



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN PENYESUAIAN
DIRI MAHASISWA PRODI SARJANA KEPERAWATAN
STIKES BETHESDA ANGKATAN 2025**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan**

EIRENE ZEFANYA MARPAUNG

2102018

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA
YAKKUM YOGYAKARTA TAHUN 2026**

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN PENYESUAIAN DIRI
MAHASISWA PRODI SARJANA KEPERAWATAN STIKES
BETHESDA ANGKATAN 2025

Disusun oleh :

EIRENE ZEFANYA MARPAUNG

21/2018

Telah melakukan Sidang Skripsi pada 24 Agustus 2026.

Ketua Penguji

Penguji I

Penguji II

(Mei Rianita E.
Sinaga, S.Kep.,
Ns., M.Kep.)

(Santahana Febrianti,
S.Kep., Ns., MSN.)

(I Wayan Sudarta,
S.Kep., Ns., M.Kep.)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta



(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M. Kep.)

Hubungan antara Self-efficacy dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025

Eirene Zefanya Marpaung¹, I Wayan Sudarta, S.Kep., Ns., M.Kep.²,
Santahana Febrianti, S.Kep., Ns., MSN.³, Mei Rianita E. Sinaga, S.Kep.,
Ns., M.Kep.⁴

ABSTRAK

Eirene Zefanya Marpaung. “Hubungan antara *Self-efficacy* dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025.”

Latar Belakang: Mahasiswa baru menghadapi berbagai tuntutan akademik dan sosial yang memerlukan kemampuan penyesuaian diri. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam proses tersebut adalah *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai tuntutan.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda angkatan 2025.

Metode: Penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda angkatan 2025. Teknik pengambilan sampel menggunakan total populasi.

Hasil: Sebagian besar responden berusia 19–20 tahun sebanyak 77,8% dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 81,5%. Responden yang memiliki *self-efficacy* kategori tinggi 64,8% dan responden yang memiliki penyesuaian diri kategori tinggi 66,7%. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,633 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$)

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda angkatan 2025. Semakin tinggi *self-efficacy*, semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian diri mahasiswa.

Kata Kunci : *self-efficacy* - penyesuaian diri - mahasiswa keperawatan

Kepustakaan : 16, 2018-2026.

¹Mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Dosen Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

³Dosen Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

⁴Dosen Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

The Relationship between Self-efficacy and Self-adjustment among Undergraduate Nursing Students at STIKES Bethesda, Class of 2025

Eirene Zefanya Marpaung¹, I Wayan Sudarta, S.Kep., Ns., M.Kep.², Santahana Febrianti, S.Kep., Ns., MSN.³, Mei Rianita E. Sinaga, S.Kep., Ns., M.Kep.⁴

ABSTRACT

Eirene Zefanya Marpaung. “*The Relationship between Self-efficacy and Self-adjustment among Undergraduate Nursing Students at STIKES Bethesda, Class of 2025*”

Background: First-year university students face various academic and social demands that require the ability to adjust to a new environment. One factor that is considered to play a role in this process is self-efficacy, defined as an individual's belief in their ability to face and accomplish various demands.

Objective: To determine the relationship between self-efficacy and self-adjustment among undergraduate nursing students at STIKES Bethesda, Class of 2025.

Methods: This study employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The study population consisted of all undergraduate nursing students at STIKES Bethesda, Class of 2025. The sampling technique used was total population sampling.

Results: The majority of respondents were aged 19–20 years (77.8%) and female (81.5%). A total of 64.8% of respondents had a high level of self-efficacy, while 66.7% had a high level of adjustment. The Spearman correlation test showed a correlation coefficient of 0.633 with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$).

Conclusion: There is a relationship between self-efficacy and adjustment among undergraduate nursing students at STIKES Bethesda, Cohort 2025. The higher the level of self-efficacy, the higher the students' adjustment ability.

Keywords: self-efficacy - self-adjustment - nursing students

Bibliography: 16, 2018-2026.

¹Student of Bachelor of Nursing Bethesda Institute for Health Sciences

²Lecturer at Nursing Program Bethesda Institute for Health Sciences

³Lecturer at Nursing Program Bethesda Institute for Health Science

⁴Lecturer at Nursing Program Bethesda Institute for Health Sciences

PENDAHULUAN

Peralihan dari jenjang sekolah menuju perguruan tinggi merupakan fase yang menuntut mahasiswa untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan baru. Mahasiswa perlu menghadapi perubahan sistem pembelajaran, peningkatan tanggung jawab akademik, pola interaksi sosial yang lebih luas, serta tuntutan untuk lebih mandiri. Kemampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan menjalani proses pendidikan tinggi. Penyesuaian diri merupakan proses individu dalam mencapai keselarasan antara kebutuhan pribadi dengan tuntutan lingkungan. Pada mahasiswa, penyesuaian diri mencakup aspek akademik, sosial, emosional, dan institusional. Salah satu faktor internal yang berperan dalam proses tersebut adalah *self-efficacy*. *Self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi dan menyelesaikan tugas tertentu. Mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri, memiliki motivasi, serta mampu menghadapi berbagai tantangan selama proses perkuliahan. Dalam pendidikan keperawatan, kemampuan penyesuaian diri menjadi semakin penting karena mahasiswa tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga keterampilan praktik dan interaksi profesional. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan positif dengan penyesuaian diri mahasiswa.^{5, 4}, serta¹⁰ menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan pada 9 Juli 2026 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, khususnya pada mahasiswa

Program Studi Sarjana Keperawatan angkatan 2025. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 54 mahasiswa. Seluruh populasi dijadikan sampel dengan teknik total sampling, sehingga jumlah responden penelitian sebanyak 54 orang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah self-efficacy, sedangkan variabel dependen adalah penyesuaian diri. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner General Self-efficacy Scale yang terdiri atas 10 item dan kuesioner penyesuaian diri yang diadopsi dari ⁶ sebanyak 17 item. Instrumen yang digunakan telah dilaporkan valid dan reliabel. Nilai reliabilitas instrumen self-efficacy sebesar 0,821 dan instrumen penyesuaian diri sebesar 0,927. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden, tingkat self-efficacy, dan tingkat penyesuaian diri. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk menguji hubungan antara self-efficacy dan penyesuaian diri. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dengan nomor 085/KEPK.02.01/VII/2026.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)	Valid persentase (%)
	Usia			
1	< 19 Tahun	8	14,8	14,8
2	19–20 Tahun	42	77,8	77,8
3	> 20 Tahun	4	7,4	7,4
	Jenis Kelamin			

1	Laki-laki	10	18,5	18,5
2	Perempuan	44	81,5	81,5
	Jumlah	54	100	100

Sumber: Data Primer Terolah, 2026

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Self-Efficacy Mahasiswa Program Studi
Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025**

No	Self-Efficacy	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tinggi	35	64,8
2	Sedang	15	27,8
3	Rendah	4	7,4
	Jumlah	54	100

Sumber: Data Primer Terolah, 2026

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penyesuaian Diri Mahasiswa Program
Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025**

No	Penyesuaian Diri	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tinggi	36	66,7
2	Sedang	14	25,9
3	Rendah	4	7,4
	Jumlah	54	100

Sumber: Data Primer Terolah, 2026

**Tabel 4. Crosstab Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa
Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025**

Crosstab		Self-efficacy			Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	
penyesuaian diri	Tinggi	31	4	1	36
	Sedang	3	11	0	14
	Rendah	1	0	3	4
Total		35	15	4	54

Sumber: Data Primer Terolah, 2026

Self Efficacy		Penyesuaian Diri	
Self Efficacy	Correlation Coefficient	1,000	.633
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	54	54
Penyesuaian Diri	Correlation Coefficient	.633	1,000
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	54	54

Sumber: Data Primer Terolah, 2026

A. PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Karakteristik Usia Responden Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 19–20 tahun, yaitu sebanyak 77,8%. Rentang usia 19–20 tahun termasuk dalam kategori masa remaja akhir menuju dewasa awal. Pada tahap perkembangan ini, individu berada dalam fase transisi yang ditandai dengan peningkatan tanggung jawab akademik dan sosial, serta tuntutan kemandirian yang lebih besar dalam lingkungan perguruan tinggi. Pada masa dewasa awal, individu mulai mengembangkan identitas diri yang lebih stabil, kemampuan pengambilan keputusan, serta kesiapan dalam menghadapi berbagai tuntutan peran sebagai mahasiswa. Kondisi perkembangan ini dapat memengaruhi tingkat self-efficacy maupun kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik dan lingkungan sosial kampus.

Usia dewasa mempunyai kemampuan kognitif yang lebih matang

dibandingkan dengan usia yang lebih muda, sehingga mampu mengendalikan dirinya terhadap stressor-stressor. Pada usia muda seseorang akan kesulitan dalam beradaptasi dengan keadaan lingkungan. Menurut ⁷ menyatakan bahwa usia yang lebih dewasa akan lebih mudah untuk mengatasi masalah. Usia yang semakin matang dan dewasa lebih siap dalam menghadapi suatu masalah, sedangkan pada usia yang lebih muda seseorang akan kesulitan dalam beradaptasi dengan keadaan lingkungan.⁹

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian ² diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada rentang usia 18–20 tahun yaitu sebesar 71,8%. Peneliti berasumsi bahwa mayoritas responden berada pada tahap perkembangan dewasa awal, dimana individu mulai membentuk identitas diri, meningkatkan kepercayaan diri, serta belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Pada fase ini kemampuan berpikir lebih matang dan rasional sehingga mahasiswa lebih mampu menghadapi tuntutan akademik maupun sosial. Usia yang relatif homogen ini memungkinkan mahasiswa memiliki karakteristik perkembangan yang hampir sama dalam membangun self-efficacy dan kemampuan penyesuaian diri.

b. Karakteristik Jenis Kelamin Responden Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yaitu sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 81,5% Data menunjukkan bahwa mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda angkatan 2025 didominasi oleh perempuan.

Data Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi melalui Statistik Pendidikan Tinggi menunjukkan bahwa

berdasarkan Statistik Pendidikan Tinggi tahun 2025, mahasiswa perempuan tercatat sebanyak 6,01 juta orang (55,9%), sedangkan mahasiswa laki-laki sebanyak 4,75 juta orang (44,1%). Selain itu, data pendidikan di Kota Yogyakarta juga menunjukkan bahwa jumlah penduduk perempuan yang menempuh pendidikan tinggi lebih besar dibandingkan laki-laki, yaitu sebanyak 54.802 perempuan dibandingkan 47.935 laki-laki.³

Peneliti berasumsi bahwa dominasi responden perempuan dalam penelitian ini sesuai dengan karakteristik pendidikan keperawatan yang secara umum lebih banyak diminati oleh perempuan. Perempuan cenderung memiliki kemampuan empati, komunikasi interpersonal, serta sensitivitas sosial yang baik, yang dapat mendukung proses penyesuaian diri dalam lingkungan akademik maupun praktik keperawatan. Laki-laki maupun perempuan tetap memiliki peluang yang sama dalam mengembangkan *self-efficacy* dan kemampuan penyesuaian diri.

2. *Self-Efficacy* Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self-efficacy* dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 64,8%, sedangkan responden dengan kategori sedang sebanyak 27,8%. Data menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat keyakinan diri yang baik dalam menghadapi tugas akademik, praktik klinik, serta tuntutan perkuliahan di lingkungan pendidikan keperawatan.

Mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan mahasiswa untuk menghadapi situasi baru dan menyelesaikan tantangan yang dihadapi saat merantau. Keyakinan ini dapat memotivasi mahasiswa untuk aktif mencari solusi, mengeksplorasi lingkungan baru, dan mengatasi

hambatan yang mungkin timbul.¹²

Menurut ⁸ menyatakan bahwa 421 orang responden atau (56,1%) yang memiliki self-efficacy yang tinggi akan mampu mengikuti pembelajaran dengan menyelesaikan tugas-tugas secara baik dan tidak merasa ragu terhadap kemampuan yang dimiliki, sedangkan pada 330 orang responden atau (43,9%) mahasiswa yang memiliki self-efficacy yang rendah pada saat perkuliahan cenderung mengalami stress berlebih karena tidak mampu menyelesaikan tugas yang ada sehingga mahasiswa yang memiliki self-efficacy yang rendah dianggap kurang mampu dalam mengikuti pembelajaran dengan hasil yang memuaskan pernyataan ini sama dengan. Mahasiswa yang memiliki self-efficacy meningkat maka seseorang cenderung memiliki kemampuan untuk mencapai target yang melebihi kapabilitas sebenarnya.

Pernyataan ¹⁴ juga menjelaskan bahwa 119 orang responden (78,8%) yang memiliki self-efficacy yang tinggi akan memperoleh hasil belajar yang sangat memuaskan, hal ini dikarenakan self-efficacy berkaitan dengan penilaian atau keyakinan yang dapat menentukan bagaimana seseorang mahasiswa untuk berpikir, memotivasi diri serta memiliki perilaku yang sesuai dengan pengetahuan dan keterampilan yang menghasilkan pencapaian yang diinginkan.¹³

Peneliti berasumsi bahwa tingginya self-efficacy pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh proses adaptasi yang baik terhadap lingkungan perkuliahan, dukungan dari institusi maupun keluarga, serta pengalaman belajar yang telah diperoleh selama menjalani pendidikan. Self-efficacy yang tinggi mencerminkan adanya keyakinan dalam kemampuan diri untuk menyelesaikan tugas dan mengatasi hambatan. Mahasiswa dengan self-efficacy yang baik cenderung lebih percaya diri, gigih, serta mampu menghadapi tekanan akademik dengan lebih positif.

3. Penyesuaian Diri Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki penyesuaian diri dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 66,7%, sedangkan responden dengan kategori sedang sebanyak 25,9%. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik, sosial, maupun tuntutan pendidikan di Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda angkatan 2025.

Penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi merupakan suatu proses yang harus dilakukan oleh seluruh mahasiswa baru di perguruan tinggi, selama proses penyesuaian diri dijumpai masalah-masalah psikologis pada mahasiswa yang bersumber dari akademik maupun non-akademik. Semakin tinggi tingkat *self-efficacy*, semakin baik kemampuan mahasiswa dalam menghadapi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan yang baru. Menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih efektif dalam beradaptasi dengan perubahan lingkungan dan memanfaatkan sumber daya yang tersedia untuk meraih keberhasilan akademik dan sosial. Penelitian ini menawarkan wawasan yang penting mengenai pengalaman mahasiswa merantau dalam konteks perkuliahan. Merantau seringkali mencakup perubahan lingkungan yang signifikan, baik dalam aspek geografis, budaya, maupun sosial. Dalam konteks ini, *self-efficacy* dan penyesuaian diri merupakan faktor penting untuk mempengaruhi keberhasilan mahasiswa merantau.¹²

Penyesuaian diri akademik adalah upaya individu untuk mengatasi perubahan akademik yang terjadi dalam kehidupannya. Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik secara efektif adalah orang yang belajar dengan cara yang bijaksana, efisien dan memuaskan, bermanfaat, serta dapat mengatasi konflik, frustrasi, dan kesulitan-kesulitan akademik tanpa menunjukkan perilaku yang terganggu meskipun memiliki keterbatasan yang ada pada dirinya oleh sebab itu, mahasiswa perantau yang mampu menyesuaikan diri secara akademik dengan baik adalah mahasiswa yang dapat mengatasi segala

problem akademik yang muncul meskipun dengan segala keterbatasan yang ada. Mahasiswa terus gigih berjuang menghadapi konflik dan tekanan akibat tuntutan akademik hingga mencapai perfomansi akademik yang lebih baik.⁵

Hasil penelitian yang sesuai dilakukan oleh ¹¹ data dari 97 responden dengan rerata memiliki penyesuaian diri sedang 71 responden (73,20%), kemudian disusul oleh tingkat penyesuaian diri tinggi dengan 26 responden (26,80%).

Hasil penelitian ¹⁶ juga menunjukkan bahwa responden dengan kategori penyesuaian diri tinggi sebanyak 18 responden (30%), sedangkan responden dengan kategori penyesuaian diri rendah sebanyak 7 responden (11,7%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kemampuan penyesuaian diri pada tingkat sedang, yang berarti sebagian besar mahasiswa cukup mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik, sosial, maupun tuntutan pendidikan di perguruan tinggi.

Peneliti berasumsi bahwa kemampuan penyesuaian diri yang tinggi pada mahasiswa dipengaruhi oleh kematangan emosional, kemampuan berinteraksi sosial, serta kesiapan dalam menghadapi perubahan lingkungan. Penyesuaian diri yang baik memungkinkan mahasiswa untuk beradaptasi dengan sistem pembelajaran, peraturan akademik, serta dinamika sosial di lingkungan kampus. Mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan baik cenderung lebih stabil secara emosional dan lebih siap menghadapi tantangan dalam proses Pendidikan.

4. Hubungan *Self-Efficacy* Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Angkatan 2025

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self-efficacy dengan penyesuaian diri mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda angkatan 2025. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 (<0,05)

dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,633. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif antara *self-efficacy* dan penyesuaian diri. Artinya, semakin tinggi tingkat *self-efficacy* mahasiswa, maka semakin tinggi pula kemampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan akademik maupun sosial.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian¹ yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri dalam belajar pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi. Penelitian tersebut memperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,883$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($<0,01$), yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik. Selain itu, penelitian¹⁰ juga menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,467$ dan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$). Hasil tersebut memperkuat temuan penelitian ini bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri memiliki keterkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi perubahan dan tuntutan lingkungan pendidikan tinggi.

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kemampuan individu dalam beradaptasi adalah tingkat *self-efficacy*. Menurut Albert Bandura, *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai tujuan tertentu. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung memiliki keyakinan terhadap kemampuannya, lebih termotivasi dalam menghadapi tugas yang sulit, tekun, serta tidak mudah menyerah ketika mengalami kegagalan. Individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung meragukan kemampuan dirinya, mudah merasa cemas, dan memandang hambatan sebagai ancaman.¹⁵

Meskipun demikian, nilai koefisien korelasi sebesar 0,633 menunjukkan

bahwa *self-efficacy* bukan satu-satunya faktor yang berhubungan dengan penyesuaian diri mahasiswa. Masih terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri. Menurut Baker dan Siryk dalam teori penyesuaian diri mahasiswa, penyesuaian diri di perguruan tinggi dipengaruhi oleh beberapa aspek, yaitu penyesuaian akademik, sosial, emosional, dan keterikatan terhadap institusi. Selain itu, faktor lain seperti dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya, kemampuan regulasi emosi, pengalaman sebelumnya, lingkungan akademik, serta strategi koping juga dapat berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi perubahan lingkungan pendidikan. Penelitian¹¹ juga menunjukkan bahwa terdapat variasi tingkat efikasi diri dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa dengan efikasi diri tinggi masih memiliki tingkat penyesuaian diri sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan diri yang baik belum tentu sepenuhnya memiliki kemampuan adaptasi yang optimal karena proses penyesuaian diri dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal.

Peneliti berasumsi bahwa *self-efficacy* memiliki peran penting dalam proses penyesuaian diri mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih optimis, tidak mudah menyerah, serta mampu mengatasi kesulitan yang muncul dalam lingkungan akademik maupun sosial. Keyakinan terhadap kemampuan diri tersebut membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan perkuliahan dan praktik klinik sehingga proses penyesuaian diri dapat berlangsung secara lebih efektif dan positif.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 19–20 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan.
2. Tingkat *self-efficacy* mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2025 sebagian besar berada dalam kategori tinggi dengan persentase 64,8%.
3. Tingkat penyesuaian diri mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2025 sebagian besar berada dalam kategori tinggi dengan persentase 66,7%.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2025. Hubungan tersebut memiliki arah positif, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy*, maka semakin baik penyesuaian diri mahasiswa.
5. Tingkat keeratan hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2025 berada dalam kategori kuat dengan arah hubungan positif.

SARAN

Saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi STIKES Bethesda Yogyakarta
Diharapkan STIKES Bethesda Yogyakarta dapat terus mengembangkan program pembinaan, pendampingan akademik, serta kegiatan pengembangan diri mahasiswa yang bertujuan untuk meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa. Peningkatan *self-efficacy* yang baik diharapkan mampu mendukung kemampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan akademik, praktik klinik, maupun

lingkungan sosial kampus.

2. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa dapat mempertahankan dan meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai tuntutan perkuliahan. Mahasiswa juga diharapkan mampu membangun hubungan sosial yang baik, aktif dalam kegiatan perkuliahan, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan akademik dan sosial di kampus.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan penyesuaian diri, memperluas jumlah responden, serta menggunakan metode penelitian yang berbeda agar diperoleh hasil yang lebih mendalam dan komprehensif.

STIKES BETHESDAYAKKUM

TERIMA KASIH

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB, PhD.NS. selaku ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS., selaku Wakil Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Mei Rianita Elfrida Sinaga, S.Kep, Ns., M.Kep. Selaku Ketua penguji
5. Ibu Santahana Febrianti, S.Kep., Ns., MSN. Selaku Penguji I
6. Bapak I Wayan Sudarta, S.Kep., Ns., M.Kep. Selaku pembimbing skripsi dan selaku penguji II STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
7. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Koordinator Riset STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
8. Staf Tata Usaha dan Administrasi Akademik Prodi Sarjana Keperawatan yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
9. Staf Perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini
10. Teman-teman mahasiswa Angkatan 2025 Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden. memberikan semangat dan bekerja sama dalam proses penyelesaian skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agmeilia, Irene Friska, Suroso, and Karolin Rista. 2023. "Keterkaitan Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri: Kunci Sukses Menghadapi Tantangan Baru." *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia* 1(2):230–37.
- Bella, S., Musawwir, & Saudi, A. N. A. (2023). Gambaran penyesuaian diri pada mahasiswa awal perantau di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 425–431. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2515>
- Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Yogyakarta. (2025). *Jumlah penduduk Kota Yogyakarta menurut pendidikan terakhir tahun 2025*. Open Data Kota Yogyakarta. Diakses 5 September 2026, dari <https://dataset.jogjakota.go.id/dataset/dataset2025-176>
- Fajar, Putra, and Yolivia Irna Aviani. 2022. "Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri: Sebuah Studi Literatur." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6(1):2186–94.
- Fitri, Rayhanatul, and Erin Ratna Kustanti. 2020. "Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang." *Jurnal EMPATI* 7(2):491–501. doi: 10.14710/empati.2018.21669.
- Gea, A. E. (2024). Gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru Prodi Ners di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan tahun 2024 <https://repository1.stikeselisabethmedan.ac.id/s/home/item/2065>
- Haniba, S. W., Nawangsari, H., & Maunaturrahmah, A. (2018). *Analisa faktor-faktor terhadap tingkat kecemasan pasien yang akan menjalani operasi di Ruang Rawat Inap Melati RSUD Bangil tahun 2018* <https://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/1722/>
- Harefa, E. Y., Simamora, E., Hia, G. T. E., Juniarta, & Silitonga, E. (2023). Gambaran Efikasi Diri Mahasiswa Keperawatan Di Indonesia. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 4(1), 06–14
- Masitoh, Z., Putri, T. H., & Fahdi, F. K. (2022). Hubungan self-efficacy dengan

- academic burnout saat pandemi COVID-19 pada mahasiswa keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak. *Malahayati Nursing Journal*, 4(12), 3243–3257. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i12.7469>
- Novita, Eryanti. 2022. “Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Pertanian.” *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan* 3(2):154–59.
- Pujimori, U., Mawarti, I., Yuliana, Y., & Nasution, R. A. (2025). Hubungan Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi . *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(3), 39280–39291. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i3.34964>
- Putri, D. A. A., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2023). Hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang merantau. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(2), 1–6. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa>
- Rianda, D., Dewi, W. N., & Misrawati. (2025). Self-efficacy mahasiswa keperawatan tahun pertama dalam proses pembelajaran. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health*, 4(1), 567–571. <https://doi.org/10.57235/jetish.v4i1.4633>
- Rosdiana, Y., & Hastutiningtyas, W. R. (2021). Self - Efficacy Tinggi Meningkatkan Self Regulation Learning Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(2), 248–256. <https://doi.org/10.33366/Jc.V9i2.2366>
- Savitri, N. S., Issroviatiningrum, R., & Abdurrouf, M. (2025). Hubungan Self-Efficacy dengan Kemampuan Adaptasi Akademik Mahasiswa Keperawatan Tingkat Pertama. *Journal of Nursing Invention*, 6(1), 54-62.
- Sembiring, Y., & Sarajar, D. (2025). Hubungan self-efficacy dengan penyesuaian diri pada remaja panti asuhan. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 8(1), 3170–3175. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v8i1.43530>