



Academic Self-Efficacy Among First-Year Students of the Department of Psychology, Faculty of Medicine and Health Sciences at Jambi University

Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Baru Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan di Universitas Jambi



Alif Khan Khomeini^a
Agung Iranda^b
Nofrans Eka Saputra^c

Article history:

Submitted: 13 May 2026

Revised: 28 May 2026

Accepted: 10 June 2026

Keywords:

Academic Self-Efficacy, First-Year Students, Psychology

Abstract

First-year students encounter academic demands and adjustment processes that differ from their previous educational experiences. These conditions require confidence in their ability to perform academic tasks, known as academic self-efficacy. This study aimed to describe the academic self-efficacy of first-year students in the Department of Psychology, Faculty of Medicine and Health Sciences, Jambi University, from the 2025 cohort. This quantitative study employed a descriptive cross-sectional design involving 138 first-year students selected through total sampling. Data were collected using The Indonesian Academic Self-Efficacy Scale (TIASS) and analyzed descriptively using JASP version 0.95.4. The results showed that overall academic self-efficacy was predominantly categorized as low (52.2%). The interaction at university (59,4%) and performance out of class (52,9%) dimensions were predominantly categorized as high, whereas the performance in class (51.4%) and managing work, family, and university (52.2%) dimensions were predominantly categorized as low. It can be concluded that first-year students tended to have low academic self-efficacy, indicating the need to strengthen their confidence in coping with academic demands.

Abstrak

Mahasiswa baru menghadapi berbagai tuntutan akademik dan proses penyesuaian terhadap lingkungan perkuliahan yang berbeda dari jenjang pendidikan sebelumnya. Kondisi tersebut memerlukan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menjalankan aktivitas akademik yang dikenal sebagai efikasi diri akademik. Penelitian ini bertujuan memperoleh gambaran efikasi diri akademik pada mahasiswa baru Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi angkatan 2025. Penelitian

^a Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

^b Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

^c Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif *cross-sectional*. Sebanyak 138 mahasiswa baru dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *The Indonesian Academic Self-Efficacy Scale* (TIASS) dan dianalisis secara deskriptif dengan JASP versi 0.95.4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri akademik didominasi kategori rendah (52,2%). Dimensi *interaction at university* (59,4%) dan *performance out of class* (52,9%) didominasi kategori tinggi, sedangkan dimensi *performance in class* (51,4%) dan *managing work, family, and university* (52,2%) didominasi kategori rendah. Disimpulkan bahwa mahasiswa baru cenderung memiliki efikasi diri akademik yang rendah sehingga diperlukan upaya untuk memperkuat keyakinan mereka dalam menghadapi tuntutan akademik.

Journal of Social Science and Humanities (JoSSH) ©2026.
This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

Corresponding author:

Alif Khan Khomeini

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

Email address: alifkhomeini5@gmail.com

1 Pendahuluan

Mahasiswa baru berada pada periode transisi dari masa Sekolah Menengah Atas (SMA) ke perguruan tinggi. Pada tahap ini, mereka menghadapi berbagai tantangan, seperti membangun hubungan sosial baru, menyesuaikan relasi dengan orang tua dan keluarga, menghadapi peningkatan biaya pendidikan, mengembangkan kebiasaan belajar di lingkungan yang baru, serta menjalani perkembangan sebagai individu dewasa yang mandiri (Purnamasari et al., 2022). Transisi ini semakin kompleks karena lingkungan perguruan tinggi cenderung lebih kompetitif dibandingkan dengan masa sekolah menengah atas, di mana mahasiswa dituntut mengerjakan tugas yang lebih bervariasi dan menantang (Parjianto et al., 2021).

Tabel 1. Data Jumlah Mahasiswa Baru Universitas Jambi

Kategori Mahasiswa Baru Universitas Jambi	Jumlah
Universitas Jambi (total)	14. 963 orang
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	964 orang
Jurusan Psikologi	138 orang

Sumber: Dashboard UNJA (2025)

Berdasarkan jumlah mahasiswa baru Universitas Jambi pada tahun 2025 mencapai 14.963 orang. Dari jumlah tersebut, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) menerima sebanyak 964 mahasiswa baru, sementara Jurusan Psikologi hanya sebanyak 138 mahasiswa baru. Jika dibandingkan dengan total penerimaan mahasiswa baru Universitas Jambi, maka mahasiswa FKIK berkontribusi sekitar 6,4%, sedangkan mahasiswa Psikologi hanya sekitar 0,9% dari total jumlah mahasiswa baru Universitas Jambi.

Secara teoritis, mahasiswa baru berada pada fase transisi dari masa remaja menuju masa dewasa atau *emerging adulthood* (Lutfianawati et al., 2023). Menurut (Arnett, 2023), *emerging adulthood* merupakan periode perkembangan yang umumnya terjadi pada usia 18-25 tahun. Fase ini ditandai dengan pencarian jati diri (*identity exploration*), berfokus pada kepentingan pribadi (*self-focus*), menghadapi ketidakstabilan akibat berbagai perubahan (*instability*), merasakan kondisi berada di antara masa remaja dan dewasa (*feeling in between*), serta memiliki tingkat optimisme yang tinggi terhadap kemungkinan di masa depan (*optimism/possibilities*). Dalam konteks ini, efikasi diri

akademik menjadi kunci dalam menentukan bagaimana mahasiswa memaknai tuntutan akademik, memilih strategi belajar, dan mempertahankan motivasi belajar, dan semua yang penting dilakukan di tahun pertama kuliah.

Dalam konteks pendidikan, konsep efikasi diri kemudian dikembangkan menjadi efikasi diri akademik. Menurut Zajacova et al. (2005), efikasi diri akademik menggambarkan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka untuk melaksanakan tugas-tugas akademik. Efikasi diri akademik terdiri dari empat aspek utama yaitu Interaction at university, berkaitan dengan kemampuan individu untuk beradaptasi dan menjalin hubungan sosial di lingkungan akademik. Performance out of class, menggambarkan sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas di luar kelas. Performance in class, menekankan pada kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi belajar di ruang kelas. Managing work, family, and university; berhubungan dengan kemampuan individu dalam menyeimbangkan berbagai peran dan tanggung jawab yang dimilikinya, serta mengatur waktu, antara pekerjaan, kehidupan keluarga, dan kewajiban akademik.

Dalam konteks Jurusan Psikologi, mahasiswa baru dihadapkan pada tuntutan akademik yang unik dan menuntut kemampuan analitis, berpikir kritis, memahami konsep teoritis yang abstrak, dan keterampilan penulisan ilmiah. Karena itu, memahami efikasi diri akademik pada mahasiswa baru psikologi sangat relevan untuk menggambarkan kesiapan psikologis mereka menghadapi tantangan tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara data awal kepada dua partisipan mahasiswa baru Jurusan Psikologi Universitas Jambi. Wawancara dilakukan dengan dua mahasiswa baru, AP dan ED yang memberikan pandangan tentang permasalahan yang mereka rasakan sebagai mahasiswa baru.

Wawancara pertama dilakukan bersama AP (18 tahun), salah satu mahasiswa baru Jurusan Psikologi Universitas Jambi. Partisipan menunjukkan adanya kesulitan dalam menyesuaikan diri terkait tuntutan akademik di lingkungan perkuliahan. Kesulitan tersebut menunjukkan proses adaptasi terhadap perubahan sistem pembelajaran dari jenjang sekolah menengah ke perguruan tinggi, khususnya terkait meningkatnya kompleksitas tugas, waktu penyelesaian tugas yang lebih singkat, serta penyesuaian terhadap lingkungan pertemanan yang baru. Selain itu, partisipan mengungkapkan bahwa keyakinannya terhadap kemampuan akademik belum merata pada seluruh mata kuliah, sehingga pada beberapa mata kuliah tertentu masih muncul keraguan terhadap kemampuannya dalam mengikuti proses pembelajaran.

Temuan observasi awal tersebut menunjukkan bahwa partisipan mengalami kesulitan penyesuaian diri terhadap pola dan tekanan akademik di perguruan tinggi. Berdasarkan teori Zajacova yang berkaitan dengan aspek interaction at university, AP masih berada dalam tahap adaptasi lingkungan sosial dan akademik di kampus, seperti perubahan sistem belajar, interaksi dengan lingkungan pertemanan baru, dan tuntutan akademik yang berbeda dari masa sekolah. Sementara itu, pada aspek performance in class, pernyataan mengenai kurangnya keyakinan pada mata kuliah tertentu menunjukkan bahwa partisipan belum sepenuhnya yakin terhadap kemampuannya dalam menghadapi proses pembelajaran di kelas dan mencapai performa akademik yang diharapkan. Namun demikian, AP tetap menunjukkan keyakinan pada beberapa mata kuliah lain, yang menandakan adanya efikasi diri akademik.

Wawancara awal dilakukan bersama ED (20 tahun), salah satu mahasiswa baru Jurusan Psikologi Universitas Jambi. Hasil wawancara menunjukkan jarak tempat tinggal menjadi salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi efektivitas mahasiswa dalam mengikuti kegiatan akademik. Berdasarkan teori Zajacova, kondisi ini berkaitan dengan aspek managing work, family, and university, yaitu kemampuan individu dalam mengatur berbagai tanggung jawab dan tuntutan kehidupan sehari-hari dengan kewajiban akademik. Hambatan berupa jarak tempat tinggal dapat mempengaruhi kesiapan, kedisiplinan, dan pengelolaan waktu mahasiswa baru dalam menjalani aktivitas perkuliahan. Meskipun awalnya mengalami kesulitan dalam manajemen waktu, partisipan memperlihatkan kemampuan menyesuaikan diri dan membentuk kebiasaan adaptif melalui proses refleksi dan evaluasi diri yang membuatnya mampu memperbaiki kebiasaan menjadi disiplin. Hal ini menunjukkan efikasi diri akademik yang berkembang secara adaptif, di mana individu percaya pada kemampuannya untuk mengubah perilaku menjadi teratur.

Penelitian Savitri et al. (2025) pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang menemukan adanya hubungan positif antara efikasi diri dan kemampuan adaptasi akademik yang ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,325 dengan tingkat signifikansi $p = (0,000) < (0,05)$. Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian Utomo dan Andayani (2023) menunjukkan efikasi diri akademik menjadi prediktor utama dalam penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama, menyumbang lebih dari sepertiga varians adaptasi terhadap lingkungan perguruan tinggi. Selain itu, Penelitian longitudinal Ti et al. (2025) terhadap mahasiswa baru di

Tiongkok menemukan bahwa mahasiswa baru yang memiliki kemampuan adaptasi akademik lebih cenderung mengalami peningkatan kemampuan adaptasi sosial, dan penurunan gejala depresi dari waktu ke waktu.

Sari dan Hermina (2025) menyebutkan bahwa adaptasi sosial merupakan faktor yang turut menentukan kesejahteraan psikologis. Mahasiswa baru seringkali dihadapkan pada kebutuhan untuk membangun relasi dengan teman sebaya, dosen, maupun staf kampus. Keterbatasan dukungan sosial dapat menimbulkan perasaan terisolasi, kesepian, bahkan menimbulkan stres. Penelitian Putri et al. (2023) tentang efikasi diri pada mahasiswa perantau menemukan bahwa individu dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mampu beradaptasi terhadap perubahan lingkungan serta memanfaatkan sumber daya yang ada untuk mencapai keberhasilan akademik maupun sosial. Selanjutnya, Su dan Weng (2024) menjelaskan efikasi diri berperan sebagai faktor motivasi dan keyakinan internal yang mempengaruhi kognisi dan kepercayaan diri individu dalam menangani berbagai tugas dalam situasi adaptasi sosial. Individu dengan efikasi diri yang tinggi biasanya memiliki lebih banyak kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan dan perubahan dalam lingkungan sosial, berpartisipasi aktif dalam interaksi sosial, memecahkan masalah sosial dan perilaku adaptasi sosial lainnya, dan dengan demikian menunjukkan kemampuan beradaptasi sosial yang lebih baik.

Faktor eksternal seperti jarak tempat tinggal turut mempengaruhi kesiapan dan motivasi mahasiswa dalam menjalani kegiatan akademik. Temuan Kurnia et al. (2024) menunjukkan bahwa semakin jauh jarak rumah ke kampus, semakin besar pula tantangan dalam menjaga motivasi dan konsistensi belajar, dengan konsistensi sebesar 16,8% terhadap variasi motivasi belajar. Selanjutnya, penelitian Guan et al. (2025) dalam konteks siswa pedesaan di Tiongkok, menunjukkan waktu komuter yang lebih lama berhubungan dengan penurunan prestasi akademik dan peningkatan tekanan psikologis. Kedua temuan tersebut menegaskan bahwa jarak fisik dapat menjadi hambatan, dalam hal ini efikasi diri berperan sebagai faktor protektif yang membantu individu untuk mempertahankan motivasi belajar.

Pernyataan Bargmann dan Kauffeld (2023) menegaskan bahwa praktik manajemen waktu menjadi salah satu faktor penting, karena praktik manajemen waktu yang baik berhubungan positif dengan kepuasan dan kinerja akademik serta berhubungan negatif dengan kecenderungan menunda tugas. Sebagai bagian dari faktor non-kognitif, manajemen waktu juga menunjukkan keterikatan positif dengan komitmen mahasiswa, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui penyesuaian sosial dan capaian nilai rata-rata. Selanjutnya, penelitian lain oleh Syidad dan Julaihah (2025) menegaskan bahwa efikasi diri berperan penting dalam kemampuan manajemen waktu. Pada mahasiswa, efikasi diri terbukti menjadi faktor dominan dalam pengelolaan waktu, sementara pada mahasiswa, dukungan teman sebaya lebih berpengaruh dalam meningkatkan efikasi diri serta membentuk kebiasaan disiplin. Sejalan dengan itu, Dewi et al. (2025) menemukan bahwa efikasi diri signifikan dalam memperkuat pengaruh lingkungan kampus dan manajemen waktu terhadap prestasi mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri bukan hanya menjadi faktor internal yang mengatur perilaku belajar, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan kampus yang mendukung dan keterampilan manajemen waktu yang baik.

Wawancara lanjutan bersama AP, terkait pertanyaan seputar apabila ia mendapati tugas kuliah yang sulit dan menemukan hambatan dalam pengalamannya sebagai mahasiswa baru. Partisipan memberikan gambaran efikasi diri akademik dalam pengalaman mereka sebagai mahasiswa baru. Hasil wawancara menunjukkan bahwa AP masih belajar dalam menumbuhkan keyakinan diri menghadapi tugas akademik yang sulit. Berdasarkan Teori Zajacova, kondisi ini berkaitan dengan aspek *performance out of class*, AP menunjukkan adanya usaha coping akademik melalui diskusi dengan teman dan pencarian materi pendukung meskipun keyakinan dirinya belum sepenuhnya stabil. Wawancara lanjutan bersama ED, terkait pertanyaan seputar perasaannya apabila menghadapi tugas kuliah yang sulit dan harapan kedepannya. Hasil wawancara menunjukkan ED memiliki efikasi diri akademik. Ia menafsirkan kesulitan bukan sebagai ancaman, tetapi sebagai tantangan yang memotivasi dirinya untuk berkembang. Partisipan memperlihatkan orientasi *growth mindset* karena melihat dirinya sebagai individu yang terus belajar dan beradaptasi. Sejalan dengan temuan Wahyukencana dan Utami (2024) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *growth mindset* memiliki efikasi diri yang lebih tinggi dan lebih mampu mengatasi tekanan akademik.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri akademik merupakan faktor psikologis yang sangat penting dalam membantu mahasiswa baru beradaptasi secara akademik, sosial, dan personal di lingkungan perguruan tinggi. Mahasiswa dengan efikasi diri akademik tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tantangan akademik, mengelola waktu dengan baik, memanfaatkan dukungan sosial, dan menunjukkan kinerja akademik yang lebih baik. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran efikasi diri akademik mahasiswa baru Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan Universitas Jambi.

Tinjauan Pustaka

Teori Efikasi Diri Akademik

Teori efikasi diri merupakan bagian penting dari teori kognitif sosial yang dikembangkan oleh Bandura (1986), yang menekankan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh timbal balik antara faktor pribadi, lingkungan, dan perilaku itu sendiri. Konsep efikasi diri berfokus pada keyakinan seseorang pada kemampuannya, bukan pada kemampuan nyata yang sebenarnya dimiliki. Dengan kata lain, yang lebih berpengaruh bukan seberapa mampu seseorang secara objektif, melainkan seberapa besar ia yakin bahwa dirinya mampu melakukannya (Mills et al., 2007). Dalam konteks pendidikan, konsep efikasi diri kemudian dikembangkan menjadi efikasi diri akademik. Menurut Zajacova et al. (2005), efikasi diri akademik menggambarkan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka untuk melaksanakan tugas-tugas akademik. Honicke dan Broadbent (2016) menambahkan bahwa efikasi diri akademik dapat mendorong individu untuk menyelesaikan tugas pada mata pelajaran tertentu, memiliki keyakinan untuk memperoleh nilai tertentu dalam suatu mata kuliah, serta keyakinan untuk berhasil dalam perkuliahan di tingkat universitas.

Menurut Chemers et al. (2001), efikasi diri akademik berkorelasi kuat dengan performa akademik dan penyesuaian diri mahasiswa, baik secara langsung maupun melalui persepsi harapan akademik dan kemampuan coping. Selanjutnya, Meng dan Zhang (2023) mengatakan efikasi diri akademik terbukti memberikan manfaat nyata terhadap performa belajar mahasiswa, sehingga berpotensi menekan angka putus kuliah. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih percaya diri dalam belajar, lebih mampu mengatasi hambatan, dan lebih aktif terlibat dalam kegiatan akademik. Menurut Zhi & Han (2026), efikasi diri akademik merujuk pada keyakinan atau persepsi mahasiswa terhadap kompetensi dan kemampuan dirinya sendiri dalam mengatur, menjalankan, dan mengelola pembelajaran guna mencapai kesuksesan akademis serta hasil nilai yang positif. Selanjutnya, Artino Jr. (2012) menjelaskan efikasi diri akademik bukanlah sifat umum (general disposition), melainkan sangat bergantung pada jenis tugas kuliahnya. Seorang mahasiswa bisa memiliki efikasi diri akademik yang tinggi pada satu mata kuliah, namun memiliki efikasi diri akademik yang rendah pada mata kuliah lainnya.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri akademik adalah keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka untuk mengelola, memahami, dan menyelesaikan berbagai tuntutan akademik di perguruan tinggi. Dengan demikian, efikasi diri akademik menjadi faktor psikologis yang esensial dalam mendukung keberhasilan mahasiswa.

Aspek Efikasi Diri Akademik

Menurut Zajacova et al. (2005) efikasi diri akademik terdiri atas empat aspek utama yang mencerminkan berbagai keyakinan diri mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik, diantaranya:

1. Interaction At University. Berkaitan dengan kemampuan individu untuk beradaptasi dan menjalin hubungan sosial di lingkungan akademik. Termasuk di dalamnya adalah kemampuan berkomunikasi dengan dosen dan teman sekelas, berpartisipasi dalam diskusi kelas, menjalin pertemanan di kampus, serta mencari bantuan atau informasi terkait kegiatan akademik.
2. Performance Out of Class. Menggambarkan sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik di luar kelas. Misalnya dalam memahami bacaan, mempersiapkan ujian, menulis makalah, serta menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah tepat waktu.
3. Performance in Class. Menekankan pada kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi belajar di ruang kelas. Hal ini meliputi kemampuan untuk mengikuti perkuliahan dengan baik, lulus dalam mata kuliah yang dianggap sulit, serta mencapai nilai akademik sesuai harapan.
4. Managing Work, Family, and University. Berhubungan dengan kemampuan individu dalam menyeimbangkan berbagai peran dan tanggung jawab yang dimilikinya, serta mengatur waktu antara pekerjaan, kehidupan keluarga, dan kewajiban akademik. Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi dalam aspek ini cenderung mampu mengelola ketiganya secara efisien tanpa mengalami konflik peran yang berarti.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri Akademik

Menurut Schunk dan Pajares (2002) terdapat lima faktor yang mempengaruhi pembentukan dan penguatan efikasi diri akademik, yaitu:

1. Familial Influence. Orang tua dan pengasuh memainkan peran penting dalam membentuk efikasi diri akademik anak. Orangtua berperan sebagai penyedia pengalaman keberhasilan (Mastery Experiences) melalui kegiatan belajar

dan aktivitas rumah yang memungkinkan anak mencoba dan menguasai keterampilan baru. Anak belajar melalui pengamatan pengalaman tidak langsung (Vicarious Experiences) yang terbentuk dari perilaku orang tua ketika mereka menunjukkan ketekunan, strategi mengatasi kesulitan, dan kemampuan menghadapi tantangan. Orang tua menjadi tempat utama munculnya persuasi verbal (Verbal Persuasion) melalui dukungan verbal, dorongan untuk mencoba hal baru, serta penghargaan terhadap usaha anak membantu membentuk keyakinan mereka mampu menghadapi tantangan.

2. Peer Influence. Teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk efikasi diri akademik. Ketika individu mengamati orang lain yang memiliki kemiripan dengan dirinya berhasil menyelesaikan tugas, keyakinan diri mereka cenderung meningkat karena muncul persepsi bahwa mereka juga mampu mencapai keberhasilan yang sama. Pengaruh teman sebaya tidak hanya terjadi secara individual, tetapi juga melalui jaringan pertemanan atau kelompok sosial tempat seseorang berinteraksi.

3. Role of Schooling. Efikasi diri akademik meningkat seiring bertambahnya pengalaman belajar. Sepanjang pendidikan, individu berulang kali berhadapan dengan keterampilan dasar yang menjadi fondasi untuk mempelajari materi yang lebih kompleks. Akumulasi pengalaman inilah yang cenderung memperkuat efikasi diri akademik. Rasa keterhubungan individu terhadap lingkungan sekolah turut mempengaruhi efikasi diri akademik. Keterlibatan individu dalam kegiatan sekolah memberikan kontribusi besar terhadap rasa otonomi dan keterikatan sosial.

4. Transitional Influences. Periode transisi dalam perjalanan pendidikan sering menghadirkan dinamika baru yang mempengaruhi efikasi diri akademik. Perubahan lingkungan belajar menjadi momen kritis yang menuntut penyesuaian besar. Perluasan lingkungan sosial, disertai perubahan pada cara penilaian, membuat individu harus kembali menilai kemampuan akademik mereka.

5. Developmental Changes in Self-Appraisal Skill. Sejalan dengan bertambahnya usia, kemampuan individu dalam menilai dirinya sendiri juga berkembang. Tidak jarang individu menunjukkan keyakinan yang tinggi untuk menyelesaikan tugas yang sebenarnya menantang. Kemampuan individu dalam menilai diri tidak bersifat statis, akurasi penilaian mereka dapat ditingkatkan. Intervensi instruksional yang memberikan informasi jelas tentang kemampuan atau kemajuan individu terbukti meningkatkan kesesuaian antara efikasi diri akademik dan performa terkini.

Faktor lainnya menurut Bandura (1997) terdapat empat faktor utama yang mempengaruhi pembentukan dan penguatan efikasi diri, yaitu:

1. Mastery Experiences. Ketika seseorang berhasil menyelesaikan tugas dengan baik, pengalaman itu akan memperkuat keyakinan bahwa ia mampu menghadapi tantangan serupa di masa depan. Sebaliknya, kegagalan jika terjadi pada tahap awal pembentukan keyakinan dapat menurunkan efikasi diri.

2. Vicarious Experience. Melihat orang lain yang memiliki kemampuan serupa berhasil menyelesaikan tugas dapat meningkatkan efikasi diri melalui proses perbandingan sosial (social comparison). Namun, jika model tersebut gagal, efikasi pengamat bisa menurun.

3. Verbal Persuasion. Dorongan, nasihat, atau keyakinan positif yang disampaikan orang lain, dapat meningkatkan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya, meskipun efeknya tidak sekuat pengalaman nyata.

4. Physiological and Affective States. Emosi dan kondisi fisik juga mempengaruhi efikasi diri. Kecemasan, kelelahan, atau stres dapat menurunkan persepsi kemampuan diri, sedangkan suasana hati yang positif dapat meningkatkannya.

Pengaruh dari Efikasi Diri Akademik

Menurut Kibtiyah (2021) terdapat empat efek yang terjadi pada individu yang memiliki efikasi diri akademik, yaitu:

1. Orientasi Tujuan. Individu yang memiliki efikasi diri akademik yakin pada kemampuan akademiknya dan cenderung tidak hanya puas dengan target rata-rata. Mereka berani menetapkan tujuan yang lebih tinggi, lebih spesifik, dan menantang.

2. Ketekunan. Ketika dihadapkan dengan kesulitan, efikasi diri akademik yang tinggi akan menjaga individu untuk mencurahkan usaha maksimal dan menolak menyerah.

3. Resiliensi Emosional dan Kognitif. Individu dengan efikasi diri akademik mampu mengendalikan respon emosional. Mereka mempertahankan fokus kognitif pada solusi dan strategi yang bisa dilakukan. Efikasi diri akademik bertindak sebagai peredam stres di tengah tuntutan akademik yang tinggi.

4. Strategi Belajar. Efikasi diri akademik mendorong individu untuk bersikap proaktif dalam mengadopsi metode belajar yang teratur, terencana, dan efektif. Mereka mampu mengambil keputusan strategis terkait studi.

Pengertian Mahasiswa Baru

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi (KBBI, 2025). Dalam kerangka hukum nasional, usia 18 tahun juga menandai peralihan status dari anak (UU No. 35 Tahun 2014; CRC 1989) menuju dewasa muda yang sudah memiliki hak dan tanggung jawab penuh, termasuk untuk mengenyam pendidikan tinggi sebagaimana dijamin dalam UU No. 12 Tahun 2012 tentang pendidikan tinggi. Dengan demikian, secara psikologis maupun legal, mahasiswa baru berada dalam masa transisi penting yang menuntut penyesuaian diri. Mahasiswa baru merujuk pada individu yang baru memasuki tahun pertama studi di perguruan tinggi (Lutfianawati et al., 2023). Avcı (2024) menjelaskan mahasiswa baru adalah mereka yang menghadapi penyesuaian awal terhadap sistem akademik, prosedur administratif, ekspektasi sosial, dan interaksi dalam lingkungan kampus yang baru. Mahasiswa baru adalah fase dimana individu memulai pengalaman awal dalam membangun sikap, harapan, motivasi, dan pendekatan untuk belajar di perguruan tinggi (McInnis, 2010). Selanjutnya, menurut Gosai et al. (2023) Mahasiswa baru ada dalam masa transisi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor akademik, institusional, sosial-budaya, dan psikologis. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru adalah individu yang berada pada fase awal pendidikan tinggi dan tengah menjalani proses adaptasi terhadap berbagai perubahan yang bersifat akademik, sosial, maupun emosional, yang membentuk dasar keberhasilan mereka selama studi di perguruan tinggi.

2 Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu jenis penelitian yang berfokus pada analisis data berupa angka dan diolah menggunakan metode statistik. Metode penelitian kuantitatif juga bertujuan untuk menguji hipotesis dengan melibatkan jumlah partisipan yang relatif besar dibandingkan jenis penelitian lainnya. Adapun penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang digunakan untuk mengetahui gambaran tentang variabel tertentu serta mendapatkan skor tendensi sentral dari suatu variabel tersebut. Selanjutnya, penelitian ini menggunakan desain cross sectional yaitu sebuah penelitian yang datanya diambil dalam satu kurun waktu tertentu (Periantalo, 2016).

Sehubungan dengan judul penelitian “Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Baru Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi”, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana dimensi-dimensi yang diteliti berdasarkan skala The Indonesian Academic Self- Efficacy (TIASS) dapat menghasilkan profil psikologis efikasi diri akademik pada mahasiswa baru Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. Data yang diperoleh dianalisis secara numerik dengan bantuan aplikasi JASP versi 0.95.4 untuk menghasilkan temuan yang terukur valid.

3 Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa baru Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi Angkatan 2025. Sebanyak 138 partisipan terlibat dalam penelitian ini. Karakteristik responden yang dianalisis mencakup jenis kelamin, etnis, dan tempat asal yang dimana juga ingin dilihat peneliti untuk memastikan pengaruhnya pada efikasi diri akademik.

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik responden dalam penelitian ini dianalisis untuk memberikan gambaran umum mengenai komposisi subjek penelitian. Salah satu karakteristik yang ditinjau adalah jenis kelamin. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Reponden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
---------------	--------	----------------

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	17	12,3%
Perempuan	121	87,7%
Total	138	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Berdasarkan analisis terhadap 138 responden, diketahui bahwa mayoritas pada penelitian ini didominasi oleh perempuan, yaitu 121 orang (87,7%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 17 orang (12,3%). Dominasi responden perempuan dalam penelitian ini dapat mencerminkan komposisi mahasiswa pada jurusan psikologi yang cenderung lebih banyak diisi oleh perempuan.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Etnis

Selain berdasarkan jenis kelamin, karakteristik pada penelitian ini juga dianalisis berdasarkan latar belakang etnis. Analisis ini dilakukan bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai keberagaman latar belakang budaya responden dalam penelitian. Distribusi frekuensi responden berdasarkan etnis disajikan sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Etnis/Suku

Etnis/Suku	Jumlah	Persentase (%)
Melayu	70	50,7%
Batak	16	11,6%
Jawa	15	10,9%
Minangkabau	13	9,4%
Kerinci	6	4,3%
Bugis	4	2,9%
Tionghoa	4	2,9%
Karo	2	1,4%
Sunda	2	1,4%
Bali	1	0,7%
Banjar	1	0,7%
Komering	1	0,7%
Lampung	1	0,7%
Ngapak	1	0,7%
Nias	1	0,7%
Total	138	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Berdasarkan mayoritas responden dalam penelitian ini berasal dari etnis Melayu, yaitu sebanyak 70 orang (50,7%). Selanjutnya, etnis Batak berjumlah 16 orang (11,6%), diikuti oleh etnis Jawa sebanyak 15 orang (10,9%) dan Minangkabau sebanyak 13 orang (9,4%). Selain itu terdapat beberapa etnis lain dengan jumlah yang lebih kecil, seperti Kerinci, Bugis, Tionghoa, Karo, Sunda, serta etnis lainnya dengan persentase dibawah 5%. Hasil ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki latar belakang etnis yang beragam, meskipun didominasi oleh etnis Melayu. Keberagaman tersebut mencerminkan variasi latar belakang budaya responden yang menjadi subjek dalam penelitian ini.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan wilayah Tempat Tinggal

Selain berdasarkan jenis kelamin dan etnis, karakteristik responden dalam penelitian ini juga dianalisis berdasarkan wilayah tempat tinggal untuk mengetahui sebaran geografis responden.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Wilayah Tempat Tinggal

Wilayah Tempat Tinggal	Jumlah	Persentase (%)
Jambi	121	87,7
Kota Jambi	78	56,5
Muaro Jambi	13	9,4
Batanghari	8	5,8
Tanjung Jabung Barat	5	3,6
Tanjung Jabung Timur	4	2,9
Bungo	3	2,2
Sungai Penuh	2	1,4
Kerinci	2	1,4
Merangin	2	1,4
Sarolangun	2	1,4
Sumatera Utara	7	5,1
Medan	1	0,7
Toba	1	0,7
Langkat	1	0,7
Pematangsiantar	1	0,7
Tidak diketahui	3	2,2
Sumatera Selatan	3	2,2
Ogan Komering Ilir	1	0,7

Wilayah Tempat Tinggal	Jumlah	Persentase (%)
Ogan Komering Ulu	1	0,7
Empat Lawang	1	0,7
Kepulauan Riau	2	1,4
Batam	1	0,7
Tanjungpinang	1	0,7
Bali	1	0,7
Lampung	1	0,7
Riau	1	0,7
Sumatera Barat	1	0,7
Bengkulu	1	0,7
Total	138	100.0

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Berdasarkan mayoritas responden berasal dari Provinsi Jambi, yaitu sebanyak 121 orang (87,7%). Jika ditinjau lebih lanjut, responden dari Provinsi Jambi didominasi oleh Kota Jambi sebesar 56,5%, diikuti oleh Muaro Jambi sebesar 9,4%, Batanghari sebesar 5,8%, Tanjung Jabung Barat sebesar 2,9%, serta daerah lainnya seperti Bungo, Sungai Penuh, Kerinci, Merangin, dan Sarolangun dengan proporsi yang relatif lebih kecil. Selain itu, responden yang berasal dari luar Provinsi Jambi terdiri dari Sumatera Utara sebanyak 7 orang (5,1%), yang tersebar di beberapa wilayah seperti Medan, Toba, Langkat, dan Pematangsiantar, serta terdapat responden dari Sumatera Selatan berjumlah 3 orang (2,2%) yang berasal dari Ogan Komering Ilir, Ogan komering Ulu, dan Empat Lawang. Responden dari provinsi lain seperti kepulauan Riau (1,4%) yang berasal dari Batam dan Tanjungpinang, serta provinsi lainnya seperti Bali, Lampung, Riau, Sumatera Barat, dan Bengkulu masing-masing memiliki persentase sebesar 0,7%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini berasal dari wilayah Jambi, khususnya Kota Jambi, namun tetap terdapat variasi asal daerah yang mencerminkan keberagaman latar belakang geografis responden.

4. Analisis Deskriptif

Variabel efikasi diri akademik adalah variabel tunggal yang digunakan untuk mendapatkan gambaran efikasi diri pada responden. berikut ini adalah hasil yang ditemukan berdasarkan analisis multidimensi dan total skor pada variabel.

Tabel 5. Hasil Deskriptif Data Variabel Efikasi Diri Akademik

	Efikasi Diri Akademik	IU	POC	PIC	MWFU
Jumlah	138	138	138	138	138
Mean	59.75	13.94	12.87	20.29	12.65
Std. Deviation	7.785	2.666	1.883	3.713	2.060
Minimum	40.00	5.000	9.000	10.00	7.000

	Efikasi Diri Akademik	IU	POC	PIC	MWFU
Maximum	80.00	20.00	16.00	28.00	16.00

Sumber: Output JASP versi 0.95.4

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh gambaran umum mengenai distribusi skor variabel efikasi diri akademik dan masing-masing dimensinya pada responden penelitian. Secara keseluruhan, efikasi diri akademik memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 59,75 dengan standar deviasi sebesar 7,785. Nilai minimum yang diperoleh responden adalah 40, sedangkan nilai maksimum mencapai 80, sehingga rentang skor variabel ini adalah 40. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat variasi skor efikasi diri akademik di antara responden. Pada dimensi Interaction at University, diperoleh nilai rata-rata sebesar 13,94 dengan standar deviasi sebesar 2,666, serta rentang skor antara 5 hingga 20. Selanjutnya, dimensi Performance out of class, diperoleh nilai rata-rata sebesar 12,87 dengan standar deviasi sebesar 1,883 serta rentang skor dari 9 hingga 16. Dimensi performance in class diperoleh nilai rata-rata sebesar 20,29 dengan standar deviasi sebesar 3,713 serta rentang skor dari 10 hingga 28. Adapun dimensi managing work, family, and University menunjukkan nilai rata-rata sebesar 12,65 dengan standar deviasi sebesar 2,060 dengan skor minimum 7 dan maksimum 16. Secara umum, hasil deskriptif ini menunjukkan bahwa terdapat variasi skor pada dimensi efikasi diri akademik, yang mencerminkan perbedaan tingkat keyakinan diri mahasiswa baru dalam menghadapi tuntutan akademik di berbagai konteks. Berdasarkan hasil analisis deskriptif tersebut, dapat diketahui gambaran umum terkait skor efikasi diri akademik baik secara total skor maupun pada masing-masing dimensi. Dalam penelitian ini, kategorisasi skor dilakukan dengan menggunakan pendekatan skor hipotetik yang didasarkan pada distribusi teoritis skala, skor dibagi dalam 2 kategori yaitu kategori tinggi dan rendah.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Variabel Efikasi Diri Akademik

Variabel	Nilai	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase
Efikasi Diri Akademik	$X < 59,75$	Rendah	72	52,2%
	$X \geq 59,75$	Tinggi	66	47,8%

Sumber: Output JASP versi 0.95.4

Berdasarkan tabel 6, diperoleh gambaran mengenai tingkat efikasi diri akademik responden. Dari total 138 responden, mayoritas responden berada pada kategori rendah, yaitu sebanyak 72 responden dengan persentase 52,2%. Sementara itu, responden yang memiliki efikasi diri akademik dalam kategori tinggi adalah sebanyak 66 responden dengan persentase sebesar 47,8%.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Aspek Efikasi Diri Akademik

Dimensi	Nilai	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase
Interaction at University	$X < 13,94$	Rendah	56	40,6%
	$X \geq 13,94$	Tinggi	82	59,4%
Performance Out of Class	$X < 12,87$	Rendah	65	47,1%
	$X \geq 12,87$	Tinggi	73	52,9%
Performance in Class	$X < 20,29$	Rendah	71	51,4%
	$X \geq 20,29$	Tinggi	67	48,6%

Dimensi	Nilai	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase
Managing Work, Family, and University	$X < 12,65$	Rendah	72	52,2%
	$X \geq 12,65$	Tinggi	66	47,8%

Sumber: Output JASP versi 0.95.4

Berdasarkan tabel 7, gambaran efikasi diri akademik responden ditinjau melalui 4 aspek. Sebaran data menunjukkan variasi kekuatan yang berbeda pada masing-masing aspek. Pada aspek interaction at university menunjukkan tingkat keyakinan yang paling positif, dimana mayoritas responden berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 82 responden (59,4%). Selanjutnya, pada aspek performance out of class, mayoritas responden berada kategori tinggi sebanyak 73 responden (52,9%). Pada aspek performance in class, mayoritas berada pada kategori rendah, yaitu sebanyak 71 responden (51,4%). Terakhir, aspek managing work, family, and university, ditemukan mayoritas responden berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 72 responden (52,2%).

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Aspek Efikasi Diri Akademik

Karakteristik	Kategori Efikasi Diri Akademik			
	Rendah		Tinggi	
	N	%	N	%
Jenis Kelamin				
Laki-Laki	10	58,8%	7	41,2%
Perempuan	62	51,2%	59	48,8%
Etnis/Suku				
Melayu	41	58,57%	29	41,43%
Batak	6	37,50%	10	62,50%
Jawa	5	33,33%	10	66,67%
Minangkabau	7	53,85%	6	46,15%
Kerinci	2	33,33%	4	66,67%
Bugis	3	75%	1	25%
Tionghoa	2	50%	2	50%
Karo	1	50%	1	50%
Sunda	1	50%	1	50%
Bali	1	100%	-	-
Banjar	-	-	1	100%
Komering	1	100%	-	-

	Kategori Efikasi Diri Akademik			
Lampung	1	100%	-	-
Ngapak	-	-	1	100%
Nias	1	100%	-	-
Wilayah Tempat Tinggal				
Dalam Kota	43	55,13%	35	44,87%
Luar Kota	29	48,33%	31	51,67%

Sumber: Output JASP versi 0.95.4

Berdasarkan efikasi diri akademik ditinjau berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan pada kelompok responden laki-laki, mayoritas berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 10 orang (58,8%), sedangkan yang berada pada kategori tinggi sebanyak 7 orang (41,2%). Selanjutnya pada kelompok responden perempuan, mayoritas responden berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 62 orang (51,2%), sementara yang memiliki efikasi diri akademik yang tinggi sebanyak 59 orang (48,8%). Berdasarkan latar belakang etnis/suku, pada suku Melayu sebagai kelompok mayoritas, sebanyak 41 responden berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 58,87%, dan 29 responden berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 41,43%. Pola mayoritas kategori rendah juga terlihat pada suku Minangkabau dan Bugis. Sebaliknya, pada suku Batak dan suku Jawa yang memiliki jumlah sampel terbesar kedua dan ketiga mayoritas responden berada pada kategori tinggi. Pada suku Batak, mayoritas responden memiliki efikasi diri akademik yang tinggi sebanyak 10 responden (62,50%), begitu pula suku Jawa yang mayoritas berada pada kategori tinggi sebanyak 10 responden (66,67%).

Berdasarkan wilayah tempat tinggal, menunjukkan pada kelompok responden dalam kota, mayoritas berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 43 orang (55,13%), Sedangkan responden yang berada pada kategori tinggi sebanyak 35 orang (44,87%). Sebaliknya, pada kelompok responden luar kota mayoritas memiliki efikasi diri akademik yang tinggi yaitu sebanyak 31 orang (51,67%), sedangkan mayoritas responden pada kategori rendah yaitu sebanyak 29 orang (48,33%). Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk memperoleh gambaran menyeluruh terkait efikasi diri akademik mahasiswa baru Jurusan Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi. Selanjutnya analisis pada penelitian ini juga bertujuan untuk mendeskripsikan efikasi diri akademik berdasarkan aspek-aspek sesuai dengan teori Zajacova et al. (2005). Distribusi jenis kelamin pada penelitian ini untuk laki-laki berjumlah 17 orang dan untuk perempuan berjumlah 131 orang. Selain itu, Responden juga dikelompokkan menjadi 3 karakteristik demografis yaitu berdasarkan jenis kelamin, etnis, dan wilayah tempat tinggal. Secara umum efikasi diri akademik pada mahasiswa baru Jurusan Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 52,2%. Temuan ini menunjukkan sebagian besar responden dalam penelitian ini masih memiliki keyakinan yang kurang optimal terhadap kemampuannya dalam menjalankan tugas akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Byrne et al. (2014) yang menyebutkan bahwa banyak mahasiswa baru yang kekurangan rasa percaya diri untuk berpartisipasi dan terlibat secara penuh dalam aktivitas akademik rutin di kampus.

Pada aspek interaction at university, mayoritas responden berada pada kategori tinggi dengan persentase 52,9%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru sebagian besar merasa percaya diri dalam berinteraksi sosial di kampus. Frekuensi interaksi dan komunikasi yang dilakukan oleh mahasiswa baru dengan teman-teman di area kampus memiliki hubungan positif yang sangat signifikan dalam meningkatkan efikasi diri akademik (Cheong et al., 2021). Pada dimensi performance out of class, mayoritas responden berada pada kategori tinggi dengan persentase 52,9%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru memiliki keyakinan yang baik dalam menjalankan aktivitas akademik diluar kelas. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Griffiths et al. (2021) yang mengungkapkan bahwa lingkungan luar kelas merupakan wadah krusial bagi mahasiswa dalam membangun efikasi diri akademik mereka.

Pada dimensi *performance in class*, mayoritas responden berada pada kategori rendah dengan persentase 51,4%. Hal ini mengindikasikan mahasiswa baru cenderung memiliki hambatan psikologis ketika berada dalam kelas formal. Sejalan dengan temuan Byrne et al. (2014) yang menyebutkan lebih dari 40% mahasiswa baru merasa tidak percaya diri untuk merespons maupun mengajukan pertanyaan di kelas. Mahasiswa baru yang memiliki efikasi diri akademik yang rendah cenderung takut untuk aktif di kelas karena merasa khawatir performa atau jawaban mereka akan dinilai sebagai bentuk ketidakmampuan di depan dosen dan teman sebaya mereka.

Pada dimensi *managing work, family, and University*, mayoritas responden berada pada kategori rendah dengan persentase 52,2%. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengelola berbagai peran masih terbatas. Temuan ini sejalan dengan penelitian O'Connor et al. (2022) yang menjelaskan bahwa transisi memasuki perguruan tinggi memicu terjadinya benturan beban kognitif dan waktu antara tuntutan penyelesaian tugas akademis dengan tanggung jawab kehidupan personal. Rendahnya tingkat keyakinan diri mengindikasikan bahwa mahasiswa baru belum memiliki efikasi diri yang memadai sebagai faktor pelindung (*buffer*) untuk menghadapi tekanan dan tuntutan yang muncul selama masa penyesuaian di lingkungan perguruan tinggi. Berdasarkan distribusi yang dikelompokkan menurut jenis kelamin, baik laki-laki maupun perempuan menunjukkan kecenderungan yang serupa, dimana mayoritas berada pada kategori rendah. Pada kelompok laki-laki memiliki persentase sebesar 58,8%, dan untuk kelompok perempuan memiliki persentase sebesar 51,2%. Temuan ini didukung oleh penelitian dari Dumanjug et al. (2024) yang mengemukakan bahwa variabel jenis kelamin tidak memberikan dampak atau perbedaan yang signifikan terhadap tingkat efikasi diri mahasiswa.

Berdasarkan distribusi yang dikelompokkan menurut etnis/suku, responden dalam penelitian ini memiliki latar belakang budaya yang sangat beragam yang tersebar ke dalam 15 etnis yang berbeda. Suku Melayu selaku kelompok mayoritas justru menunjukkan prevalensi efikasi diri akademik kategori rendah yang cukup tinggi, yaitu sebesar 58,87%. Sebaliknya, suku Batak dan Jawa yang bertindak sebagai kelompok minoritas justru mendominasi kategori efikasi diri akademik tinggi, masing-masing sebesar 62,50% dan 66,67%. Fenomena ini mengindikasikan adanya pengaruh nilai sosiokultural dan psikologi adaptasi yang berbeda antar suku. Modal budaya (*cultured capital*) memiliki daya dorong yang masif terhadap orientasi akademis etnis tersebut. Suku Batak menempatkan pendidikan tinggi anak-anaknya sebagai prioritas demi status sosial dan menjaga kehormatan keluarga. Sementara itu, dalam tabel presentase lulusan sarjana nasional yang dirilis BPS, suku Melayu berada pada tingkat capaian menengah bawah yang mengonfirmasi adanya perbedaan prioritas investasi pendidikan antar-etnis. Yang di mana suku Melayu secara umum tidak memiliki tekanan ekspektasi budaya dalam mengejar pendidikan (Surata et al., 2025).

Berdasarkan distribusi yang dikelompokkan menurut wilayah tempat tinggal, terdapat perbedaan keyakinan antara kelompok dalam kota dan kelompok luar kota. Pada kelompok dalam kota mayoritas berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 55,13%. Sebaliknya, pada kelompok luar kota mayoritas berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 51,67%. Temuan ini mengindikasikan mahasiswa baru yang berasal dari luar kota memiliki kecenderungan efikasi diri akademik yang lebih kuat dibandingkan kelompok yang tinggal di dalam kota. Temuan ini sejalan dengan penelitian Fathima et al. (2024) yang menyebutkan remaja dari wilayah pedesaan memiliki tingkat efikasi diri yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan remaja perkotaan. Tingginya efikasi diri dipicu oleh lingkungan sosiokultural yang membentuk kemandirian dan rasa tanggung jawab sejak usia dini. Sementara itu, remaja dalam kota seringkali menghadapi tekanan kompetisi intens, ekspektasi tinggi, serta tingkat ketergantungan yang lebih besar yang dapat memicu keraguan diri.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri akademik mahasiswa baru Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi secara akumulatif berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 52,2%. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa baru masih belum memiliki keyakinan diri yang optimal dalam menghadapi tuntutan akademik di perguruan tinggi. Perbedaan tingkat efikasi diri pada setiap dimensi menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan yang relatif lebih baik pada aspek *interaction at university* dan *performance out of class*. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa cukup mampu membangun interaksi sosial di lingkungan kampus serta menjalankan aktivitas akademik di luar kelas. Namun demikian, mahasiswa masih menunjukkan keterbatasan pada aspek *performance in class* serta *managing work, family, and university*. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru masih mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan pembelajaran di kelas dan mengelola berbagai tanggung jawab kehidupan secara bersamaan. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa mahasiswa baru masih berada dalam proses transisi dan penyesuaian terhadap lingkungan perguruan tinggi, baik dalam aspek akademik maupun kehidupan sehari-hari.

4 Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran efikasi diri akademik mahasiswa baru Jurusan Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan efikasi diri akademik mahasiswa baru berada pada kategori rendah, dengan persentase sebesar 52,2% atau sebanyak 72 responden. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa baru masih memiliki keyakinan yang kurang optimal terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi tuntutan, beban kognitif, dan berbagai tugas akademik pada awal masa perkuliahan. Berdasarkan dimensi efikasi diri akademik, mayoritas mahasiswa berada pada kategori tinggi pada dimensi interaction at university dan performance out of class, yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keyakinan yang cukup baik dalam membangun interaksi sosial di lingkungan kampus serta menjalankan aktivitas akademik di luar kelas formal. Sementara itu, pada dimensi performance in class dan managing work, family, and university, mayoritas mahasiswa berada pada kategori rendah, yang menunjukkan bahwa mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam menghadapi aktivitas pembelajaran di kelas formal serta mengelola berbagai tuntutan kehidupan sehari-hari secara bersamaan dengan tanggung jawab akademik. Berdasarkan karakteristik demografis, mahasiswa laki-laki maupun perempuan sama-sama didominasi oleh kategori efikasi diri akademik yang rendah. Selain itu, terdapat variasi kecenderungan efikasi diri akademik berdasarkan latar belakang etnis dan wilayah tempat tinggal. Mahasiswa dari etnis Jawa dan Batak menunjukkan kecenderungan efikasi diri akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok etnis lainnya, sedangkan mahasiswa yang berasal dari luar kota menunjukkan kecenderungan efikasi diri akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang berasal dari dalam kota. Kondisi tersebut kemungkinan berkaitan dengan pengalaman adaptasi, tingkat kemandirian, serta proses penyesuaian diri mahasiswa terhadap lingkungan baru.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, dan kesimpulan yang telah diperoleh, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan kepada pihak-pihak terkait. Bagi pihak kampus, khususnya program studi dan fakultas, diharapkan dapat mengembangkan berbagai program yang mendukung proses adaptasi mahasiswa baru terhadap lingkungan perguruan tinggi. Program tersebut dapat berupa kegiatan mentoring, pembinaan akademik, pelatihan manajemen waktu, serta pengembangan keterampilan belajar yang dapat membantu mahasiswa meningkatkan efikasi diri akademik dan menghadapi berbagai tuntutan perkuliahan secara lebih optimal. Bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa baru, disarankan untuk lebih aktif mengembangkan kemampuan belajar mandiri, membangun relasi sosial yang positif di lingkungan kampus, serta meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun sosial di perguruan tinggi. Mahasiswa juga diharapkan dapat memanfaatkan berbagai sumber daya dan dukungan yang tersedia di lingkungan kampus untuk membantu proses penyesuaian diri dan meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tantangan selama masa perkuliahan. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji efikasi diri akademik dengan melibatkan variabel-variabel lain yang berkaitan dengan kehidupan mahasiswa, seperti penyesuaian diri, stres akademik, dukungan sosial, dan motivasi belajar. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat melibatkan jumlah responden dan karakteristik subjek yang lebih luas agar hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efikasi diri akademik mahasiswa.

5 Daftar Pustaka

- Arnett, J. J. (2023). Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties. *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*, 1–449. <https://doi.org/10.1093/OSO/9780197695937.001.0001>
- Artino Jr., A. R. (2012). Academic self-efficacy: from educational theory to instructional practice. *Perspect Med Educ*, 1, 76–85. <https://doi.org/10.1007/s40037-012-0012-5>
- Avcı, D. (2024). First year and adjustment in university life: A qualitative study to determine the needs of first year university students. *Educational Research & Implementation*, 1(1), 51–68. <https://doi.org/10.14527/edure.2024.04>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar. <https://www.gramedia.com/products/penyusunan-skala-psikologi-ed-2>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (5th ed.). Pustaka Pelajar.

- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar. <https://perpustakaan.binadarma.ac.id/opac/detail-opac?id=3897>
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. In *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall, Inc.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. In *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Bargmann, C., & Kauffeld, S. (2023). The interplay of time management and academic self-efficacy and their influence on pre-service teachers' commitment in the first year in higher education. *Higher Education*, 86(6), 1507–1525. <https://doi.org/10.1007/S10734-022-00983-W/TABLES/5>
- Boos, D. D., & Stefanski, L. A. (2011). P-Value Precision and Reproducibility. In *The American Statistician* (1st ed., Vol. 65, Number 4). Taylor & Francis. <https://doi.org/10.1198/TAS.2011.10129>
- Byrne, M., Flood, B., & Griffin, J. (2014). Measuring the Academic Self-Efficacy of First-year Accounting Students. *Accounting Education*, 23(5), 407–423. <https://doi.org/10.1080/09639284.2014.931240>
- Chemers, M. M., Hu, L. T., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55–64. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.1.55>
- Cheong, Y., Gauvain, M., & Palbusa, J. A. (2021). Communication With Friends and the Academic Adjustment of First- and Non-First-Generation Students in the First Year of College. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 23(2), 393–409. <https://doi.org/10.1177/1521025119834253>
- Christy, B. Y., & 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, 1698–1702. <https://doi.org/10.2991/ASSEHR.K.220404.275>
- Darmayanti, K. K. H., Meyrinda, J., Anggraini, E., Utami, A. N., Martha, A. S. D., Faizah, L., Maulina, D., & Seniati, A. N. L. (2024). Testing psychometric property on the Indonesian Academic Self-Efficacy Scale (TIASS). *Jurnal Psikologi*, 23(2), 154–175. <https://doi.org/10.14710/JP.23.2.154-175>
- Dashboard | UNJA. (n.d.). Retrieved September 30, 2025, from <https://dashboard.unja.ac.id/mahasiswa-baru>
- Dewi, A. F. D., Kholidy, M. A. N., & Prajitasari, E. D. (2025). Efikasi Diri Sebagai Mediasi Dalam Hubungan Lingkungan Kampus Dan Manajemen Waktu Pada Prestasi Mahasiswa. *Jurnal Pariwisata Bisnis Digital Dan Manajemen*, 4(1), 21–31. <https://doi.org/10.33480/JASDIM.V4I1.6666>
- Dumanjug, H., Serato, J., Vicente, M. K., Panaguiton, J., & Zari, S. R. (2024). Exploring Gender Differences in Self-Efficacy and Academic Performance among College Students. *EduLine: Journal of Education and Learning Innovation*, 4(3), 397–409. <https://doi.org/10.35877/454RI.EDULINE3037>
- Fathima, S. A., Sreedevi, P., Rani, G. S., & Prasuna, M. (2024). Self efficacy among rural and urban adolescents. *International Journal of Agriculture Extension and Social Development*, 7(7), 579–587. <https://doi.org/10.33545/26180723.2024.V7.I7H.864>
- Gosai, S. S., Tuibeqa, A. T., & Prasad, A. (2023). Exploring the transition challenges of first-year College of Business students in Fiji. *International Journal of Educational Research*, 117, 102131. <https://doi.org/10.1016/J.IJER.2022.102131>
- Griffiths, T. L., Dickinson, J., & Day, C. J. (2021). Exploring the relationship between extracurricular activities and student self-efficacy within university. *Journal of Further and Higher Education*, 45(9), 1294–1309. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1951687>
- Guan, H., Xue, J., Zhang, Y., Chang, F., & Liu, W. (2025). Examining the relationship between commuting time, academic achievement, and mental health in rural China: a cross-sectional analysis. *BMC Public Health*, 25(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/S12889-025-22861-7/TABLES/6>
- Hair, J. F., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Black, W. C. (2022). *Multivariate Data Analysis* (8th ed.). Cengage Learning. https://books.google.co.id/books/about/Multivariate_Data_Analysis.html?hl=id&id=PONXEAAAQBAJ&redir_esc=y
- Hinton, P., McMurray, I., & Brownlow, C. (2004). *SPSS Explained*. In *SPSS Explained* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203642597>
- Honicke, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/J.EDUREV.2015.11.002>
- Kankaraš, M., & Capocchi, S. (2025). Neither agree nor disagree: use and misuse of the neutral response category in

- Likert-type scales. *Metron*, 83(1), 111–140. <https://doi.org/10.1007/S40300-024-00276-5/TABLES/10>
- Kencono, S. L., Napitupulu, Z. A., Abqori, A. Z., Fatiha, S. A., & Vardia, M. A. (2024). Hubungan Self-efficacy dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang. *Flourishing Journal*, 4(12), 571–579. <https://doi.org/10.17977/UM070V4I122024P571-579>
- Kibtiyah, A. (2021). Efikasi Diri Akademik: Sebuah Model Untuk Menumbuhkan Efikasi Diri Akademik Peserta Didik. *Amerta Media*. https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=bIFqEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP4&ots=0mAtEbxeS0&sig=BwP4a3B-fjTu0_3KJh72NRTdRpw&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Kurnia, K., Anasi, P. T., & Harjanti, D. T. (2024). The Effect Of Distance Between Residence And Campus On Students Learning Motivation In Geography Education At Tanjungpura University. *Georeference*, 2(2), 121–127. <https://doi.org/10.26418/GR.V2I2.78824>
- Lutfianawati, D., Putri, A. M., Junaidi, J., Wijayanti, T., Vina, K. O., & Sari, J. R. (2023). Pelatihan Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Baru. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3609–3622. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.10857>
- McInnis, C. (2010). University Students' Experiences of Higher Education. *International Encyclopedia of Education*, Third Edition, 473–478. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-044894-7.00873-3>
- Meng, Q., & Zhang, Q. (2023). The Influence of Academic Self-Efficacy on University Students' Academic Performance: The Mediating Effect of Academic Engagement. *Sustainability* 2023, Vol. 15, Page 5767, 15(7), 5767. <https://doi.org/10.3390/SU15075767>
- Mills, N., Pajares, F., & Herron, C. (2007). Self-efficacy of college intermediate French students: Relation to achievement and motivation. *Language Learning*, 57(3), 417–442. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9922.2007.00421.x>
- O'Connor, A., McCarthy, G., & O'Shea, D. (2022). Impact of role conflicts and self-efficacy on academic performance of graduate-entry healthcare students: A lagged study. *Nursing & Health Sciences*, 24(2), 387–394. <https://doi.org/10.1111/NHS.12934>
- Parjianto, J., Yanto, A. D., & Erlita, D. (2021). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif Terhadap Peningkatan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Sains Psikologi*, 10(2), 118–135. <https://doi.org/10.17977/um023v10i22021p118-135>
- Periantalo, J. (2016). Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi. PUSTAKA PELAJAR.
- Purnamasari, H., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2022). Systematic Review: A Study of College Adjustment Among First-Year Undergraduates. *Buletin Psikologi*, 30(2), 187–209. <https://doi.org/10.22146/BULETINPSIKOLOGI.71892>
- Putri, D. A. A., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru yang Merantau. *JlWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 1–6. <https://doi.org/10.30996/JlWA.V1I2.9928>
- Rae, G. (2007). A Note on Using Stratified Alpha to Estimate the Composite Reliability of a Test Composed of Interrelated Nonhomogeneous Items. *Psychological Methods*, 12(2), 177–184. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.12.2.177>
- Rahmadini, Y., Istianah, F. L., & Yuliani, L. (2025). Pengaruh Academic Self-Efficacy terhadap Academic Performance Mahasiswa Angkatan 2021 Universitas Negeri Padang. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 3(3), 189–198. <https://doi.org/10.61132/CORONA.V3I3.1654>
- Raykov, T., & Marcoulides, G. A. (2011). Introduction to Psychometric theory. In *Introduction to Psychometric Theory* (1st ed.). Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203841624>
- Rini, Q. K., Majorsy, U., & Hapsari, R. M. (2015). Hubungan Metakognisi, Efikasi Diri Akademik Dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa. *Arsitektur & Teknik Sipil*, 6.
- Sari, D. A. P., & Hermina, D. (2025). Analisis Self-Adaptation Pada Perguruan Tinggi Oleh Mahasiswa Baru. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(1), 310–323. <https://doi.org/10.71282/JURMIE.V2I1.51>
- Savitri, N. S., Issrovatiningrum, R., & Abdurrouf, M. (2025). The Relationship of Self-Efficacy with The Academic Adaptation Ability of First Level Nursing Students. *Journal of Nursing Invention*, 6(1), 54–62. <https://doi.org/10.33859/JNI.V6I1.775>
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2002). The Development of Academic Self-Efficacy. *Development of Achievement Motivation*, 15–31. <https://doi.org/10.1016/B978-012750053-9/50003-6>

- Surata, I. K., Winaya, N. N. T., & Wahyuni, L. M. (2025). Cultural factors influencing higher education achievement: A comparative study of Batak, Minang, and Javanese societies in Indonesia. *Journal of Language, Literature, Social and Cultural Studies*, 3(1), 70–83. <https://doi.org/10.58881/JLLSCS.V3I1.323>
- Su, X., & Weng, F. (2024). The influence of self-efficacy on social adaptability among college students: The mediating role of psychological resilience. *Edelweiss Applied Science and Technology*, 8(5), 873–882. <https://doi.org/10.55214/25768484.V8I5.1782>
- Syidad, A. W., & Julaihah, U. (2025). The Effect of Self-Efficacy and Peers on Student Time Management Skills. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 16(01), 57–68. <https://doi.org/10.26740/JPTT.V16N01.P57-68>
- Tarigan, E., Atrizka, D., Hutabarat, A. C., S, S. C. N., Utami, C. N., & Tarigan, F. B. (2024). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia. *Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 6(2), 269–281. <https://doi.org/10.38035/RRJ.V6I2.820>
- Ti, Y., Yi, C., Wei, J., & Shi, G. (2025). Longitudinal Associations Between Academic and Social Adjustment Among Chinese College Freshmen: The Mediating Role of Depressive Symptoms. *Emerging Adulthood*, 13(3), 663–674. https://doi.org/10.1177/21676968251319361/SUPPL_FILE/SJ-PDF-2-EAX-10.1177_21676968251319361.PDF
- Utomo, R. C., & Andayani, B. (2023). The role of academic self-efficacy and school well-being on adjustment of first year university student. *Psychological Research and Intervention*, 6(1), 18–25. <https://doi.org/10.21831/PRI.V6I1.61908>
- UU No. 12 Tahun 2012. Retrieved October 4, 2025, from <https://peraturan.bpk.go.id/Details/39063/uu-no-12-tahun-2012>
- UU No. 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak. (n.d.). Retrieved October 4, 2025, from <https://peraturan.bpk.go.id/Details/38723/uu-no-35-tahun-2014>
- Wahyukencana, D. A., & Utami, N. I. (2024). Growth Mindset dan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Edukatif*, 10(1), 18–28. <https://doi.org/10.37567/JIE.V10I1.2759>
- Wang, S., & De Boeck, P. (2022). Understanding the role of subpopulations and reliability in between-group studies. *Behavior Research Methods*, 54(5), 2162–2177. <https://doi.org/10.3758/S13428-021-01700-8/FIGURES/6>
- Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). Self-efficacy, stress, and academic success in college. *Research in Higher Education*, 46(6), 677–706. <https://doi.org/10.1007/S11162-004-4139-Z/METRICS>
- Zhi, Y., & Han, C. W. (2026). Structural relationships among academic self-efficacy, academic performance, and career preparation behavior: the roles of value and cost as mediating variables. *Frontiers in Psychology*, 16, 1680088. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2025.1680088/TEXT>