

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN ORIENTASI MASA DEPAN PADA DEWASA AWAL

THE REALATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND FUTURE ORIENTATION IN EARLY ADULTHOOD

Widiya Kurniawati Rahayu

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

18081465@student.mercubuana-yogya.ac.id

ABSTRAK

Masa dewasa awal adalah masa stabilitas penghidupan dan kesuburan, yaitu masa yang penuh dengan masalah emosional dan stres, masa isolasi sosial, masa komitmen, dan masa ketergantungan pada perubahan nilai, kreativitas dan adaptasi terhadap cara-cara baru, terdapat alasan mengapa penyesuaian diri terhadap masalah - masalah pada dewasa awal begitu sulit. Hal ini berkaitan erat dengan harapan, tujuan, standar rencana dan strategi yang dilakukan untuk menyusun orientasi masa depan. Salah satu faktor yang dapat dapat mempengaruhi orientasi masa depan adalah efikasi diri. Penelitian ini megkaji tentang hubungan atara efikasi diri dengan orientasi masa depan pada dewasa awal. Hipotesis pada penelitian ini adaalah terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan orientasi masa depan pada dewasa awal. Artinya, Semakin tinggi tingkat efikasi diri pada dewasa awal, maka akan semakin tinggi pula orientasi masa depannya. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri, maka akan semakin rendah pula orientasi masa depan. Metode penelitian yang digunakan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan skala orientasi masa depan ($\alpha = 0,916$.) dan skala efikasi diri ($\alpha = 0,802$). Penelitian ini melibatkan 100 subjek yang merupakan dewasa awal. Teknis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode korelasi diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{ix} = 0,827$ dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0,010$), sehingga hipotesis diterima maka terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan orientasi masa depan pada dewasa awal. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa efikasi mempengaruhi orientasi masa depan pada dewasa awal.

Kata Kunci: dewasa awal, efikasi diri, orientasi masa depan.

PENDAHULUAN

Manusia disebut makhluk penjelajah karena mempunyai kemampuan untuk mengeksplorasi kemampuannya dan mengembangkannya baik secara fisik maupun psikis (Mariyati & Vanda,2021). Pada prosesnya, individu akan menghadapi berbagai situasi, seperti keragu - ragan, tekanan, serta banyak lagi hal tidak terduga lainnya (Amalia, Suroso & Niken, 2017). Menurut Havighurst, kesuksesan dalam menyelesaikan tugas perkembangan sebelumnya akan menentukan kesuksesan dalam menyelesaikan tugas perkembangan berikutnya (Sakinah, 2016). Menurut Hurlock (1980) masa dewasa adalah periode terlama dalam hidup yang biasanya dibagi menjadi tiga tahap : masa dewasa awal, yang terjadi antara usia 18 sampai usia 40 tahun; usia paruh baya, yang terjadi antara usia 40 tahun sampai 60 tahun; dan dewasa akhir yang terjadi antara usia 60 tahun sampai kematian.

Masa dewasa awal (masa dewasa muda) merupakan masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa. Transisi dari ketergantungan ke masa kemandirian ekonomi, kebebasan menentukan masa depannya, dan visi masa depan yang lebih realistis. Hal ini ditandai dengan pencarian jati diri yang diperoleh sedikit demi sedikit sesuai usia kronologis dan usia mental (Thahir,2022), dan dianggap memiliki kemampuan untuk mengatur kehidupannya sendiri dan menentukan masa depan (Herawati & Ahmad, 2020). Menurut Hurlock (1980) menyebutkan bahwa penyesuaian diri dengan masalah dewasa awal begitu sulit, karena masa dewasa awal adalah masa stabilitas penghidupan dan kesuburan penuh dengan masalah emosi dan stres, isolasi sosial, komitmen, dan ketergantungan pada kreativitas, adaptasi terhadap nilai baru dan perubahan.

Gambaran tentang harapan, tujuan, standar rencana dan strategi yang dilakukan untuk mencapai sebuah tujuan disebut orientasi masa depan (Nurmi,1991). Nurmi (1991) menjelaskan aspek orientasi masa depan terdiri atas tiga aspek, yaitu motivasi, planning, dan evaluasi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tangkeallo (2014) menunjukkan bahwa

penelitian yang dilakukan dengan 114 responden yang terdiri dari laki - laki dan perempuan dengan rentan usia 21 tahun menyebutkan bahwa 22% memiliki orientasi masa depan yang tinggi, 64% memiliki orientasi masa depan yang sedang, 14% memiliki orientasi masa depan yang rendah. Menurut Beal (2011), faktor orientasi masa depan dibagi menjadi empat faktor, yaitu: optimis, peluang, faktor Identitas dan efikasi diri.

METODE

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi. Azwar (2017) mengemukakan bahwa skala merupakan bentuk alat ukur atribut non-kognitif, khususnya yang disajikan dalam format tulis. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data ini adalah menggunakan metode skala dengan menggunakan metode likert yang digunakan untuk mengungkap atribut tertentu (Azwar, 2017). Pada skala likert ini terdapat dua macam pernyataan, Adapun pernyataan tersebut terbagi dalam aitem positif (*favourable*) dan aitem negative (*unfavourable*) dengan tiga alternatif jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, dan tidak sesuai. Pernyataan *Favourable* yaitu, Sangat Sesuai (SS) diberi skor 4, Sesuai (S) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Sedangkan pada pernyataan *Unfavourable* bentuk kategori jawabannya yaitu, Sangat Sesuai (SS) diberi skor 1, Sesuai (S) diberi skor 2, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 4. Subjek dalam penelitian ini yaitu dewasa awal dengan rentan usia 18-40 tahun (Hurlock,1980)

HASIL

- 1) Skala Orientasi Masa Depan

Skala orientasi masa depan dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh Rahma Azikra (2007) dengan dilakukan modifikasi pada beberapa aitem yaitu aitem nomor 6,19,17, dan 33. Skala tersebut disusun berdasarkan tiga aspek dari Nurmi (1991) yaitu motivasi, planning, dan evaluasi. Skala ini berjumlah 57 aitem *Favorable* dan *Unfavorable* dengan membuat aitem berdasarkan aspek - aspek orientasi masa depan menurut Nurmi (1991).

Menurut Nurmi (1991) Aspek orientasi masa depan terdiri atas 3 aspek, yaitu:

a. Motivasi

Motivasi merupakan bagian awal dalam membentuk orientasi masa depan. Tahapan ini terdiri dari motif, minat serta tujuan yang berkaitan dengan orientasi masa depan.. Pada aspek ini terdapat 13 pernyataan favourable dan 9 aitem unfavourable. Contoh aitem favourable “ Saya sangat berambisi untuk mencapai cita – cita” dan aitem unfavorable “ Orang tua saya jarang menanyakan rencana masa depan saya “

b. Planning

Tahapan kedua proses yang membentuk orientasi masa depan individu yakni bagaimana individu merancang rencana dalam mewujudkan tujuannya. Pada aspek ini terdapat 11 pernyataan favourable dan 8 aitem unfavourable. Contoh aitem favourable “Saya suka membaca buku – buku motivasi” dan aitem unfavorable “Saya tidak suka membaca buku motivasi“

c. Evaluasi

Evaluasi ini bagian terakhir dari proses pembentukan orientasi masa depan. Nurmi memandang evaluasi sebagai penilaian terhadap kinerja yang telah diusahakan dengan memperhatikan perilaku yang dimunculkan, serta memberi dorongan sebagai penguat pada diri sendiri. Pada aspek ini terdapat 12 pernyataan favourable dan 5 aitem unfavourable. Contoh aitem favourable “Saya penasaran

dengan masa depan saya nanti” dan aitem unfavorable “Saya jarang mengintropeksi diri mengenai hari depan “

Adapun blue print Skala orientasi masa depan sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel berikut :

Blue print Skala Orientasi Masa Depan Sebelum Uji Coba

Aspek	Nomor Pernyataan		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Motivasi	1,10,12,15,17,24,26,28,33,40,25 ,46,56	6,11,16,19,18,32,37,4 9	21
Rencana	3,14,23,39,34,44,45,48,52,53,57	7,8,9,21,27,35,42,47	19
Evaluai	2,4,5,20,29,30,31,36,41,43,50,5 4	13,22,38,51,55	17
Jumlah	36	21	57

Pada seleksi aitem digunakan batas kriteria aitem total (r_{ix}) yaitu 0,25. Berdasarkan hasil dari penghitungan analisis statistik menunjukkan bahwa 57 aitem terdapat 12 aitem yang gugur dengan koefisien aitem total (r_{ix}) dibawah 0,25. Sedangkan pada 45 aitem yang tidak gugur telah memenuhi kriteria koefisien aitem total dengan daya beda aitem bergerak dengan rentan 0,275 – 0,675. Pada uji reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach dengan nilai $\geq 0,600$. Berdasarkan hasil penghitungan koefisien reliabilitas Alpha Cronbach maka diperoleh sebesar 0,916. Dari hasil uji coba daya beda aitem dan reliabilitas yang dilakukan pada tahap uji coba terhadap skala orientasi masa depan dapat disimpulkan bahwa skala orientasi masa depan layak untuk dijadikan alat ukur psikologi.

Blue print Skala Orientasi Masa Depan Setelah Uji Coba

Aspek	Nomor Pernyataan		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Motivasi	1,10,12,15,28,33,46,56	6,16,19,32,37	13
Rencana	3,14,39,34,44,45,48,52,53,57	7,8,9,21,27,35,47	17
Evaluai	2,4,5,20,30,31,36,41,43,50,54	13,22,38,51	15
Jumlah	20	15	45

2) Skala Efikasi diri

Skala Efikasi Diri dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh Cahyani (20019). Skala tersebut disusun berdasarkan tiga aspek dari Bandura (1997) yaitu tingkat (*level*), generalitas (*generality*), dan kekuatan (*strength*). Skala ini berjumlah 31 aitem *Favorable* dan *Unfavorable* dengan membuat aitem berdasarkan aspek - aspek efikasi diri menurut Bandura (1997).

Bandura (1997) mengemukakan terdapat tiga hal penting yang dapat digunakan untuk membentuk efikasi diri, yaitu:

a) Tingkat (*Level*)

Tingkat (*level*) berkaitan dengan tingkatan kesulitan dari suatu ujian/tugas. Hal ini dapat dibagi menjadi tugas yang mudah atau sederhana, tugas yang menengah dan tugas yang sulit atau berada pada tingkat yang rumit serta membebani. Pada aspek ini terdapat 6 pernyataan favourable dan 5 aitem unfavourable. Contoh aitem favourable “Saya siap mengerjakan tugas sulit yang diberikan” dan aitem unfavourable “Saya menghindar saat mendapatkan tugas yang terlalu sulit“

b) Generalisasi

Generalisasi merupakan suatu penilaian terhadap seseorang untuk berbagai ujian/tugas yang berbeda dalam aktivitas dan situasi. Hal ini pada umum dapat

bervariasi dalam sejumlah dimensi yang berbeda, tingkat kesamaan aktivitas, modalitas di mana kapabilitas dapat dilihat dari perilaku, kognitif dan afektif, sifat kualitatif situasi dan karakteristik orang yang menjadi sasaran perilaku tersebut. Pada aspek ini terdapat 6 pernyataan favourable dan 4 aitem unfavourable. Contoh aitem favourable “Saya mengerjakan tugas dengan bersungguh- sungguh” dan aitem unfavourable “Saya memiliki kebiasaan menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas“

c) Kekuatan

Kekuatan berkaitan dengan bagaimana seseorang dapat menghadapi suatu tugas yang spesifik menunjukkan keyakinan atas kemampuannya untuk bertahan dalam usahanya, tidak mudah goyah, mampu bertahan lebih lama dalam usahanya mencapai target yang diinginkan. Pada aspek ini terdapat 6 pernyataan favourable dan 4 aitem unfavourable. Contoh aitem favourable “ Saya berdiskusi dengan teman untu mengerjakan tugas sulit” dan aitem unfavourable “Saya menghindari tugas yang sulit dengan mencari kesibukan lain“

Adapun blue print Skala Efiaksi Diri Sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel berikut :

Blue print Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba

Aspek	Nomor Pernyataan		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Tingkat	1,2,5,6,9,10	3,4,7,8,11	11
Generalitas	12,13,16,17,20,21	14,15,18,19	10
Kekuatan	22,23,26,27,30,31	24,25,28,29	10
Jumlah	18	13	31

Pada seleksi aitem digunakan batas kriteria aitem total (r_{ix}) yaitu 0,25. Berdasarkan hasil dari penghitungan analisis statistik menunjukkan bahwa 31 aitem terdapat 11 aitem yang gugur dengan koefisien aitem total (r_{ix}) dibawah 0,25. Sedangkan pada 20 aitem yang tidak gugur telah memenuhi kriteria koefisien aitem total dengan daya beda aitem bergerak dengan rentan 0,275 – 0,635. Pada uji reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach dengan nilai \geq 0,600. Berdasarkan hasil penghitungan koefisien reliabilitas Alpha Cronbach maka diperoleh sebesar 0,685. Dari hasil uji coba daya beda aitem dan reliabilitas yang dilakukan pada tahap uji coba terhadap skala Efikasi diri dapat disimpulkan bahwa skala Efikasi diri layak untuk dijadikan alat ukur psikologi.

Adapun blue print skala Efikasi diri setelah uji coba dapat dilihat pada tabel berikut :

Blue print Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Nomor Pernyataan		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Tingkat	1,2,5,6,10	3,4,8,11	9
Generalitas	12,13,20	15,18	5
Kekuatan	27,30	24,25,28,29	6
Jumlah	10	10	20

Pada hasil data dari skala orientasi masa depan dan skala efikasi diri dalam menyusun skripsi yang diperoleh dari penghitungan skor empirik dan hipotetik akan digunakan sebagai dasar pengujian hipotesis. Deskripsi data penelitian dari skala orientasi masa depan dan efikasi diri dalam menyusun skripsi dapat dilihat pada tabel berikut

Deskripsi Data Penelitian

skala orientasi masa depan dan efikasi diri

Variabel	N	Data Hipotetik	Data Empirik
		Skor	Skor

		Me an	M in	M ax	S D	M ea n	Min	Max	S D
Orientasi					2	13			11
Masa Depan	100	12,5	45	18 0	2 , 5	3, 27	136	138	,1 54
Efikasi Diri	100	50	20	80	1 0	60 ,6 1	64	66	8, 11 5

Keterangan:

N = Jumlah subjek

Min = Skor aitem terendah

Max = Skor aitem tertinggi

Mean = Rerata hipotetik

SD = Standar Deviasi

Hasil analisis dari skala Orientasi masa depan, diperoleh data hipotetik yaitu skor minimum (skor minimum setiap aitem x jumlah aitem) $1 \times 45 = 45$ dan skor maksimum (skor maksimum setiap aitem x jumlah aitem) $4 \times 45 = 180$. Rata-rata hipotetik (jumlah skor minimum + jumlah skor maksimum) : 2 yaitu $(45 + 180) : 2 = 112,5$. Jarak sebaran hipotetik (jumlah skor maksimum – jumlah skor minimum) yaitu $180 - 45 = 135$. Standar deviasi (jumlah skor maksimum – jumlah skor minimum) : 6 yaitu $(180 - 45) : 6 = 22,5$. Sedangkan pada hasil analisis data empirik variabel orientasi masa depan diperoleh skor minimum 136, skor maksimum 138 dengan rata-rata empirik 133,27 dan standar deviasi 11,154.

Hasil analisis dari skala efikasi diri, diperoleh data hipotetik yaitu skor minimum (skor minimum setiap aitem x jumlah aitem) $1 \times 20 = 20$ dan skor maksimum (skor maksimum

setiap aitem x jumlah aitem) $4 \times 20 = 80$. Rata-rata hipotetik (jumlah skor minimum + jumlah skor maksimum) : 2 yaitu $(20 + 80) : 2 = 50$. Jarak sebaran hipotetik (jumlah skor maksimum – jumlah skor minimum) yaitu $80 - 20 = 60$. Standar deviasi (jumlah skor maksimum – jumlah skor minimum) : 6 yaitu $(80 - 20) : 6 = 10$. Sedangkan pada hasil analisis data empirik variabel hardiness diperoleh skor minimum 64, skor maksimum 66 dengan rata-rata empirik 60,61 dan standar deviasi 8,115.

Berikut adalah tabel klasifikasi skor jawaban subjek dari setiap variabel, yaitu :

a. Orientasi Masa Depan

Deskripsi Data Penelitian

Skala Orientasi Masa Depan

Kategori	Pedoman	Skor	N	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 90$	-	0%
Sedang	$M - 1SD \leq X$	$90 \leq X$	44	44%
	$< M + 1SD$	< 135		
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$135 \leq X$	56	56%
Total			100	100%

Keterangan:

X = Skor subjek

M = Mean

SD = Standar deviasi

Berdasarkan tabel kategorisasi yang telah disajikan di atas, dengan jumlah subjek sebanyak orang, diperoleh kesimpulan bahwa orientasi masa depan pada dewasa awal berada dalam kategori rendah sebesar 0%, kategori sedang sebesar 44% dengan jumlah 44 orang, dan kategori tinggi sebesar 56 % yang berjumlah 56 orang. Dengan demikian, dapat

disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini sebagian besar mengalami orientasi masa depan yang tinggi.

b. Efikasi Diri

Deskripsi Data Penelitian

Skala Efikasi diri

Kategori	Pedoman	Skor	N	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 40$	-	0%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$40 \leq X < 60$	39	39%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$60 \leq X$	61	61%
		Total	100	100%

Keterangan:

X = Skor subjek

M = Mean

SD = Standar deviasi

Berdasarkan tabel kategorisasi yang telah disajikan di atas, dengan jumlah subjek sebanyak orang, diperoleh kesimpulan bahwa efikasi diri pada dewasa awal berada dalam kategori rendah sebesar 0%, kategori sedang sebesar 39% dengan jumlah 39 orang, dan kategori tinggi sebesar 61 % yang berjumlah 61 orang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki efikasi diri yang tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan orientasi masa depan pada dewasa awal. Hal ini didukung dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{ix} = 0,827$ dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0,010$), yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan orientasi masa

depan pada dewasa awal. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yaitu efikasi diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi orientasi masa depan pada dewasa awal. Efikasi diri merupakan suatu keyakinan seseorang individu dalam mengukur kemampuan untuk menyelesaikan tugas yang telah diberikan dan melakukan hal – hal yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Jendra dan Sugiyo, 2020).

Menurut Jones dan Hartman (dalam Hadiani,2017) menjelaskan bahwa pengalaman dan perilaku masa lalu yang berkorelasi dengan informasi lingkungan seseorang untuk membentuk pandangan tentang diri sendiri di masa depan, melakukan perencanaan, dan memahami arti hidup dari peristiwa yang akan terjadi di masa depan. Oleh karena itu, jika seseorang memiliki orientasi masa depan yang jelas akan lebih yakin dapat mencapai tujuan, serta dapat mendefinisikan siapa dia di saat ini dan siapa dia di masa depan. Menurut Bandura (1997) terdapat tiga aspek efikasi diri yakni level, generalisasi dan kekuatan.

Aspek efikasi diri yang berkaitan dengan level merujuk pada tingkatan kesulitan dari suatu ujian/tugas. Hal ini dapat dibagi menjadi tugas yang mudah atau sederhana, tugas yang menengah dan tugas yang sulit atau berada pada tingkat yang rumit serta membebani (Bandura,1997).Berdasarkan hasil wawancara Berdasarkan aspek planning 8 sampai 12 orang tidak tahu bagaimana merencanakan untuk meraih masa depannya. Subjek merasa bahwa rencana yang sudah ia buat baik jangka panjang maupun pendek sudah tidak berguna lagi. Hal ini disebabkan karena berbagai faktor yang diterimanya seperti tidak bisa bersaing untuk mempertahankan tujuan akhir yang telah dibuat.

Aspek efikasi diri berdasarkan generalisasi merupakan suatu penilaian terhadap seseorang untuk berbagai ujian/tugas yang berbeda dalam aktivitas dan situasi. Hal ini pada umum dapat bervariasi dalam sejumlah dimensi yang berbeda, tingkat kesamaan aktivitas, modalitas di mana kapabilitas dapat dilihat dari perilaku, kognitif dan afektif, sifat kualitatif situasi dan karakteristik orang yang menjadi sasaran perilaku tersebut (Bandura,1997).

Perkembangan kognitif dapat memberikan pengaruh terhadap kemampuan individu untuk menentukan tujuan. Hal ini menjadi salah satu faktor yang memberikan dorongan untuk mencapai tujuan dimasa depan dan meningkatkan keyakinan pada diri individu terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan.

Aspek efikasi diri berdasarkan kekuatan berkaitan dengan bagaimana seseorang dapat menghadapi suatu tugas yang spesifik menunjukkan keyakinan atas kemampuannya untuk bertahan dalam usahanya, tidak mudah goyah, mampu bertahan lebih lama dalam usahanya mencapai target yang diinginkan (Bandura,1997). Individu dengan kepercayaan terhadap kemampuannya akan mampu mengatasi segala situasi dengan tenang dan menepis perasaan cemas yang berlebihan jika dihadapkan dengan tugas yang sulit (Putriningtyas,2021). Hal ini juga disebutkan oleh Bandura (1997) bahwa individu dengan efikasi diri yang tinggi akan mudah merencanakan strategi dalam menghadapi masalah sehingga dapat merubah keadaan, dalam hal ini efikasi diri berpengaruh dalam coping stres.

Berdasarkan tabel kategorisasi skor orientasi masa depan yang telah disajikan di atas, dengan jumlah subjek sebanyak orang, diperoleh kesimpulan bahwa orientasi masa depan pada dewasa awal berada dalam kategori rendah sebesar 0%,kategori sedang sebesar 44% dengan jumlah 44 orang, dan kategori tinggi sebesar 56 % yang berjumlah 56 orang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini sebagian besar mengalami orientasi masa depan yang tinggi. Hal ini membuktikan bahwa sebagian besar dewasa awal sudah dapat mentukan orientasi masa depannya.

Berdasarkan tabel kategorisasi skor efikasi diri yang telah disajikan di atas, dengan jumlah subjek sebanyak orang, diperoleh kesimpulan bahwa efikasi diri pada dewasa awal berada dalam kategori rendah sebesar 0%,kategori sedang sebesar 39% dengan jumlah 39 orang, dan kategori tinggi sebesar 61 % yang berjumlah 61 orang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki efikasi

diri yang tinggi. Hal ini membuktikan bahwa sebagian besar dewasa awal sudah memiliki efikasi diri yang baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki sumbangan yang besar yaitu sebesar 86,4% sedangkan untuk sisanya 13,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti peneliti yang mempengaruhi orientasi masa depan pada dewasa awal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan orientasi masa depan pada dewasa awal. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi yang dimiliki oleh dewasa awal, maka akan semakin tinggi orientasi masa depan yang akan dimiliki. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki dewasa awal maka akan semakin rendah pula orientasi masa depan yang akan dihasilkan. Namun, orientasi masa depan pada dewasa awal tidak hanya dipengaruhi oleh efikasi diri, karena terdapat faktor lain yang juga turut berperan dalam mempengaruhi tingkat orientasi masa depan meskipun kecil.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan orientasi masa depan pada dewasa awal. Artinya, semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh dewasa awal maka semakin tinggi pula orientasi masa depan yang dimiliki dewasa awal, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka akan semakin rendah pula orientasi masa depan yang dimiliki oleh dewasa awal.

Selanjutnya, hasil kategorisasi skor orientasi masa depan pada dewasa awal menunjukkan bahwa 56 orang dewasa awal atau 56% berada dalam kategori tinggi, sebanyak 44 orang dewasa awal atau 44% berada dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memasuki usia dewasa awal memiliki orientasi masa depan yang tinggi.

Hasil kategorisasi skor efikasi diri pada dewasa awal menunjukkan bahwa sebanyak 61 orang dewasa awal atau 61% berada dalam kategori tinggi, sebanyak 39 orang dewasa awal atau 39% berada dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dewasa awal memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung tinggi. Sementara untuk hasil koefisien determinasi diperoleh nilai R^2 sebesar 0,864, yang mengindikasikan bahwa kontribusi variabel efikasi diri terhadap orientasi masa depan adalah 86,4% sedangkan untuk sisanya 13,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti optimis, peluang dan identitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro ,N dan purnamasari, A. (2011). Efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan Self Regulated learning pada siswa kelas VIII. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*.
- Agusta, Y. N. (2015). Hubungan antara Orientasi Masa Depan dan Daya Juang terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman. *Journal Psikologi*
- Agustina.(2019). Hubungan efikasi diri dengan stres akademik pada siswa SMA Negeri 17 Makasar. Universitas Bosowa
- Amalia,suroso, dan vica dian (2022). Psychological well being, self efficacy and quarter life crisis pada dewasa awal. Program studi Profesi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
- Aprilia,L.(2018). Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Orang Tua Terhadap Orientasi Masa Depan. *Psikoborneo*. 6(2).231
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy:The Exercise Of Control*. New York. *Ademic Press*
- Baron, R. A & Byrne (2004). *Psikologi Sosial jilid 1*. Jakarta: Erlangga

- Basito, Riyan Arthur, dan Daryati.(2018).Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kemampuan berpikir Tingkat Tinggi Siswa SMK Program Keahlian Teknik Bangunan Pada Mata Pelajaran Mekanika Teknik. *Jurnal Pendidikan Teknik Sipil* 7, no. 1:5
- Beal, SJ.(2011). *The Development of Future Orientation: Underpinnings and Related Constructs*. University of Nebraska. 35-38
- Brown,E.(2011).*The realitionsip between self- efficacy and Educational Expectation in Middle and hight School Youth*.University of North Carolina
- Dinda. (2017). Hubungan antara identitas diri dengan orientasi masa depan pada anak jalanan usia remana bisaan LPAN Griya Baca Kota Malang.Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi
- Feist, jess & Feist, GJ.(2010).*Teori Kepribadian (buku 2) edisi 7*. Jakarta:Salemba Humanika
- Lasmita Sihaloho (2018) Pengaruh Metakogniitif Terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi Melalui Efikasi Diri :Survey pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Negeri Kota Bandung. *S2 thesis, Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Latisi ,M P.(2021). Hubungan antara Efikasi Diri dengan orientasi Masa Depan Pada Siswa SMA Negeri X Samarinda. *Jurnal Ilmiah Psikologi : psikoborneo*. 9(1). 188-201
- Mariyati dan Vanda (2021) *PSIKOLOGI PERKEMBANGAN MANUSIA I*. UMSIDA Press, Jl. Mojopahit 666 B Sidoarjo, Jawa Timur.
- Marliani, R.(2013). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Orientasi Masa Depan Bidang Perkerjaan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi*. 9(2).
- Nasution dan yara (2022). Hubungan optimisme dengan orientasi masa depan pada mahasiswa tingkat akhir universitas malikussaleh. *JIPSI*. 4(2)
- Nurmi, J.-E. (1991). *How Do Adolescents See Their Future? A Review of the of the Development of Future Orientation and Planning, Development review*.

- Danielle, J M. (2012). Self-Esteem And Future Orientation Redict Risk Engagement Among Adolescents. *Colorado: Thesis of Colorado State University*.
- Jendra dan Sugiyo (2020) Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro. *Journal Of Guidance and Counseling 4*, no. 1: 142.
- Gani, I., & Amalia, S. (2015). *Alat Analisis Data: Aplikasi Statistik untuk Penelitian Bidang Ekonomi dan Sosial*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Hadi,S. (2015).*Metodelogi riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hadianti dan Hetty.(2017). Penerapan Metode Orientadi Masa Depan pada remaja yang Mengalami Kebingungan Identitas. *Social work Jurnal.7(1).1-29*
- Hurlock, EB.(1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*. Erlangga
- Hutabarat,I.(2019). Orientasi Masa Depan Ditinjau Dari Self Efficacy pada siswa SMA Santo Thomas 3 Medan. *Psikologi Prima.2(1)*
- Puspitarani, Karyono, &Endang (2009). *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Sikap Terhadap Polusi udara Pasar Unggas Pada Pekerja Pasar Rejomulyo Semarang*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- Putri, A F.(2019). Oentingnya Orang Dewasa awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Indonesian Jurnal of School Counseling: SCHOULID*
- Putriningtyas, I.(2021). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malk Ibrahim Malang. skripsi
- Preska dan Wahyuni. (2017). Pengaruh Dukungan Sosial, Self Esteem dan Self Efficacy terhadap Orientasi Masa Depan pada Remaja Akhir. *Jurnal pschology : Tazkiya. 5(1)*.

- Sakinah. (2016).Keseimbangan Relasi orang tua- Remaja sebagai Prediktor Kejelasan Orientasi Masa Depan Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Psikologi :PSYMPATHIC*
- Sasoka, D M.(2022). Pentingnya Perencanaan dalam Upaya Pencapaian Tujuan yang Efektif dan Efisien. *Jurnal Studi Interdisipliner Prespektif*.21(2)
- Seginer, R. (2003). Adolescent Future Orientation: An Integrated Cultural and Ecological Perspective. *Online Readings in Psychology and Culture*
- Tahir, A. (2022). Psikologi Perkembangan: Memahami Pertumbuhan dan Perkembangan Manusia dari Fase Prenatal sampai Akhir Kehidupan dengan Dilengkapi Teori- Teori Perkembangan. *Pustaka Referensi*
- Tangkeallo, GA.(2014). Hubungan antara self-efficacy dengan Orientasi Masa Depan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Pskologi* 10(1). 29-30
- Taringan, BA.(2023). Orientasi Masa Depan , Efikasi Diri dan Harga Diri pada Mahasiswa. *Jurnal Sublimpsi*. 4(3).525-537
- Zikra.(2007). Hubungan berpikir dengan orientasi masa depan pada dewasa awal.UIN Syarif Hidayatullah jakarta. Skripsi
- Zulkosky, K.(2009).Self- Efficacy: A concept Analysis. *Nursing Forum*. 44(2).93-102