

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN STRATEGI KOPING
PADA MAHASISWA KEDOKTERAN YANG MENGALAMI
KEGAGALAN UJIAN DI UNIVERSITAS BAITURRAHMAH**

SKRIPSI



Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran
Universitas Baiturrahmah

NADIRA

2210070100162

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH
PADANG
2025**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan antara Efikasi Diri dengan Strategi Koping pada
Mahasiswa Kedokteran yang Mengalami Kegagalan Ujian di
Universitas Baiturrahmah.

Disusun Oleh :

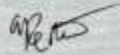
NADIRA

2210070100162

Telah disetujui

Padang, 7 November 2025

Pembimbing 1



(dr. Resti Rahmadika Akbar, M.Pi,Ked)

Pembimbing 2



(dr. Rifkind Malik, M.Biomed)

Penguji 1



(dr. Yuri Halga, Sp.N)

Penguji 2



(dr. Insil Pentri Harivani, Sp.FM)

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Nadira

NPM : 2210070100162

Mahasiswa : Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran
Universita Baiturrahmah, Padang.

Dengan ini menyatakan bahwa,

1. Karya tulis saya ini berupa skripsi dengan judul **"Hubungan antara Efikasi Diri dengan Strategi Koping pada Mahasiswa Kedokteran yang Mengalami Kegagalan Ujian di Universitas Baiturrahmah"** adalah asli dan belum pernah dipublikasi atau diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Baiturrahmah maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain, kecuali pembimbing dan pihak lain sepengetahuan pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lain sesuai norma dan hukum yang berlaku.

Padang, 7 November 2025


Nadira

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin puji syukur saya ucapkan kehadiran Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya kami dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. Kami menyadari sangatlah sulit bagi kami untuk menyelesaikan skripsi ini tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sejak penyusunan proposal sampai dengan terselesaikannya skripsi ini. Bersama ini kami menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Ir. H. Musliar Kasim, MS selaku Rektor Universitas Baiturrahmah yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Baiturrahmah.
2. dr. Rendri Bayu Hansah, Sp.PD, FINASIM selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah yang telah memberikan sarana dan prasarana kepada kami sehingga kami dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik dan lancar.
3. dr. Resti Rahmadika Akbar, M.Pd.Ked dan dr. Rifkind Malik, M.Biomed selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu untuk memberikan bimbingan, saran, dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. dr. Yuri Haiga, Sp.N dan dr. Insil Pendri Hariyani, Sp.FM selaku dosen penguji yang telah memberikan koreksi dan masukan untuk penelitian ini.
5. Seluruh dosen dan staf Jurusan Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah yang telah memberikan ilmu kepada penulis.
6. Orang tua beserta keluarga yang saya cintai senantiasa memberikan dan dukungan moral maupun material.

7. Teman, rekan, sahabat, serta orang yang saya sayangi dan saya banggakan yang telah kebersamai baik suka maupun duka dalam hidup saya.
8. Pihak lain yang tidak mungkin kami sebutkan satu-persatu atas bantuannya secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Akhir kata, penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua dan dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya.

Padang, 7 November 2025
Yang membuat pernyataan,



(Nadira)

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN STRATEGI KOPING PADA MAHASISWA KEDOKTERAN YANG MENGALAMI KEGAGALAN UJIAN DI UNIVERSITAS BAITURRAHMAH

NADIRA

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran menghadapi tekanan akademik yang tinggi, terutama saat ujian modul. Tekanan ini sering memicu stres dan kegagalan ujian. Efikasi diri berperan penting dalam membangun keyakinan mahasiswa untuk menghadapi tantangan. Strategi koping digunakan untuk mengelola stres dan menyesuaikan diri dengan situasi sulit. Kedua faktor ini saling berkaitan dalam menentukan keberhasilan mahasiswa menghadapi tekanan akademik.

Tujuan: penelitian ini bertujuan Mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah.

Metode: Penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *Cross Sectional*. Jumlah sampel 120 responden dihitung dengan menggunakan rumus kategorik tidak berpasangan. Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah dengan nilai MCQ $\leq D$. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner Efikasi Diri (*General Self Efficacy Scale*) dan Strategi Koping.

Hasil: Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Baiturrahmah dengan nilai MCQ $\leq D$ didapatkan 31 responden (25,8%) memiliki efikasi diri rendah, 40 responden (33,4%) memiliki efikasi diri sedang, dan 49 responden (40,8%) memiliki efikasi diri tinggi, sedangkan 79 responden (65,8%) memiliki strategi koping adaptif, dan 41 responden (34,2%) memiliki strategi koping maladaptif, dan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di universitas baiturrahmah ($p=0,001$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di universitas baiturrahmah.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Strategi Koping, Kegagalan Ujian, Mahasiswa Kedokteran.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND COPING STRATEGIES IN MEDICAL STUDENTS WHO HAVE FAILED EXAMS AT BAITURRAHMAH UNIVERSITY.

NADIRA

Background: Medical students face high academic pressure, especially during module exams. This stress often triggers stress and test failure. Self-efficacy plays an important role in building students' confidence to face challenges. Coping strategies are used to manage stress and adjust to difficult situations. These two factors are interrelated in determining the success of students in facing academic pressure. **Aims:** This study aims to find out the relationship between self-efficacy and coping strategies in medical students who have failed exams at Baiturrahmah University. **Methods:** This study was observational analytics with a Cross Sectional design. The number of a sample of 120 respondents was calculated using a categorical formula of no pairs. The affordable population in this study is active students of the Faculty of Medicine, Baiturrahmah University with an MCQ $\leq D$ score. Data was collected using instruments in the form of a General Self Efficacy Scale questionnaire and Coping Strategy. **Results:** Based on research conducted on medical students at Baiturrahmah University with an MCQ $\leq D$ value, 31 respondents (25.8%) had low self-efficacy, 40 respondents (33.4%) had moderate self-efficacy, and 49 respondents (40.8%) had high self-efficacy, while 79 respondents (65.8%) had an adaptive coping strategy, and 41 respondents (34.2%) had a maladaptive coping strategy, and there was a significant relationship between self-efficacy and strategy Coping in medical students who failed the exam at Baiturrahmah University ($p=0.001$). **Conclusion:** There is a relationship between self-efficacy and coping strategies in medical students who have failed exams at Baiturrahmah University.

Keywords: Self-efficacy, coping strategies, exam failures, medical students.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	i
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat bagi ilmu pengetahuan.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Strategi Koping	7
2.1.1 Defenisi	7
2.1.2 Klasifikasi Mekanisme Strategi Koping	7
2.1.3 Macam-macam Strategi Koping	8
2.2 Efikasi Diri.....	14
2.2.1 Defenisi	14
2.2.2 Aspek-aspek Efikasi Diri	14
2.2.3 Faktor Efikasi Diri.....	15
2.2.4 Komponen Efikasi Diri	17
2.2.5 Proses-proses Efikasi Diri.....	18
2.3 Hubungan Efikasi Diri Dengan Strategi Koping	19
2.4 Kuesioner Efikasi Diri	21
2.5 Kuesioner Strategi Koping.....	22

BAB III KERANGKA TEORI	23
3.1 Kerangka Teori	23
3.2 Kerangka Konsep.....	24
3.3 Hipotesis.....	24
BAB IV METODE PENELITIAN	25
4.1 Ruang Lingkup Penelitian	25
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
4.3 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	25
4.4 Populasi dan Sampel.....	25
4.4.1 Populasi Target	25
4.4.2 Populasi Terjangkau.....	25
4.4.3 Sampel Penelitian.....	25
4.4.4 Cara Sampling.....	26
4.4.5 Variabel Bebas	27
4.4.6 Variabel Terikat	27
4.5 Definisi Operasional	28
4.6 Cara Pengumpulan Data	28
4.6.1 Alat.....	28
4.6.2 Jenis Data	29
4.6.3 Cara kerja	29
4.7 Uji instrumen penelitian.....	29
4.8 Alur Penelitian	30
4.9 Pengolahan Data dan Analisis Data.....	31
4.9.1 Pengolahan Data	31
4.9.2 Analisis Data.....	31
4.9.3 Penyajian Data	32
4.10 Etika Penelitian.....	33
4.11 Rencana jadwal penelitian	33
BAB V HASIL PENELITIAN	34
5.1 Tingkat Efikasi Diri pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian.....	34
5.2 Identifikasi Strategi Koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian	35

5.3	Hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah	36
BAB VI PEMBAHASAN		38
6.1	Tingkat Efikasi Diri pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian.....	38
6.2	Identifikasi Strategi Koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian	41
6.3	Hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah	45
BAB VII PENUTUP		50
7.1	Kesimpulan.....	50
7.2	Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....		53
LAMPIRAN.....		60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 3.2 Kerangka Konsep	24
Gambar 4.1 Alur Penelitian	31

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Dampak perilaku Self- efficacy	17
Tabel 4.1 Definisi Operasional	28
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian	33
Tabel 5.1 Distribusi tingkat efikasi diri mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah.....	34
Tabel 5.2 Distribusi frekuensi strategi koping mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah.....	35
Tabel 5.3 Hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Layak Etik dari Komite Etik Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah	60
Lampiran 2 Surat survey awal	61
Lampiran 3 Surat izin penelitian/pengambilan data dari Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah	62
Lampiran 4 Lembaran Penjelasan	63
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Responen	64
Lampiran 6 Skor Kuesioner Strategi Koping	65
Lampiran 7 Kuesioner strategi koping	67
Lampiran 8 Skor Kuesioner Efikasi Diri	69
Lampiran 9 Kuesioner Efikasi Diri	71
Lampiran 10 Bukti Pengambilan Kuesioner Efikasi Diri Dari Penelitian Sebelumnya	73
Lampiran 11 Bukti Pengambilan Kuesioner Strategi Koping Dari Penelitian Sebelumnya	74
Lampiran 12 Master tabel	75
Lampiran 13 Dummy tabel	81
Lampiran 14 Hasil Analisis Data	83
Lampiran 15 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	87
Lampiran 16 Biodata Penulis	89

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan suatu keharusan dan kewajiban yang berlangsung sepanjang hayat bagi mahasiswa kedokteran, mahasiswa menghadapi beberapa tekanan dalam menjalankan pendidikan, terutama tekanan akademik, serta tuntutan dari keluarga maupun lingkungan sekitar, stressor dan tuntutan yang tinggi sehingga menyebabkan mahasiswa rentan mengalami stress.¹ Salah satu tantangan mahasiswa kedokteran yaitu saat menghadapi ujian modul. Maka pentingnya mahasiswa untuk meningkatkan efikasi diri dan strategi koping.^{1,2}

Efikasi diri suatu keyakinan atau kepercayaan yang dimiliki seseorang bahwa mereka mampu untuk memecahkan masalah atau tantangan yang dihadapinya, saat mahasiswa menanamkan prinsip efikasi diri pada diri mereka maka timbulah rasa percaya diri, bisa menyesuaikan diri dengan baik, kecerdasan dan menemukan kesulitan-kesulitan saat menghadapi ujian khususnya pada mahasiswa kedokteran.¹ Setiap manusia pasti berkeinginan untuk sukses dan mencapai apa yang di inginkan yang membedakannya hanya tinggi atau rendahnya keinginan untuk sukses yang dimiliki, keinginan untuk sukses disebut juga dengan efikasi diri.³

Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi cenderung berpikir positif dan menghadapi tantangan dengan baik, sedangkan mahasiswa yang sulit berpikir positif cenderung mengalami masalah pada efikasi dirinya yaitu saat ujian berlangsung mereka takut bahwa mereka akan gagal dan tidak percaya dengan jawaban ujiannya, ketakutan tersebut membuat mereka kehilangan fokus dan gagal dalam mengikuti ujiannya.⁴

Prevalensi efikasi diri akibat kecemasan didapatkan data dari *The Epidemiologic Catchment Area (ECA)* menunjukkan rasio prevalensi kecemasan umum selama 1 tahun adalah 2,0-3,5% dan rasio seumur hidup adalah 4,1-6,6%. Berdasarkan penelitian, system Pendidikan kedokteran saat ini diduga memiliki efek negatif dan mempengaruhi belajar mahasiswa kedokteran.⁵ Di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati, sekitar 56,1% mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, sementara 43,0% berada pada kategori sedang, dan hanya 0,9% yang tergolong rendah.²

Penelitian yang dilakukan sebelumnya menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan berkebalikan antara tingkat efikasi diri dan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang tengah menghadapi proses penulisan skripsi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.⁶

Tingkat efikasi diri seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam diri maupun luar. Faktor internal meliputi motivasi belajar, minat, serta tingkat kesabaran individu. Sementara itu, faktor eksternal mencakup orientasi tujuan, pola pelekatan, dan dukungan sosial yang diterima. Selain itu, jenis tugas yang dihadapi, penghargaan dari orang lain, peran atau status individu dalam lingkungan sosial, serta informasi tentang kemampuan diri yang diperoleh melalui pengalaman pribadi, pengamatan terhadap keberhasilan orang lain, dorongan sosial, serta kondisi fisik dan emosional juga berkontribusi terhadap pembentukan efikasi diri.²

Mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri tinggi bisa menunjukkan perilaku yang baik, dan tenang, meskipun dalam situasi yang mengancam. Perilaku yang dijalankan itulah yang disebut dengan strategi koping,⁷ misalnya jika seorang

individu memiliki keyakinan dan kepercayaan terhadap kemampuannya dalam menghadapi ujian, maka mereka akan berusaha keras dan gigih untuk belajar dan bisa mengelola stres dan waktu belajarnya dengan baik, sehingga ujiannya bisa dijalankan dengan lancar tanpa ada hambatan dari faktor luar maupun dalam.⁵

Strategi koping termasuk proses pemulihan dari reaksi fisik, psikis terhadap stres dan perasaan tertekan serta penuh dengan tekanan.⁸ Mahasiswa biasanya menggunakan strategi koping untuk meluapkan rasa stres maupun tertekannya yaitu mereka mengekspresikan perasaannya dengan cara berbagi cerita kepada teman, menangis, mendengarkan musik atau radio, berkhayal, menyibukkan diri dengan hobi, menikmati makanan, berusaha memikirkan hal-hal yang positif, serta terlibat dalam membantu orang lain.²

Strategi koping yang tepat tentunya akan sangat berguna bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah yang merupakan pembelajaran dengan sistem Modul. Dalam 1 semester terdiri dari 3 Modul dalam 1 Modul diberikan waktu 6 minggu. Mahasiswa dihadapkan dengan jadwal perkuliahan yang padat, mempelajari dan memahami materi dalam Modul dengan waktu yang sedikit, waktu ujian yang berdekatan, bertarget dengan ipk minimal 3.00 untuk bisa mengambil spesialis, dan persaingan antar teman angkatan.

Rendahnya Strategi koping kalangan mahasiswa kedokteran mengakibatkan penurunan saat mengelola stres akibat tekanan yang tidak teratasi. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stres dikategorikan sebagai penyakit pada klasifikasi keempat.⁸ Di Universitas Udayana, ditemukan bahwa 74% mahasiswa cenderung menggunakan metode koping yang adaptif, sementara

15,8% menggunakan koping maladaptif. Penelitian lain di Fakultas Kedokteran Universitas Riau menunjukkan bahwa 61,4% mahasiswa lebih sering menggunakan *emotional-focused coping* dibandingkan dengan *problem-focused coping*.⁴

Strategi koping dan efikasi diri merupakan dua konsep yang berbeda, tetapi memiliki peran yang sama. Mereka yang memiliki efikasi diri yang rendah mudah putus asa dan terkena stres kronik, hal ini dapat mempengaruhi strategi koping mereka, dampak yang terjadi kepada mereka yaitu tidak mau belajar dan menghindari tugas yang diberikan dosen.⁹ Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung lebih banyak menggunakan strategi koping berfokus pada pemecahan (*problem focused coping*). Sebaliknya, mereka yang memiliki efikasi diri rendah lebih sering mengandalkan strategi koping yang berorientasi pada emosi (*emotional focused coping*).⁵

Berdasarkan uraian di atas, serta belum adanya penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah tentang hubungan efikasi diri dengan strategi koping, maka penulis tertarik untuk meneliti hubungan antara efikasi diri dan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah .

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Kedokteran Yang Mengalami Kegagalan Ujian Di Universitas Baiturrahmah.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui tingkat efikasi diri pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian.
- b. Mengidentifikasi strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa dalam menghadapi kegagalan kegagalan.
- c. Mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi ilmu pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan bagi literatur mengenai Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Kedokteran Yang Mengalami Kegagalan Ujian Di Universitas Baiturrahmah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Manfaat Bagi Peneliti

Menambah wawasan serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian terutama dibidang kedokteran serta dapat digunakan sebagai acuan ilmiah bagi penelitian selanjutnya

2) Manfaat Bagi Institusi

Dapat menjadi sumber referensi dan menambah kepustakaan Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah yang berguna untuk memperkaya pengetahuan serta wawasan mahasiswa mengenai Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Kedokteran Yang Mengalami Kegagalan Ujian Di Universitas Baiturrahmah.

3) Manfaat Bagi Mahasiswa

Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya dan menambah wawasan ilmu pengetahuan Kesehatan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Strategi Koping

2.1.1 Defenisi

Strategi koping adalah respon positif yang digunakan untuk menyelesaikan masalah, yaitu dengan cara mengatasi ancaman baik yang berasal dari dalam maupun dari luar individu. Hal ini melibatkan upaya untuk mengubah perilaku untuk mengelola dan mengatasi tuntutan serta tekanan baik internal maupun eksternal yang dapat membebani seseorang. Koping yang efektif dapat menghasilkan penyesuaian yang stabil dan perbaiki kondisi, sementara koping yang tidak efektif cenderung menyebabkan perilaku yang merugikan diri sendiri. Strategi koping memiliki pengaruh besar terhadap cara individu beradaptasi dengan masalah yang muncul dan tuntutan yang dihadapi.^{10,11}

2.1.2 Klasifikasi Mekanisme Strategi Koping

1. Mekanisme strategi koping adaptif

Mekanisme koping yang mengarah kepada mengatasi masalah dengan mencoba memahami yaitu dengan cara mencari hal positif dari apa yang terjadi. Seperti berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah latihan seimbang, dan melakukan aktifitas konstruktif, dan mencapai tujuan yang diinginkan.¹²

2. Mekanisme strategi koping maladaptif

Berhubungan dengan kelelahan emosional dan sinisme. Kelelahan emosional berupa emosional yang berlebihan dan kelelahan akan pekerjaan yang menyebabkan kelelahan fisik dan perasaan secara emosional. Sinisme yaitu perilaku yang berdampak negatif yang dapat menimbulkan mekanisme koping

yang tidak efektif, seseorang akan menghadapi tantangan yang sulit, dan akan berhenti berusaha untuk mencapai tujuannya.¹³

2.1.3 Macam-macam Strategi Koping

1. Strategi koping yang berfokus pada masalah (*Problem-Focused Coping*)

Jenis strategi ini menggunakan mekanisme strategi koping yang adaptif. Strategi koping ini digunakan ketika seseorang menghadapi masalah atau situasi yang menekan, dan mereka berusaha untuk mengatasi atau mengeliminasi penyebab masalah tersebut secara langsung. Dengan kata lain, individu yang menggunakan strategi ini lebih fokus untuk menyelesaikan masalah yang ada dengan cara mengubah situasi atau mengurangi dampaknya. Strategi ini melibatkan langkah-langkah aktif yang diarahkan untuk memperbaiki atau menghilangkan masalah yang sedang dihadapi. Berikut adalah beberapa pendekatan yang termasuk dalam strategi koping berfokus pada masalah.^{8,14}

a) Menghadapi secara agresif (*Confrontative coping*)

Dalam pendekatan ini, individu mencoba untuk mengatasi masalah dengan cara yang lebih agresif. Mereka berusaha mengubah situasi yang membuat stres dengan cara yang langsung dan penuh kemarahan. Ini termasuk tindakan beresiko atau mengungkapkan kemarahan untuk mencoba mengatasi atau mengubah keadaan yang tidak diinginkan. Contohnya seseorang yang merasa tidak puas dengan keadaan di tempat kuliahnya dan memilih untuk berbicara langsung dengan atasan kampus mereka dengan cara sedikit lebih tegas atau bahkan marah, untuk mengubah kondisi yang ada.^{14,15}

b) Dukungan Sosial (*social support*)

Dalam strategi ini, individu berusaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan dukungan dari orang lain, baik itu dalam bentuk nasihat, bimbingan, atau dukungan emosional. Ketika menghadapi masalah atau stres, mereka mencari bantuan dari keluarga, teman, pasangan, atau kolega. Dukungan sosial berfungsi sebagai sumber kekuatan tambahan, memberikan rasa aman dan membangkitkan kembali rasa percaya diri. Misalnya, Ketika seseorang merasa tertekan di tempat kuliahnya, mereka mungkin berbicara dengan teman dekat atau keluarga untuk mendapatkan dukungan moral dan bimbingan agar dapat mengatasi stres tersebut.^{15,16,17}

c) Pemecahan masalah yang terencana (*Planful problem solving*)

Strategi ini melibatkan pendekatan yang lebih hati-hati dan terorganisir. Individu yang menggunakan strategi ini berusaha menyelesaikan masalah secara bertahap dengan cara yang lebih sistematis dan terstruktur. Mereka membuat rencana tindakan yang detail, mempertimbangkan langkah-langkah yang perlu diambil, dan mencari solusi yang paling efektif untuk mengatasi masalah tersebut. Contohnya, jika seseorang mengalami masalah keuangan diperkuliahan, mereka akan merencanakan anggaran dengan hati-hati, mencari cara untuk mengurangi pengeluaran, atau mencari pekerjaan sampingan, secara bertahap untuk mengatasi masalah keuangan yang mereka hadapi.^{16,18}

d) *Positive reframing*

Strategi koping yang kuat dimana individu, dalam hal ini mahasiswa, mengubah cara pandang mereka terhadap situasi yang sulit dengan mencari sisi positif atau makna yang mendukung. Hal ini mereka terfokus pada aspek

negatif atau stres dari peristiwa yang terjadi, mahasiswa menggunakan perasaan dan pemikiran mereka untuk melihat secara lebih konstruktif dan pro-sosial. Strategi ini terbukti menjadi faktor perlindungan yang efektif terhadap perilaku bunuh diri pada mahasiswa kedokteran, karena membantu mereka untuk mengatasi tekanan dan tantangan dengan cara yang lebih sehat dan positif.^{8,17}

e) *Acceptance dan humor*

Bagian dari *emotion focused coping* yang berperan dalam mengurangi stress harian. *Acceptance* yaitu melibatkan penerimaan terhadap situasi yang tidak bisa diubah. Tetapi berusaha mencari cara untuk menghadapinya. Strategi ini lebih menerima kenyataan daripada terus melawan atau menyangkalnya. Sedangkan humor yaitu cara mengatasi stres dengan melihat situasi secara lebih ringan atau menemukan sisi lucu dari suatu keadaan, untuk mengurangi ketegangan dan stres akibat kegagalan yang dialami terutama pada mahasiswa.^{8,19,20}

f) *Koping spiritual*

Dimana perasaan positif pada sikap profesional merupakan coping yang baik saat keadaan penuh tekanan. Spiritualitas memengaruhi tujuan dan motivasi saat belajar di fakultas kedokteran dengan memunculkan perasaan lebih positif. Mahasiswa dengan level *self - efficacy* dan motivasi internal yang tinggi cenderung memiliki performa lebih baik.²¹

g) Perencanaan

Memikirkan bagaimana mengatasi stressor dengan melibatkan strategi untuk bertindak, memikirkan langkah yang perlu diambil dan cara terbaik untuk menangani suatu masalah.²²

h) *Instrumental support*

Penggunaan *instrumental support* dapat dilakukan dengan mencari nasihat, bantuan, dan informasi.²³

2. Strategi koping yang berfokus pada emosi (*Emotion focused coping*)

Strategi koping ini digunakan ketika seseorang berusaha untuk mengelola dan mengurangi dampak emosional dari stres, bukannya mengatasi masalah itu sendiri. Individu yang menggunakan strategi ini lebih fokus pada cara mereka merasa dan berusaha untuk meredakan emosi negatif yang timbul akibat situasi stres. Berbeda dengan strategi koping berfokus pada masalah yang lebih terarah pada penyelesaian masalah, strategi berfokus pada emosi berfokus pada cara untuk merubah cara individu merasakan situasi tersebut. Berikut adalah beberapa pendekatan yang digunakan dalam strategi koping berfokus pada emosi:²⁴

a) Pengendalian diri (*Self control*)

Dalam strategi ini, individu berusaha untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan perilaku mereka. Hal ini bertujuan agar mereka tetap dapat bertindak secara rasional dan tidak terpengaruh oleh impuls emosional yang negatif. Pengendalian diri memungkinkan seseorang untuk membuat keputusan yang lebih bijaksana, menghindari perilaku impulsif, dan tetap fokus pada hal-hal

yang lebih penting meskipun dalam keadaan stres. Misalnya, jika seseorang merasa marah atau frustrasi karena masalah yang terjadi, mereka akan berusaha untuk menahan diri dan tidak bereaksi secara emosional, sehingga mereka dapat merencanakan langkah-langkah yang lebih konstruktif.²⁴

b) Menyingkirkan diri(*Distancing*)

Dalam strategi ini, individu berusaha untuk tidak terlibat langsung dengan masalah atau stres yang ada. Mereka cenderung menghindari perasaan atau situasi yang membuat mereka merasa tertekan, seolah-olah masalah tersebut tidak terjadi. Misalnya, seseorang yang merasa tertekan karena masalah diperkuliahan mungkin mencoba untuk “menjauhkan diri” dengan cara mengalihkan perhatian mereka ke aktivitas lain yang menyenangkan, seperti menonton film atau berolahraga, untuk meluapkan masalah tersebut sementara waktu.^{10,25}

c) Penilaian positif Kembali (*Positif reappraisal*)

Strategi ini melibatkan upaya untuk mencari sisi positif dari situasi yang membuat stres. Individu berusaha untuk melihat masalah tersebut dari perspektif yang lebih konstruktif atau untuk menemukan makna positif dibalik pengalaman yang menantang. Terkadang, ini juga melibatkan aspek religious atau spiritual, dimana seseorang yang mengalami kegagalan dalam ujian bisa mencoba untuk melihatnya sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, dari pada merasa kecewa atau frustrasi.^{25,26}

d) Menerima tanggung jawab (*Accepting responsibility*)

Dalam strategi ini, individu berusaha untuk menerima tanggung jawab atas peran mereka dalam masalah yang terjadi, bahkan jika itu bukan sepenuhnya kesalahan mereka. Dengan menerima tanggung jawab ini, mereka berusaha untuk membuat perubahan positif untuk memperbaiki situasi. Misalnya, jika seseorang terlibat dalam konflik dengan temannya, mereka mungkin mengakui kesalahan mereka dan berusaha memperbaiki hubungan tersebut, untuk membuat situasi menjadi lebih baik.²⁶

e) Pelarian/penghindaran (*Escape/avoidance*)

Strategi ini digunakan ketika seseorang berusaha menghindari atau melarikan diri dari situasi yang membuat mereka stres atau cemas. Mereka mencari pelarian sementara dengan beralih ke aktivitas lain yang bisa mengalihkan perhatian mereka, seperti makan berlebihan, merokok, atau menggunakan obat-obatan. Tujuannya adalah untuk mengurangi ketegangan emosional yang dihadapi, meskipun ini tidak menyelesaikan masalah tersebut dalam jangka panjang. Misalnya, seseorang yang merasa stres karena mendapatkan nilai ujian yang rendah, dan memilih untuk beralih ke kebiasaan buruk seperti makan berlebihan atau menghaiskan waktu berjam-jam di media sosial untuk menghindari masalah yang sedang dihadapinya.^{11,26}

f) *Behavioral disengagement*

Upaya seseorang untuk mengurangi terlibat dengan stressor, bahkan menyerah dalam usaha mendapatkan apa yang diinginkan. Mahasiswa kedokteran yang mengalami dengan level stress tinggi lebih menggunakan mekanisme koping ini dari pada mahasiswa dengan level stress rendah. Seseorang yang

menggunakan strategi koping ini tidak melihat masalah yang dihadapinya lebih mendalam.^{3,27}

2.2 Efikasi Diri

2.2.1 Defenisi

Efikasi diri adalah kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi tertentu atau mencapai tujuan yang diharapkan. Istilah ini merujuk pada keyakinan individu bahwa ia mampu melaksanakan tindakan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas.²⁸

2.2.2 Aspek-aspek Efikasi Diri

Terdapat tiga aspek dalam efikasi diri yang dimiliki setiap individu yang berbeda antara individu lainya, yaitu sebagai berikut:

a. Tingkat (*Magnitude*)

Aspek ini berhubungan dengan tingkat kesulitan suatu tugas yang dirasakan mampu diselesaikan oleh individu. Ketika seseorang dihadapkan pada berbagai tugas yang tersusun berdasarkan tingkat kesulitannya, efikasi dirinya dapat terbatas hanya pada tugas-tugas yang dianggap mudah atau menengah, atau bahkan mencakup tugas-tugas yang paling menantang, tergantung pada sejauh mana individu tersebut menyakini kemampuan dirinya sendiri.^{29,30}

b. Kekuatan (*strength*)

Aspek ini merujuk pada seberapa kuat keyakinan atau harapan individu terhadap kemampuannya sendiri. Harapan yang lemah cenderung mudah runtuh Ketika dihadapkan pada pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya,

keyakinan yang kuat akan mendorong individu untuk terus berusaha dan tidak mudah menyerah.^{29,31}

c. Generalisasi (*generality*)

Aspek ini mengacu pada sejauh mana individu merasa percaya diri terhadap kemampuannya dalam berbagai bidang perilaku. Rasa percaya diri tersebut bisa terbatas hanya pada aktivitas dan situasi tertentu, atau bisa juga meluas hingga mencakup berbagai macam aktivitas dan situasi yang beragam.²⁹

Aspek-aspek efikasi diri yang biasa digunakan mahasiswa kedokteran yaitu:

1. Keyakinan dalam menyelesaikan tugas klinis dan menghadapi tantangan-tantangan pada saat ujian blok, tidak curang dan berusaha untuk belajar agar mendapatkan nilai yang bagus.^{29,31}
2. Kemampuan beradaptasi dengan tantangan pembelajaran baru, karna akan banyak metode pembelajaran yang akan diikuti.³¹
3. Motivasi dan sikap optimis dalam menghadapi beban dan tekanan akademik
4. Kepercayaan diri dalam melakukan prosedur dasar dalam tindakan medis.^{31,32}

2.2.3 Faktor Efikasi Diri

Faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri yaitu sebagai berikut:

a) Pengalaman menguasai sesuatu (*Mastery Experience*)

Pengalaman keberhasilan dalam menguasai suatu hal, atau pencapaian di masa lalu, secara umum dapat meningkatkan efikasi diri seseorang dalam menguasai ilmu atau keterampilan kedokteran, sedangkan pengalaman pada kegagalan akan

menurunkan. Setelah *self-efficacy* kuat dan berkembang melalui serangkaian keberhasilan, dampak negatif dari kegagalan-kegagalan yang umum akan berkurang secara sendirinya. Bahkan kegagalan atau hambatan tersebut dapat diselesaikan dengan memperkuat motivasi diri dan berusaha untuk menyakini diri.^{29,33}

b) *Modeling social*

Melihat orang lain yang memiliki kemampuan setara dan berhasil menyelesaikan suatu tugas dapat meningkatkan *self-efficacy* individu terhadap kemampuannya sendiri dalam melakukan tugas serupa. Sebaliknya, menyaksikan kegagalan orang lain dapat menurunkan kepercayaan diri individu terhadap kemampuannya dan membuatnya cenderung mengurangi upaya yang dilakukan.³³

c) Upaya menyakinkan (*verbal persuasion*)

Usaha individu untuk menunjukkan kemampuannya kepada orang lain dapat diperkuat melalui saran, nasihat, atau arahan dari orang lain. Dukungan seperti itu bisa menjadi sumber kekuatan bagi individu. Namun, pengaruh dari persuasi verbal biasanya tidak terlalu besar karena tidak memberikan pengalaman langsung yang dapat dirasakan atau diamati oleh individu. Dalam situasi penuh tekanan atau saat mengalami kegagalan berulang, efek dari sugesti ini cenderung menurun bahkan bisa menghilang Ketika individu menghadapi kegagalan yang menyakitkan.³³

d) Kondisi fisik dan emosional

Keadaan emosional dan fisik seseorang dapat mempengaruhi efikasi dirinya. Emosi yang intens, seperti rasa takut yang besar, kecemasan tinggi, atau stres berat,

umunya menurunkan performa dan membuat individu cenderung memiliki ekspektasi efikasi yang rendah terhadap kemampuannya.^{9,31,34}

Tabel 2. Dampak perilaku Self- efficacy

<i>Self- efficacy</i> Tinggi	<i>Self- efficacy</i> Rendah
Memandang masalah yang menantang sebagai tugas yang harus dikuasai.	Menghindari tugas-tugas menantang
Terlibat intensif dalam tugas dan tanggung jawab.	Merasa situasi dan tugas yang berat kapabilitas dirinya.
Menumbuhkan komitmen yang kuat dalam pekerjaan.	Fokus pada kegagalan dan hasil negatif di luar.
Cepat bangkit dari keterpurukan dan kekecewaan.	Cepat kehilangan kepercayaan diri ketika mengalami kegagalan.

2.2.4 Komponen Efikasi Diri

Terdapat tiga komponen dalam efikasi diri yang akan digunakan dalam pembuatan alat ukur efikasi diri, yaitu:

1. Yakin terhadap kemampuan

Ini merujuk pada tingkat kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam melakukan suatu tugas atau mencapai tujuan. Seseorang yang percaya dengan kemampuannya akan lebih cenderung untuk mencoba dan berusaha keras, karena ia percaya bahwa hasil yang baik dapat tercapai jika ia berusaha dengan maksimal.^{23,33}

2. Aspirasi tinggi

Komponen ini mengacu pada keinginan yang kuat dan motivasi untuk mencapai sesuatu yang diinginkan, seperti cita-cita atau tujuan besar. Individu dengan

aspirasi tinggi memiliki harapan besar terhadap dirinya sendiri dan berusaha mencapainya meskipun tantangan atau rintangan datang terus-menerus.^{3,23}

3. Kegigihan

Kemampuan untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. Ini mencakup ketahanan dalam bekerja keras untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Individu yang memiliki kegigihan akan terus berusaha dan tidak mudah menyerah meskipun menghadapi hambatan atau rintangan dalam perjalanan menuju kesuksesan.^{23,33}

2.2.5 Proses-proses Efikasi Diri

Proses psikologis efikasi diri memainkan peran penting dalam mempengaruhi fungsi manusia. Proses ini dapat dijelaskan melalui beberapa cara berikut:

1) Proses kognitif

Ketika mahasiswa melaksanakan tugas akademiknya, mereka menetapkan tujuan dan sasaran yang jelas, yang membantu mereka merumuskan tindakan yang tepat untuk mencapainya. Penetapan tujuan secara individu ini dipengaruhi oleh penilaian mereka terhadap kemampuan kognitif yang dimiliki. Kemampuan kognitif ini memungkinkan mahasiswa untuk memprediksi kejadian-kejadian sehari-hari yang berpengaruh terhadap masa depan mereka.^{3,33}

2) Proses motivasi

Motivasi peserta didik muncul dari pemikiran positif yang berasal dari dalam diri mereka untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Individu berusaha untuk memotivasi dirinya dengan menetapkan keyakinan pada tindakan yang akan

dilakukan dan merencanakan langkah-langkah yang akan diambil. Efikasi diri mempengaruhi cara individu menjelaskan penyebab suatu kejadian atau masalah, dimana individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung menganggap kegagalannya disebabkan oleh kurangnya usaha, sementara individu dengan efikasi diri yang rendah lebih cenderung menyalahkan dirinya atas kegagalan karena merasa kurang mampu.³⁵

3) Proses afeksi

Afeksi muncul secara alami dalam diri individu dan mempengaruhi intensitas pengalaman emosional. Proses ini berkaitan dengan pengelolaan kecemasan dan perasaan depresif yang bisa menghambat pola pikir yang benar dalam mencapai tujuan. Keyakinan individu terhadap kemampuannya berperan dalam mengontrol tingkat stres dan depresi yang muncul ketika menghadapi tugas yang sulit atau menantang. Individu yang percaya pada diri mereka sendiri lebih mampu mengatasi ancaman dan tidak membiarkan pola pikir negatif muncul.^{15,36}

4) Proses seleksi

Proses seleksi melibatkan kemampuan mahasiswa untuk memilih perilaku dan lingkungan yang tepat agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Ketidakmampuan dalam melakukan seleksi yang tepat akan membuat individu merasa tidak percaya diri, bingung, dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah atau situasi.³⁷

2.3 Hubungan Efikasi Diri Dengan Strategi Koping

Mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran, sering kali merasa cemas dan tertekan saat menghadapi ujian. Jika tekanan ini tidak ditangani dengan cara yang

tepat, bisa berkembang menjadi stres yang menghalangi mereka untuk menyelesaikan studi sesuai dengan target waktu yang ditetapkan.⁷ Namun, meskipun banyak mahasiswa menghadapi tantangan serupa terkait kegagalan ujian, tidak semua dari mereka gagal memenuhi target waktu yang diinginkan. Hal ini bergantung pada bagaimana mereka menerapkan efikasi diri dan strategi koping yang tepat. Salah satu kemampuan penting yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas akhir tepat waktu adalah kemampuan untuk mengatasi masalah (*problem-focused coping*). Dalam menghadapi masalah ini, keyakinan terhadap kemampuan diri, yang dikenal sebagai *self-efficacy*, memainkan peran yang sangat penting.²⁸

Efikasi diri dan strategi koping salah satunya *problem-focused coping* adalah dua faktor yang mempengaruhi tingkat stres yang dialami seseorang. Individu dengan *self efficacy* rendah lebih rentan terhadap stres, mereka cenderung lebih mudah menyerah dan tertekan. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri yang tinggi akan tetap bertahan dan menghadapi tantangan dengan rasa percaya diri, yang memungkinkan mereka untuk mengelola stres dengan lebih baik.⁸

Individu yang memiliki ketekunan tinggi dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi masalah cenderung mampu merancang solusi dan strategi untuk menyelesaikan masalah serta berupaya mengubah situasi yang dianggap menekan. Hal tersebut mencerminkan aspek *planful problem solving* dalam pendekatan *problem focused coping*. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memilih strategi koping yang berfokus pada masalah untuk menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi dalam kuliah. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah lebih cenderung memiliki strategi koping berfokus pada

emosi (*emotional focused coping*), karena mereka merasa tidak ada yang bisa mereka lakukan untuk mencegah situasi yang sedang dihadapi.^{7,8,28}

Menurut penelitian sebelumnya juga menjelaskan bahwa salah satu faktor yang memiliki pengaruh terhadap strategi koping pada individu adalah keyakinan, yaitu penilaian atas kemampuan individu itu sendiri serta harapan individu atas apa yang akan dicapai.^{38,39}

2.4 Kuesioner Efikasi Diri

Kuesioner efikasi diri (*General Self Efficacy Scale*) terdiri dari 10 pernyataan. Setiap pernyataan dalam kuesioner tersebut dinilai menggunakan skala likert dengan nilai terendah 1 hingga 5, sehingga didapatkan skor minimal 10-50. Skor ini dibagi berdasarkan kategori: sangat sesuai (SS) = 5, cukup sesuai (CS) = 4, netral (N) = 3, tidak sesuai (TS) = 2, sangat tidak sesuai (STS) = 1. Keterangan: sangat sesuai (SS): merasa sangat yakin dan percaya diri dalam mengatasi situasi/tantangan, cukup sesuai (CS): cukup yakin bisa mengatasi tantangan, netral (N): ragu-ragu, tidak yakin apakah dirinya mampu/tidak, tidak sesuai (TS): kurang mampu/kurang yakin bisa mengatasi tantangan, sangat tidak sesuai (STS): merasa sangat tidak mampu/percaya diri dalam menghadapi situasi/tantangan.

Penilaian efikasi diri akan dikategorikan menjadi efikasi diri tinggi, sedang dan rendah. Skor total pernyataan adalah 50. Peneliti menilai efikasi diri responden dengan nilai skor pernyataan yang lebih tinggi. Jika skor 10-20 (rendah), 21-30 (sedang), dan 31-50 (tinggi). Semakin tinggi skor yang didapatkan dari pernyataan maka efikasi diri makin tinggi, dan sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan, maka efikasi dirinya rendah.

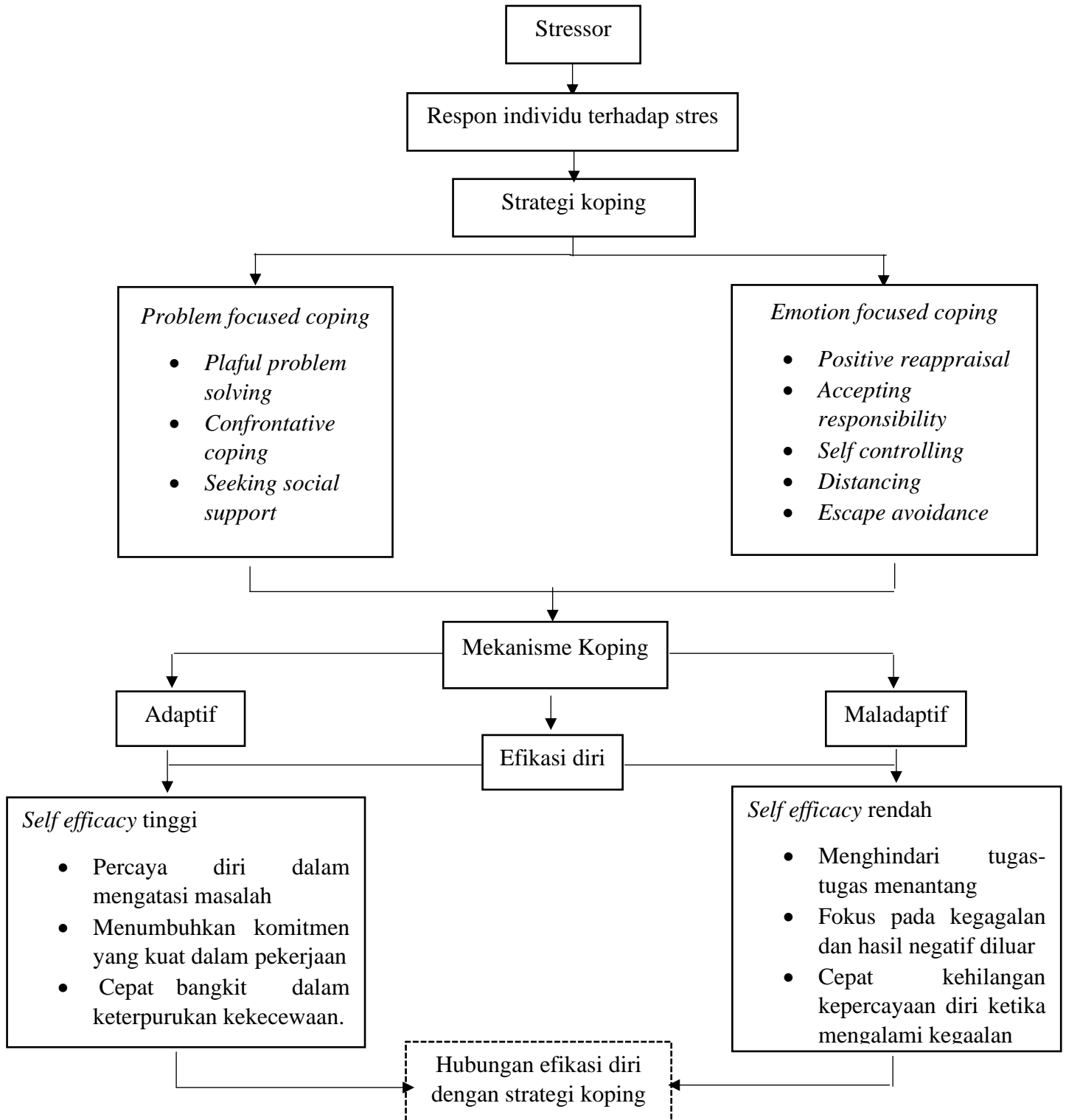
2.5 Kuesioner Strategi Koping

Kuesioner strategi koping terdiri dari 20 pernyataan, setiap pernyataan dalam kuesioner tersebut dinilai menggunakan skala likert, dengan nilai terendah 1 hingga 4 untuk setiap pernyataan sehingga rentang skornya adalah 20-80. Skornya dibagi berdasarkan kategori: selalu (SL) = 4, sering (S) = 3, kadang-kadang (KD) = 2, dan tidak pernah (TP) = 1. Keterangan: selalu (SL): dilakukan setiap kali, sering (S): dilakukan lebih kurang dari selalu dengan frekuensi beberapa kali dalam seminggu, kadang-kadang (KD) jarang terjadi dengan frekuensi beberapa kali dalam sebulan, sedangkan tidak pernah (TP) tidak pernah dilakukan sama sekali.

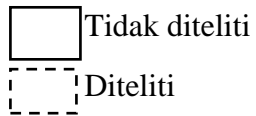
Penilaian strategi koping akan disimpulkan menjadi 2 (dua) yaitu adaptif dan maladaptif. Skor total masing-masing pernyataan sama yaitu 40. Peneliti menilai mekanisme koping responden dengan nilai perbandingan skor yang lebih tinggi. Jika $X > Y$ = adaptif, sedangkan jika $X = Y$ dan $Y > X$ = maladaptif.

BAB III KERANGKA TEORI

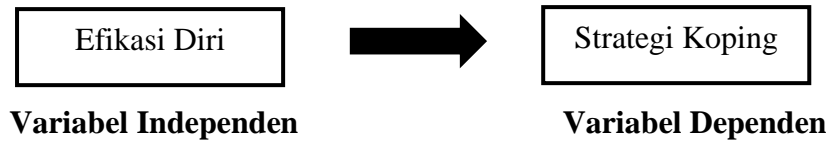
3.1 Kerangka Teori



Gambar 3.1 Kerangka Teori



3.2 Kerangka Konsep



Gambar 3.2 Kerangka Konsep

3.3 Hipotesis

H0 : Tidak terdapat Hubungan Antara Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Kedokteran Yang Mengalami Kegagalan Ujian Di Universitas Baiturrahmah.

H1 : Terdapat Hubungan Antara Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Kedokteran Yang Mengalami Kegagalan Ujian Di Universitas Baiturrahmah.

BAB IV METODE PENELITIAN

4.1 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini melihat tentang Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Kedokteran Yang Mengalami Kegagalan Ujian Di Universitas Baiturrahmah, sehingga ruang lingkupnya dalam bidang ilmu pendidikan kedokteran.

4.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang. Waktu penelitian dilakukan pada bulan juni-juli.

4.3 Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu analitik observasional dan menggunakan desain penelitian *cross sectional* dimana penelitian antara efikasi diri dan strategi coping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian dilakukan pada titik yang sama dengan angket atau kuisioner.

4.4 Populasi dan Sampel

4.4.1 Populasi Target

Populasi target pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah.

4.4.2 Populasi Terjangkau

Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah mahasiswa fakultas kedokteran dengan nilai ujian MCQ modul $\leq D$.

4.4.3 Sampel Penelitian

Sampel yang digunakan pada penelitian ini memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi

1. Mahasiswa yang terdaftar aktif Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah yang pernah mengikuti ujian modul.
2. Mahasiswa yang terdaftar sebagai mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah yang bersedia menjadi responden
3. Mahasiswa nilai ujian MCQ modulnya $\leq D$

2. Kriteria Eksklusi

- a. Mahasiswa yang terdaftar sebagai mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah yang tidak taat terhadap peraturan ujian maupun saat dalam karantina.

4.4.4 Cara Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu dengan *total sampling*. Teknik *total sampling* merupakan cara penentuan sampel jika seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Pengambilan sampel dimulai dari angkatan 2022 modul ketiga di semester 6 yaitu modul Gangguan Neuromuskuloskeletal, angkatan 2023 modul ketiga di semester 4 yaitu modul Gangguan Endokrin dan Metabolisme, dan angkatan 2024 modul ketiga di semester 2 yaitu modul Sistem Saraf dan Sistem Indera. Adapun rumus penentuan besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini, rumus yang digunakan untuk menentukan ukuran besar sampel berdasarkan rumus estimasi besar sampel untuk dua proporsi menurut Lemeshow yaitu:

$$n = \frac{(Z_{1-\alpha/2} + Z_{1-\beta})^2 \cdot [P_1(1-P_1) + P_2(1-P_2)]}{(P_1 - P_2)^2}$$

$$n = \frac{(1,96 + 0,84)^2 \cdot [0,50(0,50) + 0,25(0,75)]}{(0,50 - 0,25)^2}$$

$$n = \frac{(2,8)^2 \cdot (0,25 + 0,1875)}{(0,25)^2}$$

$$n = \frac{7,84 \cdot 0,4375}{0,0625}$$

$$n = \frac{3,43}{0,0625}$$

$\approx 54,88$ dibulatkan menjadi 55 sampel

Keterangan :

n : Jumlah minimum subjek per kelompok

$Z_{1-\alpha/2}$: 1,96 (nilai Z untuk $\alpha = 0,05$)

$Z_{1-\beta}$: 0,84 (untuk Z untuk power = 80%)

P1 : proporsi keberhasilan pada kelompok pertama (0,50)

P2 : proporsi keberhasilan pada kelompok kedua (0,25)

Berdasarkan hasil perhitungan diatas didapatkan besar sampel sebesar 55 dikali 2 didapatkan 110 sampel minimal + 10% untuk drop out sehingga menjadi 120 sampel.

4.4.5 Variabel Bebas

Variabel bebas (independent) merupakan variabel yang mempengaruhi atau variabel yang apabila berubah menyebabkan perubahan variabel lain. Dalam penelitian ini adalah efikasi diri.

4.4.6 Variabel Terikat

Variabel terikat (dependent) merupakan variabel yang mengalami perubahan akibat berubahnya variabel bebas. Dalam penelitian ini adalah strategi coping.

4.5 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Definisi Operasional

No	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Efikasi Diri	Kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya sendiri untuk meraih keberhasilan dalam situasi tertentu atau mencapai tujuan yang telah ditetapkan	Kuesioner <i>General Self-Efficacy Scale</i> (GSES) Sumber : General <i>Self Efficacy Scale</i> Versi Indonesia (Novrianto, dkk., 2019)	Penilaian dilakukan dengan hasil ujian modul, yang mengalami kegagalan ujian. Apabila skor respon (10-20) : rendah (21-30) : sedang (31-50) : tinggi	Ordinal
2.	Strategi Koping	Strategi koping adalah respons positif yang digunakan untuk menyelesaikan masalah, dengan cara menghadapi ancaman yang berasal dari dalam maupun luar diri seseorang. ¹⁹	Kuesioner Strategi koping Sumber : Gambaran Mekanisme Koping pada Mahasiswa Kedokteran (Putra, 2024)	Penilaian dilakukan dengan hasil ujian modul, yang mengalami kegagalan ujian. <ul style="list-style-type: none"> • Koping Adaptif ($X > Y$) • Koping Maladaptif • ($Y > X$) dan ($X = Y$) 	Nominal

4.6 Cara Pengumpulan Data

4.6.1 Alat

Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Kuesioner Penilaian Efikasi Diri dan Strategi Koping dalam bentuk *G-form*
2. Laptop / *Handphone*
3. Jaringan internet

4.6.2 Jenis Data

Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer yang langsung didapatkan dari lapangan. Pengambilan data dilakukan dengan cara pengisian kuesioner.

4.6.3 Cara kerja

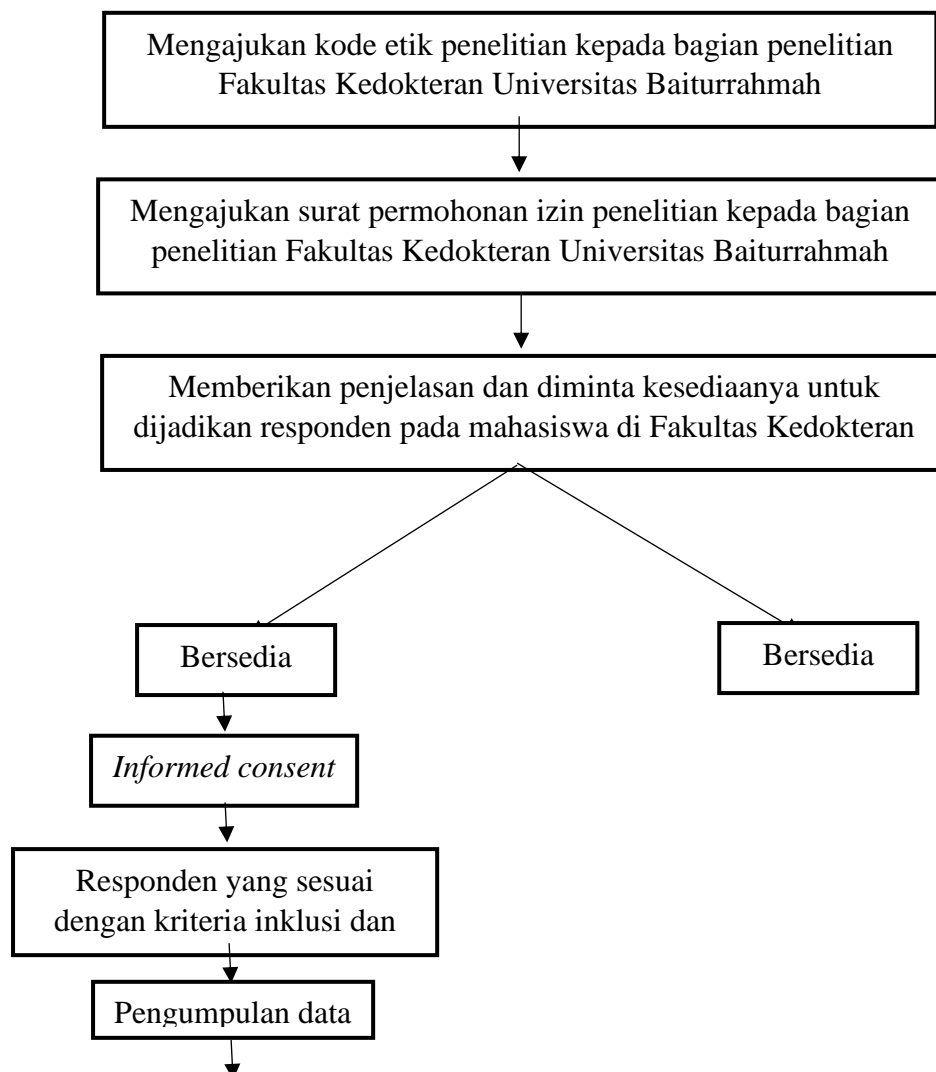
Data yang diambil adalah data primer yang didapat secara langsung dari responden melalui pertanyaan tentang Efikasi Diri dan Strategi Koping dan pemberian kuesioner dalam bentuk kertas. Pengambilan data dilakukan sendiri oleh peneliti dengan penjelasan tentang tujuan penelitian dan meminta kesediannya untuk dijadikan sampel penelitian. Peneliti juga menjelaskan mengenai kuesioner yang tidak dimengerti dan memeriksa Kembali jawaban yang telah diisi oleh responden.

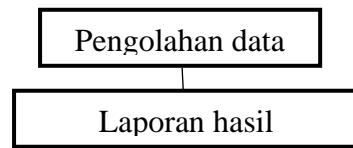
4.7 Uji instrumen penelitian

Instrumen yang digunakan ini adalah sudah diujicobakan dengan validitas dan realibilitasnya. Dari hasil uji validitas, didapatkan bahwa kuesioner efikasi diri pada *General Self-Efficacy Scale* menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) yang terdiri dari 10 aitem, seluruh aitem memiliki t-value >1,96 dan bermuatan positif, dan hasil yang didapatkan dari uji reabilitas dengan menggunakan *Cronbach alpha coefficient* adalah 0,75 hingga 0,91. Sehingga instrumen ini valid dan tidak ada aitem yang dieliminasi, dan sudah dicobakan pada penelitian yang berjudul “Validitas Konstruk Instrumen *General Self Efficacy Scale* Versi Indonesia”.

Dari hasil uji validitas dan reabilitas, didapatkan bahwa kuesioner strategi koping adaptif dan maladaptif yang terdiri masing-masing 10 pernyataan, dengan menggunakan bantuan SPSS 28.0 for MacOS dan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil validitas didapatkan bahwa nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($N=35$, $t_{tabel}=0,334$), dan hasil yang didapatkan dari uji reabilitas dengan menggunakan *Cronbach alpha coefficient* adalah 0,843 hingga 0,848. Maka kesimpulannya adalah dinyatakan valid dan reliabel, dan sudah dicobakan pada penelitian yang berjudul “Gambaran Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2021 Universitas Baiturrahmah”.

4.8 Alur Penelitian





Gambar 4.1 Alur Penelitian

4.9 Pengolahan Data dan Analisis Data

4.9.1 Pengolahan Data

1. Editing data

Kegiatan pengecekan kelengkapan data yang dikumpulkan memberikan kejelasan, konsisten dan dapat dibaca.

2. Coding

Kegiatan mengubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka agar mempermudah pada saat analisis data dan mempercepat saat memasukkan.

3. Processing

Kegiatan pemrosesan data dengan memasukkan data yang sudah terisi lengkap ke program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) untuk dianalisis.

4. Cleaning

Kegiatan mengecek atau memeriksa Kembali data yang sudah dimasukkan apakah masih terdapat kesalahan atau tidak.

4.9.2 Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah:

1. Analisis univariat

Data efikasi diri dan strategi koping bagi mahasiswa yang mengalami

kegagalan ujian akan dianalisis secara univariat yang tujuannya untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel.

2. Analisis bivariat

Data hubungan antara efikasi diri dan strategi koping yang dinilai menggunakan kuesioner akan dianalisis secara bivariat tujuannya untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas. Data yang diperoleh akan diolah dan dianalisis menggunakan *Chi Square* dengan derajat kemaknaan (α) 0,05. Uji *Chi-Square* karena kedua variabel baik variabel independent (Efikasi Diri) dan variabel dependent (strategi koping) merupakan jenis kategorik.

Jika hasil uji *Chi-Square* dengan *p-value* $< 0,05$ maka dapat dikatakan terdapat hubungan yang bermakna antara variabel independent dan variabel dependent dengan menggunakan *Statisticals Packages For Social Science* (SPSS) versi 20. Sebaliknya, jika hasil uji *Chi-Square* dengan *p-value* $> 0,05$ maka dapat dikatakan tidak terdapat hubungan bermakna antara variabel independent dan variabel dependent.

Syarat uji *Chi-Square* adalah tidak ada nilai *expected* < 5 maksimal 20% dari jumlah *cell*. Kedua variabel yang diuji dikatakan memiliki hubungan yang signifikan apabila didapatkan nilai *p-value* $< 0,05$. Jika syarat tidak terpenuhi maka dapat menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk tabel 2xK.

4.9.3 Penyajian Data

Penyajian data dilakukan setelah pengolahan dan analisis data dengan menggunakan program komputer SPSS. Data yang telah diolah dan dianalisis akan disajikan dalam bentuk deskripsi berupa tabel dan narasi. Data yang ditampilkan dalam bentuk tabel berfungsi untuk mempermudah dalam membaca

dan memahami hasil penelitian, sedangkan data dalam bentuk narasi berfungsi untuk memberikan penjelasan dan membantu mempermudah pembaca untuk memahami data tabel hasil penelitian.

4.10 Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti telah memperhatikan prinsip etika penelitian (*ethical clearance*) yaitu :

1. Persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah.
2. Persetujuan dari subjek penelitian dengan informed consent.
3. Peneliti menjunjung tinggi kerahasiaan informasi yang telah diperoleh selama penelitian dan data hanya digunakan untuk kepentingan penelitian
4. Biaya yang diperlukan selama penelitian merupakan tanggung jawab dari peneliti.

4.11 Rencana jadwal penelitian

Tabel 4.2 1 Jadwal Penelitian

Kegiatan	Bulan ke					
	1	2	3	4	5	6
Penyusunan proposal						
Ujian proposal Skripsi						
Persiapan penelitian						
Pengambilan Data						
Pengolahan dan analisis Data						
Penyusunan Laporan Akhir						
Ujian Akhir Skripsi dan Revisi						

BAB V

HASIL PENELITIAN

Data penelitian diperoleh dengan cara pengisian kuesioner secara langsung oleh mahasiswa kedokteran angkatan 2022, 2023, 2024 yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah yaitu nilai MCQ yang $\leq D$. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 12-21 Juli 2025. Responden dalam penelitian ini didapatkan 120 orang mahasiswa kedokteran sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah jenis kelamin. Didapatkan 120 responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Distribusi frekuensi didapatkan bahwa responden jenis kelamin perempuan (80,8%) lebih banyak dibandingkan laki-laki (19,2%).

5.1 Tingkat Efikasi Diri pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian

Hasil penelitian didapatkan frekuensi tingkat efikasi diri mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian yaitu nilai MCQ $\leq D$ di Universitas Baiturrahmah dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 5.1 Distribusi tingkat efikasi diri mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah

Efikasi Diri	<i>f</i>	%
Rendah	31	25,8%
Sedang	40	33,4%
Tinggi	49	40,8%
Total	120	100,0

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan sebagian besar mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian berdasarkan tingkat efikasi diri didapatkan hasil paling banyak adalah mahasiswa yang menggunakan efikasi diri tinggi dari 120 mahasiswa sebanyak 49 orang (40,8%).

Sedangkan efikasi diri berdasarkan jenis kelamin responden didapatkan dari 120 orang responden yang terbesar pada jenis kelamin perempuan, yaitu efikasi diri tinggi sebanyak 36 orang (37,1%), sedangkan efikasi diri tinggi pada laki-laki sebanyak 13 orang (56,6%).

5.2 Identifikasi Strategi Koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian

Hasil penelitian didapatkan frekuensi berdasarkan pemilihan strategi koping yang dilakukan oleh mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian yaitu nilai MCQ $\leq D$ di Universitas Baiturrahmah dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi strategi koping mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah

Strategi Koping	<i>f</i>	%
Adaptif	79	65,8
Maladaptif	41	34,2
Total	120	100,0

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan sebagian besar mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian berdasarkan pemilihan strategi koping didapatkan hasil paling banyak adalah mahasiswa yang melakukan strategi koping adaptif yaitu 79

orang (65,8%), dan yang melakukan strategi koping maladaptif yaitu 41 orang (34,2%).

Sedangkan strategi koping berdasarkan jenis kelamin responden didapatkan dari 120 orang responden yang terbesar pada jenis kelamin perempuan, yaitu strategi koping adaptif sebanyak 65 orang (67,0%), dan strategi koping maladaptif sebanyak 32 orang (33,0%), sedangkan pada laki-laki strategi koping adaptif sebanyak 14 orang (60,9%), dan strategi koping maladaptif sebanyak 9 orang (39,1%).

5.3 Hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah

Hasil penelitian didapatkan hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian yaitu nilai MCQ $\leq D$ di Universitas Baiturrahmah.

Tabel 5.3 Hubungan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian

Efikasi Diri	Strategi koping				<i>p</i> value
	Adaptif		Maladaptif		
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Rendah	12	38,7%	19	61,3%	0,001
Sedang	31	77,5%	9	22,5%	
Tinggi	36	73,5%	13	26,5%	
Total	79	65,8%	41	34,2%	

Hasil analisis data yang tersaji pada tabel 5,5 menunjukkan bahwa dari 120 subjek, pada mahasiswa yang mengalami kegagalan ujian ditemukan paling banyak adalah mahasiswa yang menggunakan kelompok efikasi diri tinggi pada strategi

koping adaptif sebanyak 36 orang (73,5%), dan strategi koping maladaptif sebanyak 13 orang (26,5%), sedangkan dilihat pada kelompok efikasi diri sedang dengan strategi koping adaptif sebanyak 31 orang (77,5%), dan strategi koping maladaptif sebanyak 9 orang (22,5%), sedangkan jika dilihat pada kelompok efikasi diri rendah dengan strategi koping adaptif sebanyak 12 orang (38,7%), dan strategi koping maladaptif sebanyak 19 orang (61,3%).

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapatkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan strategi koping pada mahasiswa kedokteran yang mengalami kegagalan ujian di Universitas Baiturrahmah.