

## HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN TINGKAT EFIKASI DIRI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN TAHAP SARJANA UNIVERSITAS MALAHAYATI

Bertha Luthfiyah Hanna Badja Sanusi<sup>1</sup>, Sri Maria Puji Lestari<sup>2\*</sup>, Supriyati<sup>3</sup>, Dessy Hermawan<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

<sup>3</sup>Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

<sup>4</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

\*)Email korespondensi : srimaria@malahayati.ac.id

**Abstract: The Relationship Between Resilience with The Level of Self-Efficiency in Graduate Students of The Faculty of Medicine Malahayati University.** Medical students are faced with various academic demands that cause anxiety, high self-efficacy is required to lower anxiety. The high level of self-efficacy depends on factors from within the individual (internal) and is influenced by external (external) factors. One of the components of the internal factor is resilience. Determine the relationship between resilience and self-efficacy levels in students of the Faculty of Medicine at the Undergraduate Stage of Malahayati University. This type of research is quantitative with analytical surveys and cross-sectional approaches, a questionnaire measuring tool for resilience and self-efficacy with sampling techniques is stratified random sampling technique. Based on the results of the study, respondents obtained as many 228 students with low resilience levels totaling 104 students (45.6%), and students who had the most resilience in the category and high with a total of 124 students (54.4%), then for the highest level of self-efficacy in the high category which amounted to 128 students (56.1%). Statistical analysis using the spearman test showed a  $p$ -value of 0.000 with a coefficient correlation test of  $r = 0.484$ . There is a significant relationship between resilience and self-efficacy among Faculty Medicine Students of Malahayati University of Undergraduate Stage. Resilience affects self-efficacy by 17.3%. Program is needed to increase resilience with training in self-reflection skills.

**Keywords:** Resilience, Self-Efficacy

**Abstrak: Hubungan Resiliensi Dengan Tingkat Efikasi Diri Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati.** Mahasiswa kedokteran dihadapkan dengan berbagai tuntutan akademik yang menyebabkan kecemasan, diperlukan efikasi diri yang tinggi untuk menurunkan kecemasan. Tinggi rendahnya Efikasi diri bergantung dari faktor dari dalam diri individu (internal) dan dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal). Salah satu komponen dari faktor internal adalah resiliensi. Tujuan penelitian mengetahui hubungan resiliensi dengan tingkat efikasi diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati. Jenis penelitian yang dilakukan adalah kuantitatif dengan survei analitik dan pendekatan secara *cross sectional*, alat ukur kuesioner resiliensi dan efikasi diri dengan teknik pengambilan sampel adalah teknik *stratified random sampling*. Didapatkan responden sebanyak 228 mahasiswa dengan tingkat resiliensi rendah berjumlah jumlah 104 mahasiswa (45,6%), dan mahasiswa yang memiliki resiliensi terbanyak dalam kategori sedang dan tinggi dengan total 124 mahasiswa (54,4%), tingkat efikasi diri terbanyak dalam kategori tinggi yang berjumlah 128 mahasiswa (56,1%). Analisis statistik menggunakan uji *spearman* menunjukkan  $p$ -value sebesar 0,000 dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,484$ . Terdapat hubungan bermakna antara resiliensi dengan efikasi diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran

Tahap Sarjana Universitas Malahayati. Resiliensi mempengaruhi efikasi diri sebesar 17,3%. Diperlukan suatu program untuk meningkatkan resiliensi dengan pelatihan kemampuan refleksi diri.

**Kata kunci:** Efikasi diri, Resiliensi

## PENDAHULUAN

Mahasiswa kedokteran akan berhadapan dengan berbagai tuntutan akademik ditambah adanya tekanan untuk mencapai prestasi akademik, seperti memperoleh nilai yang baik (Amalia, 2020). Mahasiswa kedokteran juga akan dihadapkan dengan berbagai ujian, salah satunya adalah ujian akhir blok yang dilaksanakan setiap pengujung blok dengan metode *computer based test* penilaian yang diambil berdasarkan kemampuan mahasiswa dibagian teori. Perolehan nilai dari ujian blok juga menjadi standar penilaian untuk melanjutkan studi. Menurut Demak, Muharram dan Salman (2019) ujian merupakan salah satu stersor timbulnya kecemasan, keadaan cemas dapat meyebabkan performa yang tidak maksimal dalam ujian dan dapat mempengaruhi hasil.

Faktor kecemasan menghadapi ujian salah satunya adalah rendahnya efikasi diri pada mahasiswa. Sejalan dengan penelitian Permana, Harahap dan Astutiet (2017) mengenai hubungan efikasi diri dengan kecemasan ketika menghadapi ujian, terdapat hubungan yang cukup signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan ujian. Maka dari itu pentingnya mahasiswa memiliki efikasi diri yang tinggi. Apabila individu memiliki efikasi diri akademik yang tinggi diharapkan akan mengarahkan perilakunya untuk giat dan lebih tekun dalam aktivitas akademik, demikian juga sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri akademik yang rendah rentan dengan keraguan kemampuannya sendiri sehingga mengarahkan diri pada perilaku lain sebagai kegiatan yang menghambat performa akademis atau menurunkan prestasi akademis, bisa jadi individu akan menghindari tugas (Mukti dan Tentama, 2019). Menurunnya efikasi diri pada mahasiswa dapat menyebabkan penurunan prestasi belajar dan kurangnya keyakinan serta kemampuan individu pada dirinya sendiri.

Berdasarkan penelitian Rista (2014) mahasiswa yang tingkat efikasi dirinya rendah akan menunjukkan kecemasan yang lebih tinggi ketika dihadapkan dengan situasi yang menimbulkan kecemasan, seperti saat menghadapi ujian. Kondisi seperti ini dapat menghambat mahasiswa dalam memperoleh keberhasilan.

Penelitian oleh Masrurroh, Saputra, Rodiani, Oktaria, dan Utami (2019) pada 170 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung angkatan 2013 menunjukkan hasil 43 responden (25,3%) memiliki efikasi diri rendah, 73 responden (42,9%) memiliki efikasi diri sedang dan 54 responden (31,8%) memiliki efikasi diri tinggi. Dilihat dari hasil penelitian, kategori efikasi diri tinggi masih di bawah 50% menunjukkan kurangnya efikasi diri pada mahasiswa. Penelitian lain dilakukan oleh Saba, Lisiswanti, dan Cania (2018) pada 222 mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung didapatkan hasil 51 orang (23,0%) memiliki efikasi diri rendah, 82 orang (36,9%) memiliki efikasi diri sedang dan 89 orang (40,1%) memiliki efikasi diri tinggi. Seseorang dengan efikasi diri rendah atau kurang yakin pada kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dengan benar cenderung berfokus pada ketidakmampuan yang dipresepsikan. Tingginya efikasi diri yang dimiliki seseorang akan memotivasi secara kognitif untuk bertindak lebih terarah apabila tujuan yang dicapai merupakan tujuan yang jelas.

Salah satu upaya untuk meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa adalah dengan mengikuti pelatihan efikasi diri seperti penelitian oleh Lutfianawati, Sandayanti, Supriyati, dan Sucita (2022) yang memberi pelatihan efikasi diri untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian CBT peserta UKMPPD, yang mana mahasiswa akan diajarkan untuk meningkatkan efikasi diri dengan proses pelatihan

(*experient learning*) menunjukkan hasil kelompok eksperimen yang mengikuti pelatihan efikasi diri merasa lebih rileks dan tenang serta dapat berfikir lebih jernih dan fokus, selain itu mampu menganalisis kemampuan diri sehingga dapat membuat strategi agar lebih berkembang dengan optimal, berbeda halnya dengan kelompok yang tidak diberi pelatihan efikasi diri tetap memiliki tingkat kecemasan yang tinggi.

Efikasi diri akademik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu saja (internal), tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal). Faktor internal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu: minat, kesabaran, resiliensi, karakter, motivasi belajar, sedangkan, faktor eksternal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu gaya kelekatan, rasa hangat, orientasi hasil, *enactive mastery experiences*, persuasi verbal (Mukti dan Tentama, 2019). Salah satu faktor yang berpengaruh dalam efikasi diri adalah resiliensi. Resiliensi muncul sebagai prediktor positif yang signifikan dari efikasi diri (Yendork dan Somhlaba, 2015).

Resiliensi sebagai kemampuan menghadapi tantangan, resiliensi akan tampak ketika seseorang menghadapi pengalaman yang sulit dan tahu bagaimana menghadapi atau beradaptasi dengannya (Rojas, 2015). Resiliensi adalah proses beradaptasi baik dalam situasi trauma, tragedi, ataupun kejadian lainnya yang mungkin dapat menimbulkan stres (Mahmood dan Ghaffar, 2014). Menurut Herrman, Stewart, Diaz-Granados, Berger, Jakson, dan Yuen (2011) Sumber-sumber resiliensi meliputi beberapa hal sebagai berikut: pertama, faktor kepribadian, meliputi ciri-ciri kepribadian, efikasi diri, harga diri, titik kontrol internal, optimisme, kemampuan intelektual, konsep diri positif. Faktor demografi (usia, jenis kelamin, ras), harapan, ketangguhan, regulasi emosi, dan sebagainya. Kedua faktor biologis dan ketiga faktor lingkungan. Hal senada juga dinyatakan oleh Goldberg (1995) yang menyatakan bahwa ada tiga sumber resiliensi yaitu *I am, I can dan I have*. *I am* berisi tentang kepercayaan

diri dan perasaan seseorang. *I can* adalah sesuatu yang dapat dilakukan seseorang, sedangkan *i have* berupa dukungan yang dimiliki untuk meningkatkan resiliensi (Utami, 2017).

Banyak hambatan yang dimiliki oleh mahasiswa dalam menghadapi tantangan pembelajaran, pengalaman yang sulit serta situasi yang tidak menyenangkan dalam proses akademik. Dengan meningkatkan resiliensi, seseorang dapat mengembangkan keterampilan hidup seperti bagaimana berkomunikasi, kemampuan yang realistik dalam membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya (Rojas, 2015). Mereka akan mengembangkan cara untuk mengubah keadaan yang penuh tekanan menjadi sebuah kesempatan untuk pengembangan diri pribadi serta pengembangan keterampilan coping yang efektif untuk menghadapi perubahan dan kesulitan (Utami, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Riahi, Mohammadi, Norozi, dan Malekitabar (2015) pada 81 siswa SMA di Iran, dengan hasil ada korelasi antara *academic self- efficacy* dengan resiliensi ( $r = 0,36$  dan  $p < 0,01$ ). Korelasi ini memiliki arah positif, artinya semakin tinggi *academic self-efficacy* pada diri siswa, maka akan semakin tinggi pula resiliensinya. Penelitian lain dilakukan oleh Keye dan Pidgeon (2013) pada 141 mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *academic self-efficacy* dan resiliensi, yaitu ditunjukkan dengan koefisien korelasi ( $r = 0,65$  dan  $p < 0,000$ ), Ketika efikasi diri meningkat, maka resiliensi juga meningkat dan sebaliknya. Penelitian lain dilakukan oleh Sagone dan Caroli (2013) pada 130 remaja Italia. Dalam penelitian tersebut, Sagone dan Caroli membagi *self-efficacy* dalam dua hal, yaitu *self-efficacy* secara umum (*generalized self-efficacy*) dan *self-efficacy* dalam mata pelajaran (*scholastic self-efficacy*). Penelitian tersebut menunjukkan hubungan positif antara efikasi diri umum dan resiliensi dengan nilai ( $r = 0,59$  dan  $p < 0,001$ ). Demikian pula hubungan antara *scholastic self-efficacy* dengan resiliensi, ( $r = 0,36$  dan

$p < 0,001$ ) Jadi, semakin tinggi efikasi diri seseorang maka resiliensinya juga semakin tinggi.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dikatakan bahwa pentingnya efikasi diri akademik untuk dimiliki oleh mahasiswa (Utami, 2016). Oleh karena itu, penting dilakukan sebuah penelitian mengenai hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan resiliensi dengan tingkat efikasi diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran tahap Sarjana Universitas Malahayati.

#### METODE

Metode yang digunakan oleh penelitian ini adalah metode kuantitatif analitik observasional dengan design penelitian *Cross Sectional Study*. Lokasi penelitian ini adalah di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati tahun 2022. Populasi adalah Mahasiswa/i Tahap Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati sejumlah 532 orang dengan sampel 228. Kuesioner yang akan dipakai adalah *The Academic Resilience Scale 30 (ARC-30)* dan juga *Generally Self-Efficacy Scale (GSES)*. Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan

membagikan *link google form*. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, dengan menggunakan uji statistic *pearson*.

#### HASIL

Penelitian ini dilakukan di Universitas Malahayati pada bulan Desember 2022. Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti telah mengajukan surat keterangan kelaikan etik dan surat telah terbit dengan nomor redaksi No. 2970/EC/KEP-UNMAL/XII/2022. Pengambilan data dengan cara mengisi kuesioner menggunakan *google form* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati sebanyak 228. Data penelitian diolah menggunakan analisis univariat untuk menjabarkan distribusi frekuensi sampel, kemudian dilanjutkan dengan analisis bivariat yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen dengan variabel dependen menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) versi 26.0. Berikut adalah hasil penelitian yang ditampilkan dalam bentuk tabel yang terdiri atas beberapa data distribusi frekuensi dan data hasil bivariat.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Angkatan, Jenis Kelamin dan Usia**

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
<b>Angkatan:</b>		
2019	56	24.6
2020	49	21.5
2021	55	24.1
2022	68	29.8
<b>Usia:</b>		
17-20 Tahun	153	67.1
21-26 Tahun	75	32.9
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	75	32.9
Perempuan	153	67.1
<b>Total</b>	<b>228</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merupakan angkatan 2022 sebanyak 68 responden (29,8%), usia yang mengisi kuesioner paling banyak pada mahasiswa yang berusia 17-20 tahun

dengan jumlah 153 responden (67,1%), sedangkan jenis kelamin didapatkan paling banyak pada mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 153 responden (67,1%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Angkatan, Jenis Kelamin dan Usia Pada Variabel Resiliensi**

Karakteristik	Rata-rata	Min - Max
<b>Angkatan:</b>		
2019	29,57	22 - 56
2020	33,65	22 - 54
2021	34,27	22 - 52
2022	33,10	22 - 56
<b>Usia:</b>		
17 Tahun	38,14	28 - 49
18 Tahun	33,14	23 - 56
19 Tahun	33,57	22 - 56
20 Tahun	32,12	22 - 47
21 Tahun	31,67	22 - 56
22 Tahun	30,75	23 - 56
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	33,92	22 - 56
Perempuan	32,01	22 - 56

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mempengaruhi tinggi rendahnya resiliensi merupakan angkatan 2021 dengan nilai rata-rata 34,27. Distribusi frekuensi usia yang mengisi kuesioner resiliensi paling banyak pada mahasiswa

yang berusia 17 tahun dengan nilai rata-rata 38,14. Sedangkan untuk data frekuensi jenis kelamin didapatkan paling banyak pada mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dengan nilai rata-rata 33,92.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Angkatan, Jenis Kelamin dan Usia Pada Variabel Efikasi Diri**

Karakteristik	Rata-rata	Min - Max
<b>Angkatan:</b>		
2019	55,43	30 - 76
2020	59,43	47 - 75
2021	60,75	44 - 74
2022	59,47	38 - 76
<b>Usia:</b>		
17 Tahun	62,43	57 - 68
18 Tahun	58,75	38 - 75
19 Tahun	60,94	48 - 76
20 Tahun	58,92	44 - 72
21 Tahun	55,48	44 - 72
22 Tahun	59,08	53 - 75
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	58,77	31 - 76
Perempuan	58,78	30 - 76

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mempengaruhi tinggi rendahnya efikasi diri merupakan angkatan 2021 dengan nilai rata-rata 60,75. Usia yang mengisi

kuesioner efikasi diri berusia 17 tahun dengan nilai rata-rata 62,43. Sedangkan jenis kelamin paling banyak pada mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan dengan nilai rata-rata 58,78.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Resiliensi dan Tingkat Efikasi Diri**

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
<b>Resiliensi</b>		
Tinggi	48	21,1
Sedang	76	33,3
<b>Rendah</b>	<b>104</b>	<b>45,6</b>
<b>Efikasi Diri</b>		
Tinggi	128	56,1
Sedang	98	43
Rendah	2	9
<b>Total</b>	<b>228</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa distribusi frekuensi resiliensi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati paling banyak pada mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi tinggi berjumlah 48 dengan presentase 21,1%, resiliensi sedang berjumlah 76 dengan presentase

33,3% dan resiliensi rendah berjumlah 104 dengan presentase 45,6%. Pada resiliensi cenderung tinggi dan sedang dengan jumlah 124 dengan presentase 54,4%. Sedangkan untuk data frekuensi tingkat efikasi diri yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi dengan jumlah 128 mahasiswa dengan presentase 56,1%.

**Tabel 5. Hubungan Antara Resiliensi dengan Tingkat Efikasi Diri**

Variabel	Median (Min-Max)	P value	Nilai r	Keterangan
<b>Resiliensi</b>	29.00 (22-56)	0,000	0,484	Signifikan
<b>Efikasi Diri</b>	57.00 (30-76)			

Pada uji analisis bivariat peneliti menguji hubungan antara resiliensi dengan tingkat efikasi diri. Pada penelitian ini digunakan uji statistik *Spearman* dikarenakan data tidak berdistribusi normal pada variabel dependen dan data tidak berdistribusi normal pada variabel independen, pada variabel resiliensi dengan tingkat efikasi diri didapatkan nilai *P value* = 0,000 ( $P < 0,05$ ), artinya terdapat "Hubungan bermakna antara resiliensi dengan tingkat efikasi diri pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati." Nilai korelasi  $r = 0,484$ , artinya kekuatan korelasi positif yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi tingkat efikasi diri seseorang.

Setelah  $r$  hitung diketahui sebesar 0,484 maka selanjutnya untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel independen terhadap variabel dependen. Hasil dari perhitungan diatas

menunjukkan bahwa nilai  $r^2 = 0,173$  yang artinya 17,3% terdapat hubungan resiliensi dengan tingkat efikasi diri, sedangkan 82,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat efikasi diri.

Hasil perhitungan di atas maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan variabel resiliensi terhadap tingkat efikasi diri yaitu sebesar 17,3% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

## PEMBAHASAN

Resiliensi merupakan suatu usaha dari individu sehingga mampu beradaptasi dengan baik terhadap keadaan yang menekan, sehingga mampu untuk pulih dan berfungsi optimal serta mampu melalui kesulitan (Waxman *et al.*, 2003). Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat bertahan

dan beradaptasi ketika terjadi sebuah kesulitan. Mahasiswa perlu membangun kemampuan resiliensi untuk mengatasi kondisi yang tidak menyenangkan dan mengembangkan cara untuk mengubah keadaan yang penuh tekanan menjadi sebuah kesempatan pengembangan diri dan bangkit untuk menghadapi kesulitan (Utami,2017). Individu yang memiliki resiliensi tinggi mampu beradaptasi dengan baik dalam keadaan yang menekan, sehingga mampu untuk pulih dan mampu melewati kesulitan.

Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang baik cenderung memiliki kemauan untuk bangkit kembali dari kesulitan tetapi kurang stabil dalam bersikap dan memiliki semangat naik turun. Menurut Nisa (2016) resiliensi tinggi yaitu adanya sikap tidak menyerah dan berusaha untuk menghadapinya, memiliki sifat yang terbuka, percaya diri, semangat dan memiliki keyakinan untuk menjadi orang sukses, kategori sedang yaitu individu yang cenderung tidak stabil dalam bersikap dan memiliki semangat naik turun, kategori rendah yaitu adanya sikap mudah menyerah, menghindari masalah, tidak memiliki semangat untuk bangkit dan berusaha menjadi lebih baik. Menurut Cassidy (2016), resiliensi . Tiga dimensi yang dimaksud adalah *perseverance* (ketekunan), *reflecting and adaptive help-seeking* (refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif), *negative affect and emotional response* (afek negatif dan respon emosional).

Bedasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati didapatkan hasil bahwa mahasiswa mendominasi kategori resiliensi tinggi dan sedang dengan jumlah 124 mahasiswa (54,4%). Sejalan dengan hasil pengisian kuesioner pada item *favorable* oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati beberapa mahasiswa tertera pada tabel 4.5 mayoritas mengisi pada point 5 dengan dimensi *perseverance* "Saya akan terus belajar agar cita-cita yang saya inginkan tercapai." dengan jumlah skor 556. Dimensi *perseverance* (ketekunan) merupakan dimensi yang paling dominan diantara dua dimensi

lainnya yaitu *reflecting and adaptive help-seeking* (refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif), *negative affect and emotional response* (afek negatif dan respon emosional), dengan kata lain mahasiswa yang memiliki ketekunan mampu untuk tetap berjuang meskipun menghadapi kesulitan, mampu mengontrol diri, memiliki orientasi tujuan sehingga mampu membuat strategi yang efektif.

Dari penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati didapatkan hasil bahwa beberapa mahasiswa masih memiliki resiliensi rendah dengan jumlah 104 mahasiswa (45,6%). Sejalan dengan hasil pengisian kuesioner pada item *unfavorable* oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati yang tertera pada table 4.6 bahwa mahasiswa dengan resiliensi rendah mayoritas mengisi pada point 9 dengan aspek *reflecting and adaptive help-seeking* (refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif) "Saya jarang bertanya pada dosen meskipun kurang mengerti" dengan jumlah skor 779. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner tersebut didapatkan beberapa mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati masih kurang pada dimensi *reflecting and adaptive help-seeking* (refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif). Faktor ini menyatakan kelebihan dan kekurangan setiap individu, dengan memahami kelebihan dan kekurangan dalam diri setiap individu, jika dihadapkan dengan kesulitan, individu akan mengetahui bantuan apa yang dibutuhkan, siapa yang dapat membantunya dan sejauh apa membutuhkan bantuan. Dengan menurunnya dimensi *reflecting and adaptive help-seeking* (refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif) ketika dihadapkan dengan kesulitan, individu cenderung lebih sulit bangkit dan kurang beradaptasi dalam menghadapi kesulitan. Hal ini dapat memicu resiliensi yang rendah pada setiap individu.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa (2016) yang dilakukan kepada 80 responden

didapatkan hasil 66% memiliki resiliensi sedang, 18% memiliki resiliensi tinggi dan 16% memiliki resiliensi rendah. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi yang baik cenderung kurang stabil dalam bersikap dan memiliki semangat naik turun. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menilai, mengatasi dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari keterpurukan dalam hidup, karena setiap individu akan mengalami kesulitan (Grotberg, 2003).

Hasil penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati beberapa mahasiswa memiliki efikasi diri sedang berjumlah 98 dengan presentase 43% dan efikasi diri rendah berjumlah 2 dengan presentase 9%. Relevan dengan hasil pengisian kuesioner *unfavorable* tingkat efikasi diri pada point 9 dengan aspek *level* "Saya yakin bisa menyelesaikan tugas dengan baik tanpa bantuan orang lain." Dengan skor 623. Pada aspek *level* menjelaskan mengenai tingkat kesulitan suatu tugas yang dapat diselesaikan setiap individu. Sehingga tingkat efikasi diri mahasiswa dapat diukur berdasarkan tingkat kesulitan tugas yang diselesaikannya. Hasil penelitian menyatakan beberapa mahasiswa memiliki efikasi diri kurang baik yang dipengaruhi oleh aspek *level*. Individu yang memiliki efikasi diri rendah akan menjauhi tugas yang sulit karena tugas tersebut dipandang sebagai tekanan dan memiliki aspirasi yang rendah dalam mencapai tujuan, serta individu yang memiliki efikasi diri rendah tidak berpikir tentang bagaimana cara yang efisien dalam menyelesaikan tugas yang sulit.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saba, Lisiswanti, dan Cania (2018) pada 222 mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung didapatkan hasil 51 orang (23,0%) memiliki efikasi diri rendah, 82 orang (36,9%) memiliki efikasi diri sedang dan 89 orang (40,1%) memiliki efikasi diri tinggi. Tingginya efikasi diri yang dimiliki seseorang akan memotivasi secara kognitif untuk bertindak lebih

terarah apabila tujuan yang dicapai merupakan tujuan yang jelas.

Secara umum, mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati sudah memiliki pencapaian efikasi diri yang baik sejalan dengan hasil kategori tingkat efikasi diri tinggi berjumlah 128 dengan presentase 56,1%. Dalam proses pembelajaran mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai permasalahan baik dari dalam diri (internal) maupun luar diri (eksternal) dengan memiliki efikasi diri yang tinggi pada mahasiswa dapat membantu menentukan pilihan dan usaha untuk maju, memperoleh kegigihan dan ketekunan yang ditunjukkan melalui usaha untuk mencapai target atau kesuksesan.

Pada penelitian ini digunakan uji statistik *Spearman* dikarenakan data tidak berdistribusi normal pada variabel dependen dan data tidak berdistribusi normal pada variabel independent, pada variabel resiliensi dengan tingkat efikasi diri didapatkan nilai *P value* = 0,000 ( $P < 0,05$ ), artinya terdapat "Hubungan bermakna antara resiliensi dengan tingkat efikasi diri pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati". Nilai korelasi  $r = 0,484$ , artinya kekuatan korelasi positif yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi tingkat efikasi diri seseorang.

Resiliensi menjadi hal yang diduga dapat memperoleh efikasi diri. Dimensi resiliensi ketekunan (*perseverance*), refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif (*reflecting and adaptive help-seeking*) dan afek negatif dan respon emosional (*negative affect and emotional respons*) diduga akan meningkatkan efikasi diri. Apabila ketekunan (*perseverance*) tinggi maka individu mampu untuk berjuang serta mampu membuat strategi yang efektif Ketika menghadapi kesulitan. Apabila refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif (*reflecting and adaptive help-seeking*) tinggi maka individu mampu mengetahui kelebihan dan kekurangan sehingga sadar bantuan apa yang dibutuhkan, siapa yang dapat membantunya dan sejauh apa membutuhkan bantuan



sebagai bentuk implementasi kemandirian. Apabila afek negatif dan respon emosional (*negative affect and emotional respons*) tinggi maka individu mampu mengembangkan kemampuan untuk merespon kondisi sulit dengan emosi yang positif sehingga akan menghasilkan output yang positif. Hasil tersebut berdampak pada efikasi diri individu menjadi tinggi karena individu bangkit kembali dari kesulitan dengan membuat strategi yang efektif serta mampu mengelola emosi negatif agar menghasilkan output yang positif. Apabila resiliensi yang diterima individu rendah, hal ini dapat menyebabkan terhambatnya kemampuan individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Keye dan Pidgeon (2013) pada 141 mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *academic self-efficacy* dan resiliensi, yaitu ditunjukkan dengan koefisien korelasi ( $r = 0,65$  dan  $p < 0,000$ ). Arah hubungan korelasi yang ada dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa ke arah positif, artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi pula tingkat efikasi diri. Pengaruh resiliensi terhadap efikasi diri memiliki korelasi yang signifikan. Salah satu faktor yang mempengaruhi efikasi diri menurut (Mukti dan Tentama, 2019) adalah resiliensi.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh  $r^2$  sebesar 0,173, menyatakan bahwa 17,3% tingkat efikasi diri mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati dipengaruhi oleh resiliensi, sedangkan 82,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti yaitu pada faktor internal meliputi motivasi belajar, minat belajar dan kesabaran. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan diatas menunjukkan bahwa resiliensi memiliki hubungan terhadap efikasi diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati.

## KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu ada hubungan bermakna antara

resiliensi dengan tingkat efikasi diri pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati ( $p$  value 0,000,  $r = 0,484$ ). Distribusi frekuensi resiliensi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati paling banyak pada mahasiswa yang memiliki kategori resiliensi sedang dan tinggi dengan jumlah 124 mahasiswa dengan presentase 54,4%. Distribusi frekuensi tingkat efikasi diri pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Sarjana Universitas Malahayati yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi dengan jumlah 128 mahasiswa dengan presentase 56,1%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2011). Pengaruh Pelatihan Resiliensi Terhadap Perilaku Asertif Pada Remaja. *Jurnal Pamator*, Volume 4(No 2), 129–136.
- Ahyar, H., Maret, U. S., Andriani, H., Sukmana, D. J., & Mada, U. G. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Issue March).
- Amalia, N. (2020). Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Malaysia di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. *Skripsi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh*.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercise Of Control*. w.h freeman and company.
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Constantia, N. (2019). *Hubungan Antara Efikasi Diri dan Motivasi Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa SMK Taruna Satria Pekanbaru*. 2, 160.
- Demak, I. P. K., Muharam, D. N., & Salman, M. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Blok Dengan Nilai Ujian Mahasiswa Kedokteran

- Tahun Kedua Universitas Tadulako. *Molucca Medica, June*, 11–17. <https://doi.org/10.30598/molmed.2019.v12.i1.11>
- Dewi Kumalasari, Azmi Luthfiyanti, N., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis faktor adaptasi instrumen resiliensi akademik versi indonesia: pendekatan eksploratori dan konfirmatori. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 84–95. <https://doi.org/10.21009/jppp.092.06>
- Edwin, E., & Widjaja, Y. (2020). Hubungan Self Efficacy Dengan Pencapaian Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(1), 30–39. <http://repository.untar.ac.id/id/eprint/24922%0Ahttp://repository.untar.ac.id/24922/1/top.pdf>
- Eley, D. S., Robert Cloninger, C., Walters, L., Laurence, C., Synnott, R., & Wilkinson, D. (2013). The Relationship Between Resilience and Personality Traits in Doctors: Implications For Enhancing Well Being. *PeerJ*, 2013(1), 1–16. <https://doi.org/10.7717/peerj.216>
- Feist, J., & Feist, G. J. (2009). *Theories of Personality* (Seventh ed). The Macgraw-Hill Companies, Inc.
- Grotberg, E. H. (Edith H. (2003). *Resilience for Today: Gaining Strength From Adversity*. Praeger.
- Grotberg, E. H. (Edith H., & Bernard van Leer Foundation. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening The Human Spirit* (Issue 8).
- Harumi, B. P. Y., & Marheni, A. (2018). Peran Konsep Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kematangan Karier Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unviversitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(01), 23. <https://doi.org/10.24843/jpu.2018.v05.i01.p03>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What Is Resilience? *Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258–265. <https://doi.org/10.1177/070674371105600504>
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). Investigation Of The Relationship Between Resilience, Mindfulness, and Academic Self-Efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 01(06), 1–4. <https://doi.org/10.4236/jss.2013.16001>
- Kompri. (2015). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*. 5(2).
- Lutfianawati, D., Sandayanti, V., Supriyati, & Sucita, A. (2022). Pengaruh Pelatihan Efikasi Diri Untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Cbt Pada Peserta Ukmppd. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 55–70. <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj5zYmv9fj6AhWD7HMBHQmpBwQQFnoECBMQAQ&url=http%3A%2F%2Fejournalmalahayati.ac.id%2Findex.php%2FFPSIKOLOGI%2Farticle%2Fview%2F6036&usg=AOvVaw1687P9B936sAZo-PIMCM7c>
- Mahmood, K., & Ghaffar, A. (2014). The Relationship Between Resilience, Psychological Distress and Subjective Well-Being among Dengue Fever Survivors. *Global Journal of Human-Social Science*, 14(10), 12–20.
- Makmun Hairani. (2012). Psikologi Belajar. *Jakarta: Rajawali Pers*, 1(2), 132.
- Maros, H., & Juniar, S. (2016). *Academic Resilience and The Four cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment*. November, 1–23.
- Masruroh et al. (2019). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Hasil Belajar Blok Emergency Medicine Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas. *J Agromedicine*, 6(1), 20–24.
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad*

- Dahlan, 2009, 433–441.
- Mukti, B., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 0(0), 341–347.  
<http://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3442>
- Nisa, M. K. (2016). Studi Tentang Daya Tangguh ( Resiliensi ) Anak Di Panti Asuhan Sidoarjo A Study Of Children Resilience In Sidoarjo Orphanages. *Fkip*, 6(3), 40–45.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/15740>
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cita.
- Octaryani, M., & Baidun, A. (2018). Uji Validitas Konstruk Resiliensi. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 6(1), 43–52.  
<https://doi.org/10.15408/jp3i.v6i1.8150>
- Oyoo, S. A., Mwaura, P. M., & Kinai, T. (2018). Academic Resilience as A Predictor Ff Academic Burnout Among Form Four Students In Homa-Bay County, Kenya. *International Journal of Education and Research*, 6(3), 187–200.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX di MTS Al-Hikmah Brebes. *Jurnal Hisbah*, 13(1), 51–68.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas Ix Di Mts Al Hikmah Brebes. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 13(2), 51–68.  
<https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Pitaloka, R. A. (2021). *Hubungan Problem Focused Coping dan Resiliensi Akademik Pada Siswa di SMP Negri 2 Tambang Kabupaten Kampar*. 1–152.  
<http://repository.uin-suska.ac.id/54837/1/1>. UPLOAD AWAL.pdf
- Rahmania, F. A., Anisa, S. N., Hutami, P. T., Wibisono, M., & Rusdi, A. (2019). Hubungan Syukur dan Sabar Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja. *PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24 Nomor(2), 155–166.  
<https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art6>
- Riahi, M., Mohammadi, N., Norozi, R., & Malekitaba, M. (2015). The Study Of The Relationship Between Academic Self-Efficacy and Resilience in High School Students. *Academic Journal of Psychological Studies ISSN 2333-0821*, 4(3), 59–65.
- Rista, R. (2014). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi pada Mahasiswa Universitas Negeri Makassar*.
- Rojas F., L. F. (2015). Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A Case Study. *GiST Education and Learning Research Journal*, 11(11), 63–78.  
<https://doi.org/10.26817/16925777.286>
- Saba, R. T., Lisiswanti, R., & B, E. C. (2018). Hubungan Self-Efficacy Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*, 7, 12–16.
- Sagone, E., & Caroli, M. E. De. (2013). Relationships Between Resilience, Self-Efficacy, and Thinking Styles in Italian Middle Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 92(Lumen), 838–845.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.763>
- Salifu Yendork, J., & Somhlaba, N. Z. (2015). Do Social Support, Self-Efficacy and Resilience Influence The Experience Of Stress in Ghanaian Orphans? An Exploratory Study. *Child Care in Practice*, 21(2), 140–159.  
<https://doi.org/10.1080/13575279>

- .2014.985286
- Schultz, D. P., & Schlutz, S. E. (2015). *Theories Of Personality* (Eleventh e). Cengage Learning.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (2014). Generalized self-efficacy scale [J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston]. *Measures in Health Psychology: A User's Portfolio. Causal and Control Beliefs, 2008*, 35-37.
- Trihendradi, C. (2011). *Langkah Mudah Melakukan Analisis Statistik Menggunakan SPSS 19: Deskriptif, Parametrik, Non Parametrik*. CV. Andi Offset.
- Ulya, S. F., Sukestiyarno, Y., & Hendikawati, P. (2018). Analisis Prediksi Quick Count Dengan Metode Stratified Random Sampling Dan Estimasi Confidence Interval Menggunakan Metode Maksimum Likelihood. *Unnes Journal of Mathematics, 7*(1), 108-119.
- Utami, C. T. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi, 25*(1), 54-65.  
<https://doi.org/10.22146/buletinp sikologi.18419>
- Utami, I. (2016). *Hubungan Antara Academic Self-Efficacy Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Bidikmisi FIP UNNES Angkatan Tahun 2010-2011*. 8-31.
- Waxman, H. C., Gray, J. P., & Padron, Y. N. (2003). Review of Research on Educational Resilience. Research Report. *Eric, 11*, 1-28.
- Weiten, W. (2016). *Psychology Themes and Variations*.  
<https://www.amazon.com/Psychology-Themes-Variations-2003-2004/dp/0759322554>
- Wentzel, K. R., Miele, D. B., Schunk, D. H., & Dibenedetto, M. K. (2016). Handbook of Motivation At School. *Handbook of Motivation at School*.  
<https://doi.org/10.4324/9781315773384>
- Yuniardi, M. S. D. (2011). "Support Group Therapy" Untuk Mengembangkan Potensi Resiliensi Remaja Dari Keluarga "Single Parent" di Kota Malang. *Psikobuana, 3*(November), 135-140. researchgate
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: an Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology, 25*(1), 82-91.  
<https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>