

## PERAN DUKUNGAN ORANG TUA DALAM MEMBENTUK SELF-EFFICACY AKADEMIK ANAK

Laelik Nur Kholissoh<sup>1</sup>, Qothrun Nada<sup>2</sup>, Ma'mun Hanif<sup>3</sup>

[laelik.nur.kholissoh24185@mhs.uingusdur.ac.id](mailto:laelik.nur.kholissoh24185@mhs.uingusdur.ac.id)<sup>1</sup>, [qothrun.nada24190@mhs.uingusdur.ac.id](mailto:qothrun.nada24190@mhs.uingusdur.ac.id)<sup>2</sup>,  
[ma'mun.hanif@uingusdur.ac.id](mailto:ma'mun.hanif@uingusdur.ac.id)<sup>3</sup>

Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan

### ABSTRAK

Artikel ini membahas hubungan antara dukungan orang tua dengan self-efficacy akademik pada peserta didik. Self-efficacy akademik, yang diperkenalkan oleh Bandura, merujuk pada keyakinan individu akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik dan mencapai tujuan belajar. Keyakinan diri ini tidak terbentuk secara tiba-tiba, melainkan dibentuk melalui empat proses utama, yaitu pengalaman keberhasilan langsung, pengalaman menyaksikan orang lain, persuasi verbal, dan kondisi emosional. Dukungan orang tua menjadi faktor eksternal yang sangat penting dalam pembentukan self-efficacy akademik. Bentuk dukungan tersebut meliputi dukungan emosional, instrumental, informasional, dan apresiatif. Ketika orang tua memberikan perhatian, dorongan, fasilitas belajar, serta pujian atas pencapaian anak, maka anak akan merasa dihargai dan percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik. Gaya pengasuhan, tahap perkembangan anak, dan kondisi sosioekonomi keluarga turut memengaruhi efektivitas dukungan tersebut. Anak dengan self-efficacy akademik yang tinggi cenderung memiliki motivasi belajar yang kuat, lebih tekun menghadapi kesulitan, kesehatan mental yang stabil, prestasi akademik yang baik, serta menerapkan strategi belajar yang lebih efektif. Oleh karena itu, peran aktif orang tua sangat dibutuhkan dalam mendukung tumbuhnya rasa percaya diri akademik anak sebagai fondasi keberhasilan pendidikan.

**Kata Kunci:** Self-Efficacy Akademik, Dukungan Orang Tua, Motivasi Belajar, Prestasi Akademik, Strategi Belajar.

### ABSTRACT

*This article discusses the relationship between parental support and academic self-efficacy in students. Academic self-efficacy, introduced by Bandura, refers to an individual's belief in their ability to complete academic tasks and achieve learning goals. This self-confidence does not form suddenly, but is shaped through four main processes, namely direct experience of success, witnessing others' experiences, verbal persuasion, and emotional conditions. Parental support is a very important external factor in the formation of academic self-efficacy. This support includes emotional, instrumental, informational, and appreciative support. When parents give attention, encouragement, learning facilities, and praise for their children's achievements, children will feel appreciated and confident in facing academic challenges. Parenting styles, children's developmental stages, and family socioeconomic conditions also influence the effectiveness of this support. Children with high academic self-efficacy tend to have strong motivation to learn, are more persistent in facing difficulties, have stable mental health, perform well academically, and apply more effective learning strategies. Therefore, the active role of parents is very much needed in supporting the growth of children's academic self-confidence as the foundation for educational success.*

**Keywords:** Academic Self-Efficacy, Parental Support, Learning Motivation, Academic Achievement, Learning Strategies.

### PENDAHULUAN

Dukungan orang tua tidak hanya mencakup pemenuhan kebutuhan finansial, tetapi juga kebutuhan lainnya yang terkait dengan proses pembelajaran dan kehidupan sehari-hari. Ketika orang tua memberikan dukungan berupa penghargaan dan penguatan atas

pencapaian positif anak di sekolah, hal ini dapat membantu anak mengarah ke hal-hal yang lebih positif. Dukungan semacam ini akan berkontribusi pada keyakinan anak dalam proses menyelesaikan tugas akademik.

Menurut Alwisol, dukungan orang tua sangat mempengaruhi self efficacy akademik seseorang. Faktor internal dan eksternal dapat mempengaruhi efikasi diri seseorang. Mahasiswa yang menerima dukungan dari orang tua mereka dapat memainkan peran aktif dalam mendorong mahasiswa baik secara verbal maupun nonverbal untuk bertahan hidup di lingkungan kampus dengan semua tugas yang menyertai, dan tetap termotivasi dalam menyelesaikan setiap tugas akademik. Oleh sebab itu, self efficacy pada mahasiswa tidak akan jauh dari adanya bantuan sosial yang diterimanya. Kurangnya dukungan orang tua dapat menyebabkan masalah pribadi yang berkaitan dengan kurangnya self efficacy akademik. Sebaliknya, jika dukungan orang tua yang diterima tinggi, mereka merasa dirinya lebih dihargai, dicintai, dan disayangi, sehingga mereka akan merasa lebih siap untuk menyelesaikan setiap tugas dan menghadapi berbagai masalah di lingkungan kampus.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (library research). Metode ini aku pilih karena fokus penelitian adalah memahami bagaimana dukungan orang tua berperan dalam membentuk self-efficacy akademik anak melalui analisis berbagai teori dan hasil penelitian yang sudah ada. Data penelitian diambil dari jurnal-jurnal ilmiah, buku psikologi pendidikan, dan artikel yang relevan. Semua sumber dibaca, dicatat poin pentingnya, lalu dianalisis dengan cara mengelompokkan tema-tema seperti bentuk dukungan orang tua, faktor pembentuk self-efficacy, dan hubungan keduanya. Untuk memastikan keakuratan data, aku membandingkan isi dari beberapa jurnal yang berbeda sehingga informasi yang dipakai benar-benar kuat dan dapat dipercaya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Pengertian self efficacy akademik

Bandura pertama kali memperkenalkan istilah self efficacy dalam bukunya di Psychological Review tahun 1986. Menurut Bandura, self efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap dirinya serta kemampuannya dalam menyelesaikan atau melakukan tugas yang diperlukan agar mencapai suatu hasil yang memuaskan.(Bandura,1997) Dengan kata lain, efikasi diri adalah faktor yang dapat memprediksi tingkat pencapaian yang akan dicapai oleh individu.

Keyakinan dalam semua keterampilan ini mencakup kepercayaan diri, kemampuan beradaptasi, kemampuan kognitif, kecerdasan dan kemampuan bertindak dalam situasi apapun. Keberhasilan yang diperoleh dalam upaya tersebut akan menjadi pengalaman yang dapat memengaruhi kehidupan individu tersebut.

Self efficacy akademik adalah keyakinan individu tentang betapa pentingnya pendidikan, nilai-nilai, dan harapan terhadap hasil yang bisa dicapai dalam proses belajar.(Hidayat, 2015) Individu dengan tingkat efikasi diri akademis yang tinggi memiliki keyakinan bahwa mereka dapat mengambil tindakan tertentu untuk hasil yang diinginkan dalam tugas belajar. Keyakinan diri dalam akademik sangat penting, karena itu sangat berdampak pada minat belajar atau melanjutkan studi ke tingkat yang lebih tinggi, karena keyakinan ini mendorong mereka untuk memutuskan apakah melanjutkan pendidikan atau tidak.

Jadi kesimpulan yang dapat penulis tarik bahwa self efficacy akademik merupakan keyakinan individu tentang kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik dan mencapai tujuan-tujuan akademik, serta mengatasi tantangan yang muncul dalam prosesnya.

## **B. Sumber Pembentukan Self-Efficacy (Menurut Bandura)**

Proses Pembentukan Efikasi Diri Menurut Bandura (1994) self efficacy terbentuk melalui empat proses psikologis dalam diri individu yaitu kognitif, motivasional, afektif, dan seleksi yang berlangsung sepanjang kehidupan.

### **a. Proses kognitif**

Keyakinan self efficacy terbentuk melalui proses kognitif, misalnya melalui perilaku manusia dan tujuan. Penentuan tujuan dipengaruhi oleh penilaian atas kemampuan diri sendiri. Semakin kuat self efficacy maka semakin tinggi seseorang untuk berkomitmen untuk mencapai tujuan yang ditentukannya. Beberapa tindakan pada awalnya diatur dalam bentuk pemikiran. Keyakinan tentang keberhasilan akan membentuk sebuah skenario dimana seseorang akan berusaha dan berlatih untuk mewujudkan keyakinannya. Mereka yang mempunyai self efficacy yang tinggi akan memvisualisasikan skenario keberhasilannya sebagai panduan positif dalam mencapai tujuan, sedangkan orang yang meragukan keberhasilan mereka akan memvisualisasikan skenario kegagalan dan banyak melakukan kesalahan. Fungsi utama dari pemikiran adalah untuk memungkinkan seseorang memprediksi kejadian dan mengembangkan cara untuk mengendalikan hidupnya.

### **b. Proses motivasional**

Tingkat motivasi seseorang tercermin pada seberapa banyak upaya yang dilakukan dan seberapa lama bertahan dalam menghadapi hambatan. Semakin kuat keyakinan akan kemampuan seseorang maka akan lebih besar upaya yang dilakukannya. Keyakinan dalam proses berfikir sangat penting bagi 11 pembentukan motivasi, karena sebagian besar motivasi dihasilkan melalui proses berfikir. Mereka mengantisipasi tindakan dengan menetapkan tujuan dan rencana program untuk mencapai tujuannya. Proses motivasi tersebut terbentuk oleh 3 teori pemikiran yaitu causal attribution, outcome expectancies, value theory dan cognized goal. Keyakinan akan mempengaruhi atribusi kausal seseorang ketika menganggap dirinya mempunyai atribut kausal kegagalan maka ia akan mempunyai kemampuan yang rendah dan begitupun sebaliknya. Sedangkan motivasi diatur oleh harapan seseorang dan nilai dari tujuan yang ditentukan.

### **c. Proses afektif**

Keyakinan seseorang tentang seberapa kuat mengatasi stress dan depresi melalui berbagai yang dialaminya akan sangat berpengaruh pada motivasi seseorang. Self efficacy dapat mengendalikan depresi yaitu dengan mengontrol stress. Seseorang yang dapat mengontrol depresi maka pikirannya tidak akan terganggu, tetapi bagi orang-orang yang tidak bisa mengontrol berbagai ancaman maka akan mengalami kecemasan yang tinggi. Kecemasan tidak hanya dipengaruhi oleh coping mekanisme seseorang tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan untuk mengendalikan pemikiran yang mengganggu.

### **d. Proses seleksi**

Tujuan akhir dari proses efficacy adalah untuk membentuk lingkungan yang menguntungkan dan dapat dipertahankannya. Sebagian besar orang adalah produk dari lingkungan. Oleh karena itu, keyakinan efficacy dipengaruhi dari tipe aktivitas dan lingkungan yang dipilihnya. Seseorang akan menghindari 12 sebuah aktivitas dan lingkungan bila orang tersebut merasa tidak mampu untuk melakukannya. Tetapi mereka akan siap dengan berbagai tantangan dan situasi yang dipilihnya bila mereka menilai dirinya mampu untuk melakukannya.(Ika, 2001)

### **C. Bentuk-Bentuk Dukungan Orang Tua**

Bentuk dukungan yang diberikan orangtua beragam, antara lain:

a. Dukungan Emosional

Orangtua menunjukkan kepedulian dan kasih sayang melalui kata-kata penyemangat, perhatian terhadap kondisi belajar anak, serta merespons kesulitan anak dengan empati dan semangat. Hal ini membuat anak merasa dihargai dan tidak merasa sendiri dalam menghadapi tantangan belajar.

b. Dukungan Instrumental

Orangtua secara aktif menyediakan fasilitas belajar, mulai dari alat tulis, buku tambahan, hingga akses internet untuk menunjang kegiatan pembelajaran. Beberapa orangtua bahkan mengatur jadwal belajar anak secara teratur dan menciptakan suasana rumah yang kondusif untuk belajar.

c. Dukungan Informasional

Dalam bentuk ini, orangtua turut mendampingi anak dalam mengerjakan tugas sekolah, menjelaskan materi yang belum dipahami, serta memberikan informasi atau pengetahuan tambahan terkait pelajaran.

d. Dukungan Apresiatif

Ketika anak menunjukkan prestasi, sekecil apapun itu, orangtua memberikan apresiasi dalam bentuk pujian, pelukan, hadiah kecil, atau bahkan dengan menceritakan keberhasilan anak kepada anggota keluarga lainnya. Bentuk apresiasi ini mendorong rasa bangga dan motivasi anak untuk terus meningkatkan prestasinya.

### **D. Hubungan Antara Dukungan Orangtua dengan Motivasi Belajar Siswa**

Dalam belajar, orangtua mempunyai peran yang cukup penting terhadap keberhasilan belajar anak. Orangtua adalah orang yang pertama dan utama yang bertanggung jawab terhadap kelangsungan hidup dan pendidikan anaknya. Oleh karena itu, sebagai orangtua harus dapat membantu dan mendukung terhadap segala usaha yang dilakukan oleh anaknya serta dapat memberikan Pendidikan informal guna membantu pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut serta untuk mengikuti atau melanjutkan pendidikan pada program pendidikan formal disekolah, (Hasbullah, 2001). Dukungan orangtua dapat berupa dukungan material maupun dukungan moral. Dukungan moral dari orangtua terhadap pendidikan anaknya dapat berupa perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan psikis yang meliputi kasih sayang, keteladanan, bimbingan dan pengarahan, dorongan, menanamkan rasa percaya diri. dan orang tua memiliki peranan dalam memberikan motivasi belajar kepada siswa, terutama dukungan orang tua terhadap keberhasilan pendidikan anak. Dengan perhatian orangtua yang berupa pemenuhan kebutuhan psikis tersebut diharapkan dapat memberikan semangat belajar anak guna meraih suatu cita-cita atau prestasi. (Hasbullah, 2001).

Menurut (Dimyati, Mudjiono, 2009) anak akan selalu membutuhkan suatu motivasi untuk bisa terus konsisten belajar dalam hal ini dukungan dari orangtua. Penelitian (Fajriah, 2012) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan orangtua dengan motivasi belajar siswa. Semakin tinggi dukungan orang tua, maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian dirinya.

Dari uraian diatas dapat dinyatakan bahwa dukungan orang tua dapat memberikan dorongan untuk memotivasi siswa untuk belajar. Semakin tinggi dukungan orang tua semakin tinggi pula motivasi siswa, sebaliknya semakin rendah dukungan orang tua maka semakin rendah pula motivasi belajar siswa.

### **E. Faktor yang Memengaruhi Efektivitas Dukungan**

**1. Gaya pengasuhan (otoritatif vs otoriter vs permisif).**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa temuan yang diperoleh tidak sepenuhnya mendukung hipotesis awal. Gaya pengasuhan otoriter dan permisif terbukti berhubungan signifikan dengan perilaku bermasalah anak, sedangkan pengasuhan otoritatif tidak menunjukkan hubungan signifikan. Temuan ini kemudian dibandingkan dengan literatur dan penelitian terdahulu.

Hubungan signifikan antara pengasuhan otoriter dan perilaku bermasalah anak sejalan dengan temuan (Israfil, 2015), yang menemukan hubungan negatif signifikan antara pola asuh otoriter dan perkembangan anak usia dini. Orangtua dengan gaya otoriter menetapkan aturan tegas tanpa memberi kesempatan anak untuk menyatakan pendapat. Kondisi ini dapat menimbulkan kecemasan dan masalah sosial, serta memengaruhi hubungan orangtua-anak. Akibatnya, anak cenderung bertindak semaunya dan menunjukkan agresivitas ketika berada di luar rumah (Sarwono, 1997).

Gaya pengasuhan permisif juga terbukti berhubungan positif signifikan dengan perilaku bermasalah anak. Temuan ini konsisten dengan Pasaribu (2013), yang menunjukkan bahwa pengasuhan permisif berkaitan dengan rendahnya karakter jujur dan tanggung jawab. Orangtua permisif umumnya menunjukkan kehangatan tinggi namun kontrol rendah sehingga anak memiliki kontrol diri yang lemah, kurang termotivasi, dan kesulitan mencapai tujuan (Santrock, 2014). Dampak serupa kemungkinan terjadi dalam penelitian ini, di mana semakin sering orangtua menerapkan pengasuhan permisif, semakin tinggi kecenderungan anak menampilkan perilaku bermasalah.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya, gaya pengasuhan otoritatif dalam studi ini tidak berhubungan dengan perilaku bermasalah anak. (Sumargi & Kristi, 2017) menemukan hubungan negatif signifikan antara pengasuhan otoritatif dan perilaku bermasalah remaja, karena orangtua otoritatif mendorong regulasi diri, pengambilan keputusan, serta komunikasi terbuka. Diskusi antara orangtua dan anak dinilai mampu menurunkan perilaku bermasalah remaja (Sumargi & Kristi, 2017). Namun, perbedaan hasil dapat disebabkan oleh perbedaan karakteristik partisipan. Penelitian sebelumnya melibatkan orangtua remaja, sedangkan penelitian ini melibatkan orangtua anak usia TK yang masih memiliki keterbatasan kognitif dan komunikasi. Menurut Piaget (Olson & Hergenhahn, 2013), anak usia dini masih berada pada tahap pra-operasional sehingga belum mampu melakukan operasi mental dan belum dapat memahami perspektif orang lain (Piaget dalam Santrock, 2014). Keterbatasan ini menuntut orangtua untuk berkomunikasi dengan bahasa sederhana, yang kemungkinan belum dilakukan secara optimal sehingga anak kurang memahami ajakan berdiskusi.

Selain itu, jumlah partisipan dalam penelitian ini lebih sedikit (71 orang) dibandingkan penelitian (Sumargi & Kristi 2017) yang melibatkan 142 partisipan. Perbedaan jumlah partisipan ini dapat memengaruhi ketepatan dan kekuatan temuan penelitian.

## 2. Usia dan tahap perkembangan anak.

Tumbuh Kembang Anak usia 4-5 Tahun di PAUD Kecamatan Senapelan dimana analisis tumbuh kembang anak diperoleh melalui hasil pemantauan dan penilaian status gizi anak dan tren pertumbuhan sesuai standar. Penyelenggaraan deteksi dini tumbuh kembang anak dapat dilakukan di posyandu atau unit PAUD. Penyelenggaraan deteksi dini di posyandu ditujukan pada balita (anak dibawah lima tahun) ( Ramadhanty , 2019). Standar terbaru yang dikeluarkan Kementerian Kesehatan tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak, dimana antropometri merupakan suatu metode yang digunakan untuk menilai ukuran, proporsi dan komposisi manusia. tubuh, standar antropometri anak

merupakan kumpulan data tentang ukuran proporsi, komposisi tubuh sebagai acuan penilaian status gizi anak dan tren pertumbuhan.

Standar antropometri anak didasarkan pada parameter berat badan dan panjang/tinggi badan yang terdiri dari 4 (empat) indeks yaitu Berat Badan menurut Usia (WW/U) untuk usia sejak lahir sampai dengan 60 bulan; Panjang Badan/Tinggi Badan Menurut Umur (PB/U atau TB/U) untuk usia lahir sampai dengan 60 bulan; Berat Badan menurut Panjang/Tinggi Badan (BB/BW atau BB/TB) untuk umur lahir sampai dengan 60 bulan; dan Indeks Massa Tubuh. Menurut Usia (IMT/U) untuk usia lahir sampai dengan 60 bulan dan 5 tahun sampai dengan 18 tahun ke atas. Penilaian status gizi anak dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran berat badan dan panjang/tinggi badan dengan Standar Antropometri Anak (Menteri Kesehatan, 2020).

Analisis perkembangan pada anak dapat dilakukan dengan menggunakan Kuesioner Perkembangan Pra Skrining (KPSP), Kuesioner Masalah Perilaku Emosional (KMPE), Daftar Periksa Autisme Balita yang Dimodifikasi (M-CHAT), dan Skala Rating Connors yang Disingkat (ACRS), Alat Tes Daya Pendengaran (TDD), dan Tes Daya Visual (TDL). Apabila hasil analisis berdasarkan penafsiran hasil observasi perkembangan anak menunjukkan adanya gangguan atau hambatan terhadap perkembangan anak atau perkembangan anak kurang sesuai, maka perlu diberikan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak. kebutuhan berdasarkan hasil observasi perkembangan anak. Dalam melaksanakan deteksi dini tumbuh kembang anak, satuan PAUD perlu bekerjasama dengan orang tua dan tenaga medis agar intervensi berupa rujukan atau stimulasi yang diberikan dapat dilakukan secara efektif, tepat dan tepat sasaran. Orang tua dan orang-orang terdekat kehidupan anak mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap tumbuh kembang anak (Adriany , 2018).

### **3. Kondisi sosioekonomi keluarga.**

Penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi ekonomi keluarga dalam sampel penelitian sangat bervariasi, mulai dari keluarga dengan penghasilan rendah, menengah, hingga tinggi. Kondisi ini menciptakan tantangan besar dalam memenuhi kebutuhan dasar. Pekerjaan informal sering kali tidak menjamin pendapatan yang stabil, sehingga keluarga-keluarga ini menghadapi kesulitan untuk merencanakan keuangan mereka secara efektif. Ketidakpastian pendapatan ini dapat berdampak langsung pada kemampuan mereka untuk menyediakan makanan yang bergizi, pendidikan yang layak, dan akses ke layanan kesehatan yang memadai. Keterbatasan akses terhadap sumber daya ekonomi berkontribusi pada kesenjangan dalam kualitas hidup, di mana anak-anak dari keluarga dengan penghasilan menengah ke bawah sering kali harus berjuang untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka.

Berikut analisis dampak keadaan ekonomi keluarga terhadap pemenuhan kebutuhan dasar anak berdasarkan Hierarki Kebutuhan Maslow:

#### **-Kebutuhan Fisiologis**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga dengan pendapatan rendah cenderung memiliki status gizi yang kurang baik dibandingkan dengan anak-anak dari keluarga dengan pendapatan tinggi. Keluarga menengah ke bawah, yang memiliki penghasilan rata-rata 1,5 hingga 2 juta rupiah per bulan, sering kali berjuang untuk memenuhi kebutuhan fisiologis dasar anak-anak mereka, termasuk asupan makanan yang bergizi. Kondisi ekonomi yang terbatas ini mengakibatkan mereka tidak dapat menyediakan makanan yang cukup dan berkualitas, yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

Kebutuhan fisiologis seperti makanan, air, dan tempat tinggal merupakan dasar bagi kesehatan anak (Herdiani et al., 2021). Dalam penelitian ini, anak-anak yang berasal dari

keluarga dengan penghasilan rendah mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan gizi mereka. Ketersediaan makanan yang bergizi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Ketidakmampuan keluarga untuk menyediakan makanan yang cukup dan bergizi dapat berkontribusi pada kondisi berat badan dan tinggi badan yang kurang optimal.

Anak-anak dengan berat badan dan tinggi badan di bawah normal adalah indikator dari status gizi yang tidak baik, yang sering kali disebabkan oleh kurangnya akses ke makanan bergizi. Keluarga yang memiliki penghasilan rendah sering kali memilih makanan yang lebih murah dan kurang bergizi untuk menghemat biaya, sehingga anak-anak tidak mendapatkan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan yang sehat. Status gizi yang buruk ini dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan jangka panjang, termasuk keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan kognitif yang terhambat (Laily & Indarjo, 2023). Anak-anak yang tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup berisiko mengalami masalah kesehatan, seperti anemia, yang dapat memengaruhi konsentrasi mereka di sekolah.

Penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi yang buruk tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga berdampak pada kemampuan belajar dan prestasi akademis anak.

## F. Dampak Self-Efficacy Akademik yang Tinggi

### 1. Motivasi belajar meningkat.

Penelitian menunjukkan bahwa motivasi akademik memiliki hubungan negatif dengan hasil belajar ekonomi pada siswa, artinya semakin tinggi motivasi akademik, semakin rendah hasil belajar yang dicapai. Temuan ini berbeda dengan sebagian besar penelitian sebelumnya (Anggryawan, 2019; Matsani & Rafsanjani, 2021; Purbiyanto & Rustiana, 2018; Sholihah & Kurniawan, 2016) yang menemukan pengaruh positif motivasi terhadap hasil belajar, namun sejalan dengan (Rahmania & Wahyuni, 2022) yang menyatakan pengaruh motivasi tergolong rendah.

Motivasi yang rendah dapat muncul karena kurangnya minat siswa terhadap mata pelajaran ekonomi atau karena materi yang dianggap sulit (Eccles et al., 1993). Uji F menunjukkan bahwa self-efficacy akademik dan motivasi akademik secara bersama-sama berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil belajar ekonomi, sesuai dengan temuan (Havifa Nurhijatina & Rosikh 2022), (Monika & Adman 2017), dan (Teguh Pambudi et al. 2022). Menurut Oktavia & Wiyono (2020), motivasi akademik dapat mendorong siswa meningkatkan prestasi melalui self-efficacy. Namun hasil belajar juga dipengaruhi faktor lain seperti lingkungan belajar, keluarga, kemandirian, disiplin, fasilitas, self-regulated learning, dan kondisi sosial ekonomi.

### 2. Ketekunan menghadapi tantangan akademik.

Self-efficacy memiliki peran besar dalam membentuk ketekunan belajar siswa sekolah dasar. Siswa dengan self-efficacy tinggi cenderung percaya diri, tidak mudah menyerah, dan terus berusaha meski tugas sulit. Mereka aktif bertanya, berdiskusi, dan berani mencoba. Temuan ini sejalan dengan (Sari P. d. 2022) yang menyatakan bahwa self-efficacy meningkatkan ketahanan siswa dalam belajar.

Sebaliknya, siswa dengan self-efficacy rendah menunjukkan kurang percaya diri, cepat menyerah, dan sering menghindari tugas sulit. Mereka membutuhkan arahan berulang dan kurang termotivasi, sebagaimana dijelaskan oleh (Fitriyani K. d. 2023).

Pembentukan self-efficacy dipengaruhi oleh:

1. pengalaman keberhasilan,
2. dukungan guru dan orang tua,

### **3. pengaruh teman sebaya.**

Dewi R. d. (2020) menegaskan bahwa lingkungan belajar yang positif membantu membangun self-efficacy anak sejak dini.

Secara keseluruhan, self-efficacy menjadi dasar penting dalam meningkatkan ketekunan belajar. Guru dan orang tua perlu menciptakan suasana belajar yang mendukung, memberikan pujian, motivasi, dan tantangan yang sesuai agar rasa percaya diri siswa tumbuh dan menghasilkan ketekunan belajar yang berkelanjutan.

### **3. Kesehatan mental dan emosional yang lebih stabil.**

Kesehatan mental adalah kondisi ketika perkembangan fisik, intelektual, dan emosional seseorang berjalan secara optimal, sehingga ia mampu menerima tanggung jawab, menyesuaikan diri, serta mematuhi nilai sosial dan budaya (Fakhriyani, 2019; Kartikasari et al., 2022).

Menurut World Federation for Mental Health, kesehatan mental mencakup kemampuan individu untuk berkembang secara optimal, serta lingkungan sosial yang mendukung perkembangan tersebut. Sementara itu, WHO mendefinisikannya sebagai keadaan sejahtera (well-being) di mana seseorang menyadari kemampuannya, mampu menghadapi stres kehidupan, dapat bekerja secara produktif, dan memberi kontribusi pada komunitas (Ayuningtyas & Rayhani, 2018).

Dalam UU No. 18 Tahun 2014, kesehatan jiwa diatur melalui sistem layanan yang berjenjang dan komprehensif, mencakup SDM, fasilitas, teknologi, obat, dan pendanaan. Gangguan jiwa berat berdampak pada penurunan produktivitas, meningkatnya beban biaya bagi keluarga, masyarakat, dan negara. Secara global, kondisi neuropsikiatrik menyumbang sekitar 13% dari total beban disabilitas.

#### **Prinsip-prinsip Kesehatan Mental**

Menurut Jaelani (2001) dan (Eni & Kep, 2022) terdapat beberapa prinsip kesehatan mental, yaitu sebagai berikut:

- A. Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki self image memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain, alam lingkungan, dan tuhan.
- B. Keterpaduan atau integrasi diri Keterpaduan diri berarti adanya keseimbangan antara kekuatan kekuatan jiwa dalam diri, kesatuan pandangan dalam hidup, dan kesanggupan mengatasi stres. Orang yang memiliki keseimbangan diri berarti orang yang seimbang kekuatan id, ego, dan super egonya.
- C. Perwujudan diri. Pentingnya aktualisasi diri dalam kesehatan mental, dimana orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu mengaktualisasikan diri atau mewujudkan potensi yang dimilikinya dan memenuhi kebutuhannya dengan cara baik dan memuaskan.

### **4. Prestasi akademik yang lebih baik.**

Menurut Syaiful Bahri Djamarah, prestasi adalah hasil dari kegiatan yang sudah dilakukan, baik secara individu maupun kelompok. Poerwadarminta juga menyebut prestasi sebagai sesuatu yang berhasil dicapai dari apa yang dikerjakan.

Dalam KBBI, prestasi belajar berarti penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh melalui proses belajar, biasanya dinilai melalui tes atau nilai yang diberikan guru.

Sumadi Suryabrata menjelaskan bahwa prestasi belajar adalah nilai akhir yang menunjukkan perkembangan atau hasil belajar siswa selama periode tertentu. Muhibbin Syah menambahkan bahwa prestasi belajar mencakup perubahan psikologis yang terjadi karena proses belajar dan pengalaman.

Dari semua pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar merupakan hasil dari proses belajar yang kemudian dirangkum dalam bentuk nilai.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar:

Sumadi Suryabrata dalam Saefullah (2012: 172) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar dibagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Adapun penjelasan faktor-faktor tersebut dapat dilihat di bawah ini.

a. Faktor Internal

merupakan faktor yang mempengaruhi prestasi belajar yang berasal dari dalam diri siswa. Faktor internal digolongkan menjadi dua, yaitu faktor fisiologis dan faktor psikologis.

1) Faktor Fisiologis

Faktor fisiologis adalah faktor yang berhubungan dengan kesehatan fisik siswa.

2) Faktor Psikologis

Faktor psikologis yang berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa digolongkan menjadi tiga hal, yaitu: intelegensi, sikap, dan motivasi siswa.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari hal-hal lain yang berada di luar diri individu. Adapun faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut.

1) Lingkungan Keluarga

Faktor lingkungan keluarga dibagi lagi menjadi tiga hal, yaitu: sosial ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, dan perhatian orang tua dan suasana hubungan antar keluarga.

2) Lingkungan Sekolah

Faktor lingkungan sekolah yang berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa adalah kompetensi guru dan siswa serta kurikulum metode mengajar.

Selain uraian di atas, Saifudin Azwar (2010: 165) menjelaskan bahwa prestasi belajar dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor internal, faktor eksternal, dan faktor sosial sebagai berikut.

a. Faktor Internal

1) Keadaan fisik, meliputi: panca indra dan kondisi fisik secara umum.

2) Keadaan psikologis, meliputi sikap, motivasi, kebiasaan, emosi, penyesuaian diri, kemampuan khusus, dan kemampuan umum.

b. Faktor Eksternal

1) Kondisi tempat belajar

2) Sarana dan perlengkapan belajar

3) Materi pelajaran

4) Kondisi lingkungan belajar

c. Faktor Sosial

1) Dukungan social

2) Pengaruh budaya

Berdasarkan pendapat Sumadi Suryabrata dan Saifudin Azwar yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar secara garis besar terdiri dari tiga faktor yaitu faktor internal, faktor eksternal, dan faktor sosial. Faktor internal meliputi: a) Keadaan Fisik, b) Keadaan Psikologis. Faktor eksternal : a) Lingkungan Keluarga, b) Lingkungan sekolah. Sementara itu, faktor sosial meliputi: a) Dukungan sosial, b) Pengaruh Budaya. Faktor-faktor tersebut merupakan faktor yang berpengaruh dalam menentukan prestasi belajar seseorang. Selain faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, diperlukan pula cara mengukur prestasi guna menentukan prestasi belajar seseorang.

## 5. Strategi belajar yang lebih efektif.

Strategi Belajar yang Lebih Efektif sebagai Dampak dari Self-Efficacy Akademik yang Tinggi

Self-efficacy akademik merupakan keyakinan seorang siswa bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas-tugas belajar dan mencapai tujuan akademik yang diharapkan. Ketika seorang anak memiliki self-efficacy yang tinggi, hal tersebut sangat memengaruhi cara mereka belajar. Anak menjadi lebih yakin, lebih berani mencoba, dan tidak mudah menyerah. Kondisi ini membuat mereka otomatis memilih strategi belajar yang lebih efektif dibandingkan anak yang ragu dengan kemampuan dirinya. Menurut Bandura (1997), self-efficacy memengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, dan bertindak. Dalam konteks belajar, keyakinan diri ini membuat anak lebih terarah, lebih aktif, dan lebih mandiri dalam menentukan cara belajar yang cocok bagi dirinya. Dengan kata lain, self-efficacy akademik tidak hanya berpengaruh pada motivasi, tetapi juga pada kualitas strategi belajar yang digunakan(Santrock, 2011).

a) Anak Lebih Mampu Mengatur Waktu Belajar

Anak dengan self-efficacy tinggi biasanya tidak belajar secara terburu-buru. Mereka bisa mengatur kapan harus belajar, kapan harus bermain, dan kapan harus istirahat. Hal ini terjadi karena mereka merasa bahwa belajar adalah sesuatu yang bisa mereka kuasai, sehingga tidak ada tekanan berlebihan. Pengaturan waktu yang baik membuat proses belajar lebih efisien (Schunk, 2012).

b) Mengulang Materi yang Sulit Tanpa Merasa Minder

Self-efficacy tinggi membuat anak tidak merasa malu atau takut ketika menghadapi materi yang sulit. Mereka berani mengulang pelajaran sampai paham. Sikap seperti ini sangat penting karena pembelajaran tidak selalu mudah. Keberanian untuk mengulang dan memperbaiki kesalahan adalah bagian dari strategi belajar efektif (Syaiful 2012).

c) Berani Mencoba Metode Belajar Baru

Ketika anak yakin pada dirinya, mereka akan terbuka untuk mencoba berbagai cara belajar, seperti belajar menggunakan gambar, mencatat poin penting, membaca dengan suara keras, atau berdiskusi dengan teman. Kesediaan mencoba berbagai metode membuat mereka lebih cepat menemukan cara belajar yang paling sesuai dengan gaya belajar mereka (Dimyati & Mudjiono 2009).

d) Menyusun Tujuan Belajar

Anak dengan self-efficacy tinggi biasanya punya target kecil dalam belajar, misalnya:

“Hari ini aku mau bisa membaca dua halaman,” atau “Aku mau bisa menyelesaikan lima soal berhitung.” Target kecil seperti ini membuat belajar lebih terarah dan membantu anak merasa berhasil sedikit demi sedikit (Hamzah 2016)

e) Aktif Bertanya Ketika Tidak Paham

Anak dengan keyakinan diri tinggi tidak takut dianggap salah atau bodoh. Justru mereka aktif bertanya, baik kepada guru, teman, atau orang tua. Sikap ini mempercepat pemahaman dan membuat proses belajar jauh lebih efektif (Woolfolk, 2016)

f) Konsisten dan Tidak Mudah Menunda

Self-efficacy tinggi membuat anak memiliki kemauan kuat untuk belajar secara teratur. Mereka tidak menunda tugas karena merasa mampu menyelesaikannya. Konsistensi seperti ini adalah bagian penting dari strategi belajar yang baik (Slameto 2010)

## KESIMPULAN

Berdasarkan uraian dalam artikel ini, dapat disimpulkan bahwa self-efficacy akademik memegang peran penting dalam keberhasilan proses belajar dan pencapaian prestasi seorang siswa maupun mahasiswa. Konsep yang diperkenalkan oleh Bandura ini merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik, mengatasi tantangan, serta mencapai tujuan belajar yang diharapkan. Keyakinan diri semacam ini tidak muncul begitu saja, melainkan dibentuk melalui empat proses utama, yaitu pengalaman keberhasilan langsung (mastery experiences), pengalaman menyaksikan orang lain (vicarious experience), persuasi verbal, dan kondisi emosional atau fisiologis.

Dukungan orang tua menjadi faktor eksternal yang sangat menentukan dalam pembentukan self-efficacy akademik. Dukungan tersebut tidak terbatas pada aspek finansial, tetapi mencakup dukungan emosional, instrumental, informasional, dan apresiatif. Ketika orang tua memberikan perhatian, dorongan, fasilitas belajar yang memadai, serta pujian atas setiap pencapaian anak, maka anak akan merasa dihargai, dicintai, dan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi. Hal ini pada gilirannya mendorong minat belajar, motivasi, dan ketekunan dalam menghadapi kesulitan akademik.

Namun, efektivitas dukungan orang tua juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti gaya pengasuhan, tahap perkembangan anak, dan kondisi sosioekonomi keluarga. Gaya pengasuhan otoritatif cenderung paling mendukung pertumbuhan self-efficacy, sementara gaya otoriter dan permisif justru berpotensi menimbulkan masalah perilaku dan rendahnya motivasi belajar. Selain itu, anak-anak dari keluarga dengan status ekonomi rendah sering kali mengalami hambatan dalam pemenuhan kebutuhan fisiologis dan psikologis, yang secara langsung memengaruhi perkembangan kognitif dan prestasi akademik mereka.

Individu dengan self-efficacy akademik yang tinggi menunjukkan dampak positif yang nyata, antara lain: motivasi belajar yang kuat, ketekunan dalam menghadapi tugas sulit, kesehatan mental yang lebih stabil, prestasi akademik yang lebih baik, serta penerapan strategi belajar yang lebih efektif. Mereka cenderung mandiri dalam mengatur waktu, berani bertanya saat tidak paham, konsisten dalam belajar, dan tidak mudah menyerah meski menghadapi kegagalan.

Oleh sebab itu, penting bagi orang tua, guru, dan lingkungan pendidikan secara umum untuk bersinergi dalam menciptakan suasana yang mendukung tumbuhnya rasa percaya diri akademik. Pemberian umpan balik positif, kesempatan untuk meraih keberhasilan, serta bimbingan yang hangat namun terarah dapat menjadi fondasi kuat dalam membentuk generasi yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki ketahanan mental dan keyakinan diri yang kokoh. Pendidikan yang holistik harus mampu menumbuhkan bukan hanya pengetahuan, tetapi juga kepercayaan bahwa setiap anak mampu belajar, berkembang, dan meraih cita-citanya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggryawan, I. H. (2019). Pengaruh fasilitas belajar dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 7(3), 71–75.  
<https://doi.org/10.26740/jupe.v7n3.p71-75>
- Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. (2018). Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman.
- Dimyati, & Mudjiono. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Dimyati, & Mudjiono. (2009). *Motivasi Belajar*. PT Gelora Aksara.
- Djamarah, S. B. (2012). *Psikologi Belajar*. Rineka Cipta.

- Djamarah, S. B. (2012). Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru. Usaha Nasional.
- Eccles, J., Wigfield, A., Harold, R. D., & Blumenfeld, P. (1993). Age and gender differences in children's self- and task perceptions during elementary school. *Child Development*, 64(3), 830–847.
- Eni, N. R., & Kep, M. (2022). Kesehatan Mental (Teori dan Penerapan).
- Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan Mental (Vol. 124). Duta Media Publishing.
- Fatimah, N. (2021). Peran guru dalam menumbuhkan motivasi dan self-efficacy belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar*.
- Hamzah, B. Uno. (2016). Teori Motivasi dan Pengukurannya. Bumi Aksara.
- Handayani, A. (2021). Self-efficacy pada siswa SD. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Hasbullah. (2001). Dasar-dasar Ilmu Pendidikan. Raja Grafindo Persada.
- Havifa Nurhijatina, & Rosikh, A. (2022). Pengaruh self-efficacy dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar siswa kelas V MI NW Kowo. *Jurnal PGMI*, 14(2), 197–213.
- Herdiani, I., Kurniawati, A., & Nuradillah, H. (2021). Penyuluhan kesehatan rumah sehat pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Cibeureum. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 4(1), 47–52. <https://doi.org/10.30591/japhb.v4i1.2052>
- Israfil. (2015). Hubungan pola asuh orangtua dengan perkembangan anak usia prasekolah. Dalam Latipun, Karmiati, D., & Anganthi, R. N. (Eds.), Prosiding Seminar Nasional Psikologi dan Kemanusiaan (hlm. 175–179). Universitas Muhammadiyah Malang.
- Kartikasari, M. N. D., dkk. (2022). Kesehatan Mental. Global Eksekutif Teknologi.
- Kurniawan, B. F. (2023). Pengaruh self-efficacy terhadap ketekunan belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Psikologi Pendidikan*.
- Laily, L. A., & Indarjo, S. (2023). Dampak stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*, 7(3), 354–364. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i3.63544>
- Lestari, M. (2023). Hubungan antara kepercayaan diri dan ketekunan akademik siswa. *Jurnal Konseling dan Psikologi Pendidikan*.
- Matsani, N., & Rafsanjani, M. A. (2021). Peran kemandirian belajar dalam memediasi pengaruh motivasi berprestasi terhadap prestasi belajar mahasiswa selama pembelajaran daring, 13(1).
- Menteri Kesehatan RI. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.
- Monika, & Adman. (2017). Peran efikasi diri dan motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 2(2), 219–226. <https://doi.org/10.17509/jpm.v2i2.8111>
- Muhibbin Syah. (2006). Psikologi Belajar. Raja Grafindo Persada.
- Nur, H. (2015). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan minat melanjutkan studi di perguruan tinggi pada siswa kelas XI. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(4).
- Oktavia, I. D. A., & Wiyono, B. D. (2020). Hubungan motivasi berprestasi dan self-efficacy akademik dengan hasil belajar peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 33 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 11(4), 491–506.
- Olson, M. H., & Hergenhahn, B. R. (2013). *Theories of Learning* (9th ed.). Routledge.
- Ormrod, J. E. (2008). *Educational Psychology: Developing Learners*. Pearson.
- Pasaribu, R. M., Hastuti, & Alfiasari. (2013). Gaya pengasuhan permisif dan rendahnya sosialisasi nilai dalam keluarga berisiko terhadap penurunan karakter remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 6(3), 163–171.
- Purbiyanto, R., & Rustiana, A. (2018). Pengaruh disiplin belajar, lingkungan keluarga, dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa. *Economic Education Analysis Journal*, 7(1), 341–361.
- Putri, A. (2022). Motivasi dan self-efficacy pada siswa SD. *Jurnal Psikodidaktika*.
- Rahmawati, L. (2020). Peran dukungan sosial dalam pembentukan self-efficacy anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan & Psikologi*.
- Rahmania, N., & Wahyuni, N. (2022). Pengaruh motivasi belajar terhadap prestasi belajar siswa kelas III SDS Muhammadiyah 06 Tebet. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 7(2), 176.

- Ramadhanty, L. (2019). Analisis tumbuh kembang anak usia 4–5 tahun di Posyandu Teratai, Desa Bumi Raya. *Jurnal Informasi dan Pemodelan Kimia*, 53(9), 1689–1699.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational Psychology*. McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2014). *Psikologi Pendidikan* (Edisi 5, Buku 1). Salemba Humanika.
- Sarwono, S. W. (1997). *Psikologi Sosial*. Balai Pustaka.
- Saefulloh. (2012). *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*. Pustaka Setia.
- Saifudin Azwar. (2010). *Pengantar Psikologi Intelelegensi*. Pustaka Pelajar.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning Theories: An Educational Perspective*. Pearson.
- Sholihah, A., & Kurniawan, R. Y. (2016). Analisis pengaruh motivasi belajar dan lingkungan belajar terhadap hasil belajar. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 4(3), 1–5.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Sumadi Suryabrata. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Raja Grafindo Persada.
- Sumargi, A. M., & Kristi, A. N. (2017). Well-being orangtua, pengasuhan otoritatif, dan perilaku bermasalah pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 44(3), 185–197.
- Teguh Tambudi, Y., Widorotama, A., Syakur Fahri, A., & Miftakhul Farkhan, M. (2022). Korelasi efikasi diri dan motivasi belajar dengan hasil belajar mahasiswa pendidikan jasmani. *Jurnal Pakes*, 5(1), 158–167.
- Woolfolk, A. (2016). *Educational Psychology*. Pearson.