

KONSEP RELATION INFERRED SELF EFFICACY DALAM AL-QUR'AN (TELAAH TAFSIR MAUDHU'D)

Siti Khumayroh¹, Nyoko Adi Kuswoyo², Amir Mahmud³, Wiwin Ainis Rohtih⁴

Universitas Yudharta Pasuruan

khumayroh817@gmail.com¹, nyoko@yudharta.ac.id², amir.mahmud@yudharta.ac.id³,
ainis@yudharta.ac.id⁴

Abstrak

Penelitian ini terkait Konsep *Relation Inferred Self Efficacy* Dalam Al-Qur'an. Dimana konsep tersebut sangat berpengaruh terhadap psikologis penderita pada *skoliosis*. *Skoliosis* merupakan kelainan tulang belakang yang tidak hanya berdampak pada kondisi fisik saja, melainkan juga pada kondisi psikologis penderita. Seperti menurunnya keyakinan terhadap kemampuan diri atau disebut *Self Efficacy*. Dalam perspektif psikologi sosial, Albert Bandura menjelaskan bahwa *self-efficacy* tidak hanya dibentuk oleh pengalaman pribadi, tetapi juga dipengaruhi oleh relasi sosial, yang dikenal dengan konsep *Relation Inferred Self-Efficacy* (RISE), yaitu keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya yang terbentuk dari persepsi terhadap penilaian orang lain. Oleh karena itu, relasi yang suportif menjadi faktor penting dalam meningkatkan *self-efficacy* penderita skoliosis. Jenis penelitian ini memiliki sifat kepustakaan (*library research*) dengan sumber data primer dari Al-Qur'an serta menggunakan metode tafsir maudhu'i, dimana penafsiran ini dimulai dari mengumpulkan dan menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan karakteristik manusia dan keyakinan atau keimanan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana konsep RISE dapat dipahami dalam perspektif Al-Qur'an serta bagaimana ayat-ayat Al-Qur'an memberikan dasar teologis dan psikologis mengenai pentingnya relasi sosial dalam membangun kepercayaan diri dan keteguhan mental individu, khususnya bagi penderita skoliosis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Al-Qur'an menekankan pentingnya relasi yang dilandasi kasih sayang, empati, komunikasi yang baik, dan saling menguatkan, yang sejalan dengan konsep RISE dalam teori Bandura. Nilai-nilai seperti saling menasihati, memberi dukungan, dan memperkuat sesama menjadi faktor yang dapat meningkatkan *self-efficacy* individu. Dengan demikian, Al-Qur'an tidak hanya memberikan solusi spiritual,

tetapi juga menawarkan prinsip-prinsip psikososial yang relevan dalam upaya meningkatkan self-efficacy melalui relasi yang positif.

Kata Kunci: *Skoliosis, Self Efficacy, Relation Inferred Self Efficacy (RISE), Al-Qur'an, Tafsir Maudhu'i*

Abstract

This research is related to the Concept of *Relationship Inferred Self Efficacy* in the Qur'an. Where this concept has a great influence on the psychology of people with spinal disorders, namely scoliosis. Scoliosis is a spinal disorder that not only has an impact on the physical condition, but also on the psychological condition of the sufferer. Such as a decrease in confidence in one's ability or called *Self Efficacy*. From the perspective of social psychology, Albert Bandura explained that *self-efficacy* is not only formed by personal experience, but also influenced by social relations, known as the concept of *Relation Inferred Self-Efficacy (RISE)*, which is an individual's belief in his or her own abilities formed from the perception of the judgment of others. Therefore, supportive relationships are an important factor in increasing *the self-efficacy* of people with scoliosis. This type of research has a library *research* nature with primary data sources from the Qur'an and uses the *maudhu'i tafsir* method, where this interpretation starts from collecting and analyzing verses of the Qur'an related to human characteristics and beliefs or faith. The purpose of this research is to find out how the concept of RISE can be understood in the perspective of the Qur'an and how the verses of the Qur'an provide a theological and psychological basis regarding the importance of social relations in building individual confidence and mental fortitude, especially for people with scoliosis. The results of the study show that the Qur'an emphasizes the importance of relationships based on compassion, empathy, good communication, and mutual strengthening, which is in line with the concept of RISE in Bandura's theory. Values such as advising each other, providing support, and strengthening others are factors that can increase individual self-efficacy. Thus, the Qur'an not only provides spiritual solutions, but also offers relevant psychosocial principles in an effort to increase self-efficacy through positive relationships.

Keywords: Self Efficacy, Relation Inferred Self Efficacy (RISE), Al-Qur'an, Tafsir Maudhu'i

PENDAHULUAN

Pada dasarnya manusia diciptakan dengan sebaik-baiknya dan sangat sempurna seluruh bagian tubuhnya. Setiap manusia memiliki harapan untuk memiliki tubuh dengan keadaan jasmani dan rohani yang ideal. Tubuh ideal merupakan harapan bagi setiap manusia, namun tidak semua orang seberuntung itu dan bahkan ada juga orang yang memiliki tubuh tidak sempurna atau mengalami suatu peristiwa yang menyebabkan mereka kehilangan fungsi fisik yang semestinya. Ketidaksempurnaan itu disebabkan karena tubuh mereka berbeda secara fisik dan tidak lagi berfungsi dengan baik atau normal.¹ Seseorang yang memiliki kondisi fisik tertentu yang berbeda dari kondisi umum ini tidak hanya berdampak pada fisik, melainkan pada aspek psikologisnya dan juga sosial. Salah satu kondisi fisik yang mempengaruhi kondisi psikologis adalah kelainan skoliosis.

Skoliosis merupakan kelainan tulang belakang yang ditandai oleh penyimpangan lateral minimal 10 derajat pada rotasi tulang belakang. Dampak yang dirasakan oleh pasien penderita skoliosis ini mempengaruhi masalah fisik seperti pada jantung, paru-paru akibat kelengkungan yang terjadi². Penderita *skoliosis* juga harus melakukan fisioterapi, Pengobatan secara teratur, dan juga pemakaian *Brace*. Penggunaan *Brace* (penyangga) memberikan tekanan psikologi karena tidak nyaman dan mempengaruhi penampilan. Kondisi ini sering kali menyebabkan perubahan bentuk tubuh yang cukup terlihat sehingga dapat memengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya sendiri. Beberapa penelitian menjelaskan bahwa penderita skoliosis mengalami kecemasan tingkat sedang hingga parah, yang ditandai oleh kekhawatiran berlebihan terhadap kondisi fisiknya hingga takut menghadapi masa depan.³ Ansietas ini menurunkan kepercayaan diri pada penderita *skoliosis* melalui siklus nyeri kronis, ketergantungan

¹ Intan Nur Rachmah and Agit Purwo Hartono, "Hubungan Antara Body Image dengan Self Esteem pada Penyandang Disabilitas Fisik di Sentra Terpadu Prof. Dr. Soeharso di Surakarta," *Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam (JKaKa)* 4, no. 2 (2024).

² reni Nuryani Et Al., Dampak Skoliosis Terhadap Psikologis Remaja, 16, No. 1 (2024).

³ Sri Wahyuni and Adi Fahrudin, *Hubungan Citra Diri Dengan Kepercayaan Diri Klien Yang Mengalami Gangguan Skoliosis Di Masyarakat Skoliosis Indonesia*, 1 (2020).

pada brace, serta tekanan eksternal seperti pandangan sosial, sehingga merasa tidak mampu melewati dan kehilangan motivasi untuk melanjutkan hidup dengan kelainan *skoliosis* tersebut.

Dalam prespektif Islam kondisi keterbatasan manusia merupakan bagian dari penciptaan-Nya. Dalam Al-Qur'an telah dijelaskan bahwa manusia diciptakan dalam keadaan lemah, seperti dalam Q.S Ar-Rum ayat 54 :⁴

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Dari ayat tersebut sudah jelas keterbatasan manusia merupakan bagian dari fitrah, bahwa manusia diciptakan dalam keadaan lemah. Dalam kehidupan sosial, individu tidak hanya menilai dirinya berdasarkan pengalaman pribadi, tetapi juga melalui bagaimana ia memandang penilaian orang lain terhadap dirinya.⁵ Pandangan orang lain sering kali menjadi faktor penting yang memengaruhi terbentuknya kepercayaan diri seseorang.

Dalam realitas kehidupan sehari-hari, penderita skoliosis sering menghadapi berbagai tantangan sosial dan psikologis. Perubahan bentuk tubuh yang dialami dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman terhadap diri sendiri serta kekhawatiran terhadap penilaian dari lingkungan sekitar. Beberapa individu dengan kondisi tersebut cenderung mengalami penurunan citra tubuh, rasa malu, bahkan menarik diri dari interaksi sosial.⁶ Fenomena ini menunjukkan bahwa kondisi fisik tidak hanya berkaitan dengan aspek kesehatan, tetapi juga berkaitan dengan pembentukan identitas diri dan keyakinan individu terhadap kemampuannya.

Dalam banyak kasus, penerimaan sosial dari lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, dan masyarakat memiliki peran penting dalam membantu individu mempertahankan kepercayaan dirinya. Dukungan yang diberikan oleh lingkungan dapat membantu individu memandang dirinya secara lebih positif serta meningkatkan keyakinannya dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Sebaliknya, apabila

⁴ Q.S Ar-Rum Ayat 54.

⁵ Wahyuni and Fahrudin, *Hubungan Citra Diri Dengan Kepercayaan Diri Klien Yang Mengalami Gangguan Skoliosis Di Masyarakat Skoliosis Indonesia*.

⁶ Reni Nuryani et al., *DAMPAK SKOLIOSIS TERHADAP PSIKOLOGIS REMAJA*, 16, no. 1 (2024).

individu menerima stigma atau penilaian negatif dari lingkungan sosial, hal tersebut dapat memperburuk kondisi psikologis yang dialami. Oleh karena itu, hubungan interpersonal dan dukungan sosial menjadi faktor penting dalam membangun keyakinan diri individu yang mengalami keterbatasan fisik.

Dalam kajian psikologi, keyakinan diri terhadap kemampuannya dalam menghadapi suatu situasi dikenal dengan konsep Self Efficacy. Self Efficacy atau efikasi diri “adalah konsep yang diturunkan dari teori kognitif sosial (*Social Cognitive Theory*) yang digagas oleh Albert Bandura (1945). Menurut Bandura, efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya sendiri dalam kaitannya dengan serangkaian keadaan tertentu. Rasa efikasi diri seseorang dapat bervariasi tergantung pada keadaan. Seiring waktu, keyakinan ini membentuk pola sosialisasi seseorang dan persepsi mereka tentang sifat positif dan negatif mereka sendiri.”⁷ Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan persepsi subjektif seseorang tentang kemampuannya yang bersifat situasional, yaitu setiap individu mempunyai efikasi diri yang berbeda pada situasi berbeda. Dalam jangka panjang, keyakinan tersebut membentuk pola sosialisasi serta persepsi seseorang terhadap kualitas dirinya baik positif maupun negatif.⁸

Seiring perkembangan kajian psikologi, konsep efikasi diri tidak hanya dipahami sebagai keyakinan yang berasal dari dalam diri individu, tetapi juga dipengaruhi oleh hubungan sosial yang dimiliki individu. Salah satu pengembangan dari konsep tersebut adalah *Relation Inferred Self Efficacy* yang biasanya disingkat RISE. RISE adalah yang diperkenalkan oleh Vorauer (2001) sebagai ekstensi dari self-efficacy tradisional. RISE menekankan bahwa keyakinan efikasi diri tidak hanya dibentuk oleh pengalaman pribadi, tetapi juga oleh inferensi relasional orang lain menyimpulkan kemampuan kita berdasarkan interaksi dan sinyal sosial yang mereka terima.⁹ Dengan demikian, persepsi

⁷ Nur Laily dan Dewi Urip Wahyuni, *Efikasi Diri dan Perilaku Inovasi* (Sidoarjo: Indomedia Pustaka, 2018)

⁸ Nur Laily dan Dewi Urip Wahyuni, *Efikasi Diri dan Perilaku Inovasi* (Sidoarjo: Indomedia Pustaka, 2018)

⁹ Fatimah Saguni and Ardilah Abu, *Efikasi Diri: Kekuatan Regulasi Emosi dan Optimisme*, Cetakan Pertama (Yogyakarta: Deepublish (CV Budi Utama), 2025).

orang lain terhadap kita dapat membentuk ulang efikasi diri (*Self Efficacy*) kita sendiri melalui proses relasi sosial.

Dalam perspektif Islam, konsep hubungan sosial yang saling mendukung juga memiliki kedudukan yang penting. Al-Qur'an menekankan bahwa manusia hidup dalam hubungan sosial yang saling membutuhkan satu sama lain. Selain itu, Al-Qur'an juga menjelaskan bahwa ketenangan hati dapat diperoleh melalui kedekatan dengan Allah, sebagaimana disebutkan dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 28. Nilai spiritual tersebut dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu individu menghadapi berbagai keterbatasan yang dimilikinya.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas pentingnya faktor relasi dalam membentuk ketahanan psikologis individu. Salah satunya penelitian yang pernah diteliti oleh Dea Fitri Indriani, Aswandikari, dan M. Syahrul Qodri dari Universitas Mataram¹⁰ Indonesia diterbitkan di Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan, Vol.7, No.4 Desember 2022 dengan judul "Psikologi Tokoh Utama dalam Novel Waktu Aku Sama Mika Karya Indi Sugar: Prespektif Humanistik Abraham Maslow." Penelitian ini menemukan kebutuhan psikologi seseorang terpenuhi secara bertahap, yaitu: fisiologis, rasa aman, cinta, harga diri, dan aktualisasi diri. Dari sini indi bertransformasi menjadi pribadi yang optimis, mampu mengembangkan potensi sebagai aktifis dan penulis meski berkebutuhan khusus (Skoliosis).¹⁰ Dalam jurnal ini menjelaskan kondisi psikologis pada penderita skoliosis. Hal ini menunjukkan bahwa krisis keyakinan terhadap diri pada penderita skoliosis tidak hanya bersumber dari kondisi fisik, tetapi juga dari interaksi antara kelemahan internal dan respons lingkungan sosial. Penurunan keyakinan diri ini berkaitan dengan effikasi diri atau *Self Efficacy* pada teori Psikologi.

Penelitian ini juga pernah dilakukan oleh Isnaya Arina Hidayati dan Nurul Latifatul Inayati dari Universitas Muhammadiyah Surakarta. Jurnal ini diterbitkan pada Suhuf, Vol.32, No.2, November 2020 dengan "Judul Faktor Relational Efficacy dan Rasa Syukur dalam Mempertahankan Daya Juang Berprestasi". Penelitian ini memuat teori Bandura serta konteks Al-Qur'an dalam Q.S An-Naml:40 dan Q.S Ibrahim:7 untuk

¹⁰ Dea Fitri Indriani, Aswandikari Aswandikari, and M. Syahrul Qodri, "Psikologi Tokoh Utama Dalam Novel Waktu Aku Sama Mika Karya Indi Sugar: Perspektif Humanistik Abraham Maslow," *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan* 7, no. 4 (November 2022): 2190–201, <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i4.901>.

menjelaskan bagaimana faktor internal (syukur) dan eksternal (dukungan relational) membentuk ketahanan daya juang berprestasi.¹¹ Dalam jurnal ini, menjelaskan bagaimana faktor relasi dalam mempertahankan daya juang berprestasi melalui ayat-ayat syukur.

Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor psikologis seperti efikasi diri, serta dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu individu menghadapi berbagai kondisi keterbatasan, baik dalam konteks pendidikan maupun kesehatan. Meskipun berbagai penelitian telah membahas konsep efikasi diri, relational efficacy, serta peran dukungan sosial dalam membangun ketahanan psikologis individu, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada konteks psikologi umum atau psikologi pendidikan. Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara konsep *Relation-Inferred Self-Efficacy* dengan perspektif Al-Qur'an masih relatif terbatas. Selain itu, kajian yang menghubungkan konsep psikologi tersebut dengan realitas pengalaman individu yang mengalami kondisi fisik tertentu seperti skoliosis juga belum banyak dilakukan. Padahal, integrasi antara konsep psikologi modern dengan nilai-nilai spiritual dalam Al-Qur'an dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana individu membangun kepercayaan diri dan ketahanan psikologis dalam menghadapi keterbatasan fisik.

Penelitian ini, penulis menggunakan Metode Tafsir Maudhu'i yang merupakan penafsiran yang berfokus pada tema atau topik tertentu dalam Al-Qur'an.¹² Mengintegrasikan pengetahuan Al-Qur'an dengan fakta ilmiah kontemporer dimungkinkan melalui pendekatan maudhu'i. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis relevansi konsep *Relation-Inferred Self-Efficacy* serta hubungannya dengan realitas kondisi individu yang mengalami kelainan skoliosis dalam perspektif Al-Qur'an melalui metode tafsir maudhu'i. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi Islam,

¹¹ Isnaya Arina Hidayati and Nurul Latifatul Inayati, *Faktor Relational Efficacy dan Rasa Syukur dalam Mempertahankan Daya Juang Berprestasi*, 32, no. 2 (2020).

¹² Saeful Rokim and Rumba Triana, "Tafsir Maudhu'i: Asas dan Langkah Penelitian Tafsir Tematik," *STAI Al-Hidayah Bogor* 6, no. 2 (n.d.), <https://doi.org/10.30868/at.v6i02.2057>.

khususnya dalam memahami peran relasi sosial dan nilai spiritual dalam membangun kepercayaan diri individu yang menghadapi keterbatasan fisik.

METODE

Penelitian ini memiliki sifat kepustakaan (library research) yang merupakan kegiatan dengan melalui metode dalam mengumpulkan data pustaka, mencatat dan membaca serta mengelolah bahan-bahan penelitian.¹³ Sumber data utama penelitian ini adalah Al-Qur'an. Data sekunder berupa paparan, uraian, dan tulisan yang bersumber dari literatur buku, Tafsir Al-Munir, Tafsir Al-Misbah, Tafsir Ibnu Katsir, tafsir Ar-Rozi, skripsi, dan jurnal yang berkaitan dengan subjek penelitian. Penelitian ini juga menggunakan metode tafsir maudhu'i (tematik), yang terfokus pada kajian satu tema tertentu, kemudian mencari pandangan al-Qur'an tentang tema tersebut dengan jalan mengumpulkan semua ayat, lalu mengumpulkannya dalam bentuk bersifat umum, dikaitkan dengan yang khusus dan sebagainya.¹⁴

PEMBAHASAN

Implikasi Kelemahan Manusia Terhadap Self Efficacy

Manusia menginginkan kesempurnaan pada dirinya. Namun, manusia merupakan makhluk yang memiliki keterbatasan. Keterbatasan yang dimiliki manusia pada dasarnya menunjukkan bahwa manusia bukanlah makhluk yang sempurna dan tidak memiliki kekurangan. Keterbatasan ini sering kali merubah cara pandang individu terhadap dirinya sendiri, terutama ketika individu menghadapi kondisi yang berbeda dari standar sosial. Dalam kondisi tertentu, keterbatasan tersebut dapat berkembang menjadi kelemahan apabila individu tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan secara fisik dan psikologisnya. Kelemahan ini dapat terlihat dari ketidakmampuan manusia menghadapi tekanan hidup, rasa takut terhadap penilaian sosial, maupun ketidakstabilan emosi ketika menghadapi suatu kondisi yang sulit.

¹³ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, Cetakan Pertama (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2004), 3.

¹⁴ Wiwin Ainis Rohtih, *Unifikasi Tema al-Qur'an: Metode dan Aplikasi Penafsiran Sa'id Hawwa dalam Tafsir al-Asas fi al-Tafsir*, Cetakan Kedua (Yogyakarta: Arti Bumi Intaran, 2023).

Dalam Al-Qur'an juga dijelaskan terdapat dua kelemahan manusia, yaitu lemah secara fisik dan lemah (dalam melawan) hawa nafsu buruk. Di antara ayat Al-Qur'an yang menyatakan hal tersebut dalam QS. Ar-Rum:54:¹⁵

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ﴿٥٤﴾

Dalam ayat ini dijelaskan bahwa manusia mengalami fase kehidupan yang dimulai dari keadaan lemah, kemudian memperoleh kekuatan, lalu kembali menuju kelemahan. Dalam Tafsir al-Mishbah, Quraish Shihab menjelaskan bahwa ayat ini menunjukkan hakikat manusia sebagai makhluk yang memiliki keterbatasan fisik dan psikologis sejak awal penciptaannya.¹⁶ Kelemahan manusia dalam ayat tersebut tidak hanya dimaknai sebagai kelemahan biologis pada fase bayi dan lanjut usia, tetapi juga menggambarkan keterbatasan manusia dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan.

Penafsiran tersebut sejalan dengan penelitian Hafifa dkk. yang menjelaskan bahwa konsep “da‘f” dalam Al-Qur'an tidak hanya berkaitan dengan kelemahan fisik, tetapi juga mencakup kelemahan emosional dan psikologis manusia dalam menghadapi persoalan hidup.¹⁷ Kondisi tersebut memiliki relevansi dengan pengalaman psikologis penderita skoliosis. Perubahan bentuk tubuh akibat skoliosis sering memunculkan rasa tidak percaya diri, kecemasan sosial, serta penurunan keyakinan terhadap kemampuan diri. Dalam teori self-efficacy Bandura, keyakinan individu terhadap dirinya dipengaruhi oleh pengalaman personal serta lingkungan sosial yang diterimanya.¹⁸ Namun demikian, QS. Ar-Rūm ayat 54 tidak hanya menjelaskan kelemahan manusia, tetapi juga menunjukkan bahwa kelemahan tersebut merupakan bagian dari penciptaan manusia. Dengan demikian, kondisi fisik yang tidak ideal bukanlah indikator rendahnya nilai manusia. Perspektif ini memberikan landasan teologis bahwa penderita skoliosis tetap memiliki potensi untuk berkembang dan membangun keyakinan diri secara positif.

¹⁵ Q.S Ar-Rum Ayat 54.

¹⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, 1st ed., Tafsir Al-Mishbah (Tangerang: PT Lentera Hati, 2016).

¹⁷ Hafifa Hafifa, Royhana Safitri, and Wismanto Wismanto, “Analisis Kelemahan Manusia Menurut Al-Qur'an,” *IHSANIKA: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2, no. 2 (April 2024): 30–42, <https://doi.org/10.59841/ihsanika.v2i2.1075>.

¹⁸ Lianto Lianto, “Self-Efficacy: A Brief Literature Review,” *Jurnal Manajemen Motivasi* 15, no. 2 (November 2019): 55–61, <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>.

Kondisi kelemahan manusia juga memiliki perubahan fase dari lemah menuju kuat dan kembali lemah, ini menunjukkan bahwa kondisi manusia bersifat dinamis. Hal ini memiliki keterkaitan dengan konsep self-efficacy yang juga bersifat berkembang dan dapat dipengaruhi oleh pengalaman serta dukungan sosial. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan signifikan terhadap peningkatan self-efficacy individu dalam menghadapi tekanan psikologis maupun kondisi kesehatan tertentu.¹⁹ Oleh karena itu, relasi sosial yang suportif menjadi faktor penting dalam membantu penderita skoliosis mempertahankan kondisi psikologis yang positif.

Relasi Sosial dalam Al-Qur'an sebagai dasar Konsep Relation Inferred Self Efficacy

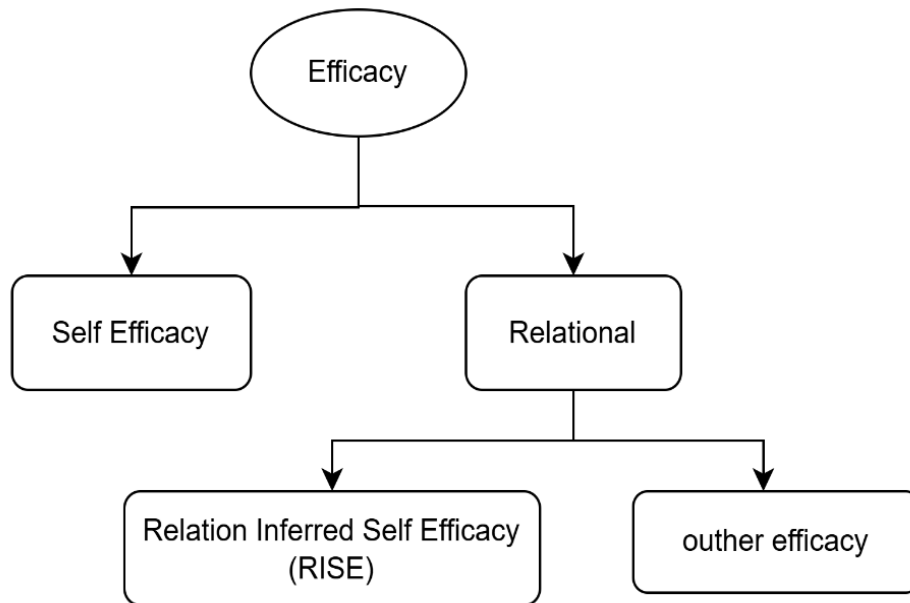
Relasi sosial berasal dari dua kata, yaitu relasi dan sosial. Relasi (relation) berarti hubungan, perhubungan atau pertalian, dan kata sosial berarti berkenaan dengan masyarakat.²⁰ Menurut Michener dan Delamater, relasi sosial merupakan hasil dari interaksi (rangkaian tingkah laku) yang sistematis antara dua orang atau lebih. Relasi sosial bersifat timbal balik yang meniscayakan individu satu dan individu lain untuk saling berinteraksi dan mempengaruhi. Menurut Spradley dan Mc. Curdy, relasi sosial adalah suatu hubungan yang terjalin antara individu yang berlangsung dalam waktu yang relatif lama akan membentuk suatu pola, pola hubungan ini disebut sebagai pola relasi sosial. Menurutnya ada dua pola yang terbentuk dari relasi tersebut, yaitu: (a) relasi sosial asosiatif yaitu proses yang terbentuk kerja sama, akomodasi, asimilasi dan akulturasi yang terjalin cenderung menyatu; dan (b) relasi sosial disosiatif yaitu proses yang terbentuk oposisi misalnya persaingan.²¹ Pola relasi sosial ini memiliki keterkaitan dengan Konsep *Relation Inferred Self Efficacy* dalam Teori Psikologi.

¹⁹ Muhammad Fazlee Sham Abdullah, "SELF-EFFICACY, PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT IN INTERNATIONAL STUDENTS OF UNIVERSITI UTARA MALAYSIA" (Master's Thesis, Universiti Utara Malaysia, 2013).

²⁰ "Arti Kata Relasi - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online," accessed May 27, 2026, <https://kbbi.web.id/relasi>.

²¹ Muhammad Amin, "RELASI SOSIAL DALAM AL-QUR'AN," *QiST: Journal of Quran and Tafseer Studies* 1, no. 1 (February 2022): 4–5, <https://doi.org/10.23917/qist.v1i1.523>.

Menurut lent and lopez terdapat skema tentang konsep efficacy, seperti dalam bagan berikut :



Dari bagan tersebut terdapat 3 bentuk keyakinan (Efficacy) yaitu, persepsi efikasi diri (Self Efficacy), efikasi orang lain (Outher Efficacy), dan efikasi diri yang disimpulkan dari hubungan (RISE).²² Sistem tiga bagian dari keyakinan efikasi ini mungkin memiliki implikasi penting bagi pembentukan, kepuasan, dan keberlangsungan hubungan, serta bagi proses memperoleh dan memulihkan efikasi diri, terutama dalam kondisi kehidupan yang penuh tekanan.

Konsep RISE menekankan bahwa individu tidak hanya menilai dirinya berdasarkan keberhasilan pribadi (enactive attainment), tetapi juga menginferensikan kemampuannya dari sikap dan perlakuan orang-orang signifikan di sekitarnya, seperti keluarga, teman sebaya, tenaga pendidik, maupun tenaga medis. Ketika individu merasa dipercaya, didukung, dan diperlakukan sebagai pribadi yang mampu, maka persepsi tersebut akan memperkuat efikasi dirinya. Sebaliknya, perlakuan yang meremehkan, stigma sosial, atau sikap protektif yang berlebihan justru dapat melemahkan keyakinan diri, meskipun individu memiliki potensi yang memadai. Dengan demikian, RISE

²² Robert W. Lent and Frederick G. Lopez, "Cognitive Ties That Bind: A Tripartite View of Efficacy Beliefs in Growth-Promoting Relationships," *Journal of Social and Clinical Psychology* 21, no. 3 (2002): 256–286, <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.256.22535>

memperluas konsep self-efficacy Bandura dari yang semula berbasis pengalaman personal menjadi juga berbasis makna relasional.

Hal ini menunjukkan bahwa RISE merupakan keyakinan diri individu terbentuk melalui inferensi terhadap pandangan orang lain yang signifikan terhadap dirinya. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Q.S Al-Hujurat (49) ayat 13 :²³

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Ayat ini menjelaskan bahwa manusia diciptakan dalam berbagai suku dan kelompok sosial agar saling mengenal satu sama lain. Ayat ini menunjukkan bahwa relasi sosial merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia. Hubungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana interaksi sosial, tetapi juga memengaruhi pembentukan identitas dan cara individu memandang dirinya sendiri. Dalam Tafsir al-Mishbah, Quraish Shihab menjelaskan bahwa konsep “li ta‘ārafū” mengandung makna membangun hubungan sosial yang dilandasi penghormatan terhadap sesama manusia tanpa membedakan kondisi fisik maupun latar belakang sosial.²⁴

Konsep tersebut memiliki keterkaitan dengan teori Relation-Inferred Self-Efficacy (RISE) yang menjelaskan bahwa keyakinan diri seseorang dapat terbentuk melalui persepsi terhadap pandangan orang lain terhadap dirinya.²⁵ Individu cenderung membangun penilaian terhadap dirinya berdasarkan sikap sosial yang diterimanya, baik berupa penerimaan, penghargaan, maupun penolakan dari lingkungan sekitar. Pada penderita skoliosis, kondisi fisik yang berbeda sering kali memunculkan kekhawatiran terhadap penilaian sosial. Sebagian penderita mengalami penurunan rasa percaya diri karena merasa tubuhnya tidak sesuai dengan standar sosial yang berlaku. Dukungan keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sosial dapat membantu individu memandang dirinya secara lebih positif sehingga mampu mempertahankan keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

²³ Q.S Al-Hujurat Ayat 13.

²⁴ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*.

²⁵ Robert W. Lent and Frederick G. Lopez, “Cognitive Ties That Bind: A Tripartite View Of Efficacy Beliefs In Growth-Promoting Relationships,” research-article, <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.256.22535>, Guilford Publications Inc., June 1, 2005, world, <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.256.22535>.

Hal ini menunjukkan stigma sosial dan perlakuan diskriminatif dapat membentuk inferensi negatif terhadap diri individu. Ketika seseorang merasa dipandang lemah, berbeda, atau tidak mampu oleh lingkungan sosialnya, maka persepsi tersebut dapat memengaruhi kondisi psikologisnya dan menurunkan self-efficacy yang dimiliki. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa penerimaan sosial memiliki hubungan yang signifikan terhadap peningkatan self-esteem dan psychological well-being individu dengan kondisi fisik tertentu.²⁶

Penutup ayat yang menegaskan bahwa kemuliaan manusia ditentukan oleh ketakwaannya menunjukkan bahwa Al-Qur'an tidak menjadikan kondisi fisik sebagai ukuran utama nilai manusia. Perspektif tersebut memberikan dasar moral bahwa individu dengan keterbatasan fisik tetap memiliki kedudukan yang sama di hadapan Allah. Dengan demikian, QS. Al-Hujurat ayat 13 mengandung nilai relasional yang relevan dengan konsep RISE, yaitu bahwa relasi sosial yang positif dapat membantu individu membangun persepsi diri yang lebih baik dan meningkatkan efikasi dirinya.

Dalam kehidupan individu penderita *skoliosis*, kualitas relasi sosial menjadi faktor penentu pembentukan keyakinan diri, seperti interaksi dengan teman sebaya dan lingkungan keluarga dalam aktivitas sehari-hari. Ketika individu menangkap sinyal penerimaan dan penghargaan dari lingkungan, ia melakukan inferensi relasional yang memperkuat keyakinan bahwa dirinya tetap mampu dan berharga. Dimensi keteladanan relasional diperkuat lagi dalam Q.S At-Taubah ayat 40 yaitu :²⁷

إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيَ اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا
فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَىٰ وَكَلِمَةُ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا ۗ وَاللَّهُ عَزِيزٌ
حَكِيمٌ ﴿٤٠﴾

Ayat ini menunjukkan bahwa dukungan dan keyakinan yang diberikan oleh pihak lain dapat memberikan ketenangan, kekuatan, dan keberanian dalam menghadapi situasi yang sulit. Dalam Tafsir al-Mishbah, M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa ungkapan *lā tahzan* bukan sekadar larangan untuk bersedih, melainkan bentuk penguatan psikologis

²⁶ Riski Anda, "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being melalui Self-Esteem pada Mahasiswa Baru Institut Agama Islam Daar Al Uluum Asahan" (Master's Thesis, Universitas Medan Area, 2024).

²⁷ Q.S At-Taubah Ayat 40.

yang diberikan Nabi kepada Abu Bakar agar tetap tenang dan yakin bahwa pertolongan Allah selalu menyertai mereka. Kehadiran Allah yang dinyatakan melalui kalimat *innallāha ma'anā* menunjukkan adanya jaminan perlindungan, dukungan, dan penguatan mental di tengah kondisi yang penuh tekanan.²⁸

Penafsiran serupa juga dikemukakan oleh Ibnu Katsir yang menjelaskan bahwa ketenangan Abu Bakar muncul setelah memperoleh keyakinan dari Nabi Muhammad saw. bahwa Allah tidak akan meninggalkan mereka. Menurutnya, ayat ini menggambarkan bagaimana dukungan dan keyakinan yang diberikan oleh pihak yang dipercaya mampu menghilangkan rasa takut serta membangkitkan keberanian dalam menghadapi ancaman.²⁹ Nilai yang terkandung dalam ayat tersebut memiliki keterkaitan dengan teori *Relation-Inferred Self Efficacy* (RISE) yang menjelaskan bahwa keyakinan diri seseorang dapat terbentuk melalui persepsinya terhadap keyakinan orang lain terhadap dirinya.³⁰ Dalam konsep RISE, individu tidak hanya mengembangkan efikasi diri berdasarkan pengalaman pribadi, tetapi juga berdasarkan bagaimana ia menafsirkan dukungan, kepercayaan, dan harapan yang diberikan oleh orang-orang yang dianggap penting dalam hidupnya. Ketika seseorang merasa dipercaya dan didukung, maka ia akan lebih yakin terhadap kemampuannya dalam menghadapi suatu tantangan.

Dalam realitas penderita skoliosis, kondisi fisik yang berbeda sering kali menimbulkan kecemasan, rasa tidak percaya diri, dan ketakutan terhadap penilaian sosial. Pada kondisi demikian, dukungan dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sosial menjadi faktor penting dalam membangun kembali keyakinan diri individu. Ketika penderita skoliosis menerima dukungan emosional, motivasi, serta keyakinan dari orang-orang di sekitarnya bahwa dirinya mampu menjalani kehidupan secara optimal, maka individu akan lebih mudah membangun persepsi positif terhadap dirinya.

Melalui penafsiran ayat di atas tidak hanya menjelaskan tentang pertolongan Allah dalam peristiwa hijrah, tetapi juga mengandung pesan psikologis tentang pentingnya dukungan dan penguatan relasional dalam menghadapi situasi yang sulit. Jika dalam teori RISE sumber penguatan berasal dari keyakinan orang lain terhadap individu, maka dalam

²⁸ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*.

²⁹ Ismail bin Umar Ibn Kathir, *Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004).

³⁰ Robert W. Lent and Lopez, "Cognitive Ties That Bind."

ayat ini penguatan tersebut hadir melalui keyakinan Nabi Muhammad saw. terhadap pertolongan Allah yang kemudian menenangkan Abu Bakar. Dengan demikian, ayat ini menunjukkan bahwa dukungan relasional yang disertai keyakinan spiritual dapat menjadi sumber penting dalam membangun ketahanan psikologis dan efikasi diri individu.

Anaalilis Kritis

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep *Relation-Inferred Self-Efficacy* (RISE) memiliki relevansi dengan konsep relasi sosial dalam Al-Qur'an. Melalui analisis terhadap Q.S. Ar-Rum [30]: 54, Q.S. Al-Hujurat [49]: 13, dan Q.S. At-Taubah [9]: 40, ditemukan bahwa pembentukan keyakinan diri tidak hanya dipengaruhi oleh persepsi terhadap pandangan orang lain, tetapi juga oleh dimensi spiritual yang memberikan ketenangan dan kekuatan batin. Dalam konteks penderita skoliosis, dukungan sosial yang positif dapat membantu membangun efikasi diri, sedangkan kedekatan kepada Allah menjadi sumber ketahanan psikologis dalam menghadapi keterbatasan fisik.

KESIMPULAN

Teori RISE menjelaskan bahwa keyakinan diri terbentuk melalui persepsi individu terhadap keyakinan orang lain terhadap dirinya. Namun, hasil analisis ayat-ayat Al-Qur'an menunjukkan bahwa pembentukan keyakinan diri tidak hanya bersumber dari relasi interpersonal, tetapi juga dari relasi spiritual dengan Allah. Hal ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an memperluas konsep RISE dengan menambahkan dimensi transendental sebagai sumber ketahanan psikologis. Dengan demikian, efikasi diri dalam perspektif Al-Qur'an tidak hanya bergantung pada penerimaan sosial, tetapi juga pada kesadaran akan pertolongan dan penyertaan Allah.

Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi konsep *Relation-Inferred Self-Efficacy* dengan kajian tafsir tematik Al-Qur'an yang belum banyak dikaji dalam penelitian sebelumnya. Penelitian ini menunjukkan bahwa konsep relasional dalam psikologi modern memiliki titik temu dengan nilai-nilai Al-Qur'an, sekaligus memperluas pemahaman bahwa pembentukan efikasi diri dalam perspektif Islam tidak hanya bersifat relasional, tetapi juga spiritual-transendental. Temuan ini memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian tafsir tematik yang responsif terhadap isu-isu

psikologi kontemporer serta memperkaya khazanah psikologi Islam dalam memahami pembentukan keyakinan diri individu.

Penelitian ini masih terbatas pada kajian konseptual dan analisis tafsir terhadap ayat-ayat Al-Qur'an. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat menguji temuan ini melalui pendekatan empiris untuk melihat hubungan antara relasi sosial, spiritualitas, dan efikasi diri pada penderita skoliosis maupun kelompok dengan kondisi fisik lainnya.

Daftar Pustaka

Abdullah, Muhammad Fazlee Sham. "SELF-EFFICACY, PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT IN INTERNATIONAL STUDENTS OF UNIVERSITI UTARA MALAYSIA." Master's Thesis, Universiti Utara Malaysia, 2013.

Amin, Muhammad. "RELASI SOSIAL DALAM AL-QUR'AN." *QiST: Journal of Quran and Tafseer Studies* 1, no. 1 (February 2022): 30–47. <https://doi.org/10.23917/qist.v1i1.523>.

Anda, Riski. "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being melalui Self-Esteem pada Mahasiswa Baru Institut Agama Islam Daar Al Uluum Asahan." Master's Thesis, Universitas Medan Area, 2024.

"Arti Kata Relasi - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online." Accessed May 27, 2026. <https://kbbi.web.id/relasi>.

Hafifa Hafifa, Royhana Safitri, and Wismanto Wismanto. "Analisis Kelemahan Manusia Menurut Al-Qur'an." *IHSANIKA : Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2, no. 2 (April 2024): 30–42. <https://doi.org/10.59841/ihsanika.v2i2.1075>.

Hidayati, Isnaya Arina, and Nurul Latifatul Inayati. *Faktor Relational Efficacy dan Rasa Syukur dalam Mempertahankan Daya Juang Berprestasi*. 32, no. 2 (2020).

Ibn Kathir, Ismail bin Umar. *Tafsir Ibnu Katsir*. Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004.

Indriani, Dea Fitri, Aswandikari Aswandikari, and M. Syahrul Qodri. "Psikologi Tokoh Utama Dalam Novel Waktu Aku Sama Mika Karya Indi Sugar: Perspektif Humanistik Abraham Maslow." *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan* 7, no. 4 (November 2022): 2190–201. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i4.901>.

Lianto, Lianto. "Self-Efficacy: A Brief Literature Review." *Jurnal Manajemen Motivasi* 15, no. 2 (November 2019): 55–61. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>.

Nuryani, Reni, Anissa Ayuningsih, Sri Wulan Lindasari, Dewi Dolifah, and Popi Sopiah. *DAMPAK SKOLIOSIS TERHADAP PSIKOLOGIS REMAJA*. 16, no. 1 (2024).

———. *DAMPAK SKOLIOSIS TERHADAP PSIKOLOGIS REMAJA*. 16, no. 1 (2024).

Rachmah, Intan Nur, and Agit Purwo Hartono. "Hubungan Antara Body Image dengan Self Esteem pada Penyandang Disabilitas Fisik di Sentra Terpadu Prof. Dr. Soeharso di Surakarta." *Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam (JKaKa)* 4, no. 2 (2024).

Robert W. Lent, and Frederick G. Lopez. "Cognitive Ties That Bind: A Tripartite View Of Efficacy Beliefs In Growth-Promoting Relationships." Research-article. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.256.22535>, Guilford Publications Inc., June 1, 2005. World. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.256.22535>.

Rohtih, Wiwin Ainis. *Unifikasi Tema al-Qur'an: Metode dan Aplikasi Penafsiran Sa'id Hawwa dalam Tafsir al-Asas fi al-Tafsir*. Cetakan Kedua. Yogyakarta: Arti Bumi Intaran, 2023.

Rokim, Saeful, and Rumba Triana. "Tafsir Maudhui: Asas dan Langkah Penelitian Tafsir Tematik." *STAI Al-Hidayah Bogor* 6, no. 2 (n.d.). <https://doi.org/10.30868/at.v6i02.2057>.

Saguni, Fatimah, and Ardilah Abu. *Efikasi Diri: Kekuatan Regulasi Emosi dan Optimisme*. Cetakan Pertama. Yogyakarta: Deepublish (CV Budi Utama), 2025.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. 1st ed. Tafsir Al-Mishbah. Tangerang: PT Lentera Hati, 2016.

“Surat Al-Hujurat Ayat 13: Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir Lengkap | Quran NU Online.” Accessed February 19, 2026. <https://quran.nu.or.id/al-hujurat/13>.

“Surat Ar-Rum Ayat 54: Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir Lengkap | Quran NU Online.” Accessed March 9, 2026. <https://quran.nu.or.id/ar-rum/54>.

“———.” Accessed February 23, 2026. <https://quran.nu.or.id/ar-rum/54>.

“Surat At-Taubah Ayat 40: Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir Lengkap | Quran NU Online.” Accessed February 19, 2026. <https://quran.nu.or.id/at-taubah/40>.

Wahyuni, Sri, and Adi Fahrudin. *HUBUNGAN CITRA DIRI DENGAN KEPERCAYAAN DIRI KLIEN YANG MENGALAMI GANGGUAN SKOLIOSIS DI MASYARAKAT SKOLIOSIS INDONESIA*. 1 (2020).

Zed, Mestika. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Cetakan Pertama. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2004.