

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA TEORETIS, DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kajian Pustaka

Penelitian terdahulu yang memiliki tema dan objek yang hampir sama, penting untuk dikaji dalam menunjukkan keaslian judul tesis. Pengkajian bertujuan agar bisa menganalisis perbedaan-perbedaan yang ada antara penelitian tersebut. Beberapa sumber penelitian yang bisa dijadikan acuan adalah tesis, jurnal, dan makalah penelitian sebelumnya.

Penelitian terdahulu pertama yang relevan adalah studi yang dilakukan Riyani dan Ninghardjanti (2024) dengan judul "Pengaruh *Self-Efficacy* dan Lingkungan Teman Sebaya terhadap Kemandirian Belajar Siswa Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis SMK Negeri 1 Karanganyar". Penelitian ini memiliki hasil bahwa efikasi diri dan lingkungan teman sebaya yang positif dapat meningkatkan hasil pendidikan. Subjek penelitian adalah mahasiswa program manajemen kantor dan layanan bisnis di SMK Negeri 1 Karanganyar untuk tahun akademik 2023/2024. Hasil penelitian ini adalah efikasi diri dan lingkungan teman sebaya pada kemandirian belajar siswa positif dan signifikan, dengan nilai $F_{55,786}$ dan signifikansi 0,000.

Penelitian terdahulu kedua yang relevan dilakukan oleh Nurrahmatullah, dkk (2024) dengan judul "*The Mediating Role of Sel-Efficacy on the Effect of Peer Group on Self-Regulated Learning*". Penelitian ini memiliki hasil bahwa

kelompok sebaya memiliki pengaruh positif dan signifikan pada pembelajaran mandiri. Interaksi aktif dengan kelompok sebaya meningkatkan kemampuan siswa untuk mengelola pembelajaran mereka secara efektif, kelompok sebaya juga secara positif mempengaruhi efikasi diri. Keterlibatan yang lebih tinggi dengan teman sebaya mengarah pada peningkatan kepercayaan pada kemampuan siswa. Studi ini mengungkapkan bahwa efikasi diri memiliki efek positif tetapi tidak signifikan pada pembelajaran yang diatur sendiri, meskipun efikasi diri itu penting, tetapi bukan faktor utama dalam meningkatkan pembelajaran mandiri.

Penelitian terdahulu ketiga yang relevan dilakukan oleh Yusriani et al. (2023) dengan judul penelitian *"Influence of Self-Efficacy and Peer Support on Learning Enthusiasm and Digital Competence in Online Distance Learning: A cross-National Study on Workers and MM Program Postgraduate Students"*. Penelitian ini memiliki hasil bahwa efikasi diri tidak memiliki dampak signifikan pada antusiasme belajar di kalangan mahasiswa pascasarjana di universitas Terbuka, dukungan sebaya berdampak positif dan signifikan terhadap antusiasme belajar. Kemudian, efikasi diri, dukungan teman sebaya, dan antusiasme belajar tidak menyebabkan perubahan signifikan dalam kompetensi digital.

Penelitian terdahulu keempat yang relevan dilakukan oleh Keziah Ponnu Wilson & Anjana Sinha (2025) dengan judul *"Exploring the Interrelationships between peer support Self-Efficacy and academic resilience among young adults"*. Penelitian ini menyelidiki keterkaitan antara ketahanan akademik,

efikasi diri, dan dukungan teman sebaya di antara orang dewasa muda, terutama mahasiswa. Hasilnya menyoroti beberapa korelasi signifikan pertama, korelasi positif antara efikasi diri dan dukungan rekan yang dirasakan, studi ini menemukan korelasi positif sedang antara efikasi diri umum (gse) dan skala multidimensi dukungan sosial yang dirasakan (mspss) ($p = 0.445$, $p < 0.001$) ini menunjukkan bahwa siswa yang melaporkan tingkat dukungan sosial yang dirasakan yang lebih tinggi juga cenderung menunjukkan efikasi diri yang lebih besar. Kedua, korelasi negatif antara ketahanan akademik dan efikasi diri korelasi negatif yang tak terduga muncul antara ketahanan akademik dan efikasi diri ($p = -0.497$, $p < 0.001$). Ketiga, ketahanan akademik dan dukungan sosial yang dirasakan juga menunjukkan korelasi negatif ($p = -0.429$, $p < 0.001$).

Penelitian terdahulu kelima yang relevan dilakukan oleh Illahi (2023) dengan judul "*Self regulation Strategies of Junior High School Students in Learning English*". Penelitian ini memiliki hasil yaitu mayoritas siswa (10 dari 10) menerapkan strategi kognitif dalam pembelajaran pengaturan diri mereka dalam bahasa Inggris. Temuan penelitian menekankan pentingnya strategi pengaturan diri dalam pembelajaran akademis, terutama dalam penguasaan bahasa Inggris. Temuan ini juga menunjukkan bahwa penelitian berkontribusi secara signifikan untuk memahami strategi pengaturan diri, terutama dalam konteks belajar bahasa Inggris

Penelitian terdahulu keenam yang relevan adalah penelitian yang dilakukan oleh Nurlita et al. (2023) dengan judul penelitian "Pengaruh Interaksi Teman Sebaya terhadap *Self-Efficacy* Siswa". Penelitian ini meneliti pengaruh

interaksi teman sebaya terhadap efikasi diri siswa SMA Negeri 3 Cibinong. Hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan interaksi teman sebaya mengarah pada efikasi diri yang lebih tinggi diantara siswa. Adanya pengaruh signifikan dari interaksi teman sebaya pada efikasi diri dengan nilai signifikansi 0,000 yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang kuat.

Penelitian terdahulu ketujuh yang relevan dilakukan oleh Ni'ma Sintia et al. (2025) dengan judul “Peran *Peer Attachment*, *Self Efficacy* dan *Goal Setting* terhadap *Self Regulated Learning* Siswa Sekolah Menengah Islam plus di pesantren Al-Banjari, Blora”. Hasilnya adalah adanya peran signifikan antara keterikatan teman sebaya, efikasi diri, dan penetapan tujuan pada pembelajaran mandiri.

Penelitian terakhir yang relevan adalah penelitian dengan judul “Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dengan Efikasi Diri Akademik pada Siswa SMA dan SMK Beretnis Papua di Kota Semarang” milik Taa & Safitri (2017). Penelitian ini memiliki hasil dukungan teman sebaya dan efikasi diri akademik berkorelasi positif di kalangan siswa SMP dan SMK Papua di Semarang. Efikasi diri akademik berkorelasi positif dengan tingkat dukungan teman sebaya yang lebih tinggi dan berkorelasi negatif dengan tingkat dukungan teman sebaya yang lebih rendah.

Penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara *self-efficacy*, dukungan teman sebaya, dan kemandirian belajar. Namun, penelitian-penelitian tersebut pada umumnya dilakukan pada siswa SMK, SMA, mahasiswa, maupun pada konteks pembelajaran umum, serta belum secara

husus mengkaji mengenai siswa yang beragama Buddha pada tingkat SMP. Beberapa penelitian menunjukkan ketidakkonsistenan seperti temuan *self-efficacy* tidak berpengaruh signifikan terhadap antusiasme belajar (Yusriani et al, 2023) dan *self-efficacy* bukan faktor utama dalam meningkatkan pembelajaran mandiri (Nurrahmatullah dkk, 2024). Perbedaan temuan menunjukkan masih adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji pada konteks yang berbeda sehingga penelitian mengenai pengaruh *self-efficacy* dan dukungan teman sebaya terhadap kemandirian belajar siswa Budddha SMP di Kecamatan Sungai Pinyuh menjadi penting karena tidak hanya mengisi kekosongan penelitian pada kelompok siswa beragama Buddha yang masih jarang diteliti tetapi juga memberikan bukti empiris mengenai factor-faktor kemandirian belajar dalam lingkungan pendidikan yang memiliki karateristik sosial dan keagamaan yang khas.

B. Kerangka Teoretis

Kerangka teori ini, materi disajikan untuk menjelaskan dasar dari teori yang digunakan, definisi, komponen-komponen, serta obyek penelitian. Penyusunan kerangka teori bertujuan untuk memudahkan dalam membatasi masalah yang relevan dengan fokus pertanyaan penelitian. Menghindari pelebaran dan perluasan masalah, fokus ditekankan pada tema atau pertanyaan penelitian yang dibagi ke dalam beberapa pokok sub bab. Sub bab tersebut membahas diantaranya:

1. Kemandirian Belajar

a. Pengertian Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar merupakan keadaan individu secara sadar melakukan inisiatif untuk memenuhi kebutuhan belajarnya, menetapkan tujuan, memilih strategi dan sumber belajar, mengevaluasi hasil belajar berdasarkan tanggung jawab pribadi tanpa intervensi dari orang lain. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemandirian belajar tumbuh dari kesadaran dan keinginan individu sendiri. Belajar mandiri adalah keadaan seorang individu untuk belajar yang didasari niat di dalam dirinya sendiri untuk mencapai tujuan atau target yang diinginkannya. Pembelajaran mandiri mencakup penerapan metode-metode tertentu untuk mencapai tujuan pendidikan, didorong oleh persepsi efikasi diri yang menekankan tiga elemen penting diantaranya adalah strategi pembelajaran mandiri siswa, persepsi efikasi diri individu mengenai keterampilan kinerja, dan komitmen mereka terhadap tujuan akademik (Zimmerman, 1989:329).

Kemandirian merupakan keadaan tanpa memiliki ketergantungan sendiri dalam arti lain kemandirian dapat berdiri sendiri (Sanjaya 2020:277). Kemandirian belajar diawali dengan menetapkan tujuan belajar dilanjutkan cara mendapatkan umpan balik serta mencari sumber belajar untuk membantu tercapainya tujuan pembelajaran (Robinson & Persky, 2020). Seorang individu sangat memerlukan kemandirian, tanpa adanya kemandirian dalam diri seseorang dapat mengakibatkan kurangnya kepercayaan diri. Kemandirian dalam diri dapat membuat individu mampu mengandalkan diri sendiri dengan kemampuan yang

dimilikinya sehingga memiliki rasa puas terhadap hasil dari yang telah dilakukan (Amral & Asmar, 2020:17). Belajar merupakan proses sepanjang hayat sehingga individu perlu untuk terus mengembangkan dirinya (Lamirin, 2021:30).

Kemandirian belajar merupakan proses yang berlangsung secara siklus meliputi perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi, siswa merencanakan kegiatan belajar kemudian melaksanakan maupun menyesuaikan strategi belajar sesuai kebutuhan serta mengevaluasi hasil belajar yang diperoleh (Van Gog et al., 2020:1056). Sebagai seorang siswa hendaknya dapat mengontrol atas apa yang ada dalam dirinya. Siswa dapat mengontrol diri sendiri dalam hal belajar maupun aktivitas yang diberikan secara mandiri agar terbiasa bertanggung jawab dan mengembangkan metode pembelajaran mandiri yang tidak dimiliki secara alami oleh semua orang. Siswa dapat mengembangkan pengetahuannya secara mandiri dengan guru terutama berperan sebagai pembimbing (Putu Sukmaliani et al., 2021:3). Kemandirian belajar dapat diperoleh dengan pembiasaan yang dilakukan siswa sehingga tumbuh dengan sendirinya dalam diri individu. Kemandirian belajar bagi siswa sangat penting untuk dimiliki karena memungkinkan siswa mengendalikan proses belajar, mengontrol motivasi, menggunakan metode pendidikan yang tepat dan menilai hasil pembelajaran guna mencapai tujuan pendidikan secara efektif (Vosniadou, 2020:95).

Pembelajaran mandiri mengacu pada dorongan internal individu

untuk terlibat dalam pendidikan sepenuh hati dan tingkat percaya diri terhadap kemampuan dalam dirinya untuk menyelesaikan kegiatan belajar dengan sendiri tanpa bantuan dari pihak lain (Kurniah Lestari & Lusyana, 2023:49). Kemandirian belajar adalah salah satu bagian yang memiliki pengaruh dalam hal keberhasilan belajar individu. Seorang individu dengan kemampuan pembelajaran mandiri baik dapat membuat individu mengikuti proses pembelajaran dengan mudah disekolah (Sriyono, 2021:7). Kemandirian belajar merupakan kemampuan yang dimiliki siswa dalam menguasai kompetensi dengan dirinya sendiri tanpa campur tangan dari pihak lain.

Siswa dengan tingkat akuntabilitas tinggi memahami bahwa peran utama mereka sebagai seorang siswa adalah belajar, dengan demikian siswa mampu mengelola proses belajar mereka sendiri. Pembelajaran mandiri sangat penting untuk mencapai hasil pendidikan yang positif. Mandiri dalam belajar memiliki arti kegiatan belajar atas dasar keinginan, pilihan dan tanggung jawab sendiri sehingga individu dapat mengatur diri ketika belajar dengan penuh tanggung jawab (Martiani, 2021:481). Kemampuan untuk belajar secara mandiri berasal dari dorongan internal individu untuk terlibat dalam kegiatan belajar disertai keyakinan dan kepercayaan diri terhadap potensi yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas dan kegiatan belajar tanpa bantuan siapa pun di sekitarnya (Tarumasely et al., 2024:34).

Kajian terhadap pendapat para ahli menunjukkan bahwa

kemandirian belajar merupakan kemampuan dan dorongan yang dimiliki individu guna mengatur, mengontrol, dan melaksanakan aktivitas pembelajaran tanpa adanya intervensi dari individu lain. Kemandirian dalam belajar dapat ditandai dengan adanya keinginan, rasa tanggung jawab, keyakinan pada diri sendiri dan kepercayaan terhadap kemampuan untuk merencanakan, menjalankan, serta mengevaluasi proses belajar individu agar tercapainya tujuan yang diinginkan. Kemampuan ini tidak langsung ada, tetapi berkembang melalui praktik berkelanjutan sehingga individu dapat mengandalkan kemampuannya. Kemandirian belajar sangat penting untuk mendukung keberhasilan dan pencapaian akademis karena membantu siswa menjalani kegiatan belajar dengan lebih baik. Sehingga, mandiri dalam belajar adalah komponen krusial untuk dimiliki dan dikembangkan individu.

Kemandirian belajar dalam ajaran Buddha adalah jika seseorang selalu giat melakukan yang seharusnya dilakukan dan menghindari yang tidak seharusnya dilakukan maka kekotoran hatinya akan bersih (*Dh.293*). Kemandirian belajar yang sudah seharusnya dilakukan individu dengan terus memiliki usaha dan secara sadar melakukannya untuk meningkatkan kemampuan dalam diri individu. Hanya diri sendirilah yang dapat menjadi pelindung dan arah, oleh karena itu hendaknya dapat mengendalikan diri sendiri (*Dh.380*). Sebagai seorang individu khususnya pelajar hendaknya dapat mengendalikan diri sendiri

terutama dalam hal kemandirian belajar sehingga mendapatkan hasil yang baik dan menjadi diri sendiri. Kisah Culla Panthaka diketahui bahwa Culla Panthaka gigih dan pantang menyerah sehingga ia mencapai pencerahan, hal tersebut memiliki korelasi dengan kemandirian belajar bahwa seorang siswa yang gigih dan pantang menyerah dengan usahanya dalam belajar akan mendapatkan tujuan dan hasil yang baik (*DhA.I.Appamāda Vagga.25*).

b. Ciri-ciri Siswa yang Mandiri dalam belajar

Siswa yang mandiri dalam belajar memiliki ciri diantaranya memiliki tindakan strategis dan kesadaran tujuan serta adanya aktivitas meta kognitif, motivasi, dan perilaku (Zimmerman, 1989:329). Tindakan strategis dan kesadaran tujuan ditunjukkan agar tindakan strategis siswa dianggap diatur sendiri, individu harus menyadari tujuan akademik yang ingin dicapai dan memiliki persepsi kemandirian. Tanpa pemahaman tentang tujuan dari sebuah strategi, seperti meningkatkan motivasi, dan pandangan mengenai efektivitasnya, sebuah tindakan tidak bisa dianggap sebagai hasil dari dirinya sendiri. Aktivitas metakognitif, motivasi, dan perilaku ditunjukkan oleh siswa yang mampu mengatur dirinya sendiri. Karakteristik tersebut tampak melalui keterlibatan aktif individu dalam proses metakognitif, motivasi, dan perilaku dalam pembelajaran.

Pembelajaran yang mandiri memiliki ciri diantaranya : 1) Kegiatan otonom dicirikan oleh keterlibatan peserta didik, keuletan,

keterarahan, dan daya cipta dalam mengejar tujuan, 2) Keinginan untuk mencapai kompetensi tertentu berfungsi sebagai dorongan untuk upaya pembelajaran yang berkelanjutan dan inovatif, 3) Memanfaatkan pengetahuan yang diperoleh, pelajar terlibat dalam pemrosesan kognitif informasi yang bersumber dari materi pendidikan, mengubahnya menjadi pengetahuan atau keterampilan, 4) tujuan pembelajaran, termasuk penilaian hasil pendidikan, ditetapkan oleh siswa sendiri sehingga memungkinkan mereka untuk mengambil kendali penuh atas proses pembelajaran, individu yang terlibat dalam kegiatan belajar mandiri sering kali dipengaruhi dan termotivasi oleh mereka yang mendukung kegiatan pendidikan mereka (Wicaksono et al., 2015:431).

Ciri-ciri kemandirian belajar yaitu memiliki perumusan rencana pembelajaran, mempunyai keinginan secara mandiri untuk mengatasi tantangan (Amral & Asmar, 2020:22). Ciri kemandirian belajar diantaranya 1) kemampuan untuk menganalisis secara mendalam, berimajinasi secara unik, dan menghasilkan ide-ide baru, 2) Tetap tidak terpengaruh oleh pandangan orang lain, 3) Kecenderungan untuk menghadapi daripada menghindari tantangan, 4) Kemampuan untuk menyelesaikan masalah melalui perenungan mendalam, 5) Ketika dihadapkan dengan situasi masalah, individu berusaha menyelesaikan masalah secara mandiri, 6) Kurangnya perasaan rendah diri ketika berbeda dengan pihak lain, 7) Upaya untuk terlibat dalam tugas dan ketekunan dan disiplin yang menyeluruh, 8) Penerimaan tanggung

jawab atas tindakan sendiri (Chabib Thoha dalam Suciati, 2016:35).

Sang Buddha menjelaskan mengenai usaha benar bahwa perkembangan batin tidak bergantung pada pihak lain tetapi pada inisiatif dan usaha sadar individu (S.V.9), dalam konteks kemandirian belajar siswa memiliki kemampuan untuk memulai belajar atas kemauannya sendiri, mengatur usaha untuk belajar serta mempertahankan konsistensi belajar. Buddha menjelaskan akibat dari tidak mandiri dan tidak disiplin yaitu siswa yang pasif akan memiliki pemahaman dangkal dan siswa yang lengah akan mengalami kegagalan regulasi diri (S.IV.78), sehingga dapat diketahui bahwa ketidaklengahan adalah ciri esensial kemandirian belajar. Sang Buddha juga menjelaskan seorang siswa memahami mata, telinga sebagaimana adanya, dengan memahami hal tersebut maka ia berlatih untuk pelapasan (S.IV.136). Ajaran tersebut menunjukkan pentingnya kemandirian belajar secara pedagogis yang mendorong siswa untuk aktif memahami, melatih diri secara sadar, dan tidak pasif menunggu hasil. Perhatian bijaksana pandangan benar muncul begitu pula sebaliknya, terkait kemandirian belajar seorang siswa hendaknya dapat menganalisis sebab-akibat, dapat mengevaluasi pengalaman belajar, dan membangun pemahaman (S.II.26).

Kajian yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa kemandirian belajar mengacu pada kemampuan individu untuk mengelola proses belajarnya sendiri secara *independent* melalui perencanaan,

pengendalian, dan penilaian yang dilakukan dengan inisiatif pribadi. Ciri-ciri kemandirian belajar mencakup partisipasi aktif, motivasi yang berasal dari dalam diri, ketekunan, serta keberanian dalam menghadapi tantangan dan mengatasi masalah tanpa adanya pihak lain yang membantu. Individu yang mampu belajar secara mandiri juga memiliki kemampuan berpikir kritis, kreatif, dan inovatif, sekaligus bertanggung jawab atas pilihan dan hasil belajarnya.

Kemampuan ini terlihat dari rasa percaya diri, disiplin, dan kemampuan untuk memanfaatkan pengetahuan dalam pengembangan kompetensi yang berkelanjutan. Pembelajaran mandiri menjadi pilar penting untuk meraih kesuksesan dan mewujudkan potensi individu secara maksimal. Kajian terhadap sutta memperlihatkan bahwa keempat prinsip yaitu usaha pribadi atau *virya*, latihan mandiri, ketidaklengahan, dan perhatian bijaksana menegaskan bahwa proses pembelajaran baik spiritual maupun pedagogis bersumber dari inisiatif, regulasi diri, dan tanggung jawab individu.

c. Aspek Kemandirian Belajar

Aspek kemandirian belajar terdiri atas tiga aspek yaitu proses pengaturan mandiri, strategi penggunaan, pengaruh triadis (Zimmerman, 1989:331). Proses pengaturan mandiri pembelajaran yang diatur sendiri melibatkan tiga subproses inti: pengamatan diri, penilaian diri, dan reaksi diri. Subproses terkait kinerja ini berinteraksi secara timbal balik, yang berarti mereka saling mempengaruhi.

Strategi penggunaan siswa menggunakan strategi khusus untuk mencapai tujuan akademik, seperti mengatur dan mengubah informasi, membuat konsekuensi sendiri, mencari informasi, dan menggunakan alat bantu memori. Pendekatan terhadap pembelajaran mandiri mencakup evaluasi diri, pengaturan dan penataan ulang, penetapan tujuan dan pembuatan rencana, pengumpulan informasi, pencatatan dan pelacakan, pembentukan ruang belajar, manajemen diri, latihan dan hafalan, mencari bantuan dari teman sebaya, dan meninjau kembali catatan.

Pengaruh triadis pembelajaran yang teratur sendiri dianalisis melalui pendekatan triadis yang melibatkan faktor pribadi, perilaku, dan lingkungan, dengan asumsi adanya hubungan timbal balik di antara ketiganya. Ini menunjukkan bahwa ketiga jenis pengaruh ini saling bergantung satu sama lain.

Kemandirian secara psikososial mencakup tiga aspek utama diantaranya, 1) kemandirian emosional terkait dengan perubahan dalam kedekatan atau keterkaitan hubungan emosional seseorang, terutama dalam interaksi dengan orang dewasa lain, 2) mandiri bertindak yaitu melibatkan kapasitas untuk secara mandiri membuat keputusan dan kemudian melaksanakannya, 3) mandiri berpikir, mengacu pada kebebasan untuk membangun kerangka prinsip etika, membedakan antara benar dan salah serta mampu membedakan apa yang dianggap menguntungkan dan merugikan diri sendiri (Amral & Asmar, 2020:29).

Dua aspek penting terkait kemandirian belajar yaitu : 1) Strategi motivasi merupakan strategi untuk mengelola kecemasan dan emosi yang mungkin timbul selama proses mengatasi kesalahan sebelumnya dalam mengejar menjadi seorang individu yang mahir, 2) Strategi belajar, merupakan proses untuk meningkatkan akuisisi pengetahuan, mengelola pemikiran mereka, dan menyimpan informasi faktual yang berkaitan dengan pengalaman pendidikan mereka (Sucino, 2021:3).

Kemandirian ditandai oleh kemampuan individu untuk mengelola perasaannya, berpikir, dan bertindak sendiri dalam situasi apapun. Kemandirian psikososial meliputi aspek emosional, kemampuan untuk membuat dan melaksanakan keputusan, serta kebebasan dalam berpikir untuk membangun prinsip moral dan menilai hal-hal yang benar dan salah serta keuntungan dan kerugian bagi diri sendiri. Kemandirian dalam dunia pendidikan tercermin melalui kemampuan individu dalam mengelola motivasi dan emosi, terutama ketika menghadapi tantangan dan kecemasan selama proses pembelajaran. Kemampuan tersebut juga ditunjukkan melalui penggunaan metode belajar yang efektif untuk memperoleh, mengelola, dan menyimpan informasi secara optimal.

d. Faktor-faktor yang Memengaruhi kemandirian belajar

Faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar yaitu pengaruh pribadi, pengaruh perilaku, pengaruh lingkungan, saling ketergantungan dan variasi (Zimmerman, 1989:329). Pertama, pengaruh pribadi adalah

efisiensi diri, yang mengacu pada persepsi tentang kemampuan seseorang untuk mengatur dan menerapkan tindakan yang diperlukan untuk mencapai kinerja yang ditentukan untuk tugas-tugas tertentu. Keyakinan efikasi diri sangat penting untuk penggunaan strategi pembelajaran dan pemantauan diri siswa. Faktor pribadi lainnya termasuk pengetahuan siswa (deklaratif dan prosedural), proses metakognitif, tujuan, dan pengaruh.

Kedua, pengaruh perilaku yaitu termasuk tindakan pengamatan diri, penilaian diri, dan reaksi diri yang dapat diamati, dapat dilatih, dan interaktif. Misalnya, pengamatan diri melibatkan pemantauan kinerja seseorang secara sistematis, sementara penilaian diri membandingkan kinerja seseorang dengan standar atau tujuan. Reaksi diri adalah respons terhadap kinerja seseorang, yang melibatkan proses pribadi seperti penetapan tujuan dan persepsi efikasi diri, serta hasil perilaku.

Ketiga, pengaruh lingkungan yang mencakup konteks fisik dan pengalaman sosial pembelajaran. Contohnya termasuk struktur konteks pembelajaran (misalnya, tugas dan pengaturan akademik), dukungan sosial dari guru atau teman sebaya, dan bentuk informasi simbolis seperti diagram. Pengaruh lingkungan diasumsikan berinteraksi secara timbal balik dengan pengaruh pribadi dan perilaku.

Keempat, saling ketergantungan dan variasi pembelajaran yang diatur sendiri bukanlah kondisi yang tetap, melainkan berbeda-beda tergantung pada konteks sosial dan fisik. Kekuatan dan pola waktu dari

hubungan sebab-akibat antara faktor pribadi, lingkungan, dan perilaku juga dapat dipengaruhi oleh usaha individu, hasil dari perilaku, serta perubahan dalam konteks lingkungan.

Dua unsur yang memengaruhi pembelajaran mandiri adalah unsur intrinsik dan ekstrinsik (Sanjaya, 2020:278). Unsur intrinsik adalah unsur yang berasal dari dalam diri seseorang. Unsur ekstrinsik adalah unsur yang muncul dari lingkungan eksternal. Unsur instrinsik meliputi dimensi emosional dan intelektual yang dimiliki individu. Unsur ekstrinsik meliputi infrastruktur pendukung, konteks lingkungan, interaksi interpersonal, karakteristik sosial, gaya pengasuhan dan rangsangan eksternal (dukungan dari orang lain, figur motivasi, dan fasilitator).

Kemandirian belajar seseorang dibentuk oleh banyak pengaruh, yang dapat dikategorikan menjadi faktor endogen dan eksogen (Tarumasely et al., 2024:40).

a. Aspek endogen

Aspek endogen mencakup semua pengaruh atau sifat yang berasal dari dalam individu. Ini termasuk unsur-unsur seperti warisan genetik, kondisi kesehatan, dan konstitusi tubuh yang telah ditetapkan sejak lahir. Warisan genetik menentukan bakat, kemampuan kognitif, dan kerentanan terhadap penyakit tertentu yang semuanya dapat secara signifikan memengaruhi perkembangan dan kemampuan. Seorang individu dapat mewarisi kapasitas intelektual yang tinggi

atau bakat khusus dalam domain tertentu. Keadaan tubuh seseorang juga memengaruhi tingkat energi mereka, ketahanan fisik, dan kesehatan secara keseluruhan yang semuanya penting dalam memengaruhi kemandirian.

b. Aspek Eksogen

Aspek eksogen berkaitan dengan semua pengaruh atau keadaan yang muncul di luar diri individu. Kategori ini mencakup faktor lingkungan seperti struktur keluarga, kelompok sebaya, lembaga pendidikan, dan komunitas yang lebih luas tempat individu tinggal. Lingkungan keluarga memainkan peran penting dalam pembentukan nilai-nilai individu, kebiasaan dan pola pikir sejak perkembangan awal. Gaya pengasuhan dan sifat hubungan antar anggota keluarga merupakan elemen penting dan norma-normal yang ditegakkan dilingkungan keluarga dapat secara signifikan membentuk kepribadian dan kemandirian. Konteks sosial dan budaya yang dihadapi juga berkontribusi membentuk identitas dan kemandirian.

Pembelajaran mandiri dipengaruhi oleh dua komponen utama: intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik terdiri dari beberapa elemen emosional, intelektual, kondisi fisik, kesehatan dan warisan genetik yang berpengaruh terhadap kemampuan kognitif energi, serta ketahanan individu dalam belajar sendiri. Di sisi lain, faktor ekstrinsik mencakup lingkungan yang melibatkan keluarga, sekolah, teman sebaya, dan konteks sosial serta budaya yang membentuk nilai-nilai, kebiasaan, pola

pikir dan motivasi belajar seseorang. Dukungan yang berasal dari orang lain, cara pengasuhan, hubungan antar pribadi, serta adanya fasilitas yang memadai juga sangat penting untuk mengembangkan kemandirian belajar.

2. *Self-Efficacy*

a. Pengertian *Self-Efficacy*

Self-efficacy merupakan konstruk yang memiliki fokus pada penilaian individu terhadap kemampuannya guna sukses melakukan sesuatu dalam situasi tertentu (Waddington, 2023:237). Teori *self-efficacy* merupakan konsep fundamental dalam memahami agensi dan perilaku manusia yang berarti bahwa *self-efficacy* dirasakan sebagai kepercayaan seseorang pada kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghadapi keadaan yang akan datang (Bandura, 1995:2). *Self-efficacy* melalui kajian psikologi pendidikan, diakui sebagai salah satu determinan penting keberhasilan belajar (Lie et al., 2025:385). Individu dengan keyakinan yang besar akan menghasilkan usaha yang besar pula guna memperoleh hal yang ingin dicapai (Sopiyanti, 2011:292).

Self-efficacy merupakan keyakinan yang berasal dari dalam individu untuk melakukan tindakan guna menunjang proses belajar (Fatimah et al, 2021:29). Tindakan *Self-efficacy* atau efikasi diri dapat ditingkatkan melalui proses evaluasi diri. *Self-efficacy* memiliki peranan penting pada proses kemandirian belajar (Hwang & Oh, 2021:6).

Melalui *Self-efficacy* memberdayakan siswa untuk merencanakan kegiatan pendidikan secara strategis dan memungkinkan alokasi tugas yang ditargetkan berdasarkan distribusi waktu yang rasional. Pendekatan pedagogis yang memberikan banyak kesempatan bagi siswa untuk berperan aktif dalam pendidikan berpotensi pada meningkatnya *self-efficacy* (Winarni & Syahrial, 2025:162). Keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran juga menjadi salah satu strategi yang dapat mengembangkan *self-efficacy* (Henderson et al., 2018:2).

Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya guna melaksanakan perilaku untuk mencapai tujuan atau hasil tertentu (Tan et al, 2021:2). *Self-efficacy* merupakan kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas guna mencapai tujuan yang diinginkan (Zheng & Xiao, 2023:4). Tingkat *self-efficacy* yang meningkat berkorelasi dengan peningkatan kemungkinan individu melakukan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi aspirasi dan mengatasi hambatan yang dihadapi. *Self-efficacy* merupakan kepercayaan individu mengenai kemampuan maupun kompetensinya guna menjalankan aktivitas dengan cara bertindak dan mengatasi hambatan untuk berhasil menggapai tujuan-tujuan (Munajjah et al, 2023:2).

Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung mengerahkan usaha yang lebih dan cenderung bertahan ketika

menghadapi kesulitan dibandingkan individu yang meragukan kemampuannya (Artino, 2012:78). Keyakinan adalah hal penting bagi individu ketika dihadapkan dalam tantangan sedangkan individu dengan keyakinan yang rendah akan menunjukkan sikap ragu dalam dirinya (Harianti et al, 2023:2229). Semakin tinggi *self-efficacy* siswa dapat mendorong siswa memperoleh hasil belajar yang optimal (Sihaloho et al., 2018:68). Tingkat *self-efficacy* dapat memengaruhi cara menanggapi umpan balik yang diberikan oleh individu seperti ketika diberi nasihat atau kritik, orang yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi akan mengerahkan lebih banyak usaha (Agustina et al, 2024:981).

Self-efficacy merupakan kepercayaan diri individu tentang kemampuannya untuk menghadapi tantangan dan meraih tujuan yang diinginkan. *Self-efficacy* dapat ditingkatkan apabila individu melakukan evaluasi atau introspeksi terhadap dirinya dan pengalaman belajar yang aktif, yang mendorong individu untuk secara mandiri mengatur, merencanakan, dan melaksanakan proses pendidikan. Kepercayaan atau keyakinan ini dapat terbentuk dari pengalaman pribadi, pengamatan terhadap orang lain, interaksi sosial atau verbal, serta kondisi mental. Tingkat *self-efficacy* yang tinggi memiliki pengaruh besar pada kemandirian belajar karena meningkatkan motivasi, ketekunan, dan keberanian individu untuk menghadapi rintangan dalam pembelajaran.

Self-efficacy dalam agama Buddha memiliki keterkaitan dengan aspek keyakinan (*confidence*) yang menjadi bagian penting dalam *self-*

efficacy. *Saddha* sebagai “*trustful confidence or faith*” (Harvey, 2023:84), dengan demikian, *saddha* dapat dipahami sebagai konsep keyakinan dalam Buddhisme yang secara konseptual berkaitan dengan *self-efficacy*, khususnya dalam aspek keyakinan individu.

Self-efficacy dapat diartikan sebagai keyakinan atau dikenal dengan *saddha* dalam buddhisme (Sukodoyo et al., 2021:66). Keyakinan dipandang sebagai salah satu kekuatan utama yang menjadi modal berharga dalam diri individu (Dewi & Kabri, 2024:24). *Dhamma* memberikan penekanan bahwa keyakinan merupakan hal berharga yang dimiliki oleh seorang individu (*S.I.41*). Seseorang yang memiliki keyakinan tak tergoyahkan serta kebajikan yang orang lain hargai, akan mencapai pantai seberang dan lenyapnya kekotoran batin (*S.V.396*), *self-efficacy* yang memerlukan keyakinan diri untuk berlatih dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Seorang bhikkhu yang telah dengan tekun dalam moralitas melalui empat usaha benar secara sadar membangkitkan tekad agar kondisi buruk tidak muncul dan meninggalkan kondisi buruk yang sudah muncul serta menumbuhkan kondisi baik dan menjaga kondisi baik agar mencapai kesempurnaan (*S.49.23*). Proses itu membutuhkan usaha, semangat, perhatian dan ketekunan.

Perubahan bagi diri sepenuhnya bergantung pada usaha diri sendiri. Prinsip tersebut mencerminkan konsep *self-efficacy* yang menekankan keyakinan individu dalam mengarahkan pikiran maupun

perilaku untuk mencapai hal yang lebih baik. Mengendalikan dan meninggalkan hal buruk serta mengembangkan dan menjaga hal baik dapat mengakibatkan berakhirnya penderitaan (A.4.69). Keberhasilan tidak ditentukan oleh faktor luar melainkan usaha sadar yang konsisten dilakukan individu. Pandangan tersebut memperkuat perspektif *self-efficacy* yaitu individu memiliki kemampuan untuk mengubah dirinya dan mencapai tujuan melalui latihan yang tekun dan sungguh-sungguh. Diri sendirilah pelindung bagi dirinya sendiri, dan tidak ada orang lain yang dapat benar-benar menjadi pelindung (Dh.160). Ajaran ini berarti seorang individu yang mampu melatih dirinya dengan baik dapat memperoleh perlindungan yang sejati, sehingga dapat diketahui bahwa pentingnya tanggung jawab pribadi dan kepercayaan pada kemampuan diri sendiri.

Konteks *self-efficacy* menunjukkan bahwa keberhasilan dan keselamatan hidup sangat bergantung pada keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri sedangkan Buddha menjelaskan bahwa segala sesuatu yang terbentuk akan mengalami kehancuran dan hendaknya individu harus berjuang dengan sungguh-sungguh dan penuh kesadaran (D.16). Ajaran tersebut menunjukkan adanya dorongan kuat untuk tidak menunda usaha dan hendaknya menyadari bahwa tercapainya suatu tujuan memerlukan ketekunan pribadi. Pemahaman tersebut berkaitan dengan *self-efficacy* yang menumbuhkan keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan untuk

berusaha dalam mencapai tujuan yang diinginkan dengan kesungguhan dan kewaspadaan.

b. Teori dasar *Self-Efficacy*

Teori *self-efficacy* dan fungsinya (Bandura, 1995:36) diantaranya:

1) *Perceived self-efficacy*, efikasi diri yang dirasakan berkaitan dengan keyakinan individu mengenai kemampuan untuk mengatur dan menerapkan dalam mengelola situasi prospektif.

2) *Efficacy expectations*, keyakinan individu “bahwa orang tersebut mampu melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan hasil yang diinginkan.”

3) Keyakinan yang dirasakan pada efikasi diri merupakan mekanisme yang mendasar dan meresap dalam kerangka agensi pribadi (kapasitas individu untuk memengaruhi kontribusi kausal terhadap fungsi psikososialnya)

c. Peran *Self-Efficacy* dalam Fungsi Manusia

Signifikasi penting dari *self-efficacy* dalam modulasi motivasi manusia, respons emosional dan tindakan perilaku (Bandura, 1995:2) diantaranya: 1) keyakinan efikasi secara substantif memengaruhi proses kognitif, merasa memotivasi diri sendiri, bertindak; 2) keyakinan individu mengenai efikasi diri berperan penting untuk menumbuhkan motivasi dan pencapaian seseorang; 3) keyakinan efikasi diri yang optimis meningkatkan pencapaian dan berkontribusi pada

kesejahteraan. Peningkatan ini disebabkan oleh kendala, tantangan, kemunduran, frustrasi, ketidakadilan sehingga memiliki rasa efikasi pribadi yang kuat untuk mempertahankan upaya terus menerus untuk meraih kesuksesan. Jika keyakinan efikasi hanya mencerminkan kemampuan rutin individu, maka individu akan terbatas pada evaluasi yang terlalu konservatif yang hanya menghasilkan kinerja kebiasaan dan akibatnya penilaian diri yang optimis berfungsi sebagai keuntungan dari pada kekurangan kognitif (Bandura, 1995:85).

d. Efikasi diri dalam perubahan perilaku

Efikasi diri memengaruhi setiap tahapan perubahan pribadi (Bandura, 1995:8) diantaranya : 1) Efikasi yang dirasakan dapat secara signifikan memengaruhi setiap tahap perubahan pribadi. Menentukan apakah individu mempertimbangkan untuk mengubah perilaku kesehatan, apakah individu dapat mengumpulkan motivasi dan ketekunan yang dibutuhkan dalam menggapai kesuksesan jika seorang individu memilih memulai perubahan, dan apakah individu secara efektif mempertahankan perubahan yang telah mereka capai; 2) Untuk memperkuat daya tahan keyakinan diri, strategi komunikasi kesehatan harus menekankan bahwa kesuksesan memerlukan upaya yang terus-menerus, memastikan bahwa keberhasilan atau kesuksesan individu memerlukan upaya yang gigih.

e. Faktor yang memengaruhi *Self-Efficacy*

Empat faktor yang memengaruhi efikasi diri (Bandura, 1997:80)

diantarnya:

1) *Masytery Experiance*

Masytery Experiance atau pembelajaran berbasis pengalaman merupakan mekanisme terbaik untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang kuat, karena memberikan bukti paling asli mengenai apakah individu dapat mengumpulkan apa pun yang diperlukan untuk keberhasilan.

2) *Vicarious Experiance*

Vicarious Experiance atau pengalaman *vicarious* melalui model sosif untuk mengamati individu yang memiliki kesamaan mencapai kesuksesan melalui upaya yang gigih meningkatkan keyakinan pengamat dalam kapasitas mereka sendiri untuk menguasai kegiatan yang sebanding

3) *Social Persuasion*

Social Persuasion atau persuasi sosial merupakan individu yang secara verbal diyakini akan kemampuan untuk unggul dalam aktivitas tertentu cenderung mengarahkan upaya yang lebih besar dan mempertahankan upaya itu lebih efektif daripada mereka yang memiliki keraguan diri.

4) Keadaan Fisiologi dan Emosional

Individu juga sebagian bergantung pada reaksi individu terhadap stres dan ketegangan sebagai indikator kerentanan terhadap kinerja yang buruk, interpretasi ulang keadaan keadaan ini dapat mengubah

keyakinan efikasi.

Buddha menjelaskan seorang bhikkhu membangkitkan usaha untuk meninggalkan kualitas tidak baik dan mengembangkan kualitas baik (A.II.15). Ajaran tersebut mencerminkan *self-efficacy* berbasis tindakan yaitu individu memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk beubah, individu secara sadar mengerahkan energi batinnya (*virya*), dan keberhasilan ditentukan oleh usaha diri sendiri.

f. Dimensi *Self-Efficacy*

Dimensi *self-efficacy* (Bandura, 1995:203) diantaranya:

1) Tingkat efikasi diri, dimensi ini mengacu pada variasi efikasi diri di berbagai tingkat tugas. Misalnya, dalam konteks akademis, itu akan melibatkan keyakinan siswa pada kemampuan mereka untuk memecahkan masalah matematika yang semakin kompleks.

2) Generalitas efikasi diri, mengacu pada kemampuan untuk memindahkan keyakinan efikasi diri ke berbagai aktivitas atau bidang yang berbeda. Misalnya, keyakinan efikasi diri dalam satu mata pelajaran akademik dapat diterapkan di mata pelajaran lainnya.

3) Kekuatan Efikasi diri, diukur dengan tingkat kepastian yang dimiliki individu bahwa mereka dapat melakukan tugas yang diberikan. Ini mencerminkan kekokohan keyakinan seseorang pada kemampuan mereka.

4) Efektivitas diri seseorang tergantung pada situasi, yang menunjukkan bahwa faktor-faktor di luar kemampuan bisa

mempengaruhi bagaimana keterampilan itu dijalankan. Contohnya, keyakinan siswa tentang kemampuan mereka mungkin bervariasi dalam kelas yang bersifat kompetitif dibandingkan dengan kelas yang kooperatif.

5) Pengukuran efikasi diri dilakukan dengan mengacu pada kriteria penguasaan kinerja, bukan pada kriteria normatif atau yang lainnya. Artinya, seseorang menilai seberapa percaya diri mereka dalam mengatasi masalah yang memiliki berbagai tingkat kesulitan, bukan berdasarkan harapan mereka untuk tampil lebih baik daripada orang lain

6) Properti anteseden, Efikasi diri diukur sebelumnya individu melakukan aktivitas yang relevan, sehingga bisa memastikan bahwa urutan waktunya jelas: rasa percaya diri datang duluan, kemudian diikuti oleh hasilnya.

Terdapat tiga dimensi efikasi diri Appelbaum dan Here dalam (Roro Lia Chairina, 2019:45) diantaranya:

1) Magnitude

Magnitude atau besarnya mengacu pada tingkat kompleksitas tugas yang menurut seseorang mampu mereka lakukan. Aspek magnitude adalah kapasitas untuk melakukan tugas dengan tingkat kesulitan tertentu, meliputi:

- a. Keyakinan untuk dapat melakukan pekerjaan secara efektif
- b. Keyakinan untuk berhasil menyelesaikan tugas-tugas kompleks
- c. Keyakinan untuk dapat menemukan solusi terhadap masalah yang

dihadapi.

2) *Strength*

Strength atau kekuatan berkaitan dengan tingkat kepercayaan bahwa kinerja tugas tertentu dapat dicapai. Aspek kekuatan menunjukkan kekuatan atau kelemahan keyakinan seseorang, yang dapat dinilai menggunakan kriteria berikut:

- a. Keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai aktivitas dan mencapai hasil terbaik
- b. Keyakinan bahwa seseorang dapat berhasil melalui ketekunan diri.

3) Generalitas

Generalitas atau umum mengacu pada sejauh mana penilaian efikasi diri yang diberikan dapat diterapkan dalam situasi yang berbeda. Aspek generalitas adalah kemampuan untuk melakukan tugas dengan ruang lingkup yang luas dan beragam, meliputi:

- a. Keyakinan untuk dapat melakukan area pekerjaan yang rumit dengan baik
- b. Keyakinan untuk dengan baik melakukan beberapa bidang pekerjaan.

3. Dukungan Teman Sebaya

a. Pengertian Dukungan Teman Sebaya

Dukungan teman sebaya sebagai aktivitas pemecahan masalah yang dilakukan “bekerja sama dengan rekan-rekan yang lebih cakap” (Vygotsky, 1978:85). Interaksi ini memungkinkan anak-anak untuk

menangani tugas-tugas yang tidak dapat diselesaikan secara mandiri tetapi dapat dicapai dengan bantuan. Dukungan sebaya adalah semacam bantuan, kasih sayang, dan kenyamanan yang diterima seseorang dari teman-temannya (Diyana Puspita et al, 2018:1). Dukungan teman sebaya merupakan bentuk perhatian, kenyamanan, penghargaan serta bantuan dari teman sebaya guna membantu individu untuk mengatasi permasalahannya dalam memperoleh tujuan dan perubahan (Sinaga & Kustanti, 2017:76).

Teman sebaya salah satu faktor yang berkontribusi dalam kehidupan remaja (Nyanasuryanadi & Setiyani, 2026). Teman sebaya berpengaruh besar dalam pembentukan karakter melalui hubungan positif atau sebaliknya, dukungan yang diberikan berperan meningkatkan pemahaman dan perilaku individu (Venty et al., 2023:149). Dampak positif yang diperoleh dari teman sebaya adalah dengan memberikan dukungan, informasi, kasih sayang serta melakukan diskusi dalam pengambilan keputusan (Dwi Oktaviani & Perianto, 2022:128). Hubungan dengan teman sebaya memberikan dampak positif karena menjadi lingkungan belajar yang mendukung perkembangan sosial, dalam lingkungan tersebut individu menyesuaikan diri dengan norma kelompok, berbagi pengalaman, menunjukkan sikap sportif dan mengembangkan rasa tanggung jawab (Purwanti et al., 2025:1110).

Dukungan dari teman sebaya merupakan dukungan secara

emosional dan pendidikan serta kesediannya menjadi pendengar bagi orang lain dalam kelompok teman sebayanya (Wang et al., 2021:2). Hubungan teman sebaya bermanifestasi sebagai koneksi di antara anak atau remaja dengan rentan usia sebanding, ditandai dengan keakraban yang signifikan dalam kelompok sosialnya. Dukungan sebaya adalah ikatan sosial atau emosional yang berkaitan dengan pengalaman hidup individu yang memberikan dukungan (Fortuna et al., 2022:572) berpendapat. Dukungan sebaya dapat dipahami sebagai interaksi sosial dengan pemberian informasi, bantuan emosional, bantuan praktis berdasarkan kesamaan yang dimiliki dan seringkali bermanfaat bagi kedua pihak (van der Meulen et al., 2021:2).

Teman sebaya memberikan dampak yang cukup besar dalam proses pendidikan. Kualitas hidup individu bergantung dengan kualitas orang disekitarnya, karena waktu yang dihabiskan bersama teman sebaya relatif lebih banyak (Sarono, 2021:24; Kelvin & Nyanasuryanadi, 2024). Keterlibatan antar teman sebaya dapat bermanfaat atau merugikan (Mendolia et al., 2018:613). Lingkungan belajar mendorong siswa guna saling berbagi pengetahuan dan berinteraksi dengan teman sebaya dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan akademik (Brouwer et al., 2022:1).

Individu sering meniru teman sebaya mereka; dengan kata lain, perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh kelompok tempat seseorang berada (Surono et al., 2023:8146). Dianjurkan untuk memilih sahabat

yang mewujudkan nilai dan prinsip yang sesuai dengan cita-cita sendiri. Penyelarasan ini mendorong perkembangan hubungan yang ditandai dengan saling pengertian. Teman yang dapat dipercaya dan jujur sangat diperlukan, kepercayaan berfungsi sebagai landasan hubungan yang kuat dan sehat (Haryono et al., 2025:100). Membangun persahabatan yang didasarkan pada kepercayaan menjadi landasan bagi hubungan dekat yang berhasil dikemudian hari (Fikrlová et al., 2025:52).

Dukungan sebaya merupakan bantuan sosial dan emosional yang diberikan oleh teman sebaya untuk memfasilitasi rekan individu dalam memperoleh informasi dan beradaptasi dengan lingkungannya (Nuryani, 2024:28), sedangkan dalam agama buddha terdapat istilah yaitu *kalyanamitta* yang dapat memberikan pengaruh positif dan membimbing individu sehingga tercapainya kebahagiaan (Dahlia et al., 2022). Teman sebaya yang termasuk dalam bagian lingkungan sosial merupakan salah satu elemen yang mendukung proses pembelajaran *dhamma* (Susila, 2025:159). Buddha menyatakan memiliki sahabat dan bergaul dengan orang baik dapat mengembangkan dan melatih jalan mulia berunsur delapan (S.V.30). Ajaran tersebut menunjukkan bahwa kemajuan seseorang ditopang oleh kehadiran sahabat yang baik, sebagaimana dukungan teman sebaya yang memberikan dorongan positif, lingkungan belajar yang mendukung, dan relasi yang memperkuat motivasi dan ketahanan belajar. Kehidupan para bhikkhu mencerminkan praktik saling menasihati, mengingatkan, membantu

dalam meninggalkan kemelekatan (*S.III.132*). Relasi antar sesama bhikkhu sejalan dengan konsep dukungan teman sebaya yang meliputi dukungan emosional, moral, dan penguatan perilaku positif.

Kisah mengenai sigalaka menunjukkan ajaran Buddha mengenai cara membangun relasi sosial yang benar salah satunya mengenai sahabat sejati, bahwa sahabat yang baik bukan hanya yang ada dalam kesenangan tetapi yang benar hadir saat dibutuhkan (*D.III.18*). Sahabat yang baik adalah sahabat yang membantu disaat berada dalam kesulitan, menjaga hubungan persahabatan saat dalam kondisi baik maupun buruk, memberikan nasihat dan mengarah pada kebanyakan kan, serta adanya empati dan kepedulian. Sahabat baik tidak sekedar menemani tapi melindungi dan membimbing sehingga tidak masuk dalam perbuatan yang dapat menyebabkan kerugian, melalui persahabatan menjadi sarana untuk menumbuhkan kebajikan. Peran tersebut menegaskan pentingnya dukungan sebaya dalam kehidupan individu, dengan memberikan bantuan moral, nasihat bijaksana, dan dukungan emosional saat berada dikesulitan yang berfungsi agar individu tetap berada di jalan yang benar dan menghindari perilaku yang merugikan.

Manfaat memiliki sahabat yang baik, lingkungan pertemanan yang baik dapat memengaruhi cara individu berpikir, berbicara, dan berperilaku (*A.VII.35*). Individu yang bergaul dengan sahabat yang memiliki kebajikan akan menumbuhkan perilaku yang bermanfaat.

Sutta ini menjelaskan bahwa dukungan sebaya berperan penting pada perkembangan moral dan spiritual. Melalui lingkungan teman yang mendukung kebajikan dapat berdampak bagi individu untuk melakukan hal yang sama pula, dukungan berupa motivasi, teladan perilaku, dorongan untuk berkembang menjadi lebih baik.

Salah satu berkah utama adalah tidak bergaul dengan orang yang berperilaku buruk tetapi sebaliknya (S.II.4). Melalui pergaulan dengan individu yang bijaksana akan membawa pada kehidupan yang lebih baik seperti dapat menjadi teladan bagi individu lain sehingga individu lain terdorong berbuat kebajikan, menghindari perbuatan yang merugikan dan lain-lain. Ajaran tersebut menunjukkan bahwa lingkungan berpengaruh besar terhadap perkembangan individu. Teman sebaya yang baik atau bijaksana dapat menjadi sumber dukungan, inspirasi, motivasi begitupun sebaliknya sehingga memilih teman yang mendukung berbuat baik merupakan bentuk penting dukungan sosial dalam kehidupan salah satunya bagi pelajar yaitu pendidikan.

Secara konseptual dukungan sebaya dapat didefinisikan sebagai jenis hubungan sosial yang terjadi antara individu-individu dengan usia yang sama dan tingkat perkembangan yang serupa. Hal tersebut ditandai dengan adanya rasa akrab, saling percaya, dan bantuan yang diberikan baik secara sosial maupun emosional. Dukungan ini berfungsi sebagai sumber bantuan, tempat untuk berbagai, dan alat untuk mendapatkan informasi, nasihat, serta perspektif yang baru saat

menghadapi berbagai masalah. Dalam konteks teori kognitif sosial, interaksi dengan teman sebaya dapat memengaruhi proses berpikir, motivasi dan pengaturan diri seseorang melalui pengamatan serta partisipasi dalam lingkungan sosial yang mendukung. Dengan demikian, dukungan sebaya berperan penting dalam menentukan perilaku, mendorong adaptasi yang baik, dan meningkatkan perkembangan akademis, sosial dan pribadi individu.

b. Bentuk Dukungan Teman Sebaya

Terdapat empat dukungan teman sebaya diantaranya dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penghargaan, dan dukungan informasi (Sarafino & Smith, 2011:82).

1) Dukungan emosional merupakan pengakuan atau penegasan kemampuan dan kualitas pribadi yang dimiliki individu. Penerimaan dan pengakuan tersebut dapat menumbuhkan rasa dihargai dalam diri individu. Indikatornya terdiri atas ekspresi simpati, perilaku dengan memberi perhatian, pembentukan kepercayaan terhadap individu

2) Dukungan instrumental merupakan bentuk bantuan yang meyakini individu tentang ketersediaan orang lain untuk dijangkau pada saat dibutuhkan. Bantuan yang ada sifatnya sesegera mungkin dan konkret. Indikatornya terdiri atas penyediaan sumber daya dan materi.

3) Dukungan penghargaan merupakan dukungan dari ekspresi hormat, penilaian positif individu, dorongan atas pikiran dan perasaan. Indikatornya terdiri atas pemberian bimbingan, penawaran dukungan

moral dan memberikan penghargaan atau apresiasi.

4) Dukungan informasi merupakan dukungan yang mencakup penjelasan, saran, evaluasi, dan rekomendasi. Bentuk dukungan ini juga dapat menawarkan bimbingan terarah dan inspirasi dalam mengatasi tantangan. Indikatornya terdiri atas penyebaran informasi dan memberi saran.

Dukungan sosial yang diberikan oleh individu kepada rekan-rekan mereka dapat secara luas diklasifikasikan ke dalam empat kategori menyeluruh (Kusnadi, 2019:24). Pertama dukungan emosional yang melibatkan artikulasi pemahaman empatik terhadap individu yang bersangkutan, kurangnya emosi terhadap teman sebaya dapat dilihat dari perilaku tidak saling membantu, adanya perundungan dan diskriminasi (Suandi et al., 2024). Kedua penghargaan yang mencakup ekspresi apresiasi alternatif terhadap individu, memfasilitasi perbandingan positif yang meningkatkan persepsi diri. Ketiga instrumental, kategori ini berkaitan dengan bantuan langsung seperti membantu orang lain menyelesaikan tugasnya dalam keadaan stres. Keempat dukungan informatif, seperti penyediaan informasi, arahan, nasihat, atau kritik yang bermanfaat kepada orang yang bersangkutan mengenai langkah selanjutnya yang harus mereka ambil.

c. Faktor yang memengaruhi Dukungan Teman Sebaya

Determinan yang secara signifikan memengaruhi kelompok sebaya Colarossi dan Eccles dalam (Rusiana et al., 2021:17)

diantaranya:

- 1) Laporan anak berdasarkan dukungan sendiri
- 2) Laporan anak berdasarkan dukungan orang tua
- 3) Tingkat depresi dan harga diri

d. Peran Dukungan Teman Sebaya

Terdapat enam fungsi afirmatif interaksi teman sebaya (Abd Gafar & Syahrums, 2023:14) diantaranya adalah:

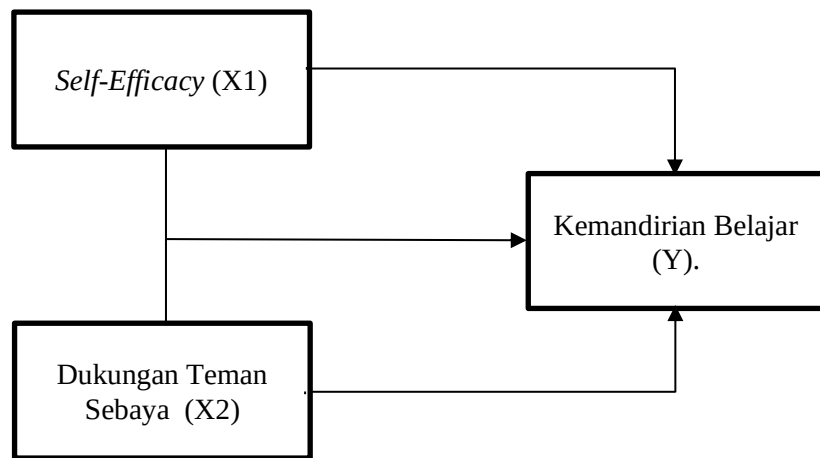
- 1) Regulasi impuls agresif, remaja akan mendapat manfaat dari mengendalikan kecenderungan agresif mereka saat berinteraksi dengan teman sebaya.
- 2) Akuisisi impuls emosional dan sosial, yang mengarah pada peningkatan kemandirian. Kaum muda termotivasi untuk mengemban peran dan tanggung jawab melalui hubungan mereka dengan teman sebaya.
- 3) Peningkatan kompetensi sosial, penyempurnaan kemampuan penalaran dan pematangan ekspresi emosional. Melalui dialog dan diskusi teman sebaya, remaja belajar mengartikulasikan pikiran dan emosi mereka sambil meningkatkan kemampuan pemecahan masalah.
- 4) Pengembangan sikap mengenai seksualitas dan perilaku peran gender. Perspektif tentang seksualitas dan peran gender sebagian besar dipengaruhi oleh interaksi teman sebaya yaitu remaja mengasimilasi perilaku dan sikap terkait dengan identitasnya sebagai pria dan wanita muda.

- 5) Penguatan penalaran dan nilai-nilai moral. Biasanya orang dewasa memberikan gagasan tentang benar dan salah kepada anak-anak dalam kelompok sebaya, remaja terlibat dalam pengambilan keputusan yang diarahkan sendiri. Proses ini memerlukan evaluasi nilai-nilai dalam penjabaran dengan rekan-rekannya. Memfasilitasi penyempurnaan penalaran moral individu.
- 6) Augmentasi harga diri, dianggap baik oleh kelompok sebaya yang substantif menjadikan individu nyaman dan senang.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir dalam penelitian ini disusun berdasarkan kajian teori dengan judul “Pengaruh *Self-Efficacy* dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Kemandirian Belajar Siswa Buddha SMP di Kecamatan Sungai Pinyuh”. Kerangka berpikir menjelaskan mengenai hubungan antar semua variabel dalam penelitian yang diteliti, yaitu variabel bebas dan terikat (Sugiyono, 2019:95).

Penelitian ini mengambil *self-efficacy* sebagai variabel (X1), dukungan teman sebaya sebagai variabel (X2), dan kemandirian belajar sebagai variabel (Y). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* dan dukungan teman sebaya terhadap kemandirian belajar siswa beragama Buddha di Kecamatan Sungai Pinyuh.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

D. Hipotesis penelitian

Landasan teoritis, kerangka berpikir, dan penelitian relevan menjadi dasar dalam perumusan hipotesis penelitian “Pengaruh *Self-Efficacy* dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Kemandirian Belajar Siswa Buddha SMP di Kecamatan Sungai Pinyuh” sebagai berikut:

1. Ada pengaruh *self-efficacy* terhadap kemandirian belajar siswa beragama Buddha di Kecamatan Sungai Pinyuh.
2. Ada pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kemandirian belajar siswa beragama Buddha di Kecamatan Sungai Pinyuh.
3. Ada pengaruh *self-efficacy* dan dukungan teman sebaya secara bersamaan terhadap kemandirian belajar siswa beragama Buddha di Kecamatan Sungai Pinyuh.