Prolite – Apa Itu Self-Efficacy dan Kenapa Penting untuk Kesuksesan Pribadi? Yuk Kita Cari Tahu Bareng-Bareng!

Pernah nggak sih kamu merasa bahwa keyakinan pada diri sendiri bisa membuatmu berhasil mencapai tujuan besar dalam hidup? Atau mungkin, saat kamu ragu dengan kemampuanmu, hasilnya malah jauh dari yang diharapkan?

Nah, di sinilah konsep self-efficacy berperan besar. Di artikel ini, kita akan bahas apa itu self-efficacy, mengapa penting untuk kesuksesan pribadi, dan bagaimana cara meningkatkannya. Siap untuk menggali lebih dalam? Let’s dive in!

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Apa Itu Self-Efficacy?

Konsep ini pertama kali diperkenalkan oleh psikolog terkenal, Albert Bandura. Menurut Bandura, self-efficacy adalah keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk mengorganisir dan menjalankan tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu.

Ini bukan sekadar optimisme atau percaya diri secara umum, tapi lebih ke keyakinan spesifik bahwa kamu bisa melakukan tugas tertentu dengan baik.

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan Sekadar Menghafal

Self-Efficacy: Rahasia Percaya Diri yang Mengantarkanmu pada Kesuksesan!

Baca Selanjutnya
Adi Widyanto: Membangun Kota Sama Dengan Membangun Bisnis