

EFIKASI DAN DETERMINASI DIRI PELAKU PROGRAM DIET OCD: METODE ANALISIS ISI PADA MEDIA SOSIAL

Ida Bagus Gede Adi Permana

Tri Siwi Agustina

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Airlangga

gdeadi_permana@yahoo.com

ABSTRAK

Efikasi diri dan determinasi diri memiliki peran penting bagi terwujudnya keberhasilan atau kesuksesan seorang individu. Keberhasilan atau kesuksesan tersebut dapat berupa pencapaian target kerja atau target pribadi yang menjadi tujuan individu tersebut. Seorang pelaku diet OCD memiliki efikasi dan determinasi diri yang kuat agar mampu menjalankan beberapa tahapan dalam melakukan diet OCD. Tahapan itu dilakukan agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Studi ini bertujuan untuk melihat bentuk efikasi diri dan determinasi diri yang dimiliki dan ditunjukkan oleh pelaku diet OCD. Bentuk efikasi diri dan determinasi diri tersebut dianalisis melalui metode analisis isi dengan melihat testimoni yang disampaikan pelaku diet OCD di media sosial. Dengan melakukan analisis isi pada testimoni para pelaku diet OCD di media sosial tersebut diharapkan dapat dipahami bentuk-bentuk efikasi diri dan determinasi diri. Implikasi bagi perusahaan dari penelitian ini adalah manajer dapat mengidentifikasi bentuk-bentuk efikasi diri dan determinasi diri karyawan melalui respon, atau testimoni melalui forum komunikasi karyawan, media sosial yang digunakan para karyawan, maupun media sosial khusus yang menggunakan jaringan intranet perusahaan. Manajer yang dapat mengidentifikasi bentuk-bentuk efikasi diri dan determinasi diri karyawan, akan mampu menghasilkan keputusan yang tepat dalam pengelolaan sumber daya manusia

Kata Kunci : *Efikasi Diri, Determinasi Diri, Analisis Isi*

ABSTRACT

Self-efficacy and self-determination have an important role in realizing the success or the success of an individual. The success or the success of achieving the target can be a work or personal targets the objectives of the individual. A dieter OCD have self-efficacy and a strong determination to be able to run a few stages in the diet of OCD. Stages was done so that the desired objectives can be achieved. This study aims to look at the form of self-efficacy and self-determination which is owned and shown by dieters OCD. Forms of self-efficacy and self-determination are analyzed through content analysis methods now to see testimonials submitted dieters OCD in social media. By analyzing the content of the testimony dieters OCD in social media are expected to understand the forms of self-efficacy and self determination. Implications for companies of this study was the manager can identify the forms of self-efficacy and self-determination of employees through a response, or testimony through employee communication forums, social media used by employees, as well as specific social media using corporate intranet. Managers can identify forms of self-efficacy and self-determination of employees, will be able to produce the right decisions in the management of human resources.

Keyword : *Self Efficacy, Self deteminasi, Content Analysis*



PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang semakin maju terutama perkembangan teknologi informasi telah mengubah aktivitas seorang individu menjadi lebih bervariasi dan mempunyai kekuatan mempengaruhi individu lain melebihi dari yang diharapkan. Web telah mengubah semua paradigam yang berkembang baik pada level individu maupun level organisasi. Dengan keberadaan web seorang individu mampu menggantikan peran suatu organisasi (perusahaan) dalam menyebarkan informasi yang berbasis bisnis.

Pada awalnya blog berasal dari singkatan *web log*. *web log* adalah bentuk aplikasi web yang berupa tulisan-tulisan pada sebuah halaman web umum. Media *web log (blog)* pertama kali diperkenalkan oleh *blogger.com* yang dimiliki oleh PyraLab, dan kemudian dibeli oleh Google pada tahun 2002. Blog berbayar pertama di buat pada pertengahan tahun 1990 (Herring, Scheidt, Bonus & Wright, 2004), tetapi pada saat itu dikenalkan sebagai web 2.0 yang memungkinkan interaksi media social seperti yang kita gunakan hari ini, termasuk blog, social network, permainan virtual. Pada bulan Mei 2011 *blogpulse* mencatat lebih dari 160 juta blog tersebar diseluruh dunia, dan sebagian besar adalah blog pribadi. Blog pribadi tersebut berisi informasi mengenai opini dan pengalaman. Blog-blog pribadi tersebut ditulis sebagai hobby yang dilakukan oleh individu paruh waktu sebesar 13%, wirausaha sebesar 21%, dan hanya 1 % yang merupakan blog perusahaan. Hal ini menunjukkan betapa besarnya aktivitas blogger pribadi di dalam memberikan informasi yang berupa opini dan pengalaman.

Pada mulanya blog hanya berisi tulisan atau buku harian yang ditampilkan di web. Tulisan tersebut berisi opini dan pengalaman yang dialami. Pada perkembangannya blog mulai ditambahkan fasilitas agar pembaca bisa melakukan interaksi dengan penulis. Bentuk interaksi itu difasilitasi dengan memberikan tempat pada web bagi pembaca untuk menuliskan komentar atau opini yang ingin disampaikan kepada penulis atau pemilik blog. Hari blogger nasional yang dicanangkan Menteri Komunikasi dan Informatika pada 27 Oktober 2007 menjadi momen penting eksistensi blogger di Indonesia. Momen tersebut menguatkan peran blogger dalam menyampaikan informasi ke masyarakat dan kini komunitas blogger tidak hanya mempunyai aktivitas dalam menyebarkan informasi tetapi mulai memfokuskan pada bidang bisnis. Blogger dapat menjadikan blog-nya menjadi sumber penghasilan.

Momen tersebut menjadi semakin berarti melihat dari jumlah blogger di Indonesia yang meningkat pesat dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2011 tercatat telah 5 juta blogger di Indonesia. Jumlah tersebut akan semakin meningkat mengingat blog yang semakin mudah digunakan karena ada pilihan bahasa Indonesia. Sehingga memudahkan dalam membuat blog dalam Bahasa Indonesia, kemudian akses internet yang semakin luas, Hal tersebut dapat dilihat dari semakin banyaknya komunitas blogger dari luar kota-kota besar. Selain itu akses internet yang semakin murah dan semakin cepat. Semakin meningkatkan jumlah blogger di Indonesia Munculnya berbagai macam provider telekomunikasi membuat pengguna internet diuntungkan dengan berbagai macam kemudahan tersebut.

Terdapat fenomena yang menarik yang terjadi di akhir tahun 2013. Fenomena tersebut disebut sebagai Obsessive Corbuzier's Diet atau biasa disebut sebagai OCD. OCD adalah program diet yang dikembangkan oleh Dedy Corbuzie's. Dedy Corbuzie's adalah pesulap dan mentalis yang pada awalnya mempunyai masalah berat badan. Permasalahan tersebut kemudian menjadi motivasi bagi Dedy untuk melakukan OCD. OCD terinspirasi oleh seorang supir yang Dedy temui ketika melakukan perjalanan ke Hongkong. Supir yang membawanya keliling kota Hong Kong itu memiliki tubuh seperti umur 40 tahun, padahal usianya sudah mencapai 70 tahun. Ternyata supir tersebut adalah biarawan shaolin dari China, yang terbiasa melakukan olah tubuh termasuk diantaranya adalah puasa dalam jangka waktu yang panjang.

Kemudian Dedy ikut mempraktekkan puasa tersebut yang sekarang dikenal dengan OCD. Melihat keberhasilan itu Dedy memutuskan untuk merumuskannya kedalam suatu bentuk program diet dan membagi pengalaman dan ilmu tersebut ke akun media social yang dimilikinya termasuk blog pribadinya. Hal ini berkembang menjadi efek domino ketika blogger yang lain melakukan hal yang sama, yaitu mempraktekkan OCD lalu mengunggahnya ke dalam blog pribadi dan membaginya ke orang lain.

Program diet bukanlah suatu program yang mudah untuk dilakukan terutama bagi mereka yang mempunyai permasalahan berat badan bertahun-tahun. OCD adalah program diet yang menggunakan system berpuasa pada kurun waktu tertentu dan jangka waktu tertentu. Kurun waktu tertentu dan jangka waktu tertentu tersebut terdiri atas beberapa pilihan yang memungkinkan seorang individu yang

mempraktekkannya memiliki pilihan atau control terhadap pilihan diet yang sesuai dengan dirinya.

Terdapat hal yang menarik dari fenomena OCD dalam konteks blog ini, yaitu kemunculan OCD diawali dan hanya dari media blog. Hal ini sangat menarik karena blog dipercayai dan dijadikan referensi bagi pembacanya karena berisi tentang testimony akan aktivitas yang telah dilakukan dan program diet akan sangat berhasil jika melalui testimony dari individu yang telah berhasil melakukannya. Di dalam pengalaman dan testimony yang dilakukan terdapat keyakinan dan keinginan yang kuat untuk ingin melakukannya dan berhasil melakukannya. Shoren (2013) menjelaskan bahwa seorang individu yang memiliki keinginan kuat dan determinasi kuat akan mendapatkan hasil yang positif atau yang diinginkan. Oleh sebab itu penelitian ini berupaya menjelaskan

LANDASAN TEORI

Efika Diri

Wood dan Bandura (1989) menjelaskan efikasi diri sebagai keyakinan seseorang akan kemampuannya menyelesaikan suatu tugas. Seorang individu yang mempunyai peran di dalam tugasnya akan selalu menemui permasalahan kompleks berkaitan dengan tugas-tugas dalam tugas. Sebagai individu, individu tersebut akan mempunyai suatu cara dalam menyelesaikan suatu permasalahan. Cara berpikir dan bertindak dari seorang individu akan menentukan bagaimana individu tersebut menilai permasalahan yang dihadapi.

Efikasi diri dimiliki setiap individu dan mempengaruhi pola pikir, sehingga pada akhirnya mempengaruhi tindakan dan perilaku individu tersebut. Efikasi diri membantu individu untuk menentukan pilihan tujuan, *coping behavior* dan ketekunan seseorang dalam melakukan tugas (Gist & Mitchell, 1992). Individu mempunyai tingkat efikasi diri yang berbeda antara satu individu dengan individu yang lain. Seorang individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan mempersepsikan permasalahan di tugas sebagai sebuah tantangan yang merupakan suatu proses dalam pencapaian tujuan. Melalui efikasi diri yang tinggi seorang individu akan mempunyai tujuan dan komitmen pribadi agar memperoleh hasil yang diinginkan. Keyakinan tinggi yang dimiliki individu akan mampu meredakan stres dalam pencapaian tujuan, dan mampu menghindari dampak stres berupa depresi.

Gist dan Mitchell (1992) menjelaskan seorang individu yang mempunyai efikasi diri rendah akan

bagaimana karakteristik determinasi diri dan efikasi diri yang dimiliki para blogger berkaitan dengan pengalaman atau testimony mengenai OCD.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana bentuk efikasi diri dan determinasi diri pada pelaku program diet OCD?”

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui bentuk efikasi diri dan determinasi diri pada pelaku program diet OCD”



menilai dirinya tidak mampu dalam mengerjakan tugas tertentu dan cenderung menarik diri dari tugas sulit. Individu tersebut menilai hambatan yang dihadapi sebagai ancaman yang harus dihindari. Individu yang memiliki efikasi diri rendah akan memikirkan kelemahan yang dimiliki dari pada cara penyelesaian hambatan yang dihadapi. Sehingga individu yang memiliki efikasi diri rendah akan memiliki tingkat stres yang tinggi dan tidak berkinerja baik (Wood & Bandura, 1989).

Wood dan Bandura (1989) mengemukakan empat sumber keyakinan seseorang mengenai kemampuannya. Empat sumber keyakinan tersebut adalah pengalaman dan kinerja masa lalu (*enactive mastery experience*), pengalaman orang lain (*vicarious experience*), persuasi sosial (*social persuasion*) serta keadaan psikologis dan afektif (*physiological dan affective states*).

Wood dan Bandura (1989) menjelaskan pengalaman dan kinerja masa lalu (*enactive mastery experience*) sebagai keyakinan dari seseorang mengenai kemampuan yang dimiliki dari pengalaman yang telah terjadi. Individu yang mempunyai pengalaman sukses akan mempunyai keyakinan yang tinggi dalam menghadapi hambatan atau persoalan tugas di masa sekarang. Sebaliknya jika seorang individu mempunyai pengalaman buruk berupa kegagalan dalam tugas akan membuat keyakinan individu tersebut rendah ketika menghadapi hambatan atau persoalan tugas masa kini.

Pengalaman orang lain (*vicarious experience*) adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya

yang dibangun dari pengalaman orang lain. Pengalaman orang lain tersebut akan menjadi tolak ukur yang mampu menguatkan atau melemahkan keyakinan diri sendiri mengenai keberhasilan yang akan dicapai. Pengalaman tentang keberhasilan suatu tugas akan meyakinkan diri seseorang untuk mencapai keberhasilan yang sama. Sebaliknya jika pengalaman yang dijadikan tolak-ukur adalah pengalaman tentang kegagalan dari orang lain, maka justru akan melemahkan keyakinan individu untuk meraih keberhasilan. Pengalaman yang menjadi tolak ukur tersebut berasal dari orang lain yang menjadi panutan bagi individu tersebut.

Persuasi sosial (*social persuasion*) adalah pengaruh yang berasal dari lingkungan individu itu berada. Pengaruh dari lingkungan sosial tersebut dapat mengarahkan individu untuk terus mencoba dan mengembangkan kemampuan serta keahliannya. Individu yang mendapat pengaruh sosial akan melakukan usaha yang lebih keras dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi dibandingkan dengan seseorang yang tidak mendapat pengaruh sosial.

Keadaan fisik dan afektif (*physiological* dan *affective states*) adalah keyakinan yang dimiliki seorang individu berdasarkan kondisi fisik dan afektif yang dimiliki. Kelemahan fisik yang dirasakan oleh individu akan melemahkan keyakinan individu tersebut untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Sedangkan keadaan afektif dari seorang individu akan dapat membentuk *efficacy* yang dimiliki. Keadaan afektif yang positif akan menguatkan keyakinan individu untuk menyelesaikan permasalahan. Sebaliknya keadaan afektif yang negatif akan melemahkan keyakinan individu dalam melaksanakan tugas-tugasnya.

Gist dan Mitchell (1992) mengemukakan hal yang berbeda mengenai sumber dari keyakinan individu mengenai kemampuannya. Ketiga sumber tersebut, yaitu analisis individu mengenai kompetensi yang dibutuhkan suatu tugas, pengalaman di masa lalu dan faktor kepribadian. Analisis individu mengenai kompetensi yang diperlukan dalam suatu tugas mempengaruhi kuat lemahnya keyakinan yang dimiliki individu. Individu yang menilai kompetensi yang dimilikinya lebih dari kompetensi tugas yang dibutuhkan maka keyakinan akan keberhasilan yang akan dicapai semakin kuat. Pengalaman di masa lalu juga mampu menguatkan atau melemahkan keyakinan individu tentang keberhasilan yang akan dicapai. Jika pengalaman masa lalu merupakan pengalaman tentang keberhasilan maka untuk tugas masa kini individu tersebut akan cenderung yakin mampu

melaksanakan tugas masa kini. Sumber ketiga dari keyakinan individu mengenai kemampuannya adalah kepribadian. Setiap individu dibedakan oleh kepribadian yang dimiliki. Kepribadian dapat menjadi faktor yang mempengaruhi pola pikir seseorang dalam perilaku atau tindakan yang diambil. Sehingga persepsi positif maupun negatif yang dimiliki tergantung dari kepribadian seseorang.

Wood dan Bandura (1989) menjelaskan tiga dimensi dari efikasi diri. Ketiga dimensi tersebut, yaitu *magnitude* (besaran), *strenght* (kekuatan) dan *generality* (generalitas). *Magnitude* (besaran) adalah tingkat kesulitan tugas yang diyakini seseorang mampu untuk menyelesaikannya. *Strenght* (kekuatan) mengacu pada seberapa kuat keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas. *Generality* (generalitas) adalah tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang dalam menghadapi kondisi yang berbeda.

Determinasi Diri

Terdapat beberapa penelitian mengenai determinasi diri. Penelitian terdahulu mengatakan siswa yang mempunyai determinasi diri yang tinggi akan cenderung mendapatkan hasil yang positif pada masa setelah menyelesaikan sekolahnya (Wehmeyer & Palmer 2003, dalam Shogren 2013). Penelitian lain menyebutkan bahwa determinasi diri dapat dipengaruhi oleh faktor individual itu sendiri dan faktor lingkungan (Walker et al 2011). Shogren et al (2007) juga menambahkan bahwa kemampuan intelektual juga merupakan faktor penting dalam memunculkan adanya determinasi diri.

Wehmeyer (2003) menjelaskan terdapat empat karakteristik di dalam determinasi diri, yaitu *autonomy*, *self-regulation*, *psychological empowerment*, dan *self-realization*. Keempat karakteristik tersebut yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi adanya determinasi diri pada seorang individual. Kontrol yang lebih besar, kekuatan dalam memilih, kesempatan untuk tidak mematuhi aturan melewati faktor yang disebut sebagai *autonomy* akan menyebabkan seseorang mengalami kepuasan hidup (Martin & Hill, 2012)



METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis isi. (content analysis). Analisis isi adalah suatu metode untuk mengamati dan mengukur isi komunikasi. Metode ini sering digunakan untuk mengetahui karakteristik isi surat kabar ataupun media komunikasi yang lain seperti social media, media online, dan blog.

Dalam penelitian ini analisis isi di lakukan pada blog yang memuat isi mengenai testimony pelaku OCD pada kurun waktu 3 bulan, yaitu Bulan Oktober - Desember 2013. Pengumpulan data pada penelitian ini melalui dokumentasi blog-blog yang berisi mengenai pembahasan atau testimony pelaku diet OCD. Analisis isi dalam penelitian ini berbentuk analisis wacana. Analisis wacana adalah analisis isi yang lebih bersifat kualitatif dan dapat menjadi salah satu alternatif untuk melengkapi dan menutupi kelemahan dari analisis isi kuantitatif yang selama ini banyak digunakan oleh para peneliti. Jika pada anali-

sis kuantitatif, pertanyaan lebih ditekankan untuk menjawab "apa" (what) dari pesan atau teks komunikasi, pada analisis wacana lebih difokuskan untuk melihat pada "bagaimana" (how), yaitu bagaimana isi teks berita dan juga bagaimana pesan itu disampaikan. Analisis wacana lebih bersifat kualitatif daripada yang umum dilakukan dalam analisis isi kuantitatif karena analisis wacana lebih menekankan pada pemaknaan teks daripada penjumlahan unit kategori, seperti dalam analisis isi. Analisis isi kuantitatif digunakan untuk membedah muatan teks komunikasi yang bersifat manifest (nyata), sedangkan analisis wacana justru memfokuskan pada pesan yang bersifat latent (tersembunyi). Analisis isi kuantitatif hanya dapat mempertimbangkan "apa yang dikatakan" (what), tetapi tidak dapat menyelidiki bagaimana ia dikatakan (how). Analisis wacana tidak bertujuan melakukan generalisasi, sedangkan analisis isi kuantitatif bertujuan untuk generalisasi.



ANALISIS DATA

Teknik pengolahan data sekunder dalam penelitian ini dilakukan lembar coding (coding sheet). Analisa data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis isi. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan coding manual dan lembar coding (coding sheet). Dalam hal ini pemrosesan informasi yang menyangkut isi-isi komunikasi menggunakan unit tematik

(thematic units) yang melihat tema pembicaraan dalam suatu teks dan dibagi kedalam kategori-kategori yang telah dibuat kategorisasinya, setelah itu dimasukkan ke dalam tabel frekuensi dan selanjutnya dianalisis menurut frekuensi pemunculan yang kemudian diinterpretasi dan dibandingkan.



Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan menganalisa 10 *testimony* para pelaku diet OCD pada 3 media sosial yang berbeda. Dari 10 *testimony* tersebut diperoleh :

Efikasi Diri	Form/Statement
pengalaman dan kinerja masa lalu	.."dua tahun menjalani program diet itu Denda berhasil menurunkan hingga 20 kg, hingga akhirnya menemukan program diet ala Deddy Corbuzier... Menurutnya OCD lebih cepat. Baru memulai agustus lalu berat badannya sudah turun lagi sebanyak 10 kg"..
pengalaman orang lain	"...aku sudah seminggu ini jalanin program OCD dan turun 2 kg..coba broo"
persuasi sosial	"temenku ngasih tau diet metode Deddy Corbuzier yaitu OCD".. "Aku tau OCD dari annas temenku..."
psikologis dan efektif	.."Semangaaat, aku pasti bisa..

Determinasi Diri	Form/Statement
autonom	.."gue pengen bisa ngatur antara naik dan turun berat badan gue"...
self-regulation	"...gue atur jam makan gue dari jam 12 siang - 18 sore..."
psychological empowerment	"biar ingat terus program dietnya, kadang saya nulis note di BB"
self-realization	"Selama melakukan OCD, aku sering sekali pergi ke apotek cuman mau numpang timbang berat badan"

Berdasarkan beberapa pernyataan tersebut dapat diketahui bahwa:

- a. Dimensi efikasi diri berupa pengalaman dan kinerja masa lalu muncul sebagai akibat kegagalan program diet non-OCD yang telah dilakukan sehingga memunculkan sebuah keyakinan bahwa metode dalam OCD merupakan metode alternatif yang akan berhasil jika mereka melaksanakannya

- b. Pengalaman orang lain dalam mempengaruhi tingkat keyakinan seseorang terhadap berhasil atau tidak suatu program Diet OCD merupakan unsur yang dapat memperkuat keyakinan mengenai keberhasilan pelaksanaan program diet tersebut
- c. Selain pengalaman orang lain, dari analisis yang dilakukan pengalaman tersebut akhirnya menjadi dorongan atau persuasi social bagi individu untuk ikut melaksanakan program Diet OCD
- d. Keyakinan tidak akan muncul jika hanya didorong dari luar individu sehingga keyakinan perlu muncul dari dalam diri pelaku diet OCD. Dalam hal ini dapat diidentifikasi bahwa pelaku OCD terkadang merasa berat untuk melakukan diet tersebut tetapi mereka tetap memotivasi diri mereka agar program diet yang mereka jalankan berhasil
- e. Sedangkan untuk dimensi determinasi diri autonomy, program diet OCD memberikan beberapa pilihan dalam pelaksanaannya. Hal ini dapat diidentifikasi bahwa pelaku diet OCD dapat mengatur pola diet yang diinginkan
- f. Dimensi self-regulation juga terdapat dalam program diet OCD yang ditawarkan. Para pelaku diet OCD dapat mengatur pola makan yang diinginkan
- g. Para pelaku diet OCD mempunyai psychological empowerment yang ditunjukkan pada pernyataan yang mampu memotivasi diri sendiri terhadap program diet yang sedang dijalani



SIMPULAN

Program diet yang dikembang oleh Deddy Corbuzier menjadi topic diskusi yang populer di media social. Program tersebut menjadi sangat populer ketika Deddy Corbuzier menggunakan media televisi dan Blog pribadi sebagai media penyebaran informasi. Program diet tersebut diterima secara luar dalam waktu yang singkat karena hasil yang diperoleh dari program diet tersebut sangat luar biasa, para pelaku diet OCD mendapatkan berat badan yang diinginkan dalam waktu singkat dan tanpa mengeluarkan biaya yang besar. Pelaku OCD dalam diskusi di media social juga menunjukkan efikasi diri dan determinasi

yang tinggi terhadap pelaksanaan program Diet OCD tersebut. Pernyataan-pernyataan yang ada di media social mengenai pengalaman-pengalaman pelaku diet OCD banyak yang positif. Dalam penelitian ini tidak menganalisis pengalaman pelaku OCD yang sifatnya negative atau tidak berhasil. Penelitian lanjutan perlu dilakukan pada pelaku OCD yang tidak berhasil dalam melakukan diet OCD, dan perlu dilakukan mixed method dalam meneliti bentuk-bentuk dari efikasi diri dan determinasi diri agar hasilnya dapat lebih robust dan diterima secara luas (generalisir).



DAFTAR PUSTAKA

- Gist, M.E., and Mitchell, T.R. (1992). Self-efficacy: A Theoretical analysis of its determinants and malleability. *Academy of Management Review*, 17: 183-211
- Luna, E.M. (2013). The struggle for self determination through fair and accountable police services. *American Indian Quarterly*. 37:4
- Martin, K.D., & Hill, R.P. (2012). Life satisfaction, self-determination and consumption adequacy at the bottom of the pyramid. *Journal of Consumer Research*. 38
- Sepp, M., Liljander, V & Gummerus, J. (2011). Private Bloggers motivations to produce content a gratification theory perspective. *Journal of Marketing Management*, 27:1479-1503
- Shogren, K.A. (2013). A Social-Ecology analysis of the self determination literature. *Intellectual and Development Disabilities*, 51:496-511
- Wood, R., and Bandura., A. (1989). Social cognitive theory of organizational management. *Academy of Management Review*, 14:361-384