tidak hanya itu permasalahan lain yaitu pada saat diruangan kelas remaja takut dalam menyampaikan pendapat karena takut salah, remaja mengerjakan tugas yang kurang dipahami akan berniat untuk meminta bantuan kepada temannya sehingga tidak yakin dengan kemampuan dirinya, ketika disuruh maju untuk menjawab kuis remaja merasa grogi, ragu-ragu dan takut, hal ini yang menimbulkan masih banyak remaja yang berpikir negatife dikarenakan remaja tidak menemukan jati dalam diri dirinya sehingga remaja tidak mampu mengelola emosi, depresi dan perasaan cemas (4).

Dari hasil penelitian menurut Anggraini et al (2017), bahwa berpikir positif yang tergolong kriteria tinggi sebesar 51,1%, kriteria sangat tinggi sebesar 25,2 %, keriteria sedang sebesar 21,3%, kriteria rendah sebesar 0,8% dan kriteria sangat rendah 1,6%, hal ini menunjukkan bahwa presentase hubungan variable independen terhadap variable dependen sebesar 41,1% yaitu berpikir positif berhubungan dengan self-efficacy (5). Sedangkan Hasil penelitian menurut Ananda & Suprihatin (2019), menjelaskan bahwa berpikir positif dengan self-efficacy terhadap kecemasan berbicara didepan umum sebesar 10,7%, sedangkan sisanya 89,3% dipengaruhi oleh faktor lain seperti kepercayaan diri, penyesuaian diri, konsep diri, dukungan social, dan kematangan emosi (6).

Hasil survey awal yang dilakukan peneliti dengan 10 responden kepada remaja SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan, ditemukan 8 (80%) siswa memiliki kemampuan berpikir positif yang rendah dan 2 (20%) siswa dengan kemampuan berpikir positif tinggi, hal ini dikarenakan kurangnya kepercayaan diri oleh siswa, hal tersebut didukung dengan hasil wawancara self efficacy yang diperoleh 7 (70%) siswa yang memiliki self efficacy tinggi dan 3 (30%) siswa dengan self efficacy yang rendah. Maka dari hasil survey awal dapat disimpulkan self-efficacy mampu meningkatkan kemampuan berpikir positif pada remaja SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan.

Menurut Hasanah (2018), mengatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan berpikir positif seseorang adalah self efficacy, dikatakan bahwa kelompok individu yang diberikan self efficacy mengalami perbedaaan sikap percaya diri antara sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok, dan remaja mampu lebih tenang, dapat menyesuaikan diri, berkomunikasi dengan baik, dan menanggapi masalah dengan positif (7); menurut Rachmawati dan Budiningsih (2017) bahwa semakin tinggi self-viability akan mempengaruhi kapasitas berpikir secara empatik, dikatakan bahwa semakin tinggi self-adequacy maka semakin tinggi kapasitas berpikir jernih dan semakin rendah self-viability maka semakin rendah kapasitas berpikir jernih (8).

Hasil pelatihan bahwa latihan berpikir positif pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol menyebabkan banyak perubahan terhadap status kesehatan mental remaja, dalam meningkatkan perilaku positif di mana kelompok uji coba memiliki tingkat kegugupan yang lebih rendah daripada kelompok patokan, sehingga dapat diduga bahwa persiapan penalaran positif lebih layak dalam mengurangi kegelisahan remaja dalam mengerjakan tugas (9).

Hasil pelatihan antara guru dengan siswa dimana semakin tinggi berpikir positif dengan demikian mampu menunjukkan pelatihan untuk meningkatkan strategi koping antara lain dukungan sosial, kepribadian, jenis kelamin, tingkat pendidikan, konteks lingkungan, dengan hal ini mampu meningkatkan strategi koping stress pada guru dan siswa dalam kesulitan belajar (10).

Self efficacy merupakan keyakinan yang tinggi dimana individu mampu mengarahkan berperilaku dinamis dan lebih rajin dalam setiap tindakan ilmiah, begitu pula sebaliknya dengan kemampuan diri rendah akan tidak berdaya terhadap kemampuan dirinya sehingga dirinya bertindak sebagai gerakan merusak pelaksanaan skolastik atau mengurangi prestasi dan tugas menghindari (11).

Orang yang memiliki self-viability akan lebih tegar dan tidak kenal lelah dalam menghadapi segala persoalan dan kesulitan yang memiliki self adequacy tinggi justru akan mampu menghadapi kesulitan yang ada sedangkan self adequacy rendah akan mudah menyerah dan tidak bisa menyelesaikan pekerjaan. Seperti yang diharapkan, maka kecukupan diri harus diklaim oleh setiap orang untuk mempermudah kemajuan dan menyelesaikan tugas dengan baik (12).

Penelitian yang ditemukan di Indonesia mengenai prestasi belajar didapatkan keterkaitan prestasi belajar dengan hal-hal yang mempengaruhi dilakukan oleh Wahyuni & Dahlia (2020) bahwa kebiasaan belajar menyumbang 20,6 % dengan kriteria sangat baik untuk prestasi belajar (13). Penelitian lain dilakukan oleh Riniati (2009) menyebutkan efikasi diri menyumbang 11,9% terdapat prestasi belajar (11). Susilowati (2009) menyebutkan terdapat sumbangan efektif self efficacy terdapat prestasi belajar sebesar 17,1% (14). Menurut Brown dan Lent (1991) juga membuktikan bahwa self efficacy akademik berdampak positif dan signifikan terhadap prestasi belajar dan kegigihan siswa dengan sumbangan efek masing-masing sebesar 14% dan 12% (11).

Berdasarkan hasil penelitian Subaidi (2016), komponen efikasi diri adalah perjumpaan seseorang akan kemenangan dalam menangani tugas-tugas dimana telah mengalami kemenangan di masa lalu, semakin tinggi efikasi dirinya, sebaliknya jika mengalami kekecewaan di masa lalu, efikasi diri akan lebih rendah, bukan karena pertemuan orang lain juga termasuk di mana orang yang melihat orang lain berhasil melakukan semua latihan yang sama akan memiliki keinginan untuk memperluas efikasi diri. Mengurangi (15).

Berdasarkan hasil penelitian dampak self efficacy menurut Permana dkk (2016), keteguhan hati, misalnya, pilihan dibuat berdasarkan bagaimana kelangsungan hidup dirasakan oleh individu terhadap keputusan dan upaya persuasif, kecukupan diri yang tinggi akan benar-benar ingin bangkit dan bertahan saat menghadapi masalah dengan penalaran yang baik. penilaian kecukupan mempengaruhi kata-kata pada diri sendiri, orang yang memiliki kemampuan hidup rendah umumnya akan menghadapi tekanan dan lamban (16).

Menurut Prahara & Budiyan (2019), simulasi-simulasi yang digunakan untuk meningkatkan strategi self efficacy remaja melalui pelatihan membiasakan diri dengan hal-hal yang positif sehingga remaja diharapkan memiliki keyakinan diri untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan tugas, mencapai tujuan, dan memiliki kemampuan untuk mengalahkan hambatan dalam mencapai prestasi akademik dengan tujuan bahwa prestasi akademik akan meningkat (17).

## METODE PENELITIAN

Strategi penelitian yang digunakan adalah korelasional dengan strategi cross sectional. Metode pemeriksaan yang digunakan adalah strategi pemeriksaan langsung tidak beraturan dimana tes dalam pertimbangan ini adalah 53 responden. Alat ukur yang digunakan survei efikasi diri yang dianut oleh analisis Lestari's inquiry, 2019 yang terdiri dari 36 pertanyaan dan survei kapasitas mempertimbangkan positif yang dari 17 yang terdiri dari 10 pertanyaan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan data demografi pada remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi pada Remaja Di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021**

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Umur</b>		
13-14	35	66
15-16	18	34
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	20	37,7
Perempuan	33	62,3
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa data yang diperoleh dari 53 responden mayoritas berada pada rentang usia 15-16 tahun berjumlah 18 orang (34 %), dan minoritas berada pada rentang usia 13-14 tahun sebanyak 35 orang (66 %). Data jenis kelamin responden mayoritas perempuan sebanyak 33 orang (62,3%) dan minoritas laki-laki 20 orang (37,7%).

### Distribusi Frekuensi dan Persentase *self-efficacy*

Berdasarkan Tabel 2 diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa berdasarkan data distribusi frekuensi *self-efficacy* pada remaja di smp karya bhakti kecamatan tarabintang kabupaten humbang hasundutan tahun 2021.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Persentase *self-efficacy* pada Remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021**

No.	<i>Self Efficacy</i>	F	%
1.	Rendah	10	18,9%
2.	Tinggi	43	81,1%
<b>Total</b>		<b>53</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil bahwa hasil Self efficacy pada remaja SMP mayoritas tinggi sebanyak 43 (81,1%) dan minoritas Self efficacy rendah sebanyak 10 (19%) responden. Penulis berasumsi bahwa siswa yang memiliki kriteria self efficacy tinggi akan lebih giat, tekun, disiplin, rajin, percaya diri, ada semangat dalam belajar, berada di lingkungan yang positif yaitu keluarga dan sekolah, mengikuti peraturan yang berlaku di sekolah seperti datang tepat waktu, memasuki ruangan sesuai jadwal yang sudah ditentukan, mengikuti ujian-ujian yang diberikan oleh guru, mampu mengurus masalah yang mereka hadapi dan secara konsisten percaya pada kapasitas sendiri. Kemudian siswa yang memiliki self-adequacy rendah tidak dinamis dalam belajar, tidak memiliki rasa takut, tidak mematuhi aturan yang berlaku di sekolah, bolos saat ulangan, tidak datang sesuai jadwal aturan di sekolah, suka menunda-nunda tugas, malas membuat catatan sendiri, dan tidak mempunyai jadwal belajar di rumah maupun di sekolah. Sesuai hasil yang telah ditemukan oleh para ilmuwan di lapangan bahwa self efficacy siswa-siswi rendah dikarenakan siswa-siswi tersebut malas belajar dan didukung dengan situasi saat ini yang mengharuskan siswa-siswi untuk tidak melakukan aktivitas belajar di sekolah dan melakukan aktivitas belajar mengajar dari rumah yang membuat siswa-siswi lalai dengan tanggung jawabnya sebagai seorang pelajar. Sehingga sesuai dengan data demografi bahwa siswa tergolong pada remaja yang masih mencari identitas diri sendiri dan masih berada pada fase negative dikarenakan tingkah laku siswa yang cenderung mengarah ke hal-hal yang kurang positif.

Data di atas didukung oleh Mukti, dkk (2019) yang mengatakan jika orang memiliki self-viability yang tinggi, wajar jika mereka akan membimbing cara berperilaku mereka menjadi dinamis dan lebih mantap dalam latihan mendidik dan belajar di sekolah, begitu juga sebaliknya, orang-orang yang memiliki rasa takut yang rendah. dalam belajar di sekolah secara efektif diturunkan oleh kapasitas mereka sendiri sehingga mereka sering mengarahkan diri mereka sendiri pada berbagai cara berperilaku sebagai latihan yang menghambat latihan mengajar dan belajar di sekolah atau mengurangi prestasi ilmiah di sekolah (11).

Data di atas juga didukung oleh penelitian Wahyuni & Dahlia (2020) bahwa self efficacy mampu mengubah dan meningkatkan kemampuan dirinya agar berhasil dalam melakukan suatu tugas akademik, mampu mengungkapkan keyakinan diri yang harus terlihat dari orang-orang yang percaya pada kemampuannya untuk menguasai materi ilmiah, kemandirian juga dapat memberdayakan kontribusi dalam latihan pembelajaran yang dapat mempengaruhi tingkat pencapaian dan inspirasi dan dapat menegaskan bahwa keberanian adalah sesuatu yang penting yang dapat mendukung prestasi siswa. Siswa yang membutuhkan prestasi belajar yang tinggi harus memiliki keberanian yang tinggi dalam mewujudkan, hal ini karena rasa percaya diri dapat mempengaruhi hasil presentasi mereka dan kekuatan seseorang dalam menyelesaikan pekerjaan di sekolah (13).

Menurut ilmuwan, hasil eksplorasi yang telah selesai, buku harian pendukung saat ini, hipotesis yang didapat oleh para ahli, sangat mungkin dianggap bahwa, tinggi, rendah, kelangsungan hidup seorang siswa dipengaruhi tanpa orang lain. Hal ini mampu meningkatkan dan menurunkan prestasi siswa dalam tugas akademik sehingga perlu diterapkan sikap dan perilaku yang bertanggung jawab, giat, disiplin, percaya diri dalam meningkatkan motivasi serta semangat mengerjakan tugas akademik.

### Kemampuan Berpikir Positif pada Remaja Di SMP

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa berdasarkan data Distribusi frekuensi Kemampuan berpikir positif Pada Remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kemampuan Berpikir Positif pada Remaja Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021**

No.	Kemampuan Berpikir Positif	F	%
1.	Rendah	28	52,8%
2.	Tinggi	25	47,2%
<b>Total</b>		<b>53</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil penemuan yang diperoleh partisipan yang memiliki kemampuan berpikir positif dalam kategori tinggi mayoritas 28 (53%) responden dan minoritas sebanyak 25 orang (47%) responden yang memiliki kemampuan berpikir positif siswa rendah.

Penulis berasumsi bahwa kemampuan berpikir positif yang tinggi pada siswa dikarenakan memiliki kepercayaan diri, berani, optimis, memiliki hubungan positif dengan orang dan berpikir secara terbuka kepada sesama teman, dan melihat suatu masalah dari sisi yang positif serta mampu mengendalikan diri disaat menghadapi masalah disekolah maupun dirumah. Demikian pula murid dengan kemampuan penalaran yang rendah dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar seperti teman, orang tua, lingkungan sekolah, dari lingkungan yang kurang baik seperti teman yang sering mempengaruhi teman yang lain seperti mengajak teman untuk bolos sekolah, tidak mengerjakan tugas, lebih mementingkan kesenangan diri seperti laai dalam menggunakan media social, hobby dalam mencetitakan kasus orang lain dan lebih menikmati hal-hal yang membuat dirinya merasa senang.

Penelitian ini didukung oleh Yuliyani, (2017) pikiran positif dibentuk dari kecenderungan memiliki sudut pandang positif flataul memiliki pengakuan untuk melihat segala sesuatu secara terus menerus dari sisi yang baik, mengingat latihan yang dilakukan dengan tujuan membangun dan membangkitkan sudut positif dalam diri kita, baik itu dalam bingkai potensi, jiwa, kemauan, dan kepercayaan diri. Ketika seorang individu menganggap data yang dia anggap akan diterjemahkan dan akhirnya mengkomunikasikan perasaan tertentu. Seseorang yang tidak mampu berpikir tegas dengan caranya melakukan sesuatu, maka pemuda itu akan berharap hampir memiliki usaha agar kekecewaan yang terjadi dalam dirinya dapat diubah, yang membuatnya terus bergerak untuk mengatasinya. kekecewaan sehingga mereka tidak mengambil menempatkan untuk semua waktu dan sepenuhnya (3).

Menurut para analis dari hasil penelitian yang telah dilakukan, buku harian pendukung yang ada, spekulasi yang didapat oleh para analis dapat disimpulkan bahwa tinggi dan rendahnya kemampuan berpikir empati siswa dipengaruhi oleh dirinya sendiri, teman sebaya, wali, dan masyarakat. Karena Sikap yang pasti dan tekun dalam menjalankan tugas akan meningkatkan kesadaran diri dalam melakukan hal-hal yang positif.

### Hubungan Self Efficacy dengan Kemampuan Berpikir Positif Di SMP

Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa dari informasi yang diperoleh bahwa hubungan antara kelangsungan hidup dengan kemampuan nalar positif pada remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarastar Kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2021.

**Tabel 4. Hasil Tabulasi Silang antara Hubungan Self Efficacy dengan Kemampuan Berpikir Positif pada Remaja Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2021**

Self efficacy	Kemampuan Berpikir Positif				Total	p – value
	Rendah		Tinggi			
	F	%	F	%	F	%
Rendah	4	7,5 %	6	11,3%	10	18,9%
Tinggi	24	45,3%	19	35,8%	43	81,1%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>52,8%</b>	<b>25</b>	<b>47,1</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

Berdasarkan eksplorasi yang diarahkan oleh pencipta, konsekuensi dari tes terukur Fisher's Exact Test menunjukkan nilai  $p = 0,488$  yang seharusnya tidak relevan jika ( $P = <0,005$ ) dan yang bermaksud bahwa tidak ada hubungan kritis antara kelangsungan hidup dan kemampuan nalar positif di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarastar Kabupaten Humbang Hasundutan pada tahun 2021. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai  $p$  lebih penting dibandingkan nilai  $p$  sebesar 0,05.

Penulis berasumsikbahwa penelitian ini tidak memiliki hubungan Self efficacy dengan kemampuan berpikir positif pada remaja dikarenakan sikap yang tidak percaya diri, tidak optimis, berpikiran negativ, mudah menyerah, tidak terbuka, suka menunda-nunda tugas, sering menyalahkan diri sendiri maupun orang lain, tidak mampu untuk bersyukur atas kemampuan yang dimiliki serta tidak memiliki kepercayaan diri dalam menghadapi masalah ataupun dalam tugas-tugas akademik yang ada di sekolah.

Dilihat dari hasil tinjauan menunjukkan bahwa kecukupan diri responden berada pada kategori rendah dan memiliki kemampuan nalar tertentu yang rendah di atas 4 (7,5%) responden dan dengan kelayakan diri rendah namun memiliki kemampuan yakin yang tinggi untuk menalar. lebih dari 6 individu (11,3%). , sedangkan responden dengan kecukupan diri tinggi dengan kemampuan nalar pasti rendah sebanyak 24 orang (45,3%), dan kelangsungan hidup tinggi dan kemampuan nalar pasti tinggi sebanyak 19 orang (35,8%) karena banyak unsur. yang dapat mempengaruhi kemampuan berpikir jernih, misalnya keberanian siswa dapat mengerjakan setiap tugas yang diberikan oleh pendidik, baik secara eksklusif maupun dalam kelompok, percakapan kelompok dilakukan untuk menambah pengetahuan antara satu teman dengan teman lainnya, dan ada juga variabel yang berbeda. khususnya imajinasi yang dapat bekerja pada kapasitas untuk mencari klarifikasi tentang masalah mendesak dan memiliki opsi untuk melacak kesulitan pengujian terutama dalam melacak pertanyaan yang menyusahkan.

Dari hasil penelitian dilakukan oleh Basito, dkk (2018) self-efficacy memandang dirinya tidak mampu melakukan segala sesuatu di sekitarnya (18). Orang dengan self-viability yang rendah akan sering menyerah tanpa masalah. Sementara orang dengan self-viability tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengalahkan kesulitan yang ada, cenderung beralasan bahwa kecukupan diri akan mempengaruhi beberapa poin dari kesadaran dan perilaku seseorang, dengan cara ini perilaku seseorang tidak akan sama dengan orang lain.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Yuliyani (2017) rendahnya kemampuan akademik akan menjauhi pekerjaan yang menyusahkan, terhenti dengan cepat saat menghadapi masalah, memiliki tujuan yang kabur dan kewajiban yang tidak menguntungkan terhadap tujuan yang dipilih, terpaku pada akibat buruk dari ketidakpuasan (3). Secara umum akan mengurangi energi karena moderat untuk mendorong kondisi frustrasi, secara efektif beradaptasi dengan tekanan dan masalah sementara pendidikan tinggi kelayakan diri dengan bergerak ke arah tugas berisiko sebagai kesulitan untuk dimenangkan, menentukan tujuan yang memprovokasi dan menjaga kewajiban untuk ini usaha, mempunyai usaha atau keyakinan yang tinggi, mempunyai pemikiran pokok, membayangkan bahwa kegagalan yang dialami disebabkan oleh ketiadaan energi sehingga diperlukan energi yang tinggi dalam menghadapi kesulitan.

Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Sawitri (2016) siswa tidak memiliki pertimbangan positif dalam mempertimbangkan atau mengerjakan tugas, akan berpikir sebaliknya, tidak pasti, kritis dan sembrono (19). Orang yang berpikir dengan tegas akan segera menyimpulkan perasaan kecewa, meratap, digantikan dengan upaya kompensasi dalam diri mereka dengan menyadari posisi, bagian, dan kewajibannya dalam memahami pilihan hidup mereka dan kehadiran mereka di tengah lingkungan mereka, maka mahasiswa harus memiliki pertimbangan positif agar siswa dapat terus menerima dan menerima dalam apa yang mereka lakukan, siswa harus memiliki pertimbangan positif agar siswa dapat terus menerima dan menerima apa yang mereka lakukan, setiap pikiran positif akan melihat setiap kesulitan tanpa terpengaruh secara efektif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah sampel 53 orang responden mengenai Hubungan *Self-efficacy* dengan Kemampuan berpikir positif pada Remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021, maka dapat disimpulkan: Remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021 memiliki *self efficacy* yang tinggi sebanyak 43 orang (81,1%). Remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021 memiliki Kemampuan dalam berpikir positif yang tinggi sebanyak 25 orang (47,2%). Tidakada hubungan antara *Self-efficacy* dengan kapasitas berpikir positif pada Remaja di SMP Karya Bhakti Kecamatan Tarabintang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021 dengan hasil analisis korelasi variable dengan uji *Fisher's Exact Test* yaitu yang telah didapatkan  $P\ value = 0,488 (<0,05)$

## DAFTAR PUSTAKA

1. Swandono MA. Hubungan antara Berpikir Positif dengan Active Coping Behavior. *J Psikol J Ilm Fak Psikol Univ Yudharta Pasuruan*. 2018;5(2):72–8.
2. Nurtiffany TG, Wibowo ME, Setyowani N. Berpikir Positif dan Kepercayaan Diri Meningkatkan Melalui Konseling Kelompok. *Indones J Guid Couns Theory Appl*. 2018;7(4):52–8.
3. Yuliyani R, Handayani SD, Somawati S. Peran Efikasi Diri (Self-Efficacy) dan Kemampuan Berpikir Positif terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika. *Form J Ilm Pendidik MIPA*. 2017;7(2).
4. Napitupulu L. Hubungan Konsep Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMA Angkasa 1 Lanud Soewondo Medan Tahun 2020. *Indones J Med Lab*. 2020;1(1):26–36.
5. Anggraini Y, Syaf A, Murni A. Hubungan antara Berpikir Positif dengan Kecemasan Komunikasi pada Mahasiswa. *Psychopolytan J Psikol*. 2017;1(1):31–8.
6. Ananda LR, Suprihatin T. Hubungan Antara Berpikir Positif dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Unissula. In: *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humaniora*. 2019.
7. Hasanah AMA, Suharso S, Saraswati S. Pengaruh Perilaku Teman Sebaya terhadap Asertivitas Siswa. *Indones J Guid Couns Theory Appl*. 2015;4(1).
8. Rachmawati F, Budiningsih TE. Hubungan antara Berpikir Positif dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Intuisi J Psikol Ilm*. 2015;7(1):14–7.
9. Machmudati A, Diana RR. Efektivitas Pelatihan Berpikir Positif untuk Menurunkan Kecemasan Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa. *JIP (Jurnal Interv Psikologi)*. 2017;9(1):107–27.
10. Linayaningsih M. Efektivitas Pelatihan Berfikir Positif sebagai Strategi Coping Stress. *J Din Sos Budaya*. 2016;18(2):251–9.
11. Mukti B, Tentama F. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri Akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*. 2019.
12. Dami ZA, Loppies PA. Efikasi Akademik dan Prokrastinasi Akademik sebagai Prediktor Prestasi Akademik. *Kelola J Manaj Pendidik*. 2018;5(1):74–85.
13. Wahyuni SF, Dahlia D. The Relationship between Academic Self-Efficacy and Academic Achievement in High School Students in Banda Aceh. *Seurune J Psikol Unsyiah*. 2020;3(2):80–100.
14. Susilowati A. Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SMA Negeri 8 Surakarta. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*; 2009.
15. Subaidi A. Self-Efficacy Siswa dalam Pemecahan Masalah Matematika. *Sigma*. 2016;1(2):64–8.
16. Permana H, Harahap F, Astuti B. The Relationship Between Self-Efficacy and Anxiety in Facing Exams in Class IX Students at MTS Al Hikmah Brebes. *J Islam Couns Da'wah Guid*. 2016;13(2):51–68.
17. Prahara SA, Budiyan K. Pelatihan Efikasi Diri Guru: Efikasi Diri Akademik dan Prestasi Belajar Siswa. *Insight J Ilm Psikol*. 2019;21(1):39–49.
18. Basito MD, Arthur R, Daryati D. Hubungan Efikasi Diri terhadap Kemampuan Berpikir TingkatTinggi Siswa SMK Program Keahlian Teknik Bangunan pada Mata Pelajaran Mekanika Teknik. *J Pensil Pendidik Tek Sipil*. 2018;7(1):21–34.
19. Sawitri DR, Dwitantyanov A, Hidayati F. Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif pada Efikasi Diri Akademik Mahasiswa (Studi Eksperimen pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP Semarang). *J Psikol Undip*. 2010;8(2).