



HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN PADA PRAKTIK KLINIS PERTAMA MAHASISWA S1 KEPERAWATAN TINGKAT II UNIVERSITAS ADVENT INDONESIA

Adinda Gayatri Puspa Adelin Wijoyo¹, Mori Agustina br Perangin-angin²

^{1,2} S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia
2251107@unai.edu; mori.peranginangin@unai.edu

Abstrak

Salah satu masalah psikologis yang paling umum dialami oleh mahasiswa adalah kecemasan, yang dapat dipengaruhi oleh faktor biologis, sosial lingkungan, emosional dan kognitif serta perilaku. Kepercayaan seseorang akan kemampuan yang dimilikinya dalam mengatasi situasi dan menyelesaikan sesuatu yang menguntungkan dirinya, dapat menjadi faktor yang memengaruhi kecemasan dirinya, hal ini disebut dengan Efikasi diri. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi adakah hubungan antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan tingkat II Universitas Advent Indonesia, yang di fokuskan pada mahasiswa yang melakukan praktik klinis pertama. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif-deskripsi korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa S1 keperawatan tingkat II di UNAI, dengan jumlah mahasiswa/i sebanyak 82 orang dengan teknik total sampling. Ditemukan sebanyak 70 orang (85,4%) dengan tingkat efikasi diri tinggi, sedangkan 12 orang (14,6%) dengan tingkat efikasi diri rendah. Dan mahasiswa paling banyak terkategori dalam kecemasan sedang, yaitu 29 orang (35,4%). Dan hasil uji regresi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan tingkat kecemasan mahasiswa selama praktik klinis pertama. Nilai koefisien determinasi (R) sebesar 0,12, berarti efikasi diri memengaruhi kecemasan sebanyak 12%.

Kata Kunci: efikasi diri, kecemasan, praktik klinik

Abstract

One of the most common psychological problems experienced by university students is anxiety, which can be influenced by biological, social environmental, emotional and cognitive and behavioural factors. A person's belief in his ability to overcome situations and produce something that benefits him, can be a factor that affects his anxiety, this is called self-efficacy. The purpose of this study was to identify the relationship between self-efficacy and anxiety in second year undergraduate nursing students at Adventist University of Indonesia, focusing on students doing their first clinical practice. This study used a quantitative-descriptive correlation design with a cross-sectional approach. The population used was undergraduate nursing level II students at UNAI, with a total of 82 students with total sampling technique. It was found that 70 people (85.4%) with a high level of self-efficacy, while 12 people (14.6%) with a low level of self-efficacy. And the most students are categorised in moderate anxiety, namely 29 people (35.4%). And the results of the regression test show that there is a relationship between self-efficacy and the level of anxiety of students during the first clinical practice. The coefficient of determination (R) is 0.12, meaning that self-efficacy affects anxiety by 12%.

Keywords: self-efficacy, anxiety, clinical learning.

✉ Corresponding author :

Address : Bandung, Jawa Barat

Email : 2251107@unai.edu

Phone : 085760127728

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang umum dialami oleh mahasiswa, prevalensi keseluruhan kecemasan di kalangan mahasiswa memiliki median 32,00% (Tan et al., 2023). Selama praktik klinis mahasiswa keperawatan sering menghadapi situasi yang menuntut keterampilan dan pengetahuan yang tinggi, yang dapat memicu kecemasan. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa tingkat kecemasan dapat dipengaruhi oleh efikasi diri, atau kepercayaan seseorang pada kapasitas kemampuan mereka untuk melakukan dan menyelesaikan suatu tanggung jawab (Afriani Panyuwa, 2024). Namun, hasil penelitian tentang hubungan antara kecemasan dan efikasi diri beragam. Beberapa peneliti menemukan hubungan pada tingkat yang berbeda, penelitian lain menunjukkan hubungan yang cukup besar (Croy et al., 2020; Sandiana et al., 2023). Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut hubungan ini dalam konteks mahasiswa S1 Keperawatan di Universitas Advent Indonesia.

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa baik dari segi biologis, sosial lingkungan, emosional dan kognitif serta perilaku. Terutama pada mahasiswa keperawatan, kecemasan dapat timbul pada masa praktik klinis dimana mahasiswa dituntut mengatasi banyak tekanan di lingkungan klinis, termasuk prestasi akademik dan interaksi langsung dengan pasien. Saat menjalankan praktik klinis pertama, tentunya banyak kejadian yang baru pertama kali dialami, mahasiswa sering merasa cemas saat melakukan wawancara atau pemeriksaan fisik pada pasien. Ini terutama berlaku untuk siswa yang belum memiliki pengalaman yang cukup. Situasi seperti ini dapat menyebabkan rasa tidak percaya diri, yang berisiko mengurangi kualitas interaksi pasien dan memengaruhi pengalaman belajar secara keseluruhan (Fitriya Handayani, 2023; Haskoro, 2023).

Kepercayaan diri seseorang terhadap kapasitasnya untuk mengatasi rintangan dan menciptakan sesuatu yang positif bagi dirinya sendiri dikenal sebagai efikasi diri. Penelitian ini mendapatkan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi biasanya tidak mudah gugup dan lebih percaya diri, sementara mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah memungkinkan mahasiswa lebih rentan terhadap kecemasan. Sesuai dengan teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (1997), yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi stres dan kecemasan (Harefa, 2023).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan tingkat II Universitas Advent Indonesia. Penelitian di fokuskan pada mahasiswa yang melakukan

praktik klinis pertama, mengharapkan hasil penelitian ini dapat berguna sebagai wawasan mengenai hubungan antara efikasi diri dan kecemasan, serta memberikan manfaat praktis bagi mahasiswa S1 Keperawatan dalam menghadapi tantangan praktik klinis. Selain itu, diharapkan bahwa penelitian ini akan berfungsi sebagai referensi bagi pengembangan program intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan efikasi diri dan menurunkan kecemasan di kalangan mahasiswa..

METODE

Dengan menggunakan metodologi *cross-sectional* dan desain korelasi kuantitatif, penelitian ini meneliti variabel independen dan dependen secara bersamaan menggunakan kuesioner. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa S1 keperawatan tingkat II di UNAI, dengan jumlah mahasiswa/i sebanyak 82 orang dengan teknik *total sampling*. Responden merupakan mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi berupa, 1.) Mahasiswa/i keperawatan Tingkat II di UNAI dan aktif berkuliah pada semester genap T.A 2024/2025; 2.) Sedang menjalankan praktik klinis pertama di Rumah Sakit; dan 3.) Mahasiswa yang bersedia mengisi kuesioner.

Penelitian ini mengukur efikasi diri dan kecemasan. *GSES (General Self-Efficacy Scale)* yang memiliki 10 item pertanyaan, yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem serta didasarkan pada teori Bandura, digunakan untuk mengukur efikasi diri. Semua pertanyaan bersifat positif dan setiap item pertanyaan menggunakan skala model Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu: “sangat tidak sesuai” = nilai 1, “tidak sesuai” = nilai 2, “sesuai” = nilai 3, serta “sangat sesuai” = nilai 4. Dengan skor minimum 10 dan skor maksimum 40, penjumlahan semua skor menentukan kategori efikasi diri, yaitu jumlah skor 10-25 merupakan efikasi diri rendah, sedangkan skor 26-40 merupakan efikasi diri tinggi (Novrianto et al., 2019; Wijayanti & Salsabila, 2024).

Kecemasan diukur dengan kuesioner *HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)* memiliki 14 item pertanyaan penggambaran gejala (symptoms) yang akan muncul pada saat individu mengalami kecemasan, setiap item juga dinilai dengan skala likert dengan 5 tingkatan dimulai dari 0 hingga 4 (severe), dengan penjelasannya sebagai berikut; skor 0 : tidak ada (tidak ada gejala), skor 1 : ringan (1 dari gejala yang ada), skor 2 : sedang (setengah dari gejala yang ada), skor 3 : berat (lebih dari setengah gejala ada), skor 4 : sangat berat (semua gejala yang ada) (Indra Ruswadi et al., 2022; Rosi, 2020).

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat adalah bentuk analisis deskriptif yang menggambarkan nilai frekuensi dan

persentase dari hasil yang diperoleh di setiap variabel, baik variabel independen dan dependen, serta karakteristik responden (jenis kelamin dan umur). Hubungan antara variabel independen dan dependen kemudian dievaluasi menggunakan analisis bivariat, dengan uji regresi linier digunakan sebagai uji analitis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data yang dikumpulkan untuk penelitian ini berasal dari tanggapan responden terhadap kuesioner yang mereka isi. Karakteristik responden ditunjukkan pada tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase %
Jenis Kelamin		
1. Laki-laki	22	27%
2. Perempuan	60	73%
Usia		
1. <19 tahun	1	1%
2. 19-21 tahun	79	96%
3. >21 tahun	2	2%
Apakah Merupakan Pengalaman Praktik di RS Pertama		
1. Ya	82	100%
2. Tidak	0	0%

Berdasarkan Tabel 1. Dari 72 responden penelitian ini, sebanyak 60 orang (73%) adalah perempuan, sedangkan laki-laki sebanyak 22 orang (27%). Untuk kategori usia mayoritas responden berada pada kelompok rentang usia 19-21 tahun, sejumlah 79 orang (96%). Yang menjadi fokus penelitian ini dapat kita lihat bahwa responden 100% adalah mahasiswa yang melaksanakan praktik klinis pertamanya.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Persentase Efikasi Diri Responden Mahasiswa Tingkat II yang Praktik Klinis

Kategori	Jumlah Responden (n)	Persentase %
1. Rendah	12	14,6%
2. Tinggi	70	85,4%
Total	82	100%

Berdasarkan Tabel 2, hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu sebanyak 70 orang (85,4%), memiliki tingkat efikasi diri yang tergolong tinggi, yang mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa S1 Keperawatan tingkat II di Universitas Advent Indonesia merasa percaya diri dalam kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan. Namun, terdapat juga 12 responden (14,6%) yang termasuk dalam kategori efikasi diri rendah, yang menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan diri mereka, masih ada sekelompok

kecil yang mungkin merasa kurang percaya diri atau mengalami keraguan. Temuan ini penting untuk dipertimbangkan, karena efikasi diri yang tinggi dapat berkontribusi pada kinerja akademik yang lebih baik dan pengelolaan kecemasan yang lebih efektif.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi dan Persentase Kecemasan Responden Mahasiswa Tingkat II yang Praktik Klinis

Kategori	Jumlah Responden (n)	Persentase %
1. Tidak Ada Kecemasan	17	20,7%
2. Kecemasan Ringan	24	29,3%
3. Kecemasan Sedang	29	35,4%
4. Kecemasan Berat	12	14,6%
Total	82	100%

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa selama praktik klinis pertama bervariasi. Dari total responden, sebanyak 17 orang (20,7%) tidak mengalami kecemasan sama sekali, mengindikasikan bahwa mereka mampu beradaptasi dengan baik dan merasa nyaman dalam lingkungan klinis. Namun, Sebagian mahasiswa mengalami tingkat kecemasan tertentu, dengan 24 orang (29,3%) mengalami kecemasan ringan dan 29 orang (35,4%) mengalami kecemasan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa praktik klinis pertama dapat menjadi sumber stres dan kekhawatiran bagi sebagian besar mahasiswa keperawatan. Sisanya terdapat sekitar 12 orang (14,6%) yang mengalami kecemasan berat, yang mengindikasikan bahwa pengalaman praktik klinis pertama dapat menjadi sangat menekan dan berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka.

Antara tingkat kecemasan dan efikasi diri mahasiswa selama praktik klinis pertama ini, ditemukan berhubungan dalam uji bivariat, yang menggunakan teknik uji regresi. Nilai koefisien determinasi (R) sebesar 0,12 mengindikasikan bahwa variabel efikasi diri mampu menjelaskan 12% variasi kecemasan yang dialami mahasiswa, sedangkan sisanya sebesar 88% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model ini. Untuk penelitian kualitatif, bagian hasil memuat bagian-bagian rinci dalam bentuk sub topik-sub topik yang berkaitan langsung dengan fokus penelitian dan kategori-kategori.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan mahasiswa perempuan (73%) dengan rentang usia 19-21 tahun (96%), yang semuanya sedang menjalani praktik klinis pertama mereka. Temuan ini konsisten

dengan karakteristik umum mahasiswa keperawatan tingkat awal yang biasanya berada pada rentang usia tersebut dan baru memasuki tahap praktik klinis sebagai bagian dari kurikulum pendidikan keperawatan (Wijayanti & Salsabila, 2024).

Sebagian besar mahasiswa (85,4%) memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, yang mencerminkan keyakinan mereka dalam kemampuan untuk menghadapi tantangan selama praktik klinis. Efikasi diri yang tinggi ini penting karena menurut Bandura (1997), efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas-tugas tertentu, yang dapat mempengaruhi motivasi dan perilaku dalam situasi nyata. Penelitian oleh Wijayanti & Salsabila (2024) juga menemukan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan tingkat awal memiliki efikasi diri tinggi saat menghadapi praktik klinis, yang berperan dalam kesiapan mereka menjalankan tugas keperawatan secara efektif. Kondisi ini mendukung kemampuan mahasiswa untuk mengatasi stres dan kecemasan yang mungkin muncul selama praktik klinis.

Namun, data juga menunjukkan bahwa terdapat 14,6% mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah. Kelompok ini berpotensi mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan praktik klinis, yang dapat meningkatkan risiko kecemasan dan menurunkan performa klinis mereka. Hal ini sesuai dengan penelitian Marhamad (2021) yang menemukan bahwa mahasiswa keperawatan yang memiliki efikasi diri rendah dapat mengalami kecemasan saat praktik klinis, karena kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas-tugas klinis.

Tingkat kecemasan mahasiswa selama praktik klinis pertama juga bervariasi, mulai dari tidak mengalami kecemasan (20,7%) hingga kecemasan berat (14,6%). Mayoritas mahasiswa mengalami kecemasan ringan hingga sedang (64,7%). Hal ini menunjukkan bahwa praktik klinis pertama merupakan pengalaman yang menimbulkan tekanan emosional cukup besar bagi sebagian besar mahasiswa. Kecemasan yang dialami mahasiswa keperawatan selama praktik klinis ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti ketidakpastian dalam menghadapi pasien, tekanan pengawasan oleh preceptor, dan kekhawatiran akan kesalahan dalam pelaksanaan tugas (Afriani Panyuwa, 2024).

Penelitian oleh Panyuwa (2024) mengemukakan bahwa efikasi diri yang tinggi berperan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa keperawatan selama praktik klinis, karena mahasiswa yang percaya diri cenderung lebih mampu mengelola stres dan tantangan yang dihadapi di lingkungan klinis. Namun, kecemasan tetap menjadi hal yang umum terjadi, terutama pada praktik klinis pertama kali, karena mahasiswa harus beradaptasi dengan

lingkungan kerja yang nyata dan tuntutan profesionalisme yang tinggi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya pembekalan yang memadai dan dukungan psikososial bagi mahasiswa keperawatan sebelum dan selama praktik klinis pertama. Peningkatan efikasi diri melalui pelatihan, simulasi, dan pendampingan yang intensif dapat menjadi strategi efektif untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi praktik klinis (Afriani Panyuwa, 2024; Marhamad, 2021; Wijayanti & Salsabila, 2024).

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat II Universitas Advent Indonesia yang menjalani praktik klinis pertama adalah perempuan dengan rentang usia 19-21 tahun. Sebagian besar dari mereka memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, yang mencerminkan keyakinan dan kesiapan dalam menghadapi tantangan praktik klinis. Efikasi diri yang tinggi ini berperan penting dalam membantu mahasiswa mengelola stres dan kecemasan yang muncul selama praktik. Namun, terdapat sebagian kecil mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah, yang berpotensi mengalami tingkat kecemasan lebih tinggi dan kesulitan dalam pelaksanaan praktik klinis. Tingkat kecemasan mahasiswa bervariasi dari tidak mengalami kecemasan hingga kecemasan berat, dengan mayoritas berada pada tingkat kecemasan ringan hingga sedang. Hal ini menegaskan bahwa praktik klinis pertama merupakan pengalaman yang menimbulkan tekanan emosional bagi sebagian besar mahasiswa. Oleh karena itu, pembekalan yang memadai dan dukungan psikososial, dan pendampingan intensif, sangat diperlukan untuk membantu mahasiswa mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesiapan mereka dalam praktik klinis. Dan pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan sangat diperlukan sebagai bentuk upaya untuk menunjang keberhasilan pembelajaran klinis dan pengembangan kompetensi profesional mahasiswa keperawatan..

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani Panyuwa, A. (2024). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Praktik Klinik Pada Mahasiswa Keperawatan*. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH>
- Croy, G., Garvey, L., Willetts, G., Wheelahan, J., & Hood, K. (2020). Anxiety, flipped approach and self-efficacy: Exploring nursing student outcomes. *Nurse Education Today*, 93, 104534. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104534>

- Fitriya Handayani. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Melaksanakan Praktik Klinik Keperawatan Pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(1), 160–170. <https://doi.org/10.55606/klinik.v2i1.1199>
- Harefa, E. Y. (2023). Gambaran Efikasi Diri Mahasiswa Keperawatan Di Indonesia. *Gambaran Efikasi Diri Mahasiswa Keperawatab Di Indonesia*.
- Haskoro, S. A. (2023). *Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan terhadap Masa depan Mahasiswa Teknik Sipil dan Manajemen UNDIP Angkatan 2018*.
- Indra Ruswadi, Masliha Masliha, & Evi Supriatun. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa D3 Keperawatan Menghadapi Ujian Akhir. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(2), 32–43. <https://doi.org/10.55606/klinik.v1i2.543>
- Marhamad, S. (2021). *Hubungan Efikasi Diri Dan Pengetahuan Dengan Kecemasan Mahasiswa Dalam Praktik Klinik Keperawatan*. <https://repository.uma.ac.id/jspui/handle/123456789/17834>
- Novrianto, R., Kargenti, A., Maretih, E., Fakultas, H. W., Uin, P., Syarif, S., & Riau, K. (2019). *Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale Versi Indonesia*. <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.6943>
- Rosi, F. (2020). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Keluarga Pasien Di Ruang Perawatan Intensif Rumah Sakit Jember Klinik*.
- Sandiana, M. R., Ligita, T., & Fahdi, F. K. (2023). Hubungan Efikasi Diri dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan dalam Menghadapi OSCE. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(4), 767. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.4.2023.767-776>
- Tan, G. X. D., Soh, X. C., Hartanto, A., Goh, A. Y. H., & Majeed, N. M. (2023). Prevalence of anxiety in college and university students: An umbrella review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14, 100658. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658>
- Wijayanti, E. T., & Salsabila, S. A. (2024). *Efikasi Diri Mahasiswa Perawat Tingkat Pertama dalam Menghadapi Praktik Klinik Keperawatan*.