

Systematic Literature Review: Kecerdasan Sosial dalam Kerangka VIA dan Hubungannya dengan Efikasi Diri

Muthmainnah Ibrahim¹, Naysila Ramadhanti Kilis²

¹²Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jend. Sudirman No.6, Dulalowo Timur, Kecamatan Kota Tengah, Kota Gorontalo, Indonesia.

E-mail: 171423025@mahasiswa.ung.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mensintesis bukti empiris terkini mengenai hubungan antara kecerdasan sosial dalam kerangka *Values in Action* dan efikasi diri. Menggunakan metode *Systematic Literature Review*, penelitian ini menganalisis sepuluh studi empiris yang diterbitkan dalam rentang lima tahun terakhir melalui basis data *Google Scholar*, *Frontiers*, *Taylor & Francis*, dan *PubMed*. Kriteria inklusi meliputi penelitian yang membahas kecerdasan sosial atau *character strengths* dalam kerangka VIA serta mengukur efikasi diri sebagai variabel utama. Hasil sintesis menunjukkan bahwa kecerdasan sosial memiliki hubungan positif signifikan dengan efikasi diri melalui mekanisme relasional, afektif, dan kognitif. Studi longitudinal mengindikasikan bahwa kekuatan karakter interpersonal memprediksi peningkatan efikasi diri akademik dalam jangka panjang, sementara studi berbasis pengalaman harian menunjukkan enactasi kecerdasan sosial berkaitan dengan peningkatan rasa kompeten. Temuan ini menegaskan bahwa kecerdasan sosial berfungsi sebagai sumber daya interpersonal yang mendukung pembentukan keyakinan diri melalui pengalaman keberhasilan sosial, dukungan relasional, dan regulasi emosi adaptif. Implikasi praktis meliputi pengembangan intervensi berbasis kekuatan karakter untuk meningkatkan efikasi diri dan kesejahteraan mahasiswa dalam konteks akademik dan sosial.

Kata kunci: efikasi diri, kecerdasan sosial, kesejahteraan psikologis, VIA *character strengths*

Abstract

This study aims to explore and synthesize current empirical evidence regarding the relationship between social intelligence within the Values in Action (VIA) framework and self-efficacy. Employing a Systematic Literature Review method, this research analyzes ten empirical studies published over the past five years through Google Scholar, Frontiers, Taylor & Francis, and PubMed databases. Inclusion criteria encompass research that addresses social intelligence or character strengths within the VIA framework and measures self-efficacy as a primary variable. The synthesis results indicate that social intelligence has a significant positive relationship with self-efficacy through relational, affective, and cognitive mechanisms. Longitudinal studies demonstrate that interpersonal character strengths predict increases in academic self-efficacy over time, while daily experience-based studies show that the enactment of social intelligence is associated with enhanced feelings of competence. These findings confirm that social intelligence functions as an interpersonal resource that supports the development of self-confidence through social success experiences, relational support, and adaptive emotion regulation. Practical implications include the development of character strength-based interventions to enhance self-efficacy and student well-being in academic and social contexts.

Keywords: psychological well-being, self-efficacy, social intelligence, VIA *character strengths*

1. Pendahuluan

Efikasi diri merupakan salah satu konstruk psikologis yang memiliki peran sentral dalam menentukan motivasi, persistensi, dan pencapaian individu di berbagai domain kehidupan. Konsep yang dikembangkan oleh Bandura ini merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam akademik, efikasi diri telah terbukti menjadi prediktor signifikan terhadap prestasi, keterlibatan belajar, dan kesejahteraan mahasiswa (Weber & Harzer, 2022). Namun, pembentukan efikasi diri tidak terjadi secara vakum. Melainkan ia dipengaruhi oleh berbagai sumber daya psikologis dan interpersonal yang dimiliki individu.

Salah satu sumber daya yang semakin mendapat perhatian dalam literatur psikologi positif adalah *character strength* dalam kerangka *Values in Action* (VIA). Kerangka VIA mengidentifikasi 24 kekuatan karakter universal yang dikelompokkan ke dalam enam kebajikan utama, salah satunya adalah *humanity* yang mencakup kecerdasan sosial (Littman-Ovadia et al., 2021). Kecerdasan sosial didefinisikan sebagai kapasitas untuk memahami emosi, motif, dan perilaku diri sendiri maupun orang lain, serta kemampuan untuk mengelola interaksi sosial secara adaptif dan efektif. Berbeda dengan pendekatan tradisional yang berfokus pada defisit atau kelemahan, pendekatan VIA menekankan potensi positif yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan fungsi psikologis dan kesejahteraan (Karris Bachik et al., 2021).

Meskipun keterkaitan antara kekuatan karakter dan kesejahteraan telah banyak diteliti, pemahaman mengenai bagaimana kecerdasan sosial secara spesifik berkontribusi terhadap pembentukan efikasi diri masih memerlukan eksplorasi lebih mendalam. Beberapa penelitian terkini menunjukkan bahwa kekuatan karakter interpersonal memiliki relevansi langsung terhadap sumber-sumber efikasi diri yang dikemukakan Bandura, yakni pengalaman keberhasilan, pembelajaran vikarius, persuasi sosial, dan kondisi afektif-fisiologis (Azañedo et al., 2020). Individu dengan kecerdasan sosial yang tinggi cenderung mampu membangun relasi yang suportif, menerima umpan balik secara konstruktif, dan menginterpretasikan pengalaman sosial dengan lebih positif. Kondisi yang pada gilirannya memperkuat keyakinan terhadap kemampuan diri.

Penelitian-penelitian empiris dalam beberapa tahun terakhir telah mengungkapkan temuan yang menjanjikan mengenai hubungan antara kecerdasan sosial dan efikasi diri. Studi longitudinal menunjukkan bahwa kekuatan karakter interpersonal dapat memprediksi peningkatan efikasi diri akademik dalam jangka waktu tertentu (Casali et al., 2021; Datu & Jose Mateo, 2020), sementara studi berbasis pengalaman harian mengindikasikan bahwa enactment kecerdasan sosial berkaitan dengan peningkatan rasa kompeten dan fungsi psikologis adaptif (Gander et al., 2022). Lebih lanjut, beberapa penelitian mengemukakan bahwa efikasi diri berperan sebagai mekanisme mediasi yang menghubungkan kekuatan karakter dengan performa dan pencapaian (García-Álvarez et al., 2024; Weber & Harzer, 2022; Saldin et al., 2024), menunjukkan adanya jalur pengaruh struktural yang kompleks. Namun demikian, sintesis komprehensif mengenai bagaimana kecerdasan sosial dalam kerangka VIA berkontribusi terhadap efikasi diri baik secara konseptual maupun empiris, masih terbatas dalam literatur. Mayoritas penelitian terdahulu cenderung mengeksplorasi kekuatan karakter secara umum tanpa memberikan fokus khusus pada dimensi interpersonal seperti kecerdasan sosial. Padahal, memahami peran spesifik kecerdasan sosial dalam pembentukan efikasi diri memiliki implikasi penting, baik secara teoretis maupun praktis, terutama dalam konteks pendidikan tinggi di mana mahasiswa menghadapi berbagai tantangan akademik dan sosial yang memerlukan keyakinan diri yang kuat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mensintesis bukti empiris terkini mengenai hubungan antara kecerdasan sosial dalam kerangka VIA dan efikasi diri. Melalui tinjauan

terhadap berbagai studi yang meneliti kekuatan karakter, efikasi diri, dan kesejahteraan psikologis, penelitian ini berupaya memetakan mekanisme psikologis yang mendasari keterkaitan antara kedua konstruk tersebut. Secara khusus, penelitian ini akan mengidentifikasi bagaimana kecerdasan sosial berfungsi sebagai sumber daya interpersonal yang mendukung pembentukan dan penguatan efikasi diri melalui jalur relasional, afektif, dan kognitif.

Pentingnya topik ini terletak pada kontribusinya terhadap pengembangan intervensi psikologis dan pendidikan yang berbasis kekuatan karakter. Dengan memahami secara mendalam bagaimana kecerdasan sosial berperan dalam efikasi diri, praktisi dapat merancang program pengembangan karakter yang tidak hanya meningkatkan kesejahteraan, tetapi juga memperkuat keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial (Dolev-Amit et al., 2021). Lebih jauh, integrasi antara kerangka VIA dan teori efikasi diri Bandura menawarkan perspektif yang lebih holistik dalam memahami bagaimana sumber daya interpersonal berkontribusi terhadap regulasi diri, motivasi, dan pencapaian. Hal ini juga sejalan dengan temuan bahwa kecerdasan sosial memiliki keterkaitan kuat dengan kesejahteraan psikologis dan berfungsi sebagai faktor protektif terhadap distress, serta berperan dalam konteks performatif seperti keterampilan komunikasi interpersonal.

Artikel ini disusun sebagai tinjauan literatur yang mengintegrasikan temuan dari berbagai studi empiris mutakhir. Struktur artikel meliputi penjelasan metodologi tinjauan, presentasi hasil-hasil utama dari studi terpilih, pembahasan mendalam mengenai mekanisme teoretis yang menghubungkan kecerdasan sosial dan efikasi diri, serta simpulan dan rekomendasi untuk penelitian dan praktik di masa mendatang. Melalui sintesis ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran kecerdasan sosial sebagai fondasi interpersonal bagi berkembangnya efikasi diri dalam konteks kehidupan akademik dan sosial mahasiswa.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) dengan tujuan untuk mensintesis secara sistematis bukti empiris terkini mengenai hubungan antara kecerdasan sosial dalam kerangka *Values in Action* (VIA) dan efikasi diri. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan penulis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengintegrasikan temuan dari berbagai studi primer secara transparan, terstruktur, dan reproduktibel. Metode SLR dipandang paling tepat untuk menjawab tujuan penelitian yang berfokus pada pemetaan mekanisme psikologis dan pola hubungan antarvariabel lintas konteks dan desain penelitian.

Pencarian literatur dilakukan secara sistematis melalui basis data *Google Scholar*, *Frontiers*, *Taylor & Francis*, *pubmed*, serta beberapa web pencarian. Pemilihan web-web ini didasarkan pada cakupannya yang luas terhadap jurnal internasional bereputasi di bidang psikologi dan pendidikan. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi kombinasi istilah: *social intelligence*, *VIA character strengths*, *self-efficacy*, dan *well-being*. Untuk menjaga relevansi dan kebaruan temuan, pencarian dibatasi pada artikel yang diterbitkan dalam rentang lima tahun terakhir.

Artikel yang diperoleh selanjutnya diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelumnya. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel penelitian empiris atau tinjauan konseptual berbasis riset yang membahas kecerdasan sosial atau *character strengths* dalam kerangka VIA; (2) penelitian yang mengukur efikasi diri sebagai variabel utama atau variabel proses; (3) artikel yang dipublikasikan dalam jurnal ilmiah dan memiliki *peer-review*; serta (4) artikel dengan akses teks penuh. Adapun kriteria eksklusi mencakup artikel yang tidak relevan dengan fokus variabel penelitian, artikel duplikat, serta publikasi non-ilmiah seperti opini atau esai populer. Proses seleksi artikel dilakukan melalui beberapa tahapan utama yang mencerminkan alur sistematis penelitian.

1. Tahap pertama, pencarian awal menghasilkan sejumlah artikel potensial berdasarkan kata kunci yang telah ditentukan.
2. Tahap kedua, dilakukan screening judul dan abstrak untuk menilai kesesuaian topik dengan tujuan penelitian.
3. Tahap ketiga, artikel yang lolos screening dievaluasi melalui pembacaan teks penuh untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria inklusi dan eksklusi.
4. Tahap keempat, dilakukan penilaian kualitas metodologis untuk memastikan bahwa artikel yang dianalisis memiliki validitas dan reliabilitas yang memadai. Artikel yang memenuhi seluruh tahapan tersebut digunakan dalam analisis akhir.

Analisis data dilakukan secara deskriptif-kualitatif melalui proses sintesis naratif. Penulis mengelompokkan temuan penelitian berdasarkan desain studi, variabel yang diteliti, serta mekanisme psikologis yang diidentifikasi. Hasil-hasil penelitian dibandingkan untuk menemukan pola konsisten maupun perbedaan temuan, khususnya terkait peran kecerdasan sosial sebagai prediktor, mediator, atau sumber daya psikologis dalam pembentukan efikasi diri. Prosedur analisis yang telah dipublikasikan secara rinci dalam studi primer tidak dijabarkan secara mendalam pada bagian ini dan disajikan secara ringkas melalui deskripsi hasil utama, sedangkan rincian tambahan dapat dirujuk pada artikel sumber.

3. Hasil

Berikut adalah hasil systematic literature review pada penelitian ini:

Tabel 1

Systematic Literatur Review Kecerdasan Sosial dan Efikasi Diri

Penulis & Tahun	Variabel Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Link
Azañedo et al., 2020	Kecerdasan sosial (VIA), kesejahteraan subjektif, kesejahteraan psikologis, distres psikologis	Kuantitatif, survei cross-sectional dengan analisis mediasi (N = 1.407 mahasiswa)	Kecerdasan sosial dalam kerangka VIA berhubungan positif dengan kepuasan hidup, afek positif, dan kesejahteraan psikologis, serta berhubungan negatif dengan distres psikologis. Pengaruh kecerdasan sosial terhadap distres psikologis dimediasi oleh kesejahteraan subjektif dan kesejahteraan psikologis, khususnya dimensi hubungan positif dengan orang lain.	https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33114316/
Gander et al., 2022	Enaktasi character strengths (termasuk kecerdasan sosial), fungsi psikologis harian	Kuantitatif, daily diary study selama 14 hari (N = 196)	Enaktasi kekuatan karakter, termasuk kecerdasan sosial, berhubungan positif dengan fungsi psikologis adaptif seperti hubungan sosial positif, rasa kompeten, dan perasaan bermakna. Temuan ini menunjukkan bahwa kecerdasan sosial	https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2021.1926532

			berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang mendukung regulasi diri dan keyakinan akan kemampuan personal dalam konteks kehidupan sehari-hari.	
Littman-Ovadia et al., 2021	Character strengths (VIA), kesejahteraan, fungsi adaptif	Editorial / tinjauan konseptual berbasis riset empiris mutakhir	Kecerdasan sosial diposisikan sebagai kekuatan karakter interpersonal yang berperan penting dalam hubungan sosial adaptif, kesejahteraan, dan fungsi psikologis positif. Artikel ini menegaskan relevansi kerangka VIA sebagai landasan teoritis untuk memahami mekanisme psikologis seperti efikasi diri dalam konteks sosial dan pendidikan.	https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.653941/full
Weber & Harzer, 2022	Character strengths (termasuk kecerdasan sosial), kepuasan sekolah, enjoyment of learning, efikasi diri akademik, prestasi	Kuantitatif, survei dengan analisis mediasi (N = 300 siswa)	Beberapa kekuatan karakter, termasuk kecerdasan sosial, berhubungan positif dengan efikasi diri akademik. Efikasi diri akademik berperan sebagai variabel proses yang memediasi hubungan antara character strengths dan prestasi akademik, menunjukkan peran penting kekuatan interpersonal dalam pembentukan keyakinan diri akademik.	https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.826960/full
García-Álvarez et al., 2024	Character strengths, efikasi diri umum, efikasi diri akademik	Kuantitatif, korelasional-kausal cross-sectional (N = 668 mahasiswa)	Beberapa character strengths secara signifikan memprediksi efikasi diri umum dan efikasi diri akademik. Kekuatan seperti harapan, kepemimpinan, dan ketekunan memiliki pengaruh langsung terhadap efikasi diri, sementara efikasi diri umum berperan kuat dalam meningkatkan efikasi diri akademik. Temuan ini memperkuat posisi character strengths	https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39703875/

				(termasuk kecerdasan sosial) sebagai prediktor psikologis efikasi diri.	
Casali et al., 2021	Character strengths (VIA, termasuk kecerdasan sosial), kesehatan mental, post-traumatic growth	Kuantitatif, longitudinal (dua waktu pengukuran) dengan SEM dan regresi (N = 254 dewasa Italia)	Character strengths secara keseluruhan berpengaruh langsung dan tidak langsung terhadap kesehatan mental melalui post-traumatic growth. Dimensi humanity (yang mencakup kecerdasan sosial) secara spesifik berkaitan dengan peningkatan post-traumatic growth. Temuan menunjukkan bahwa kekuatan karakter interpersonal berperan sebagai sumber daya psikologis adaptif dalam menghadapi stres berkepanjangan.	https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/08870446.2021.1952587	
Datu & Jose Mateo, 2020	Character strengths (VIA), efikasi diri akademik, emosi positif/negatif, kesejahteraan	Kuantitatif, longitudinal (dua waktu pengukuran) pada siswa SMA Filipina (N = 320)	Sejumlah kekuatan karakter pada Time 1 (fairness, gratitude, hope) memprediksi peningkatan efikasi diri akademik pada Time 2. Temuan ini menegaskan peran kekuatan karakter. Khususnya kekuatan interpersonal dan transendensi sebagai prediktor jangka panjang efikasi diri dan kesejahteraan dalam konteks budaya kolektivistik.	https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740920320727	
Dolev-Amit et al., 2021	Awareness of strengths, kesejahteraan psikologis, afek positif-negatif, distress psikologis	Eksperimen kuasi dengan desain pretest-posttest (N = 103 mahasiswa)	Intervensi kesadaran terhadap kekuatan karakter secara signifikan mencegah penurunan kesejahteraan dan meningkatkan optimisme dibandingkan kelompok fokus kelemahan atau netral. Hasil ini menunjukkan bahwa kesadaran kekuatan karakter dapat memperkuat sumber daya psikologis internal yang berkaitan dengan kepercayaan diri dan regulasi emosi.	https://psychotherapy.haifa.ac.il/wp-content/uploads/2016/11/087.pdf	

Karris Bachik et al., 2021	VIA character strengths (termasuk kecerdasan sosial), kebahagiaan, kesejahteraan, resiliensi, prestasi akademik, psikopatologi	Kuantitatif, survei korelasional (N = 759 mahasiswa AS)	Kecerdasan sosial termasuk dalam kekuatan karakter yang paling sering diendors dan berhubungan positif dengan kebahagiaan, kesejahteraan, dan resiliensi. Hubungan dengan prestasi akademik bersifat moderat, sementara hubungan dengan psikopatologi relatif lemah, menegaskan peran adaptif kekuatan karakter interpersonal.	https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2020.1752785
Alkhubata, 2022	Kecerdasan sosial, efikasi diri umum, keterampilan berbicara di depan umum	Kuantitatif, korelasional dengan analisis regresi (N = 403 mahasiswa)	Efikasi diri umum dan kecerdasan sosial berhubungan positif signifikan dan menjadi prediktor keterampilan berbicara di depan umum. Efikasi diri memiliki pengaruh lebih kuat dibanding kecerdasan sosial, namun keduanya saling berkaitan sebagai sumber daya psikologis dalam performa komunikasi interpersonal.	https://www.sciedupress.com/journal/index.php/wjel/article/viewFile/22630/14027

4. Pembahasan

Hasil ini memberikan gambaran komprehensif mengenai peran kecerdasan sosial dalam kerangka *Values in Action* (VIA) sebagai kekuatan karakter interpersonal yang memiliki keterkaitan erat dengan efikasi diri. Secara konseptual, kecerdasan sosial dalam VIA diposisikan sebagai bagian dari *virtue humanity*, yang mencerminkan kapasitas individu untuk memahami emosi, motif, dan perilaku orang lain, serta mengelola interaksi sosial secara adaptif. Temuan lintas studi menunjukkan bahwa kekuatan ini bukan hanya berkorelasi dengan kesejahteraan dan fungsi psikologis positif, tetapi juga berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung terhadap pembentukan dan penguatan efikasi diri.

Dari perspektif teori efikasi diri Bandura, keyakinan individu terhadap kemampuannya berkembang melalui empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*), pembelajaran vikarius, persuasi sosial, dan kondisi afektif-fisiologis. Kecerdasan sosial memiliki relevansi yang kuat terhadap keempat sumber tersebut. Individu dengan kecerdasan sosial yang tinggi cenderung mampu membangun relasi sosial yang suportif, menerima umpan balik yang konstruktif, serta menginterpretasikan pengalaman sosial secara lebih positif. Kondisi ini meningkatkan kemungkinan individu mengalami keberhasilan dalam konteks sosial dan akademik, yang pada akhirnya memperkuat efikasi diri. Temuan empiris dari studi longitudinal Datu & Jose Mateo (2020) dan Casali et al. (2021) mendukung argumen ini dengan menunjukkan bahwa kekuatan karakter interpersonal memprediksi efikasi diri dan kesehatan mental pada waktu berikutnya.

Lebih lanjut, studi yang dilakukan oleh Weber & Harzer (2022) serta García-Álvarez et al.

(2024) mengungkapkan peran efikasi diri sebagai mekanisme psikologis yang menjembatani pengaruh *character strengths* terhadap performa dan pencapaian. Dalam konteks ini, kecerdasan sosial berfungsi sebagai faktor pendahulu (*antecedent*) yang memperkaya kualitas interaksi sosial, meningkatkan rasa diterima, dan memperkuat persepsi kompetensi diri. Efikasi diri kemudian berperan sebagai mediator yang menerjemahkan sumber daya interpersonal tersebut ke dalam perilaku berorientasi tujuan, persistensi, dan performa adaptif. Pola ini menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan sosial dan efikasi diri bersifat struktural dan tidak sekadar asosiasi permukaan.

Selain aspek prediktif jangka panjang, hasil studi berbasis pengalaman harian dan intervensi memberikan bukti bahwa kecerdasan sosial bersifat dinamis dan dapat diaktifkan dalam kehidupan sehari-hari. Gander et al. (2022) menunjukkan bahwa enaktasi kekuatan karakter, termasuk kecerdasan sosial, berhubungan dengan peningkatan rasa kompeten dan fungsi psikologis adaptif pada level harian. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan kecerdasan sosial secara konsisten memperkuat keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri melalui akumulasi pengalaman positif yang berulang. Sementara itu, penelitian intervensi oleh Dolev-Amit et al. (2021) menegaskan bahwa peningkatan kesadaran terhadap kekuatan karakter dapat mencegah penurunan kesejahteraan dan meningkatkan optimisme, yang merupakan komponen afektif penting dalam pembentukan efikasi diri.

Dalam perspektif kesejahteraan psikologis, beberapa studi juga menekankan bahwa kecerdasan sosial memiliki hubungan yang lebih kuat dengan indikator kesejahteraan dan resiliensi dibandingkan dengan indikator psikopatologi (Azañedo et al., 2020; Karris Bachik et al., 2021). Hal ini menguatkan pandangan dalam psikologi positif bahwa kekuatan karakter berperan sebagai faktor protektif yang memperkaya sumber daya internal individu. Kecerdasan sosial memungkinkan individu mengelola emosi sosial secara lebih adaptif, mengurangi distres, dan mempertahankan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tantangan interpersonal. Kondisi ini secara tidak langsung menciptakan iklim psikologis yang kondusif bagi berkembangnya efikasi diri.

Hubungan antara kecerdasan sosial dan efikasi diri juga tampak jelas dalam domain performatif dan komunikasi interpersonal, sebagaimana ditunjukkan oleh Alkhutaba (2022). Dalam contoh keterampilan berbicara di depan umum, kecerdasan sosial berperan dalam membaca audiens, mengelola kecemasan sosial, dan menyesuaikan pesan secara efektif. Kemampuan tersebut memperkuat persepsi kontrol dan kompetensi diri, yang merupakan inti dari efikasi diri. Meskipun pengaruh efikasi diri ditemukan lebih dominan dibandingkan kecerdasan sosial, hubungan positif antara keduanya menunjukkan adanya keterkaitan timbal balik, di mana kecerdasan sosial berfungsi sebagai fondasi interpersonal bagi berkembangnya efikasi diri dalam situasi sosial yang menantang.

Secara teoritik, temuan ini memperkuat posisi kerangka VIA sebagai pendekatan yang integratif dalam memahami efikasi diri, khususnya dari perspektif kekuatan karakter. Berbeda dengan pendekatan tradisional yang menekankan defisit atau kelemahan, VIA memandang kecerdasan sosial sebagai potensi positif yang dapat dikembangkan untuk memperkuat keyakinan diri dan adaptasi psikologis. Integrasi antara VIA dan teori efikasi diri memberikan pemahaman yang lebih holistik mengenai bagaimana sumber daya interpersonal berkontribusi terhadap regulasi diri, motivasi, dan performa.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa kecerdasan sosial dalam kerangka VIA memiliki peran sentral dalam pembentukan efikasi diri melalui mekanisme relasional, afektif, dan kognitif. Kecerdasan sosial tidak hanya meningkatkan kualitas interaksi sosial, tetapi juga memperkaya pengalaman keberhasilan, memperkuat dukungan sosial, dan menciptakan kondisi emosional yang mendukung keyakinan akan kemampuan diri. Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan sosial dapat dipandang sebagai strategi preventif dan promotif yang penting dalam intervensi psikologis, pendidikan, maupun pengembangan karakter berbasis VIA.

5. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil *systematic literature review* terhadap sepuluh studi empiris, penelitian ini menyimpulkan bahwa kecerdasan sosial dalam kerangka *Values in Action* (VIA) memiliki peran sentral dalam pembentukan dan penguatan efikasi diri melalui tiga mekanisme psikologis utama: mekanisme relasional yang memperkuat kualitas interaksi sosial dan dukungan sosial, mekanisme afektif yang mengatur kondisi emosional positif dan mengurangi distress psikologis, serta mekanisme kognitif yang memperkaya interpretasi pengalaman sosial secara konstruktif. Studi longitudinal menunjukkan bahwa kekuatan karakter interpersonal secara konsisten memprediksi peningkatan efikasi diri akademik dalam jangka waktu tertentu, sementara studi berbasis pengalaman harian mengonfirmasi bahwa enaktasi kecerdasan sosial berkaitan dengan peningkatan rasa kompeten dan fungsi psikologis adaptif. Integrasi antara kerangka VIA dan teori efikasi diri Bandura menawarkan perspektif holistik dalam memahami bagaimana sumber daya interpersonal berkontribusi terhadap regulasi diri, motivasi, dan pencapaian. Kecerdasan sosial tidak hanya berfungsi sebagai faktor protektif terhadap distress psikologis, tetapi juga sebagai faktor promotif yang memperkaya pengalaman keberhasilan dan menciptakan kondisi psikologis kondusif bagi berkembangnya keyakinan akan kemampuan diri.

Berdasarkan temuan dan keterbatasan penelitian ini, beberapa saran diajukan untuk penelitian dan praktik di masa mendatang. Penelitian mendatang perlu melakukan studi longitudinal dengan periode pengamatan lebih panjang, penelitian eksperimental dengan desain *randomized controlled trial* (RCT) untuk mengonfirmasi hubungan kausal, penelitian lintas budaya untuk menguji generalisasi temuan pada konteks berbeda, serta penelitian kualitatif untuk mengeksplorasi mekanisme psikologis yang mendasari hubungan antara kecerdasan sosial dan efikasi diri dari perspektif subjektif individu. Keterbatasan penelitian mencakup ketergantungan pada desain *cross-sectional* dan *self-report*, potensi bias publikasi, serta fokus pada konteks akademik yang membatasi generalisasi temuan. Untuk praktik, institusi pendidikan tinggi disarankan merancang program pengembangan karakter berbasis kerangka VIA yang menargetkan peningkatan kecerdasan sosial mahasiswa, praktisi psikologi dapat mengintegrasikan pendekatan berbasis kekuatan karakter dalam intervensi dan konseling, serta pengembangan modul atau aplikasi digital berbasis VIA sebagai alternatif intervensi yang aksesibel. Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan intervensi psikologis dan pendidikan yang holistik, di mana institusi pendidikan dapat mengadopsi pendekatan preventif dan promotif yang tidak hanya berfokus pada remediasi kelemahan tetapi juga pengembangan potensi positif mahasiswa untuk memperkuat keyakinan mereka terhadap kemampuan dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta mendorong pencapaian optimal dalam berbagai domain kehidupan.

Referensi

- Alkhutaba, M. (2022). Social Intelligence and General Self-Efficacy as Predictors of Public Speaking Skills among University Students. *World Journal of English Language*, 12(8), 189–195. <https://doi.org/10.5430/wjel.v12n8p189>
- Azañedo, C. M., Sastre, S., Artola, T., Alvarado, J. M., & Jiménez-Blanco, A. (2020). Social Intelligence and Psychological Distress: Subjective and Psychological Well-Being as Mediators. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 7785. <https://doi.org/10.3390/ijerph17217785>
- Casali, N., Feraco, T., & Meneghetti, C. (2021). Character Strengths Sustain Mental Health and Post-Traumatic Growth During the COVID-19 Pandemic. A Longitudinal Analysis. *Psychology & Health*, 37(6), 1663–1679. <https://doi.org/10.1080/08870446.2021.1952587>
- Datu, J. A. D., & Jose Mateo, N. (2020). Character strengths, academic self-efficacy, and well-being outcomes in the Philippines: A longitudinal study. *Children and Youth Services Review*, 119. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105649>
- Dolev-Amit, T., Rubin, A., & Zilcha-Mano, S. (2021). Is Awareness of Strengths Intervention Sufficient to Cultivate Wellbeing and Other Positive Outcomes? *Journal of Happiness Studies*, 22(2), 645–666. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00245-5>
- Gander, F., Wagner, L., Amann, L., & Ruch, W. (2022). What are Character Strengths Good for? A Daily

- Diary Study on Character Strengths Enactment. *The Journal of Positive Psychology*, 17(5), 718–728. <https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1926532>
- García-Álvarez, D., Cobo-Rendón, R., & Lobos, K. (2024). Character Strengths as Predictors of General and Academic Self-Efficacy in University Students. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1490095>
- Karris Bachik, M. A., Carey, G., & Craighead, W. E. (2021). VIA Character Strengths Among U.S. College Students and Their Associations with Happiness, Well-Being, Resiliency, Academic Success and Psychopathology. *The Journal of Positive Psychology*, 16(4), 512–525. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1752785>
- Littman-Ovadia, H., Dubreuil, P., Meyers, M. C., & Freidlin, P. (2021). Editorial: VIA Character Strengths: Theory, Research and Practice. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.653941>
- Saldin, M., Qaniah, F.A., Pakaya, C.W. (2024). Kajian Literatur: Aspek yang Mempengaruhi Regulasi Emosi Guru Sekolah Dasar. *Jambura: Elementary Education Journal*. <https://doi.org/10.37411/jeej.v5i2.4079>
- Weber, M., & Harzer, C. (2022). Relations Between Character Strengths, School Satisfaction, Enjoyment of Learning, Academic Self-Efficacy, and School Achievement: An Examination of Various Aspects of Positive Schooling. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.826960>