



The Application of Albert Bandura's Social Cognitive Theory in Education and Parenting

Ulil Abshar¹

Universitas Negeri Yogyakarta
ulilabshar.2024@student.uny.ac.id

Annisak Rofifah²

Universitas Negeri Yogyakarta
annisakrofifah.2024@student.uny.ac.id

*Korespondensi: ulilabshar.2024@student.uny.ac.id

Abstrak

History Artikel:
Received 1 Maret 2026
Revised 10 Maret 2026
Accepted 25 Maret 2026
Available online 1 April 2026

This study examines the application of Albert Bandura's Social Cognitive Theory within educational and parenting contexts by addressing the problem of how personal factors, behavior, and environment interact to shape students' learning outcomes. The research aims to explain the mechanisms of observational learning, self-efficacy, and reciprocal determinism in influencing students' academic performance and developmental competencies. Data were collected through literature review, analysis of empirical studies, and examination of documented cases related to classroom practices and parenting strategies. The findings indicate that modeling, reinforcement, and environmental structuring significantly enhance students' cognitive strategies, motivation, and self-efficacy. The study also shows that effective educational environments and supportive parenting strengthen students' adaptive behaviors and learning autonomy. These results highlight the importance of integrating positive models and self-efficacy building approaches into instructional and parenting practices. In conclusion, Social Cognitive Theory offers a robust framework for improving educational processes and promoting holistic student development.

Kata kunci:

Behavior; Self-efficacy; Social Cognitive Theory

Pendahuluan

Teori Kognitif Sosial (*Social Cognitive Theory*) yang dikembangkan oleh Albert Bandura merupakan salah satu landasan penting dalam memahami proses pembelajaran manusia dalam berbagai konteks, termasuk pendidikan formal dan pengasuhan dalam lingkungan keluarga. Masalah utama yang dikaji teori ini berkaitan dengan bagaimana individu belajar melalui observasi, peniruan, dan pemodelan, serta bagaimana faktor personal, perilaku, dan lingkungan saling memengaruhi dalam proses belajar. Dalam praktik pendidikan maupun pengasuhan, pertanyaan tentang bagaimana anak memperoleh perilaku, mengembangkan keyakinan diri, serta mempelajari regulasi emosi dan sosial menjadi isu sentral yang relevan untuk ditelaah melalui perspektif teori ini.

Urgensi pembahasan teori ini tidak hanya muncul dalam konteks sekolah, tetapi juga dalam lingkungan keluarga, tempat anak pertama kali memperoleh pengalaman belajar sosial. Bandura melalui karya monumentalnya *Social Learning Theory* (1977) dan *Social Foundations of Thought and Action* (1986) menunjukkan bahwa pembelajaran tidak dapat dipahami hanya melalui hubungan stimulus respons seperti dalam behavior klasik. Sebaliknya, anak belajar melalui pengamatan terhadap perilaku orang tua, guru, maupun figur signifikan lain dalam kehidupan mereka. Studi-studi klasik seperti eksperimen Bobo Doll

(Bandura, 1977) memperkuat bukti bahwa anak dapat meniru perilaku agresif hanya dengan mengamati model tanpa harus mengalami penguatan langsung. Oleh karena itu, pemahaman yang komprehensif mengenai pengaruh lingkungan sosial terhadap pembentukan perilaku anak sangat penting, baik bagi pendidik maupun orang tua.

Dalam konteks pendidikan, teori ini menjelaskan bagaimana siswa memproses informasi, menyimpan representasi kognitif, dan menggunakan pengalaman yang diamati untuk mengatur perilaku mereka. Faktor seperti efikasi diri, strategi belajar, regulasi diri, serta ekspektasi hasil menjadi aspek penting dalam keberhasilan akademik siswa (Schunk 2016; Santrock 2016). Namun, di era modern ini, pendidikan juga dihadapkan pada tantangan moral dan sosial yang signifikan, seperti tingginya angka perundungan (*bullying*) di sekolah menengah yang mengindikasikan adanya krisis identitas dan moral pada peserta didik. Hal ini menjadikan pendidikan karakter yang melibatkan figur mentor untuk memberikan keteladanan nyata semakin esensial dan tidak boleh diabaikan. Sementara dalam konteks pengasuhan, interaksi antara orang tua dan anak menjadi lingkungan modeling utama yang memengaruhi perkembangan moral, sosial, dan emosional. Orang tua berperan sebagai model perilaku, sumber penguatan, sekaligus agen yang membentuk keyakinan diri dan kemampuan regulasi anak melalui interaksi sehari-hari (Hikayat et al., 2025)

Bandura menjelaskan bahwa proses belajar manusia dipengaruhi oleh *determinisme resiprokal*, yaitu hubungan timbal balik antara faktor personal/kognitif, perilaku, dan lingkungan (Bandura, 1986). Model ini memperlihatkan bahwa anak bukan hanya objek yang dipengaruhi lingkungan, tetapi juga agen aktif yang menginterpretasikan pengalaman dan mengarahkan perilakunya secara sadar. Dengan demikian, baik dalam pendidikan maupun pengasuhan, keberhasilan proses belajar tidak terlepas dari kualitas interaksi sosial, model perilaku yang diberikan orang dewasa, dan dukungan lingkungan yang konsisten.

Artikel ini berupaya memberikan kontribusi keilmuan dengan mengkaji secara komprehensif implementasi Teori Kognitif Sosial Bandura dalam dua ranah utama perkembangan anak: pendidikan dan pengasuhan. Berbeda dengan kajian yang hanya menitikberatkan pada konteks sekolah, artikel ini mengintegrasikan peran keluarga sebagai lingkungan pertama pembelajaran sosial. Pembahasan akan meliputi landasan teoretis, temuan penelitian terdahulu, serta implikasi praktis teori ini bagi pendidik dan orang tua dalam memfasilitasi pembelajaran dan perkembangan perilaku anak secara optimal.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kepustakaan (*library research*) yang bertujuan untuk mengkaji secara komprehensif konsep dan implementasi Teori Kognitif Sosial Albert Bandura dalam konteks pendidikan dan pengasuhan. Pendekatan ini dipilih karena objek yang ditelaah berupa gagasan, model teoretis, dan temuan ilmiah yang bersumber dari berbagai literatur akademik. Menurut Creswell (2018), penelitian kualitatif relevan digunakan ketika peneliti berfokus pada pemaknaan dan interpretasi fenomena secara mendalam. Sementara itu, Zed (2014) menjelaskan bahwa studi kepustakaan memungkinkan peneliti menelusuri, mengkritisi, serta mensintesis berbagai referensi untuk menghasilkan pemahaman ilmiah yang terstruktur.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari karya utama Albert Bandura, seperti *Social Learning Theory* (Bandura, 1977) *Social Foundations of Thought and Action* (Bandura, 1986). serta tulisan lanjutannya mengenai efikasi diri dan determinisme resiprokal (Bandura, 1997). Selain itu, buku dan rujukan utama dalam psikologi pendidikan seperti Santrock (2016) dan Schunk (2012) juga digunakan sebagai dasar analisis. Adapun data sekunder meliputi artikel jurnal, hasil penelitian terdahulu, prosiding, dan literatur akademik lain yang relevan dengan topik dan konteks pendidikan dan pengasuhan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi, yaitu membaca secara sistematis, mencatat informasi penting, serta mengelompokkan data sesuai tema penelitian. Langkah ini sejalan dengan pendapat Miles et al. (2014) bahwa analisis kualitatif mencakup aktivitas menelaah dan mengorganisasi data secara berulang untuk menghasilkan pemahaman tematik. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik deskriptif-analitis, melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Analisis ini bertujuan menyusun pemahaman teoretis yang utuh mengenai prinsip-prinsip utama Teori Kognitif Sosial serta implikasinya bagi proses pendidikan dan pengasuhan secara lebih kontekstual dan aplikatif.

Hasil

Teori Kognitif Sosial Albert Bandura memberikan fondasi penting dalam memahami bagaimana peserta didik belajar melalui interaksi antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan. Dalam konteks pendidikan dan pengasuhan, teori ini menunjukkan bahwa pembelajaran terjadi melalui mekanisme timbal balik yang Bandura sebut *triadic reciprocal causation*, di mana kognisi, perilaku, dan lingkungan saling memengaruhi secara simultan (Bandura, 1986; Santrock, 2016). Misalnya, pada kasus seorang siswa SMA bernama Sondra sebagaimana dijelaskan Santrock (2016), strategi kognitif yang ia kembangkan membantu meningkatkan perilaku berprestasinya, sementara keberhasilan akademik yang ia raih kemudian memperkuat keyakinan dirinya (*self-efficacy*). Lingkungan sekolah yang menyediakan program keterampilan belajar turut memperbaiki perilaku pencapaiannya, dan keberhasilan siswa akhirnya mendorong sekolah memperluas program tersebut. Interaksi ini menunjukkan bagaimana kognisi dapat memengaruhi perilaku, perilaku memengaruhi lingkungan, dan lingkungan memengaruhi perkembangan kognitif secara berkesinambungan.

Dalam ranah pendidikan, Bandura (2001) menekankan pentingnya *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu bahwa ia mampu menguasai suatu tugas dan menghasilkan hasil positif. Siswa dengan efikasi diri yang rendah cenderung tidak berusaha karena merasa tidak mampu, sedangkan siswa dengan efikasi diri tinggi lebih gigih menghadapi tantangan. Pembelajaran observasional menjadi salah satu mekanisme inti dalam teori Bandura. Ia menjelaskan empat proses penting dalam pembelajaran observasional yaitu dengan perhatian, retensi, produksi, dan motivasi (Bandura, 1986). Terkait proses ini, Mujahidah (2023) menegaskan bahwa seorang pendidik harus mampu menghadirkan contoh teladan atau model yang baik, yang memiliki pengaruh kuat agar berhasil memikat perhatian peserta didiknya. Guru sebagai model berstatus tinggi memiliki pengaruh besar karena siswa lebih mudah memperhatikan tindakan dan sikap yang ditunjukkan guru.

Guru sebagai model berstatus tinggi memiliki pengaruh besar karena siswa lebih mudah memperhatikan tindakan dan sikap yang ditunjukkan guru. Retensi meningkat apabila guru memberikan penjelasan verbal yang jelas atau demonstrasi konkret, sehingga informasi dapat disimpan lebih kuat dalam memori siswa. Namun demikian, meskipun siswa memperhatikan dan mengingat tindakan model, ketiadaan motivasi dapat menghambat munculnya perilaku yang diharapkan, sebagaimana dibuktikan dalam studi klasik boneka Bobo (Bandura, 1977).

Bandura juga menegaskan bahwa penguatan tidak selalu diperlukan agar pembelajaran observasional terjadi, tetapi dapat memperkuat kemungkinan perilaku ditiru. Penguatan dapat diberikan kepada model, kepada anak, melalui penguatan diri, atau melalui menunjukkan konsekuensi positif dari perilaku tertentu. Di ruang kelas, guru dapat sengaja menggunakan demonstrasi pemodelan untuk membantu siswa memecahkan masalah atau meningkatkan keterampilan akademik tertentu, seperti membuat kerangka makalah atau melakukan presentasi. Proses ini dapat meningkatkan kemampuan refleksi, pemikiran kritis, dan keterampilan belajar siswa.

Dalam konteks sosial dan moral, teori pembelajaran sosial juga menggarisbawahi bahwa peserta didik perkembangan sosialnya dibentuk oleh observasi dan peniruan perilaku orang lain baik dalam konteks keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Boiliu (2022) menegaskan bahwa terdapat hubungan erat antara pelajar dan lingkungannya; pembelajaran terjadi melalui interaksi antara lingkungan, perilaku, dan faktor personal. Hasil pembelajaran kemudian termanifestasi dalam perilaku sehari-hari melalui kode-kode perilaku visual dan verbal. Kepribadian peserta didik berkembang melalui proses observasi terhadap individu yang dianggap memiliki nilai atau otoritas lebih, seperti guru, orang tua, atau pemimpin. Hal ini sejalan dengan temuan Hikayat et al. (2025) yang menekankan pentingnya pendekatan Teori Kognitif Sosial yang memadukan faktor personal, perilaku, dan lingkungan guna mengoptimalkan pembinaan moral siswa.

Selain itu, Anwar (2014) menjelaskan bahwa pembelajaran terjadi melalui tiga komponen utama, yakni perilaku modeling, pengaruh perilaku tersebut, dan proses internal pembelajar. Perilaku modeling berfungsi memindahkan informasi, memperkuat atau melemahkan perilaku, serta mengenalkan pola perilaku baru. Individu akan meniru perilaku yang sesuai dengan minat, pengalaman, atau tujuan pribadinya. Melalui proses ini, peserta didik tidak hanya menjadi objek lingkungan tetapi juga mampu mengatur dan mengontrol lingkungan belajarnya. Bandura dalam Rolina (2006) menekankan bahwa individu adalah agen aktif yang dapat mengelola diri dan memengaruhi lingkungannya, sehingga pendidikan tidak hanya membentuk peserta didik, tetapi peserta didik juga dapat membentuk iklim belajar di sekitarnya.

Secara keseluruhan, Teori Kognitif Sosial menyatakan bahwa pembelajaran tidak hanya terjadi melalui pengalaman langsung, melainkan juga melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain. Pemahaman terhadap prinsip ini memungkinkan pendidik dan orang tua merancang strategi pembelajaran yang efektif, seperti menyediakan model perilaku positif, membangun efikasi diri, dan menciptakan lingkungan belajar yang mendorong motivasi dan kreativitas. Dengan demikian, teori ini memberikan kerangka komprehensif bagi pengembangan perilaku adaptif, kompetensi akademik, serta karakter sosial-moral peserta didik di lingkungan pendidikan dan pengasuhan.

Diskusi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran dan pengasuhan tidak dapat dipisahkan dari interaksi dinamis antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan sebagaimana dijelaskan dalam Teori Kognitif Sosial Albert Bandura. Temuan lapangan yang menunjukkan adanya hubungan antara strategi pembelajaran, kualitas interaksi guru, serta tingkat efikasi diri peserta didik memperkuat konsep *triadic reciprocal causation* (Bandura, 1986). Interpretasi data menunjukkan bahwa peserta didik yang memperoleh dukungan lingkungan positif melalui model perilaku guru, struktur kelas yang kondusif, dan penggunaan metode demonstrasi menunjukkan peningkatan kemampuan kognitif, kepercayaan diri, serta keterlibatan dalam tugas akademik.

Temuan Sabililhaq et al. (2024) menguraikan bahwa implementasi teori Bandura dapat dilakukan secara efektif melalui prinsip pemodelan, pembentukan efikasi diri, dan pendampingan (*mentoring*), di mana guru maupun orang tua bertindak sebagai panutan utama bagi perkembangan karakter anak. Gagasan ini didukung secara kuat oleh Rochmat et al. (2025) yang memperkenalkan pendekatan *Mentor Life Learning*, di mana guru tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi berperan sebagai mentor yang memandu siswa melalui pembiasaan dan keteladanan dalam kehidupan sehari-hari.

Analisis terhadap data juga menunjukkan bahwa efikasi diri menjadi faktor personal yang sangat menentukan keberhasilan belajar. Peserta didik dengan tingkat efikasi diri tinggi lebih konsisten dalam menyelesaikan tugas, berani mencoba strategi baru, serta menunjukkan ketekunan meskipun menghadapi kesulitan. Hal ini mendukung pernyataan Bandura bahwa

efikasi diri merupakan prediktor kuat perilaku akademik dan motivasi intrinsik. Sebaliknya, peserta didik yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghindari tugas, menunjukkan kecemasan, serta kurang percaya pada kemampuan dirinya.

Pada konteks pengasuhan, hasil penelitian menegaskan bahwa orang tua dan lingkungan keluarga berperan sebagai *primary model* bagi anak. Pola asuh yang responsif, komunikasi yang terbuka, serta perilaku positif yang ditunjukkan orang tua memberikan teladan yang kuat bagi anak. Dalam mengevaluasi pola pengasuhan, Yunitasari et al., (2022) mengingatkan agar orang tua tidak sekadar memanjakan anak, melainkan harus menerapkan prinsip-prinsip pembimbingan (*guiding principles*) yang bertujuan memberdayakan (*empower*) anak agar memiliki keterampilan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari mereka.

Diskusi ini menegaskan bahwa penerapan Teori Kognitif Sosial memberikan pemahaman komprehensif mengenai mekanisme pembelajaran dan pengasuhan. Interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan terbukti menjadi kerangka kerja yang relevan dalam menjelaskan peningkatan prestasi, motivasi belajar, dan kualitas perilaku sosial peserta didik. Hasil penelitian ini juga memperkaya temuan sebelumnya dengan menunjukkan bahwa pemodelan yang efektif, peran guru sebagai mentor, serta pengasuhan yang memberdayakan menjadi kunci dalam mewujudkan proses pendidikan dan pengasuhan yang adaptif dan berdaya guna.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Teori Kognitif Sosial Albert Bandura memberikan kerangka konseptual yang kuat dalam memahami proses belajar dan pengasuhan, terutama melalui interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran tidak hanya terjadi melalui pengalaman langsung, tetapi juga melalui proses observasi terhadap model sosial yang relevan, baik di lingkungan sekolah maupun keluarga. Proses pemodelan terbukti berpengaruh signifikan terhadap perkembangan kemampuan kognitif, motivasi, perilaku akademik, dan kepercayaan diri peserta didik. Dalam konteks pendidikan, guru sebagai model utama dan mentor sangat berperan penting dalam memberikan contoh perilaku positif, strategi belajar yang efektif, dan dorongan motivasional yang secara konsisten membentuk keyakinan diri serta keterampilan pemecahan masalah siswa.

Hasil penelitian juga menegaskan bahwa efikasi diri menjadi faktor personal yang sangat menentukan dalam keberhasilan belajar. Lingkungan pendidikan dan pola asuh keluarga memiliki peran penting dalam menumbuhkan efikasi diri tersebut. Dalam pengasuhan, dukungan emosional dari orang tua harus diimbangi dengan upaya memberikan tanggung jawab serta tidak terlalu memanjakan anak, melainkan mengutamakan pembimbingan yang membangun kemandirian.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Teori Kognitif Sosial dalam pendidikan dan pengasuhan memberikan implikasi yang signifikan bagi pengembangan pengetahuan dan praksis pendidikan. Pada tataran praktis, penelitian ini menekankan pentingnya menyediakan lingkungan belajar yang kaya model positif, penggunaan strategi pembelajaran berbasis keteladanan, serta penguatan efikasi diri siswa melalui intervensi yang terstruktur. Teori Kognitif Sosial menyediakan landasan yang relevan untuk merancang strategi pembelajaran dan pola pengasuhan yang mendorong terbentuknya peserta didik yang percaya diri, mandiri, dan mampu beradaptasi dengan berbagai tantangan perkembangan.

Referensi

- Anwar, K. (2014). Problematika belajar dalam perspektif psikologi pendidikan. *Jurnal Pelopor Pendidikan*, 6(2), 105–107.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Boiliu, R. E. (2022). Aplikasi teori belajar sosial Albert Bandura terhadap PAK masa kini. *Jurnal Ilmu Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 3(2), 133–143. <https://doi.org/10.25278/jitpak.v6i1.626>
- Creswell, J. W. C. J. D. (2018). Writing center talk over time: A mixed-method study. In *Writing Center Talk over Time: A Mixed-Method Study*. <https://doi.org/10.4324/9780429469237>
- Hikayat, B., Anwar, S., Mufliah, N., & Febriani, R. (2025). Optimization of Morals Material in Pai Learning at Junior High School Level: Social Cognitive Theory Perspective. *Al-Qalam*, 31, 85–97. <https://doi.org/10.31969/alq.v31i1.1586>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3 (ed.)). SAGE Publications.
- Mujahidah, N. (2023). *Application of Albert Bandura ' s Social-Cognitive Theories in Teaching and Learning*. 2131–2146. <https://doi.org/10.30868/ei.v12i02.4585>
- Rochmat, C. S., Al-Razi, S. N., & Azizah, I. N. (2025). Penerapan Mentor Life Learning untuk Membentuk Karakter Islami Siswa di Sekolah Dasar Berbasis Teori Sosial-Kognitif Albert. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 5, 1787–1800.
- Rolina, N. (2006). Keluarga: Sebagai sumber belajar pada pendidikan anak usia dini (Suatu tinjauan menurut teori sosial kognitif Bandura). *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, 2(2).
- Sabililhaq, I., Nursiah, Ajusman, & Munir, M. (2024). Analysis of Albert Bandura's Social Cognitive Theory and Its Development in Islamic Religious Education. *Reslaj: Jurnal Sosial Pendidikan Agama Laa Roiba*, 6, 5498–5512. <https://doi.org/10.47476/reslaj.v6i12.4642>
- Santrock, J. W. (2016). *Educational psychology* (6 (ed.)). McGraw-Hill Education.
- Schunk, D. H. (2016). *Learning theories: An educational perspective* (7 (ed.)). Pearson.
- Yunitasari, S. E., Hufad, A., Rachmat, C., & Soendari, T. (2022). Parenting Technique Based on The Social Learning Theory. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling Sustainable Counselling*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.17509/jomsign.v6i1.27146>
- Zed, M. (2014). *Metode penelitian kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia.