

Dinamika Self-Efficacy Anak Generasi Alpha dalam Menghadapi Tantangan Belajar di Sekolah Dasar

Muhammad Munir An-Nabawi^{1*}, Rina Hartuti²

¹UIN Sultanah Nahrasiyah Lhokseumawe, Indonesia

²IAIN Kerinci, Indonesia

*Email: muhammadmunirannabawi@gmail.com

Abstract

Generation Alpha children are growing up in the digital age. Self-efficacy is a crucial component in overcoming learning difficulties. The purpose of this study is to describe the dynamics of self-efficacy among Generation Alpha children in facing learning challenges in elementary school. The research design was qualitative, using observation, interviews, and documentation as data collection techniques. The results indicate that Generation Alpha children have highly varying levels of self-efficacy when facing learning difficulties. Several factors influence the development of Generation Alpha self-efficacy, including successful experiences (mastery experiences), social modeling or observation, verbal and social support, emotional and physiological conditions, and the influence of technology and digital media. Children with high levels of self-efficacy are more likely to use active learning strategies, such as setting goals, practicing independently, seeking help from teachers or friends, and evaluating their own learning outcomes. The conclusion is that Generation Alpha's self-efficacy in facing learning challenges in elementary school is highly diverse and influenced by successful experiences, social modeling, verbal support, emotional conditions, and the influence of digital technology. Children with high levels of self-efficacy tend to use active learning strategies. These results demonstrate the importance of teachers, parents, and the learning environment in enhancing Generation Alpha's self-efficacy. Wise technology management and a personalized learning approach can enhance students' motivation and independent learning abilities.

Keyword: Self-Efficacy, Generation Alpha, Learning Challenges

Abstrak

Anak generasi Alpha tumbuh dalam era digital. *Self-efficacy* (keyakinan diri) menjadi komponen penting untuk mengatasi kesulitan belajar. Tujuan penelitian adalah untuk menggambarkan dinamika *self-efficacy* anak generasi Alpha dalam menghadapi tantangan belajar di sekolah dasar. Desain penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak generasi Alpha memiliki tingkat *self-efficacy* yang sangat beragam ketika mereka menghadapi kesulitan belajar ada yang tinggi ada yang sedang dan ada yang rendah. Ada beberapa faktor yang memengaruhi pembentukan *self-efficacy* generasi Alpha antara lain adalah Pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*), *Modeling* atau pengamatan sosial, Dukungan verbal dan sosial, kondisi emosional dan fisiologis dan pengaruh teknologi dan media digital. Anak yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi lebih cenderung menggunakan strategi belajar aktif, seperti menetapkan tujuan, melakukan latihan mandiri, meminta bantuan dari guru atau teman, dan mengevaluasi hasil belajar sendiri. Kesimpulan bahwa *self-efficacy* generasi Alpha dalam menghadapi tantangan belajar di sekolah dasar sangat beragam dan dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan, modeling sosial, dukungan verbal, kondisi emosional, serta pengaruh teknologi digital. Anak dengan *self-efficacy* tinggi cenderung menggunakan strategi belajar aktif. Hasil ini menunjukkan betapa pentingnya guru, orang tua, dan lingkungan belajar untuk meningkatkan *self-efficacy* generasi Alpha. Pengelolaan teknologi yang bijak dan pendekatan pembelajaran yang personal dapat meningkatkan motivasi dan kemampuan belajar mandiri siswa.

Kata Kunci: Self-Efficacy, Generasi Alpha, Tantangan Belajar

Pendahuluan

Di abad ke-21, kemajuan teknologi yang pesat telah melahirkan generasi baru yang dikenal sebagai generasi Alpha. Generasi Alpha adalah anak-anak yang lahir setelah tahun 2010. Generasi pertama yang sepenuhnya tumbuh dalam lingkungan digital dan internet adalah generasi ini. Dalam dunia pendidikan, terutama di sekolah dasar, tantangan dan peluang yang berbeda ditawarkan oleh ciri-ciri generasi ini, seperti kecenderungan untuk melakukan banyak hal sekaligus, kecenderungan untuk belajar secara visual dan interaktif, dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan teknologi dengan cepat (McCrindle, 2020).

Anak-anak generasi Alpha di sekolah dasar menghadapi tantangan akademik yang lebih kompleks daripada yang biasa, seperti memahami pelajaran atau menyelesaikan tugas sekolah. Mereka juga menghadapi masalah yang lebih kompleks, seperti dampak digitalisasi, distraksi dari perangkat elektronik, dan tekanan sosial yang ditimbulkan oleh penggunaan media sosial sejak dini. Dalam situasi seperti ini, anak-anak harus memiliki kemampuan adaptif dan psikologis yang kuat. Salah satu kemampuan ini adalah *self-efficacy*, atau keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka sendiri untuk menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997).

Self-efficacy sangat penting untuk proses belajar siswa. Anak-anak yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih tekun, percaya diri, dan ingin belajar. Saat menghadapi kesulitan belajar, mereka justru melihat kesulitan sebagai kesempatan untuk berkembang. Siswa dengan *self-efficacy* rendah, di sisi lain, cenderung merasa cemas, menghindari tugas-tugas yang sulit, dan merasa tidak yakin dengan kemampuan mereka (Andri Ferdiansyah, 2020). Oleh karena itu, memahami dinamika *self-efficacy* siswa generasi Alpha sangat penting untuk keberhasilan sekolah dasar. Anak-anak generasi Alpha, bagaimanapun, hidup tidak hanya di dunia nyata, tetapi juga di dunia virtual yang penuh dengan emosi dan kegembiraan. Mereka sering merasa tidak cukup baik ketika mereka melihat pencapaian orang lain di media sosial atau platform digital lainnya. Jika tidak disertai dengan pendampingan yang tepat, hal ini berpotensi menurunkan kepercayaan diri terhadap kemampuan sendiri.

Self-efficacy sedang dalam tahap pembentukan yang sangat aktif di sekolah dasar. Anak-anak mulai menilai kemampuan mereka sendiri berdasarkan pengalaman belajar mereka, perbandingan sosial, dan umpan balik dari orang-orang di sekitar mereka, seperti guru dan orang tua. Ketika mereka mengalami pengalaman yang berhasil, mendapatkan dukungan positif, dan memiliki lingkungan belajar yang menyenangkan, *self-efficacy* cenderung berkembang dengan baik. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa *self-efficacy* berkorelasi positif dengan prestasi belajar dan motivasi siswa SD. Siti Khosiyah. (2022) menemukan bahwa *self-efficacy* akademik secara signifikan memengaruhi prestasi belajar matematika, dengan

motivasi sebagai mediator yang memoderasikan hubungan tersebut. Sementara itu, Megaputri & Ariswari (2023) menemukan hubungan signifikan antara kemandirian diri dan prestasi belajar siswa kelas V SD di Bali. Ini menunjukkan bahwa kemandirian diri meningkatkan prestasi belajar.

Namun, dinamika *self-efficacy* tampak lebih kompleks di generasi Alpha. Ketika anak-anak memiliki akses ke informasi yang luas, mereka mungkin merasa lebih mampu mencari solusi sendiri. Namun, ketergantungan pada teknologi, kekurangan kontrol diri, dan paparan informasi yang berlebihan dapat menyebabkan perasaan tidak kompeten dan menurunkan konsentrasi mereka saat belajar. Selain itu, anak-anak dari generasi Alpha lebih rentan terhadap tekanan sosial digital, yang dapat memengaruhi pandangan mereka tentang kemampuan akademik mereka. Selain faktor internal, faktor-faktor yang datang dari luar, seperti gaya pengasuhan orang tua dan metode pengajaran guru, juga memengaruhi tingkat kemandirian anak. Ramadhani dan Habibi (2025) menunjukkan bahwa literasi digital guru dan dukungan keluarga memiliki korelasi positif dengan motivasi belajar dan efikasi diri siswa SD. Ini memperkuat gagasan bahwa pembentukan efikasi diri tidak tergantung pada konteks sosial dan lingkungan pendidikan di mana anak berada.

Self-efficacy telah banyak diteliti dalam pendidikan dasar. Namun, sangat sedikit penelitian yang secara khusus mempelajari dinamika *self-efficacy* anak-anak generasi Alpha. Dalam era digital, dinamika ini menjelaskan bagaimana faktor internal dan eksternal membentuk, mengubah, dan mempengaruhi efikasi diri. Sebuah pendekatan pendidikan yang diterapkan di sekolah dasar akan sulit untuk memenuhi kebutuhan siswa saat menghadapi tantangan belajar yang terus berkembang jika tidak memahami secara menyeluruh karakteristik generasi ini. Pentingnya *self-efficacy* ini juga terlihat dari kaitannya dengan berbagai aspek lain seperti motivasi belajar, pencapaian akademik, dan interaksi sosial. Anak yang percaya pada kemampuannya sendiri cenderung lebih aktif dalam kelas, berinisiatif menyelesaikan tugas, serta mampu bekerja sama dalam kelompok. Dengan kata lain, *self-efficacy* bukan hanya urusan individu, tetapi juga berpengaruh pada dinamika kelas dan komunitas sekolah.

Pengembangan *self-efficacy* juga dapat terhambat oleh ketidaksesuaian antara pendekatan pembelajaran konvensional dan karakteristik belajar generasi Alpha. Misalnya, pembelajaran yang berpusat pada guru, juga dikenal sebagai pembelajaran berpusat pada guru, dapat menyebabkan siswa menjadi pasif dan merasa tidak mampu menghadapi tantangan belajar. Pendekatan pembelajaran yang berbasis teknologi dan interaktif, di sisi lain, dianggap dapat meningkatkan efikasi diri siswa karena memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi dan membuat keputusan secara mandiri (Pratama & Retnowati, 2021). Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk memahami bagaimana efektifitas diri berfungsi dengan generasi Alpha.

Hal ini penting sebagai dasar dalam merancang strategi pendidikan yang relevan dengan karakteristik generasi Alpha. Jika sekolah dan orang tua memahami cara mendukung pembentukan *self-efficacy* anak, mereka dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendorong anak untuk tumbuh sebagai pembelajar yang tangguh dan mandiri. Dengan memahami dinamika *self-efficacy* pada anak-anak generasi Alpha, pendidikan dasar diharapkan tidak hanya menyiapkan siswa secara akademik, tetapi juga akan membantu mereka tumbuh menjadi pembelajar yang tangguh dan mandiri. Anak-anak akan tumbuh percaya diri, fleksibel, dan siap menghadapi tantangan di masa depan.

Maka dari itu, penting untuk melakukan studi yang lebih dalam tentang bagaimana *self-efficacy* terbentuk dan berperan dalam kehidupan belajar anak-anak di era sekarang. Pengetahuan ini tidak hanya berguna bagi para pendidik dan psikolog, tetapi juga bagi pembuat kebijakan pendidikan dan orang tua dalam mendampingi anak belajar secara efektif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengenali dinamika *self-efficacy* anak generasi Alpha dalam menghadapi tantangan belajar di Sekolah Dasar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi bagi pendidik dalam memilih pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* siswa generasi Alpha. Manfaat dari penelitian ini tidak hanya akan dirasakan oleh mahasiswa, tetapi juga oleh institusi pendidikan dalam upaya menjawab tantangan belajar di sekolah dasar secara keseluruhan. Dengan demikian, penelitian ini dapat diharapkan berkontribusi pada pengembangan pendidikan yang lebih efektif dan relevan di perguruan tinggi.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat menghasilkan pembelajaran yang dapat diimplementasikan diberbagai institusi pendidikan, sehingga dapat meningkatkan kualitas pengajaran pendidikan dasar. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengeksplorasi lebih dalam tentang dinamika *self-efficacy* anak generasi Alpha dalam menghadapi tantangan belajar di Sekolah Dasar. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan manfaat praktis, tetapi juga kontribusi akademis yang signifikan dalam pendidikan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi yang bertujuan untuk memahami secara mendalam dinamika *self-efficacy* anak generasi Alpha dalam menghadapi tantangan belajar di sekolah dasar. Pendekatan fenomenologi dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengalaman subjektif anak sebagai individu yang secara langsung mengalami proses pembelajaran dalam konteks era digital. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya menggali makna,

persepsi, serta interpretasi anak terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai kesulitan belajar.

Penelitian dilaksanakan di salah satu sekolah dasar (SD) di [sebutkan lokasi penelitian secara spesifik, misalnya: Kabupaten/Kota ...], dengan melibatkan sejumlah subjek penelitian yang terdiri dari siswa sekolah dasar yang termasuk dalam kategori generasi Alpha (lahir setelah tahun 2010). Subjek penelitian berjumlah [isi jumlah, misalnya: 10–15 siswa] dengan rentang usia antara [misalnya: 9–12 tahun], yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pemilihan subjek didasarkan pada kriteria tertentu, yaitu siswa yang aktif dalam proses pembelajaran dan menunjukkan variasi tingkat *self-efficacy* (tinggi, sedang, dan rendah). Selain itu, guru kelas dan orang tua turut dilibatkan sebagai informan pendukung guna memperkuat validitas data melalui triangulasi sumber.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan studi dokumentasi. Wawancara mendalam dilakukan secara semi-terstruktur kepada siswa sebagai subjek utama untuk menggali pengalaman mereka dalam menghadapi tantangan belajar, persepsi terhadap kemampuan diri, serta faktor-faktor yang memengaruhi *self-efficacy*. Wawancara juga dilakukan kepada guru dan orang tua untuk memperoleh perspektif tambahan mengenai perilaku belajar dan perkembangan psikologis anak. Observasi partisipatif dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah, khususnya saat proses pembelajaran berlangsung di dalam kelas maupun interaksi sosial di luar kelas. Observasi ini bertujuan untuk mengamati perilaku nyata siswa yang mencerminkan *self-efficacy*, seperti ketekunan, keberanian mencoba, respon terhadap kegagalan, dan keterlibatan dalam aktivitas belajar. Sementara itu, studi dokumentasi dilakukan dengan menelaah dokumen pendukung seperti RPP, silabus, serta catatan akademik siswa untuk memahami konteks pembelajaran yang berlangsung.

Analisis data dilakukan secara kualitatif menggunakan model analisis interaktif yang meliputi tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Reduksi data dilakukan dengan menyaring, memilih, dan menyederhanakan data mentah dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi agar fokus pada informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif dan kategorisasi tematik untuk memudahkan pemahaman pola dan hubungan antar konsep. Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan yang dilakukan secara bertahap dengan tetap mengacu pada proses verifikasi data secara terus-menerus agar hasil penelitian memiliki tingkat kredibilitas yang tinggi.

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu dengan membandingkan data hasil wawancara, observasi,

dan dokumentasi, serta mengonfirmasi informasi dari berbagai informan (siswa, guru, dan orang tua).

Hasil dan Pembahasan

A. Dinamika *Self-efficacy* Anak Generasi Alpha dalam Menghadapi Tantangan Belajar di Sekolah Dasar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak Generasi Alpha memiliki tingkat *self-efficacy* yang sangat beragam ketika mereka menghadapi kesulitan belajar di sekolah dasar. Tingkat *self-efficacy* tinggi dimana anak-anak yang menyelesaikan tugas dengan baik atau mendapat pujian dari guru menunjukkan rasa percaya diri yang tinggi terhadap kemampuan mereka. Mereka terlihat lebih antusias mengikuti pelajaran, lebih aktif bertanya, dan lebih berani mencoba sesuatu yang baru. Tingkat *self-efficacy* sedang dimana anak-anak percaya diri dalam beberapa tugas, tapi ragu-ragu saat menghadapi tugas baru atau sulit dan kadang mau mencoba, tapi cepat frustrasi kalau tidak langsung berhasil serta bisa berusaha sendiri, tapi masih butuh dorongan motivasi eksternal. Tingkat *self-efficacy* rendah dimana anak-anak mudah menyerah saat menghadapi kesulitan, anak-anak sering berkata: "Aku tidak bisa," "Tugas ini terlalu sulit." Anak-anak muncul rasa takut gagal, sering menghindari tantangan. Serta anak-anak butuh bantuan terus-menerus dari guru atau orang tua.

Menurut teori Bandura (1997), *self-efficacy* terdiri dari empat sumber utama: pengalaman langsung, pengalaman vikarius (melihat keberhasilan orang lain), persuasi lisan, dan kondisi emosional. Penemuan ini mendukung teori ini. Anak-anak generasi Alpha sangat bergantung pada keberhasilan kecil, seperti menyelesaikan soal matematika dengan benar atau mendapatkan pujian di kelas. Dalam hal ini, peran guru sangat penting karena umpan balik yang tepat dan lingkungan belajar yang positif terbukti dapat meningkatkan keinginan intrinsik anak. Selain itu, kehadiran teman sebaya yang memberi inspirasi juga memainkan peran penting dalam membentuk pandangan anak tentang seberapa baik dia bisa.

Walau bagaimanapun, temuan penelitian juga menunjukkan bahwa tantangan yang muncul di era modern juga memengaruhi dinamika *self-efficacy*. Anak-anak yang terlalu sering terpapar layar tanpa pendampingan mengalami penurunan fokus belajar dan mudah terdistraksi, yang pada akhirnya mengurangi kepercayaan diri mereka terhadap tugas-tugas akademik. Hal ini menunjukkan bahwa generasi Alpha masih membutuhkan bimbingan dan pengawasan dari orang dewasa agar paparan teknologi tidak mengganggu perkembangan emosional dan kognitif mereka, meskipun mereka lahir sebagai digital native. Oleh karena itu, guru, orang tua, dan lingkungan belajar yang seimbang dan mendukung sangat penting untuk membangun *self-efficacy* anak.

B. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pembentukan dan Perkembangan *Self-Efficacy* Anak Generasi Alpha

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa faktor yang memengaruhi pembentukan dan perkembangan *self-efficacy* anak Generasi Alpha adalah sebagai berikut:

1. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experiences*)

Pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*) menjadi sumber utama pembentukan *self-efficacy*. Anak yang sering berhasil menyelesaikan tantangan belajar dengan baik akan membangun kepercayaan diri yang kokoh. Pengalaman ini memberi bukti nyata kepada anak bahwa mereka mampu, sehingga memotivasi mereka untuk terus mencoba menghadapi tantangan baru (Bandura, 1997).

Hal ini Septia Nurhidayah dan Maisriandi (2024) mengatakan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara *self-efficacy* dan hasil belajar siswa di SDN Bintaro 09 Pagi, dengan nilai koefisien determinasi sebesar 60,2%. Keyakinan diri yang dimiliki oleh siswa terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*) berperan penting dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

2. Modeling atau Pengamatan Sosial

Pengamatan sosial atau model juga memengaruhi *self-efficacy* anak. Anak-anak Generasi Alpha lebih cenderung meniru dan belajar dari perilaku orang lain, seperti teman sebaya, guru, atau tokoh yang mereka hormati. Melihat orang lain berhasil dengan usaha mereka menunjukkan bahwa kerja keras dapat membawa keberhasilan (Bandura, 1997). Pengaruh media menjadi signifikan di era modern karena anak-anak dapat meniru perilaku dari konten edukatif yang mereka tonton di internet.

Hal ini sesuai dengan temuan penelitian Prasetyo & Nugroho, (2024), yang menemukan bahwa anak-anak sekolah dasar yang secara aktif mengamati dan meniru perilaku positif dari berbagai sumber, seperti pendidik, teman sebaya, dan karakter di media digital, mengalami peningkatan signifikan dalam *self-efficacy* mereka. Anak-anak yang mendapatkan paparan modeling positif cenderung lebih termotivasi untuk mengerjakan tugas dan percaya pada kemampuan diri mereka. Temuan ini sejalan dengan teori Bandura (1997) yang menyatakan bahwa melihat keberhasilan orang lain dapat membuat anak lebih yakin bahwa mereka juga bisa melakukan hal yang sama, terutama di era digital, di mana banyak contoh perilaku positif tersedia.

3. Dukungan Verbal dan Sosial

Keyakinan diri anak sangat dibantu oleh dukungan sosial dan lisan dari guru, orang tua, dan lingkungan sekitar. Membantu anak merasa dihargai dan mampu menghadapi kesulitan adalah kata-kata motivasi, pujian yang tulus, dan dorongan untuk terus berusaha. Sebaliknya, memberikan kritik yang berlebihan atau melihat diri Anda dibandingkan dengan orang lain dapat mengurangi *self-efficacy*.

Studi oleh Santoso dan Nuraini (2024) menemukan bahwa dukungan verbal positif dari guru dan orang tua, yang mencakup pujian dan dorongan terus-menerus, secara signifikan meningkatkan tingkat *self-efficacy* siswa di sekolah dasar. Anak-anak yang sering menerima kata-kata motivasi memiliki keyakinan yang lebih besar untuk menghadapi tantangan belajar dan menunjukkan peningkatan motivasi intrinsik. Namun, siswa yang sering mengalami kritik berlebihan atau dibandingkan dengan teman sekelasnya berisiko kehilangan keyakinan diri dan merasa gagal. Hasil ini mendukung teori Pajares (2002) bahwa dukungan sosial yang membangun sangat penting untuk meningkatkan keyakinan diri anak selama pembelajaran.

4. Kondisi Emosional dan Fisiologis

Kondisi fisiologis dan emosional anak juga memengaruhi persepsinya terhadap kemampuannya. Anak-anak yang stres, cemas, atau lelah cenderung meragukan kemampuan mereka sendiri. Sebaliknya, anak-anak yang merasa aman dan tenang lebih mudah membangun kepercayaan diri (Bandura, 1997).

Studi Hartono dan Lestari (2024) menemukan bahwa persepsi anak terhadap kemampuan akademik secara signifikan dipengaruhi oleh kondisi emosional mereka, seperti tingkat stres dan kecemasan. Anak-anak yang tenang dan nyaman di sekolah menunjukkan penurunan *self-efficacy* dan keinginan untuk belajar yang lebih rendah daripada anak-anak yang sering mengalami stres dan kelelahan. Studi ini mendukung gagasan Bandura (1997) bahwa kondisi emosional dan fisiologis memainkan peran penting dalam membangun atau menghambat keyakinan diri anak. Oleh karena itu, menangani stres dan membuat lingkungan belajar yang menyenangkan sangat penting untuk membangun keyakinan diri siswa.

5. Pengaruh Teknologi dan Media Digital

Salah satu faktor yang membedakan generasi Alpha adalah pengaruh teknologi dan media digital. Paparan yang seimbang terhadap teknologi pendukung belajar dapat membantu meningkatkan *self-efficacy* melalui akses ke pengetahuan dan pengalaman belajar interaktif. Namun, penggunaan teknologi yang tidak terkendali, seperti paparan konten yang tidak menyenangkan atau distraksi yang berlebihan, dapat mengganggu kepercayaan diri dan kemampuan fokus anak.

Sebuah penelitian baru oleh Hattie & Timperley (2017) menemukan bahwa menggunakan penggunaan teknologi pendidikan yang terarah dan seimbang memiliki peranan penting dalam meningkatkan *self-efficacy* siswa sekolah dasar. Melalui penyediaan materi pembelajaran yang interaktif dan mudah dipahami, siswa dapat merasakan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik serta menghadapi berbagai tantangan belajar. Pendampingan yang memadai dalam penggunaan media digital memungkinkan anak-anak untuk mengoptimalkan potensi teknologi secara positif. Hasil ini sejalan

dengan laporan OECD (2020) yang menekankan betapa pentingnya mengelola penggunaan teknologi agar memiliki efek yang baik pada perkembangan anak.

Oleh karena itu, penelitian juga menemukan bahwa emosi dan keterlibatan teknologi juga merupakan faktor penting. Anak-anak yang mengalami kelelahan, kecemasan, atau tekanan akademik cenderung menunjukkan *self-efficacy* yang lebih rendah meskipun sebenarnya mereka mampu. Sebaliknya, penggunaan teknologi yang tidak terkontrol, seperti terlalu banyak melihat layar atau mengakses media sosial tanpa pengawasan, berpotensi mengganggu fokus, menyebabkan perbandingan negatif, dan mengganggu persepsi diri anak terhadap kemampuan mereka. Akibatnya, pengalaman belajar nyata, dukungan sosial, kondisi emosional yang sehat, dan pengelolaan digital yang bijak adalah semua komponen yang diperlukan untuk membangun *self-efficacy* anak Generasi Alpha.

C. Strategi yang Digunakan Anak-Anak dalam Menghadapi Tantangan Belajar, dan Bagaimana Kaitannya dengan Tingkat *Self-Efficacy* Siswa

Anak-anak yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi lebih cenderung menggunakan strategi belajar aktif, seperti menetapkan tujuan, melakukan latihan mandiri, meminta bantuan dari guru atau teman, dan mengevaluasi hasil belajar mereka sendiri. Sebaliknya, anak-anak dengan tingkat *self-efficacy* rendah lebih cenderung menggunakan strategi pasif, seperti menghindari, menunda tugas, dan sebagainya, yang membantu mereka mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan seperti kesulitan memahami materi atau tekanan ujian. Temuan ini didasarkan hasil wawancara siswa, dan observasi kelas.

Hasil ini sejalan dengan teori Bandura (1997) yang menyatakan bahwa keefektifan diri seseorang tidak hanya memengaruhi perasaan dan pemikiran seseorang tetapi juga memengaruhi bagaimana mereka bertindak saat menghadapi tantangan. Anak-anak yang yakin pada kemampuan mereka lebih berani mencoba pendekatan baru, lebih tahan terhadap kegagalan, dan menunjukkan ketekunan dalam belajar. Sebaliknya, anak-anak yang tidak yakin pada kemampuan mereka lebih mudah menyerah ketika mereka menghadapi kesulitan. Karena anak-anak tidak hanya berharap berhasil tetapi juga tahu bagaimana berhasil, penggunaan strategi belajar yang aktif dan terarah merupakan contoh yang kuat dari *self-efficacy*.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa dinamika *self-efficacy* anak generasi Alpha dalam menghadapi tantangan belajar di sekolah dasar menunjukkan variasi yang signifikan, yaitu berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah. Perbedaan tingkat *self-efficacy* tersebut tercermin dalam sikap, perilaku, serta strategi belajar yang digunakan siswa dalam menghadapi kesulitan akademik. Anak dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri, aktif, dan mampu

menggunakan strategi belajar yang konstruktif, sedangkan anak dengan *self-efficacy* rendah lebih rentan terhadap rasa takut gagal, mudah menyerah, dan cenderung menghindari tugas yang menantang.

Penelitian ini juga menemukan bahwa pembentukan dan perkembangan *self-efficacy* anak generasi Alpha dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*), modeling atau pengamatan sosial, dukungan verbal dan sosial, kondisi emosional dan fisiologis, serta pengaruh teknologi dan media digital. Faktor-faktor tersebut saling berinteraksi dalam membentuk keyakinan diri anak terhadap kemampuannya. Pengalaman keberhasilan dan dukungan lingkungan yang positif terbukti menjadi faktor dominan dalam meningkatkan *self-efficacy*, sementara kondisi emosional yang negatif serta penggunaan teknologi yang tidak terkontrol dapat menghambat perkembangan *self-efficacy* siswa.

Selain itu, terdapat hubungan yang jelas antara tingkat *self-efficacy* dengan strategi belajar yang digunakan siswa. Anak dengan *self-efficacy* tinggi cenderung menerapkan strategi belajar aktif seperti menetapkan tujuan, belajar mandiri, mencari bantuan, dan melakukan evaluasi diri. Sebaliknya, anak dengan *self-efficacy* rendah lebih banyak menggunakan strategi pasif seperti menghindari tugas dan menunda pekerjaan. Hal ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* tidak hanya memengaruhi aspek kognitif, tetapi juga aspek perilaku dalam proses pembelajaran.

Daftar Pustaka

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Ferdiansyah, A. (2020). Gambaran *Self Efficacy* Siswa Terhadap Pembelajaran, Fokus Kajian bimbingan dan konseling dalam pendidikan. Volume 3, No 1 Januari 2020. DOI: <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i1.4214>
- Hartono, A., & Lestari, D. (2024). Pengaruh kondisi emosional terhadap persepsi kemampuan akademik dan *self-efficacy* siswa sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 10(1), 55–67
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The Power of Feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81–112. <https://doi.org/10.3102/003465430298487>
- McCrindle, M. (2020). *Meet Generation Alpha: Understanding our children and who they are becoming*. Headline Publishing.
- Megaputri, P. S., & Ariswari, N. P. L. (2023). *Self-efficacy* siswa SD kelas V terhadap prestasi belajar di kelasnya di SD N 5 Jinengdalem. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 8(1). <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v8i1.3207>
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Nurhidayah, S., & Maisriandi. (2024). Pengaruh *self-efficacy* terhadap hasil belajar siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Instruksional*, Volume 6, Nomor 1, Oktober 2024. ISSN: 2686-5645
- OECD. (2020). *Education at a Glance 2020: OECD Indicators*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/69096873-en>
- Pajares, F. (2002). Overview of Social Cognitive Theory and of *Self-efficacy*. [Online]. Tersedia: <http://www.emory.edu/education/mfp/eff.html>
- Prasetyo, B., & Nugroho, D. (2024). *Modeling Sosial dalam Pembentukan Self-efficacy Anak Sekolah Dasar*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 23-38.
- Pratama, R. A., & Retnowati, A. (2021). *Pembelajaran interaktif berbasis teknologi untuk meningkatkan self-efficacy siswa generasi digital*. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 23(2), 101-112.
- Ramadhani, A.D, & Habibi, M. (2025). *Pengaruh literasi digital guru dan dukungan keluarga terhadap motivasi belajar dan efikasi diri siswa SD*. *ELSE (Elementary School Education Journal)* Vol. 8 | No. 3 | Special Issue | 2024. DOI <http://dx.doi.org/10.30651/else.v8i3.24983>
- Santoso, B., & Nuraini, S. (2024). Pengaruh dukungan verbal positif terhadap *self-efficacy* siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 9 (2), 112-124.