

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN REGULASI EMOSI
DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM
SULTAN AGUNG SEMARANG**

Tamara Sindy Pratama

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: tamarasindy20@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan stress akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan populasi mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018-2020 dengan jumlah sampel 195 mahasiswa. Adapun metode pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga alat ukur yaitu Skala Stres Akademik yang terdiri dari 32 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,938 dengan indeks daya beda aitem bergerak antara 0,347 sampai 0,732. Skala Efikasi Diri yang terdiri dari 35 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,896 dengan indeks daya beda aitem yang bergerak antara 0,317 sampai 0,534. Skala Regulasi Emosi yang terdiri dari 16 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,734 dengan indeks daya beda aitem yang bergerak antara 0,306 sampai 0,479. Analisis data menggunakan analisis regresi dan parsial. Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan koefisien $R = 0,690$ dan $F = 87,219$ dan signifikansi sebesar $0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang tergolong signifikan dari variabel efikasi diri dan regulasi emosi mahasiswa Fakultas Kedokteran. Analisis hipotesis kedua dengan koefisien $r_{x1y} = (-0,173)$ dan taraf signifikansi $0,016$ ($p < 0,05$) menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan pada variabel efikasi diri terhadap stres akademik. Analisis hipotesis ketiga menunjukkan koefisien $r_{x2y} = (-0,443)$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan stress akademik. Efikasi Diri dan Regulasi Emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 47,6% pada Stres Akademik sedangkan 52,4% disumbangkan oleh faktor lain.

Kata kunci: Stres Akademik, Efikasi Diri, Regulasi Emosi, Mahasiswa Kedokteran

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICIENCY AND EMOTION
REGULATION AND ACADEMIC STRESS AMONG STUDENTS FACULTY
OF MEDICINE UNIVERSITY ISLAM SULTAN
AGUNG SEMARANG**

Tamara Sindy Pratama

Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University Semarang

Email: tamarasindy20@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and emotional regulation with academic stress of students of the Faculty of Medicine, Sultan Agung Islamic University, Semarang. This study uses a quantitative method with population students of the 2018-2020 Faculty of Medicine. The sampling method used cluster random sampling with a sample of 195 students. This study uses three measuring instruments, namely the Academic Stress Scale has totaled 32-item reliability coefficient of 0.938 with different power-item index to range between 0.347 to 0.732. The Self-Efficacy Scale has totaled 35-item reliability coefficient of 0.896 with different power-item index to range between 0.317 to 0.534. Emotion Regulation Scale has totaled 16-item reliability coefficient of 0.734 with different power-item index to range between 0.306 to 0.479. Data analysis used regression and partial analysis. The results of the first hypothesis test showed coefficient = 0.690 and $F = 87,219$ and a significance of 0.000 ($p < 0.05$) which indicated that there was a significant relationship between self-efficacy and emotional regulation of students of the Faculty of Medicine. The analysis of the second hypothesis with a coefficient of $rx1y = (-0.173)$ and a significance level of 0.016 ($p < 0.05$) showed that there was a significant negative relationship between the self-efficacy variable and academic stress. The third hypothesis analysis showed that the coefficient of $rx2y = (-0.443)$ with a significance level of 0.000 ($p < 0.05$) which indicated that there was a significant negative relationship between emotional regulation and academic stress. Self-Efficacy and Emotion Regulation provide an effective contribution of 47.6% to Academic Stress while 52.4% is contributed by other factors.

Keywords: *Academic Stress, Self-Efficacy, Emotion Regulation, Medical Students.*