
**EKSPLORASI PERSEPSI DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI EFIKASI DIRI
PADA MAHASISWA TINGKAT AWAL PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MALAHAYATI**

Bella Safitri¹, Sri Maria Puji Lestari^{2*}, Mardheni Wulandari³, Dessy Hermawan⁴

¹Program Studi Kedokteran Universitas Malahayati

^{2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

⁴Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

^{*}Email Korespondensi: srimaria13@malahayati.ac.id

Abstract: Exploration of Perceptions and Factors Influencing Self-Efficacy in First-Year Medical Students at The Faculty of Medicine, Universitas Malahayati. First-year medical students face complex academic demands and a highly intensive learning environment. Self-efficacy plays a crucial role in enabling students to adapt to academic pressures, overcome challenges, and maintain motivation. This study explores first-year medical students' perceptions of self-efficacy and identifies factors influencing its development. A qualitative phenomenological approach was used. Data were collected from two sessions of Focus Group Discussions involving 11 students selected through purposive and maximum variation sampling. Data were analyzed using thematic analysis. Students perceived self-efficacy as a belief in their ability to complete tasks, manage academic pressures, and achieve educational goals. Four sources of self-efficacy based on Bandura's theory emerged: mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, and emotional-physiological states. Two additional factors—self-regulation and the academic environment—were additionally identified as significant contributors to self-efficacy development. Self-efficacy plays an essential role in first-year students' adaptation to medical education. Strengthening academic support, enhancing self-regulation, and establishing a conducive learning environment are critical to improving self-efficacy.

Keywords: Medical Students, Phenomenology, Psychosocial Factors, Self-Regulation, Self-Efficacy

Abstrak: Eksplorasi Persepsi Dan Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri Pada Mahasiswa Tingkat Awal Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Mahasiswa kedokteran tingkat awal menghadapi tuntutan akademik yang kompleks dan lingkungan belajar yang intensif. Efikasi diri memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa kedokteran tahun pertama beradaptasi dengan tuntutan akademik. Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi cenderung lebih mampu memanfaatkan kemampuan mereka secara efektif serta menunjukkan ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi mahasiswa tingkat awal terhadap efikasi diri serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan melalui dua sesi *Focus Group Discussion* (FGD) yang melibatkan 11 mahasiswa kedokteran tingkat awal yang dipilih melalui purposive dan maximum variation sampling. Analisis data menggunakan thematic analysis. Mahasiswa memahami efikasi diri sebagai keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas, menghadapi tekanan akademik, dan mencapai tujuan pendidikan. Empat sumber efikasi diri menurut Bandura teridentifikasi, yaitu mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, serta kondisi emosional dan

fisiologis. Selain itu, ditemukan dua faktor tambahan, yaitu regulasi diri dan lingkungan akademik, yang turut mempengaruhi terbentuknya efikasi diri mahasiswa. Efikasi diri berperan penting dalam proses adaptasi mahasiswa kedokteran. Dukungan akademik, penguatan regulasi diri, serta pembentukan lingkungan belajar yang kondusif menjadi faktor penting dalam meningkatkan efikasi diri mahasiswa tingkat awal.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Efikasi Diri, Faktor Psikososial, Fenomenologi, Mahasiswa Kedokteran, Regulasi Diri.

PENDAHULUAN

Mahasiswa tingkat awal menghadapi berbagai tantangan adaptasi ketika memasuki dunia pendidikan tinggi, terutama pada program studi kedokteran yang memiliki beban akademik padat dan lingkungan belajar yang intensif. Perubahan sistem pembelajaran, tuntutan kemandirian, serta tekanan akademik yang lebih tinggi dibandingkan jenjang sebelumnya sering menimbulkan stres dan kesulitan penyesuaian diri (Sasmita and Rustika, 2015; Papilaya and Huliselan, 2016). Dalam situasi tersebut, efikasi diri memiliki peran penting sebagai faktor psikologis yang memengaruhi cara mahasiswa menghadapi tuntutan akademik.

Efikasi diri merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan dan mencapai tujuan yang ditetapkan (Albert Bandura, 1997). Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih tekun, memiliki motivasi kuat, serta mampu mengatasi hambatan akademik dengan strategi yang lebih adaptif. Sebaliknya, efikasi diri rendah sering dikaitkan dengan perilaku mudah menyerah, menghindari tugas menantang, dan kecenderungan menunda pekerjaan (Hanif, 2019). Berbagai faktor dapat memengaruhi pembentukan efikasi diri, baik internal seperti regulasi diri dan motivasi, maupun eksternal seperti dukungan sosial, lingkungan belajar, dan pengalaman akademik (Bani and Fatwa, 2019).

Penelitian sebelumnya menunjukkan variasi tingkat efikasi diri pada mahasiswa. (Fernandes, Ananda and Rahmili, 2023) menemukan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori efikasi diri sedang, sementara

(Rafnadila, Aiyub and Halifah, 2022) melaporkan tingkat efikasi diri tinggi pada sebagian besar responden. (Putri Megawati, 2017) menunjukkan bahwa efikasi diri mahasiswa kedokteran cenderung rendah sebelum pelatihan motivasi berprestasi diberikan. Temuan yang tidak konsisten ini mengindikasikan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh konteks akademik dan pengalaman masing-masing mahasiswa.

Namun, sebagian besar penelitian mengenai efikasi diri mahasiswa masih berfokus pada pendekatan kuantitatif yang mengukur tingkat efikasi diri tanpa menggali secara mendalam bagaimana persepsi mahasiswa terbentuk. Terdapat research gap dalam memahami bagaimana mahasiswa kedokteran tingkat awal memaknai efikasi diri berdasarkan pengalaman belajar mereka, terutama dalam konteks transisi ke lingkungan akademik yang lebih kompleks. Pemahaman ini penting karena fase awal pendidikan kedokteran merupakan periode kritis yang dapat memengaruhi motivasi, performa akademik, dan adaptasi jangka panjang mahasiswa (Sasmita and Rustika, 2015).

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi mahasiswa tingkat awal Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Milahayati mengenai efikasi diri dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa, sehingga hasil penelitian diharapkan dapat memberikan dasar bagi institusi pendidikan kedokteran dalam merancang intervensi untuk meningkatkan efikasi diri mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi untuk memahami pengalaman dan persepsi mahasiswa kedokteran tingkat awal terkait efikasi diri mereka. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali makna subjektif dan interpretasi personal yang tidak dapat ditangkap melalui metode kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Pengumpulan data dilakukan melalui dua sesi Focus Group Discussion (FGD) pada tanggal 14 Februari 2023 (FGD 1) dan 28 Maret 2025 (FGD 2).

Partisipan terdiri dari 11 mahasiswa tingkat awal (angkatan 2024) yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan pendekatan maximum variation sampling untuk memastikan keberagaman karakteristik informan. Data dikumpulkan melalui FGD menggunakan panduan pertanyaan yang telah disusun sebelumnya. FGD dilaksanakan secara daring melalui Zoom dan dipandu oleh peneliti sebagai moderator. Setiap sesi direkam dengan persetujuan partisipan, kemudian

ditranskripsi secara verbatim untuk keperluan analisis.

Instrumen utama penelitian adalah peneliti sendiri, dibantu dengan pedoman FGD yang mencakup pertanyaan tentang pemahaman efikasi diri, pengalaman akademik, serta faktor yang mempengaruhi keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan diri. Data dianalisis menggunakan thematic analysis. Proses analisis meliputi: membaca transkrip secara berulang, melakukan coding, mengelompokkan kode menjadi kategori, mengidentifikasi tema-tema utama, dan menafsirkan makna temuan berdasarkan landasan teori efikasi diri Bandura. Analisis dilakukan secara manual untuk memastikan kedekatan peneliti dengan data.

HASIL

Proses pengumpulan data menggunakan metode FGD yang dibagi menjadi 2 (dua) sesi, adapun pada sesi pertama/ ke-1 dilaksanakan pada hari Selasa, 14 Februari 2023 dengan total durasi sebanyak 60 menit 21 detik menggunakan media aplikasi zoom meeting, pada proses diskusi pertama diikuti oleh 6 (enam) informan.

Tabel 1. Karakteristik Informan pada FGD 1

No	Inisial/Kode	Jenis Kelamin	Nilai BMS	Tempat Tinggal
1	WM	Laki-Laki	B	Asrama
2	SA	Perempuan	B	Tinggal dengan Ortu
3	IP	Perempuan	A	Asrama
4	RP	Laki-Laki	C	Asrama
5	ML	Perempuan	B	Asrama
6	FW	Laki-Laki	B	Tinggal dengan Ortu
Total		6 informan		

Berdasarkan Tabel 1, pada FGD sesi pertama, terdapat enam informan dengan karakteristik yang beragam. Berdasarkan jenis kelamin, tiga orang merupakan laki-laki dan tiga orang lainnya perempuan. Dari segi tempat tinggal, empat orang tinggal di asrama, sedangkan dua orang tinggal bersama

orang tua. Jika dilihat dari nilai (BMS), Distribusi nilai menunjukkan satu orang mendapatkan A, empat orang memperoleh B dan satu orang lagi C. Variasi karakteristik ini menunjukkan keberagaman latar belakang informan yang dapat memberikan perspektif yang kaya dalam diskusi kelompok.

Tabel 2. Karakteristik Informan pada FGD 2

No	Inisial/Kode	Jenis Kelamin	Nilai BMS	Tempat Tinggal
1	AP	Laki-Laki	B	Asrama
2	NA	Perempuan	A	Asrama
3	MR	Perempuan	C	Asrama
4	AA	Laki-Laki	B	Tinggal dengan Ortu
5	FA	Perempuan	B	Asrama
	Total	6 informan		

Berdasarkan Tabel 2, pada FGD sesi kedua, terdapat lima informan dengan komposisi dua laki-laki dan tiga perempuan. Berdasarkan tempat tinggal, empat informan tinggal di asrama dan satu informan tinggal bersama orang tua. Dari segi nilai (BMS), Distribusi nilai menunjukkan satu orang mendapatkan A, tiga orang memperoleh B dan satu orang lagi C. Keberagaman dalam jenis kelamin, tempat tinggal, dan capaian akademik ini turut memperkaya dinamika diskusi pada sesi kedua.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemahaman mahasiswa tentang konsep efikasi diri mereka secara umum cukup baik, meskipun belum sepenuhnya sesuai dengan teori Bandura. Beberapa mahasiswa mengaitkan efikasi diri dengan keyakinan dalam melaksanakan tugas dengan efektif, Seperti yang diungkapkan IP :

"suatu keyakinan pada individu bahwa kita bisa melakukan tugas itu secara efektif..."

Namun, pemahaman ini belum menekankan pentingnya usaha dan ketekunan. Informan lain seperti FW menyampaikan bahwa efikasi diri berkaitan dengan pencapaian tujuan.

"keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk melaksanakan suatu tindakan... menghasilkan tujuan." motivasikita belajar... melambangkan perilaku kita."

Beberapa informan masih mencampurkan efikasi diri dengan motivasi belajar atau gaya belajar, seperti ML yang menyebutkan,

" motivasi kita belajar... melambangkan perilaku kita."

Sementara itu, ada pula yang memberikan tanggapan sangat singkat dan belum menggambarkan pemahaman konsep secara menyeluruh.

Pada aspek level/magnitude (tingkatan efikasi diri), pemahaman mahasiswa mengenai tingkatan efikasi diri dalam konteks pendidikan kedokteran umumnya sudah cukup baik. Sebagian besar informan mengakui bahwa efikasi diri sangat berperan dalam menghadapi tantangan akademik di dunia kedokteran. FW menekankan pentingnya keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengatasi tugas dan ujian yang dihadapi, yang menjadi bagian integral dari pendidikan kedokteran.

"Efikasi diri dalam jurusan kedokteran itu penting karena kan balik lagi ke pengertian efikasi, yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya. Jadi mahasiswa kedokteran itu penting untuk menguasai efikasi dirinya sendiri untuk menyelesaikan tugasnya, menyelesaikan ujian-ujianya yang dihadapi di jurusan kedokteran tersebut." (FW)

Namun, pernyataan ini lebih kuat jika didukung oleh pengalaman pribadi yang mengilustrasikan bagaimana keyakinan diri membantunya menyelesaikan tugas-tugas yang menantang.

Selain itu, informan lainnya seperti ML dan SA juga mengungkapkan bahwa pengalaman dan observasi terhadap orang lain memiliki pengaruh signifikan dalam membangun efikasi diri. ML, misalnya, mengakui bahwa baik keberhasilan maupun kegagalan memberikan kontribusi terhadap perkembangan efikasi diri, karena

pengalaman tersebut menjadi pembelajaran yang berharga.

SA menambahkan, keyakinan terhadap kemampuan diri sangat penting, terutama dalam profesi medis, karena efikasi diri berhubungan langsung dengan bagaimana seorang mahasiswa kedokteran akan menangani pasien di masa depan.

"Kalau kita masih belum percaya sama diri kita, kayak mana kita mau menangani pasien-pasien kita nanti ke depannya?" (SA)

Namun, sejumlah informan mengakui bahwa level efikasi diri mereka dapat bervariasi tergantung pada tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Sebagai contoh, FW menyatakan bahwa ia merasa lebih percaya diri jika materi yang dihadapi sesuai dengan minatnya atau jika ia sudah terbiasa dengan materi tersebut.

"Kalau misalnya materinya sesuai minat, kalau nggak materinya udah sering dilatih pasti kan lebih pede sih. Nah tapi kalau banyak teori yang kompleks gitu yang sulit atau tugas numpuk ya kadang jadi ragu sih kak." (FW)

Namun, jika menghadapi tugas atau materi yang kompleks dan sulit, keraguan diri bisa muncul, yang menggambarkan bahwa efikasi diri dapat fluktuatif berdasarkan pengalaman dan kompleksitas tugas.

Aspek Strength dalam efikasi diri berhubungan dengan ketahanan keyakinan diri mahasiswa ketika menghadapi tantangan akademik. Hasil FGD menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran umumnya memahami bahwa persiapan yang matang sangat memengaruhi tingkat kepercayaan diri mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. FW dan SA misalnya, menyatakan bahwa persiapan yang baik meningkatkan rasa percaya diri mereka, baik saat mengikuti praktikum atau menjawab soal ujian. Namun, mereka juga mengakui bahwa keraguan sering muncul ketika mereka menghadapi materi yang sulit, waktu yang terbatas, atau dalam kondisi fisik yang kurang optimal.

Pada sesi diskusi kedua, NAmengungkapkan bahwa meskipun ia merasa ragu pada awalnya, ia tetap berusaha mencari solusi dengan berdiskusi dengan teman-temannya, yang menunjukkan bahwa ketekunan dan dukungan sosial dapat memperkuat kekuatan efikasi diri.

"Kalau misalnya memang belum ketemu nih jalan keluarnya... kita bagi tugas... terus baru nanti kita juga sekalian ngechallenge diri kita kalau kita tuh bisa menghadapi situasi yang sulit." (NA)

Hal ini menunjukkan sikap optimis dan kemampuan bertahan yang tinggi. Konsep ini sejalan dengan pernyataan AA dan FA, yang mengungkapkan keyakinan yang kuat dalam menghadapi tantangan meskipun dengan dukungan spiritual dan keluarga.

Sementara itu, ML menyatakan bahwa tantangan seperti kurangnya waktu belajar, revisi yang menumpuk, atau perbandingan sosial dapat menurunkan tingkat kepercayaan diri mereka.

"Kurangnya pemahaman dan materi itu kayak misal jadwalnya tuh tabrakan sama besoknya 4 lab jadi kita tuh kurangnya waktu belajar, waktu untuk istirahat, untuk mikirin materinya kak." (ML)

Dengan demikian, Merupakan hal yang esensial bagi mahasiswa kedokteran guna memperoleh strategi coping efektif, seperti manajemen waktu yang baik dan teknik pengelolaan stres, agar tetap dapat mempertahankan efikasi diri dalam situasi sulit.

Aspek generality efikasi diri mengacu pada sejauh mana keyakinan diri yang dimiliki mahasiswa dapat diterapkan di luar konteks akademik, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional. Pada sesi pertama FGD, sebagian besar informan lebih fokus pada penerapan efikasi diri dalam tugas-tugas akademik, seperti menyelesaikan skripsi dan ujian. Namun, ada juga yang mulai melihat pentingnya efikasi diri dalam konteks lain. Sebagai contoh, SA menunjukkan bahwa kemampuannya dalam pemecahan masalah yang efektif di dunia akademik akan sangat

bermanfaat dalam praktik profesional sebagai seorang dokter.

"Saya bisa bilang saya bisa gitu nemuin jalan keluar dari setiap tugas/materi yang dikasih sama dosen, jadi menurut saya ini sangat membantu ya nanti kalo di lapangan." (SA)

Selain itu, RP menambahkan bahwa selain keterampilan teknis, efikasi diri dalam berkomunikasi juga penting, terutama dalam dunia medis di mana seorang dokter harus mampu berinteraksi dengan pasien dan tim medis lainnya. Namun, ada juga informan seperti ML yang merasa lebih percaya diri dalam berkomunikasi dalam lingkungan yang sudah dikenal.

"Saya kesulitan dalam memecahkan masalah tapi kalo berkomunikasi ya kadang berani kalo di lingkungan yang saya kenal, kalau nggak kenal ya harus beradaptasi dulu tapi lama-kelamaan pasti bisa, percaya diri aja modalnya." (ML)

Ini menunjukkan bahwa, meskipun efikasi diri dapat diterapkan dalam konteks akademik dan profesional, tingkat keyakinan seseorang dapat bervariasi tergantung pada situasi dan lingkungan.

Pada sesi kedua, sebagian besar informan menunjukkan perkembangan positif dalam menghadapi situasi yang baru atau belum familiar, seperti ketika FA dan NA menghadapi pretest laboratorium. Mereka awalnya merasa ragu tetapi menyadari bahwa keraguan tersebut hanya bagian dari proses adaptasi, yang menunjukkan bahwa mereka mulai mengembangkan efikasi diri yang lebih kuat dalam menghadapi tantangan baru.

Berdasarkan hasil FGD sesi ke-1 dan ke-2, efikasi diri mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2024 secara umum tergolong cukup tinggi, dengan dominasi yang paling kuat terlihat pada aspek strength (kekuatan efikasi diri). Mahasiswa menunjukkan keyakinan yang kuat dalam menghadapi tantangan akademik, terutama jika telah melakukan persiapan matang dan memiliki pengalaman sebelumnya.

Mereka mampu bertahan di bawah tekanan, tetap menyelesaikan tugas meskipun dalam kondisi sulit, serta cenderung memiliki sikap optimis dan pantang menyerah. Sementara itu, pada aspek level, efikasi diri mahasiswa cenderung fluktuatif tergantung jenis tugas dan familiaritas terhadap materi semakin kompleks dan baru suatu tugas, semakin besar keraguan yang muncul. Untuk aspek generality, sebagian mahasiswa mampu menerapkan efikasi dirinya dalam konteks yang lebih luas seperti komunikasi dan pemecahan masalah, tetapi masih ada yang terbatas pada konteks yang sudah dikenal. Dengan demikian, mahasiswa kedokteran 2024 menunjukkan efikasi diri yang kuat terutama dalam menghadapi kesulitan akademik, meski masih perlu penguatan pada aspek adaptasi di situasi baru agar efikasi diri mereka lebih menyeluruh dan konsisten.

Berdasarkan hasil FGD sesi ke-1 dan ke-2, terdapat empat faktor utama yang memengaruhi efikasi diri mahasiswa menurut teori Bandura, yaitu Mastery Experience, Vicarious Experience, Verbal Persuasions, dan Emotional and Physiological States. Faktor-faktor ini memiliki peran yang berbeda dalam membentuk kepercayaan diri pada kemampuan mereka agar dapat menangani tantangan akademik dan menyelesaikan tugas dengan efektif.

Mastery Experience, atau pengalaman keberhasilan dan kegagalan, merupakan faktor utama yang memengaruhi efikasi diri mahasiswa. Pengalaman langsung dalam menyelesaikan tugas akademik memberikan dampak besar terhadap keyakinan mereka. Mahasiswa yang telah sukses menyelesaikan tugas akademik sebelumnya cenderung merasa lebih yakin dalam kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan serupa di masa depan. Sebagai contoh, FW mengungkapkan:

"Pengalaman akan pernah sukses di tugas itu, terus juga pengalaman udah pernah nyelesain praktek dengan baik dan juga ada latihan dan persiapan." (FW)

Pengalaman sukses sebelumnya meningkatkan keyakinan diri dan memberikan referensi positif bagi mahasiswa untuk menghadapi tugas selanjutnya.

Namun, tidak semua mahasiswa mampu mempertahankan efikasi diri yang tinggi setelah mengalami kegagalan. Beberapa mahasiswa justru merasakan penurunan motivasi setelah mengalami kesulitan, dan berkembang pola pikir negatif. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan strategi coping yang baik dapat menggunakan kegagalan sebagai pelajaran dan meningkatkan efikasi diri mereka.

Pada sesi ke-2, faktor Mastery Experience tetap dominan, sebagaimana ditunjukkan oleh informan MR yang menyatakan:

"Kalau saya sendiri kak saya cukup yakin sebenarnya saya berusaha untuk ngeyakinin diri saya kalau saya bisa gitu melewati perkuliannya karena sejauh ini saya merasa semuanya bisa saya lalui dan ada support orang tua juga jadi saya yakin bakal terlaluilah gitu." (MR)

Pengalaman positif, didukung oleh dukungan sosial seperti dari orang tua, memperkuat fondasi efikasi diri mereka. Vicarious Experience, atau pengalaman kinerja sosial, merujuk pada bagaimana mahasiswa memperoleh keyakinan diri dengan mengamati keberhasilan atau kegagalan orang lain. Ketika mahasiswa melihat teman atau senior yang berhasil menghadapi tantangan akademik, mereka menjadi lebih optimis terhadap kemampuan mereka sendiri. Misalnya, IP mengungkapkan:

"...ditambah lagi kita lihat kan kakak-kakak tingkat bisa melewati semua berarti kita juga bisa melewati di fase-fase itu." (IP)

Hal ini menunjukkan bahwa melalui pengamatan terhadap orang lain, mahasiswa dapat memperoleh inspirasi dan motivasi untuk percaya bahwa mereka juga mampu mencapai hal yang sama. Lingkungan sosial di sekitar mahasiswa memainkan peran

penting dalam proses ini. Sebagai contoh, AA menyatakan:

"Faktor dari diri sendiri seperti rasa malas atau kebiasaan menunda sangat berpengaruh. Selain itu, lingkungan dan teman-teman juga bisa menjadi faktor penghambat atau pendukung." (AA)

Pengalaman yang diperoleh dari perbandingan sosial ini memberikan gambaran yang lebih jelas tentang tantangan yang mungkin mereka hadapi dan langkah-langkah yang dapat diambil untuk mengatasinya. Dengan demikian, sangat diperlukan oleh lingkungan akademik agar memberikan model positif yang dapat memotivasi mahasiswa melalui pengamatan terhadap orang lain.

Verbal Persuasions, atau persuasi verbal, adalah dukungan yang diberikan oleh orang lain, seperti dosen, teman, atau keluarga, yang memengaruhi efikasi diri mahasiswa. Mahasiswa yang sering menerima dorongan positif dari lingkungan mereka cenderung memiliki keyakinan yang lebih tinggi dalam menghadapi tantangan akademik. Sebagai contoh, IP mengungkapkan:

"Faktor keluarga itu yang meyakinkan bahwa kamu bisa menyelesaikan semua tugas-tugas ini, melewati semua-semua ini." (IP)

Dukungan verbal ini membantu mahasiswa tetap percaya pada kemampuan diri mereka. Pada sesi ke-2, ditemukan bahwa pengaruh verbal persuasion sangat signifikan, terutama dari keluarga dan teman. AP dan NA mengungkapkan bahwa meskipun mereka

terkadang terpengaruh oleh ajakan teman untuk melakukan kegiatan non-akademik, dukungan kuat dari orang tua tetap memberikan mereka dorongan untuk tetap fokus pada tugas. Sebagai contoh, FA menyatakan:

"...Nah terus kalau menurut saya yang paling berpengaruh besar itu orang tua sih kak. Jadi ketika kalau misalnya apa lagi situasi atau

saat-saat lagi nentuin atau apa mungkin yang meyakinkan untuk Oh aku harus bisa nih aku harus ini balik lagi tuh orang tua.” (FA)

Dukungan verbal ini memperkuat efikasi diri mahasiswa dengan mendorong mereka untuk tetap yakin dan konsisten dalam menghadapi tantangan.

Emotional and Physiological States atau kondisi emosional dan fisiologis mahasiswa juga berpengaruh besar terhadap efikasi diri mereka. Stres berlebihan, kecemasan akademik, atau kelelahan dapat menurunkan efikasi diri mahasiswa. Sebagai contoh, ML berbagi pengalaman:

“Jadi saya itu orang agak emosian... Jadi harus mulai mengontrol emosi juga, kak.” (ML)

Kondisi emosional yang tidak stabil dapat mengganggu kemampuan mahasiswa untuk percaya pada dirinya sendiri, yang berdampak pada performa akademik mereka.

Pada sesi ke-2, AP menekankan pentingnya dukungan emosional dari keluarga, dosen, dan teman-teman saat mahasiswa berada dalam keadaan stres atau kelelahan. AP menyatakan,

“...sama seperti temen-temen yang lain dari keluarga yang pertamanya itu paling penting karena kayak setiap kita lagi down atau stress gitu selalu disemangatiin terus kalau dari dosen penting juga dan sama kayak lingkungan teman-teman itu kayak mensupport kita juga.” (AP)

Dukungan emosional ini dapat meredakan tekanan psikologis yang muncul selama proses perkuliahan dan memperkuat motivasi mahasiswa untuk tetap berjuang menyelesaikan tugas akademik mereka.

Dari analisis di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri mahasiswa dipengaruhi oleh pengalaman akademik sebelumnya (Mastery Experience), pengamatan terhadap keberhasilan atau kegagalan orang lain (Vicarious Experience), dorongan verbal dari lingkungan (Verbal Persuasions), serta kondisi emosional dan fisik mereka (Emotional and

Physiological States). Oleh karena itu, untuk meningkatkan efikasi diri mahasiswa, diperlukan strategi seperti memberikan pengalaman belajar yang positif, menciptakan lingkungan akademik yang mendukung, serta membangun mekanisme coping yang efektif untuk mengelola stres dan kecemasan.

Meskipun kerangka teori Bandura yang mencakup Mastery Experience, Vicarious Experience, Verbal Persuasions, dan Emotional and Physiological States memberikan wawasan yang signifikan tentang faktor-faktor yang memengaruhi efikasi diri, analisis ini juga menemukan bahwa ada faktor-faktor lain yang turut berperan dalam membentuk efikasi diri mahasiswa. Salah satunya adalah self-regulation atau regulasi diri, yang mencakup manajemen waktu, refleksi diri, penguatan motivasi internal, dan adaptasi metode belajar mandiri. Beberapa partisipan mengungkapkan pentingnya regulasi diri dalam menjaga efikasi diri mereka.

“Kita tuh harus bisa manajemen waktu gitu kak, kayak waktu belajar, waktu istirahat, sama waktu main.” (AP)

“Biasanya itu introspeksi diri, kayak NA kurangnya di mana itu pasti NA selalu perbaiki.” (NA)

“Saya ngeyakinin diri itu dengan nginget lagi tujuan awal saya masuk kedokteran tuh buat apa.” (MR)

“Aku belajar bukan cuma dari materi yang dikasih, tapi aku upgrade sendiri, nyari referensi lain kayak dari YouTube yang cocok buat aku.” (FA)

Pernyataan-pernyataan ini menunjukkan bahwa regulasi diri merupakan fondasi penting dalam menjaga efikasi diri mahasiswa, terutama di tingkat awal pendidikan kedokteran. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu dengan baik, melakukan refleksi diri, dan menjaga motivasi internal cenderung memiliki efikasi diri yang lebih tinggi. Sebaliknya, mahasiswa yang sering menunda tugas atau kesulitan dalam mengelola waktu

menunjukkan efikasi diri yang lebih rendah, meskipun mereka menerima dukungan sosial atau pengalaman positif sebelumnya.

Selain itu, faktor lingkungan akademik, seperti suasana kelas, dukungan teman, dan bimbingan dosen, juga memainkan peran penting dalam membentuk efikasi diri mahasiswa. Hal ini terlihat dari beberapa pernyataan partisipan:

"Kalau menurut aku tuh, dosen- dosen yang bisa diajak diskusi, yang terbuka gitu kak, itu bikin kita lebih yakin sama diri kita." (FA)

"Kalau dosennya enak, kita lebih tenang pas belajar, jadi gak panik." (NA)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran tingkat awal memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai efikasi diri, terutama terkait keyakinan mereka dalam menghadapi tuntutan akademik. Namun, pemahaman tersebut masih beragam dan belum sepenuhnya selaras dengan konstruksi teoritis (Albert Bandura, 1997). Hal ini terlihat dari beberapa informan yang menyamakan efikasi diri dengan motivasi belajar atau gaya belajar, sebagaimana juga ditemukan oleh (Wulandari and Widjaja, 2022), yang menyatakan bahwa ketidakjelasan konsep efikasi diri dapat menghambat pengembangan strategi akademik yang tepat. Dengan demikian, temuan ini mengindikasikan perlunya penguatan literasi konsep efikasi diri pada mahasiswa tingkat awal.

Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, temuan ini memperlihatkan pola yang tidak sepenuhnya konsisten. Misalnya, (Susanto, Armyanti and Arundina Triharja Tejoyuwono, 2024) menemukan bahwa mahasiswa dengan pemahaman efikasi diri yang baik menunjukkan rasa percaya diri yang lebih stabil dalam menghadapi tantangan akademik. Namun, pada penelitian ini, mahasiswa yang masih berada dalam tahap adaptasi menunjukkan tingkat keyakinan diri

"Waktu itu juga pernah dibantu kakak tingkat, jadi lebih semangat belajar karena tahu kita gak sendiri." (AP)

Meskipun tidak selalu disadari secara eksplisit oleh seluruh partisipan, pengalaman mereka dalam lingkungan akademik yang suportif jelas memberi pengaruh positif terhadap keyakinan mereka dalam menghadapi tantangan akademik. Oleh karena itu, untuk memperkuat efikasi diri mahasiswa secara menyeluruh, pendekatan yang komprehensif perlu melibatkan aspek internal individu (self-regulation), dukungan sosial dari teman dan dosen, serta lingkungan akademik yang adaptif dan mendukung.

yang fluktuatif dan lebih dipengaruhi oleh pengalaman belajar awal mereka. Ketidaksesuaian ini menguatkan argumen bahwa konteks akademik, khususnya pada pendidikan kedokteran yang memiliki tekanan dan sistem pembelajaran yang unik, dapat memengaruhi pembentukan efikasi diri secara berbeda.

Sumber efikasi diri menurut (Albert Bandura, 1997)—mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, dan kondisi emosional—tidak hanya muncul dalam penelitian ini, tetapi juga berperan secara berbeda dibandingkan temuan penelitian terdahulu. Misalnya, peran mastery experience dalam penelitian ini sejalan dengan temuan (Luthfiyah *et al.*, 2023), bahwa keberhasilan akademik meningkatkan kepercayaan diri. Namun, penelitian (Rayhana *et al.*, 2023) menekankan bahwa ketekunan merupakan mediator penting dalam hubungan antara pengalaman akademik dan efikasi diri, sementara dalam penelitian ini aspek ketekunan justru belum diekspresikan secara konsisten oleh semua informan.

Perbedaan pada dimensi kondisi emosional juga tampak dalam hasil penelitian ini. Informan menunjukkan bahwa kecemasan, kelelahan, dan tekanan akademik dapat menurunkan keyakinan mereka terhadap kemampuan diri. Temuan ini sejalan dengan

penelitian (Ozsaker *et al.*, 2025) yang menunjukkan bahwa stres dan kecemasan akademik berhubungan negatif dengan efikasi diri pada mahasiswa kesehatan. Namun, penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian mahasiswa mampu mempertahankan efikasi dirinya melalui dukungan sosial dan kemampuan regulasi diri. Hal ini berbeda dengan hasil studi (Demon, Damayanti and Suindrayasa, 2025) yang melaporkan bahwa tekanan akademik dan kelelahan emosional secara konsisten menurunkan self-efficacy tanpa adanya faktor pelindung yang kuat. Perbedaan ini mengindikasikan bahwa efek tekanan akademik tidak selalu seragam pada setiap mahasiswa. Faktor situasional seperti kualitas dukungan sosial dan kemampuan dalam mengelola stres terbukti dapat menjadi buffer terhadap penurunan efikasi diri, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian (Sriwiyanti *et al.*, 2022) yang menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam mempertahankan self-efficacy mahasiswa di tengah tekanan akademik.

Dua faktor tambahan—regulasi diri dan lingkungan akademik—juga terbukti memengaruhi efikasi diri mahasiswa. Regulasi diri muncul sebagai komponen penting dalam menjaga keyakinan akademik, sejalan dengan temuan (Panadero, Jonsson and Botella, 2017) yang menunjukkan bahwa kemampuan mengatur waktu, memantau proses belajar, serta mengevaluasi diri secara mandiri berperan signifikan dalam memperkuat self-efficacy mahasiswa. Selain itu, pengaruh lingkungan akademik pada efikasi diri juga tampak bervariasi. Penelitian (Sriwiyanti *et al.*, 2022) menemukan bahwa dinamika hubungan dengan dosen, beban akademik, serta suasana kompetitif dapat memengaruhi keyakinan diri mahasiswa secara positif maupun negatif. Hal ini konsisten dengan temuan (Christy and Suprayogi, 2022) bahwa dukungan sosial, hubungan kelompok, dan kualitas interaksi dalam kelas berfungsi sebagai faktor yang

memoderasi self-efficacy mahasiswa. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa efek lingkungan akademik tidak bersifat linier atau seragam. Faktor-faktor seperti dukungan teman sebaya, budaya kompetitif, dan dinamika kelompok belajar dapat memperkuat maupun melemahkan efikasi diri, tergantung pada bagaimana mahasiswa memaknai dan menyesuaikan diri terhadap kondisi tersebut..

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memberikan pemahaman bahwa pembentukan efikasi diri mahasiswa kedokteran tingkat awal dipengaruhi oleh interaksi antara pengalaman pribadi, dukungan sosial, regulasi diri, serta kondisi emosional. Namun, variasi antar informan menunjukkan bahwa efikasi diri tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan individual, tetapi juga oleh konteks pendidikan dan tekanan sistem akademik kedokteran yang khas.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah informan relatif kecil dan hanya melibatkan satu angkatan, sehingga temuan mungkin tidak mencerminkan keseluruhan populasi mahasiswa kedokteran. Kedua, pengumpulan data melalui FGD berpotensi menimbulkan group bias, di mana beberapa informan mungkin menyesuaikan pendapatnya dengan peserta lain. Ketiga, penelitian menggunakan metode kualitatif sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasikan secara luas, namun hanya menggambarkan pengalaman subjektif informan. Penelitian selanjutnya perlu melibatkan sampel lebih besar, menggunakan metode triangulasi yang lebih kuat, atau mengombinasikan pendekatan kualitatif dan kuantitatif untuk memperkaya hasil.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, Penelitian ini menyimpulkan bahwa mahasiswa tingkat awal Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Malahayati memiliki persepsi yang cukup baik mengenai efikasi diri. Mahasiswa

memandang efikasi diri sebagai keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tuntutan akademik, menyelesaikan tugas, dan mencapai tujuan pembelajaran. Pemahaman ini terbentuk melalui pengalaman akademik awal yang beragam, mulai dari keberhasilan dalam mengerjakan tugas hingga kemampuan beradaptasi dengan sistem pembelajaran baru.

Penelitian ini juga menemukan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi efikasi diri mahasiswa sesuai dengan empat sumber utama dalam teori Bandura, yaitu mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, dan emotional-physiological states. Selain itu, muncul dua faktor tambahan yang tidak tercantum dalam teori asli Bandura tetapi konsisten dalam pengalaman informan, yaitu regulasi diri (manajemen waktu, strategi belajar, refleksi diri, dan motivasi internal) serta lingkungan akademik (beban studi, dukungan sosial, dan dinamika pembelajaran).

Secara keseluruhan, persepsi mahasiswa mengenai efikasi diri bersifat positif namun dinamis, dipengaruhi oleh pengalaman akademik yang mereka alami sepanjang proses adaptasi. Temuan ini menegaskan bahwa pembentukan efikasi diri mahasiswa kedokteran tingkat awal merupakan hasil interaksi antara faktor personal dan lingkungan belajar, sehingga pengembangan efikasi diri memerlukan dukungan akademik yang memadai serta strategi regulasi diri yang efektif..

DAFTAR PUSTAKA

- Albert Bandura (1997) 'Albert Bandura Self-Efficacy: The Exercise of Control', *W.H Freeman and Company New York*, pp. 1-602.
- Bani, M. and Fatwa, T. (2019) 'Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik', *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 8(8), pp. 341-347.
- Christy, B.Y. and Suprayogi, M.N. (2022) 'Peer Social Support and Academic Self-Efficacy Among Freshmen Students', *Proceedings of the 3rd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2021)*, 655(Ticash 2021), pp. 1698-1702. Available at: <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220404.275>.
- Demon, O.P., Damayanti, M.R. and Suindrayasa, I.M. (2025) 'Hubungan Academic Self-Efficacy Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Udayana', *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 13, pp. 300-306.
- Fernandes, F., Ananda, Y. and Rahmili, F.T. (2023) 'Efikasi Diri dan Stres Akademik pada Mahasiswa Tahun Awal di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas', *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), p. 226. Available at: <https://doi.org/10.33757/jik.v7i2.603>.
- Hanif, M. (2019) 'Jurnal Pendidikan | Jurnal Pendidikan', *Jurnal Pendidikan IPS*, 4(2), pp. 53-60. Available at: <http://jurnal.ut.ac.id/index.php/jp/search/authors/view?givenName=MeryNoviyanti&familyName=&affiliation=UniversitasTerbuka&country=ID&authorName=MeryNoviyanti>.
- Luthfiah, B. et al. (2023) 'Hubungan resiliensi dengan tingkat efikasi diri pada mahasiswa', *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 10(7), pp. 2294-2305.
- Ozsaker, E. et al. (2025) 'The relationship between the academic self-efficacy and perceived stressors among nursing students in clinical settings: a cross-sectional study', *BMC Nursing*, 24(1). Available at: <https://doi.org/10.1186/s12912-025-02836-0>.
- Panadero, E., Jonsson, A. and Botella, J. (2017) 'Effects of self-assessment on self-regulated learning and self-

- efficacy: Four meta-analyses', *Educational Research Review*, 22(November), pp. 74–98. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2017.08.004>.
- Papilaya, J.O. and Huliselan, N. (2016) 'Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa', *Jurnal Psikologi Undip*, 15(1), p. 56. Available at: <https://doi.org/10.14710/jpu.15.1.56-63>.
- Putri Megawati, S. (2017) 'Pengaruh Pelatihan Motivasi Berprestasi terhadap Peningkatan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Kedokteran di Universitas "Z"', *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 9(1), pp. 128–140. Available at: <https://doi.org/10.20885/interven.sipsikologi.vol9.iss1.art9>.
- Rafnadila, P., Aiyub, A. and Halifah, E. (2022) 'Hubungan self efficacy terhadap kecemasan dan kemampuan beradaptasi mahasiswa tahun pertama', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(4), pp. 58–65.
- Rayhana, R. et al. (2023) 'Pengembangan Instrumen "Self Efficacy" Mahasiswa Kedokteran Tingkat Akhir (Semester Vii) Di Jakarta', *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(1), pp. 290–295. Available at: <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.4519>.
- Sasmita, I.A.G.H.D. and Rustika, I.M. (2015) 'Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana', *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), pp. 280–289. Available at: <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p16>.
- Sriwiyanti, S. et al. (2022) 'Social Support, Self-Efficacy, and Student'S Mental Health in Online Learning During Pandemic', *al-Balagh: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 7(1), pp. 1–30. Available at: <https://doi.org/10.22515/albalagh.v7i1.4914>.
- Susanto, G., Armyanti, I. and Arundina Triharja Tejoyuwono, A. (2024) 'Relationship Between Self-Efficacy and Academic Resilience in First Grades Medical Students At Faculty of Medicine Universitas Tanjungpura', *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 13(3), p. 213. Available at: <https://doi.org/10.22146/jpki.91895>.
- Wulandari, D.A. and Widjaja, Y. (2022) 'Gambaran Self-Efficacy Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Akademik pada Metode Pembelajaran Jarak Jauh', *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(2), p. 2634. Available at: <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i1.5897>.