



HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG

Dyalla Natania Putri Alvistra^{1*}, Mega Pandu Arfiyanti², & Devita Diatri³

^{*1-3} Sarjana Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

*e-mail: dyallanatania@gmail.com

Submit Tgl: 22-September-2026

Diterima Tgl: 30-September-2026

Diterbitkan Tgl: 12-Oktober-2026

Abstrak: Pendidikan kedokteran menuntut kemampuan belajar mandiri melalui *self-regulated learning* (SRL) untuk menghadapi beban akademik tinggi, yang dipengaruhi *self-efficacy* mahasiswa tahun pertama. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan *self-efficacy* dengan SRL pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Menggunakan desain kuantitatif observasional analitik *cross-sectional*, populasi terjangkau adalah mahasiswa angkatan 2025 (n=249) dengan total sampling. Instrumen terdiri dari *General Self-Efficacy Scale* (GSES) dan *Assessing Academic Self-Regulated Learning*, dianalisis dengan uji korelasi Spearman. Hasil menunjukkan 90,8% responden memiliki *self-efficacy* tinggi dan 78,3% SRL tinggi, dengan korelasi positif signifikan ($p<0,001$; $r=0,346$ moderat). Kesimpulan menyatakan *self-efficacy* berperan penting mendukung SRL untuk penguatan *lifelong learning* di pendidikan kedokteran.

Kata Kunci: *Cross-Sectional Study*, Mahasiswa Kedokteran, *Self-Efficacy*, *Self-Regulated Learning*, *Spearman Correlation*

Abstract: Medical education requires independent learning through *self-regulated learning* (SRL) to cope with a high academic workload, which may be influenced by *self-efficacy* among first-year students. This study aimed to analyze the relationship between *self-efficacy* and SRL among medical students at Universitas Muhammadiyah Semarang. Using a quantitative observational analytic *cross-sectional* design, the accessible population consisted of 249 students from the 2025 cohort, with total sampling. The instruments used were the *General Self-Efficacy Scale* (GSES) and the *Assessing Academic Self-Regulated Learning* scale, analyzed using the Spearman correlation test. The results showed that 90.8% of respondents had high *self-efficacy* and 78.3% had high SRL, with a significant positive correlation ($p<0.001$; $r=0.346$), indicating a moderate relationship. In conclusion, *self-efficacy* plays an important role in supporting SRL and strengthening *lifelong learning* in medical education.

Keywords: *Cross-Sectional Study*, Medical Students, *Self-Efficacy*, *Self-Regulated Learning*, *Spearman Correlation*

Cara mengutip Alvistra, D. N. P., Arfiyanti, M. P., & Diatri, D. (2026). Hubungan Self Efficacy dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. *JIKES : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 1358–1365. <https://doi.org/10.71456/jik.v5i1.2823>

PENDAHULUAN

Pendidikan kedokteran merupakan bidang yang dinamis dan terus berkembang seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan serta teknologi kesehatan. Mahasiswa kedokteran menghadapi berbagai metode pembelajaran seperti kuliah, diskusi kelompok, praktikum biomedik, dan keterampilan klinis di laboratorium, ditambah beban tugas akademik yang kompleks dari berbagai mata kuliah.

Beban pembelajaran yang padat ini berpotensi menimbulkan stres akademik, terutama bagi mahasiswa tahun pertama yang sedang beradaptasi dengan tuntutan tinggi. Self-regulated learning (SRL) menjadi kunci untuk mengelola proses belajar secara mandiri, meliputi penetapan tujuan, pemantauan, dan evaluasi diri.

Mahasiswa dengan SRL optimal mampu menetapkan prioritas, menyusun rencana belajar, dan mengelola waktu secara efektif, sehingga meningkatkan motivasi dan prestasi akademik. Namun, rendahnya kemampuan SRL sering menyebabkan ketidakmampuan mengendalikan proses belajar, yang berdampak negatif pada hasil belajar di lingkungan pendidikan kedokteran.

SRL yang baik juga dipengaruhi oleh self-efficacy, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya mencapai tujuan belajar. Mahasiswa dengan self-efficacy tinggi menunjukkan ketekunan lebih baik, motivasi intrinsik yang kuat, dan kemampuan mengatasi pikiran negatif terkait kemampuan diri.

Penelitian sebelumnya menunjukkan korelasi signifikan antara self-efficacy dengan kecemasan rendah serta orientasi belajar yang lebih baik pada mahasiswa kedokteran tahun pertama (Efendi et al., 2020; Habibi Adhi, n.d.). Selain itu, SRL berhubungan positif dengan prestasi akademik, meskipun kemampuan ini belum optimal pada fase transisi akademik. (Ina et al., 2024).

Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan self-efficacy dengan self-regulated learning pada mahasiswa kedokteran tahun pertama Universitas Muhammadiyah Semarang. Urgensinya terletak pada kebutuhan penguatan kemampuan belajar mandiri untuk mendukung lifelong learning di tengah tuntutan profesi kedokteran yang kompleks. Kebaruannya mencakup fokus pada populasi spesifik dengan desain cross-sectional terkini, melengkapi temuan sebelumnya tentang korelasi moderat kedua variabel pada konteks lokal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain observasional analitik melalui pendekatan *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* pada mahasiswa kedokteran tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Desain *cross-sectional* dipilih karena memungkinkan pengumpulan data pada satu waktu tertentu tanpa intervensi terhadap subjek, sehingga sesuai untuk menguji hubungan antar variabel secara efisien. Pendekatan ini sejalan dengan metodologi penelitian kuantitatif yang menekankan pengukuran variabel dan pengujian hipotesis menggunakan data numerik, sebagaimana dijelaskan Sugiyono dalam edisi terbarunya tentang metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Selain itu, Sudaryono menegaskan bahwa desain observasional analitik efektif untuk studi hubungan variabel pada populasi mahasiswa dengan beban akademik tinggi. Creswell dan Creswell (2023) juga mendukung penggunaan desain ini dalam penelitian pendidikan kesehatan untuk mengeksplorasi korelasi psikologis tanpa manipulasi eksperimental.

Instrumen pengukuran *self-efficacy* adalah *General Self-Efficacy Scale* (GSES) yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem, terdiri dari 10 item dengan skala Likert 4 poin (sangat tidak setuju hingga sangat setuju), yang dikategorikan menjadi rendah dan tinggi berdasarkan skor total. Sementara itu, *self-regulated learning* diukur menggunakan *Assessing Academic Self-Regulated Learning* dari Wolters et al., dengan 10 item skala Likert 5 poin (tidak pernah hingga selalu), dikategorikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi, serta telah teruji reliabilitas dengan Cronbach's alpha tinggi. Kedua instrumen ini valid dan reliabel untuk konteks pendidikan kedokteran, sebagaimana direkomendasikan Sugiyono untuk pengembangan skala pengukuran dalam penelitian kuantitatif yang menuntut akurasi tinggi. Teknik analisis data meliputi *editing*, *coding*, *entry*, *cleaning*, dan presentasi univariat serta bivariat menggunakan uji korelasi Spearman dengan software statistik, di mana hubungan dinyatakan signifikan jika $p < 0,05$. Sudaryono menjelaskan bahwa uji non-parametrik seperti Spearman cocok untuk data ordinal dari kuesioner pada sampel besar.

Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, dengan populasi terjangkau yaitu mahasiswa kedokteran tahun pertama angkatan 2025 yang aktif mengikuti perkuliahan. Sampel diambil menggunakan teknik total sampling sebanyak 249 responden yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu mahasiswa aktif yang menandatangani *informed consent*, dan dikecualikan jika kuesioner tidak lengkap. Teknik ini memastikan representasi penuh populasi terjangkau, sesuai pedoman Sugiyono untuk sampling pada populasi terbatas dalam penelitian observasional. Sudaryono menekankan total sampling efektif untuk menghindari bias pada studi cross-sectional di institusi pendidikan, sementara Creswell (2023) merekomendasikannya untuk generalisasi hasil pada kelompok homogen seperti mahasiswa tahun pertama.

Penelitian dilaksanakan pada Oktober 2025 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang setelah memperoleh *ethical clearance* No. 038/KE/09/2025 dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan. Prosedur dimulai dengan penjelasan tujuan kepada responden, pengisian *informed consent*, diikuti pengisian kuesioner demografi, GSES, dan *Assessing Self-Regulated Learning* secara *offline* mandiri pada 13 Oktober 2025 di ruang 406. Data diolah secara univariat untuk deskripsi dan bivariat untuk korelasi, dengan jaminan kerahasiaan dan hak penarikan diri responden kapan saja. Creswell menambahkan bahwa urutan *informed consent* sebelum pengumpulan data krusial untuk validitas etis dalam desain cross-sectional. dan iritasi patch test selama 24 jam pada Oktober-Desember 2025 di Laboratorium Farmasi Universitas Prima Indonesia., dengan dukungan Hartaman et al. (2023) dan Indarto et al. (2022) untuk formulasi krim antioksidan stabil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum

Studi telah dijalankan 13 Oktober 2025 kepada semua mahasiswa Angkatan 2025 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang setelah diterbitkan *ethical clearance* No: 038/KE /09/ 2025. Studi yakni analisis korelasi memanfaatkan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dipergunakan yakni total sampling serta berdasarkan hal tersebut, didapatkan subyek penelitian totalnya 249 responden yang sudah mencapai kriteria inklusi. Sampel penelitian di peroleh dengan pengisian kuesioner secara *offline* di ruang 406 yang berisi hasil pengisian *informed consent*, data demografi responden, kuesioner

Generally Self Efficacy Scale (GSES), dan kuesioner *Assesing Academic Self Regulated Learning*.

Tabel 1. Distribusi Sampel Penelitian

Karakteristik		Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	75	30,1%
	Perempuan	174	69,9%
Usia	17	66	26,5%
	18	108	43,4%
	19	75	30,1%
Tinggal Bersama Ortu	Ya	21	8,4%
	Tidak	228	91,6%

Subjek penelitian berjumlah 249 mahasiswa angkatan 2025 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang yang mencapai kriteria inklusi. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 174 orang (69,9%). Kelompok usia terbanyak adalah usia 18 tahun dengan 108 responden (43,4%), sedangkan usia 17 tahun merupakan kelompok paling sedikit yaitu 63 responden (26,5%). Berdasarkan status domisili, lebih banyak responden tidak tinggal bersama orang tua sebanyak 228 responden (91,6%), sementara yang tinggal bersama orang tua berjumlah 21 responden (8,4%).

Analisis Univariat

Analisis univariat tujuannya menggambarkan karakteristik variabel. Karakteristik variabel meliputi *self*.

Tabel 2. Distribusi frekuensi dan presentasi Kategori Self Efficacy dan Self Regulated Learning

Karakteristik		Frekuensi	Presentase (%)
<i>Self Efficacy</i>	Rendah	23	9,2
	Tinggi	226	90,8
<i>Self Regulated Learning</i>	Rendah	23	9,2
	Sedang	31	12,4
	Tinggi	195	78,3

Merujuk tabel 2 melihatkan 249 responden berdasarkan penilaian *Self Efficacy* kuesioner *Generally Self Efficacy Scale* mayoritas responden mempunyai tingkat *self efficacy* tinggi yakni terdapat 226 responden (90,8%) dan 23 responden sisanya mempunyai *self efficacy* rendah. Penilaian *self regulated learning* mahasiswa menggunakan kuesioner *Assesing Academic Self Regulated Learning* didapatkan mayoritas mahasiswa terdapat *self regulated learning* tinggi yaitu terdapat 195 responden (78,3%).

Analisis Bivariat

Uji bivariat pada penelitian ini menggunakan uji sparmen-rank. Analisis bivariat dipaparkan tabel:

Tabel 3. Hubungan Self Efficacy dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa Kedokteran Muhammadiyah Semarang

		Self Regulated Learning						p value	Kekuatan korelasi
		Tinggi	%	Sedang	%	Rendah	%		
Self Efficacy	Tinggi	187	75,1%	24	9,6%	15	6%	< 0,001	+ 0,346
	Rendah	8	3,2%	7	2,8%	8	3,2%		
	Total	195	78,3%	31	12,4%	23	9,2%		

Tabel 3 menunjukkan analisis bivariat terkait hubungan *self efficacy* dan *self regulated learning* menggunakan uji spearmen-rank, mampu diketahui pengambilan keputusan (p value) didapatkan hasil <0,001(<0,05) maknanya ada hubungan *self efficacy* dengan *self regulated learning* Mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Kekuatan korelasi diperoleh hasil + 0,346 dimana kekuatan korelasi bersifat moderat dan didapatkan arah korelasi positif yang memiliki arti makin tinggi *self efficacy* makin tinggi *self regulated learning* mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas mahasiswa kedokteran tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi, yaitu sebanyak 226 responden (90,8%). Temuan menandakan lebih banyak mahasiswa mempunyai keyakinan baik terhadap kemampuan dirinya ketika menjalani tuntutan akademik. Tingginya *self-efficacy* dapat dipengaruhi beragam aspek, satu darinya jenis kelamin. Penelitian mendapati responden perempuan terdapat proporsi *self-efficacy* tinggi lebih besar dibandingkan laki-laki. Hasil sejalan pada teori Prabasari (2021) menyebut perempuan cenderung mempunyai *self-efficacy* lebih tinggi karena kemampuannya mengelola kontribusi serta tanggung jawab sehari-hari. Selain jenis kelamin, faktor lain yang turut memengaruhi *self-efficacy* meliputi budaya, sifat tugas, insentif eksternal, status seseorang dilingkungan, serta informasi mengenai kompetensi diri.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan studi Deta Hikmalia Efendi yang melaporkan bahwa mahasiswa kedokteran umumnya memiliki *self-efficacy* dalam kategori tinggi akibat tuntutan akademik dan lingkungan pembelajaran yang kompetitif. Selain itu, penelitian Maria Renwarin melihat *self-efficacy* yang tinggi berkontribusi menurunkan tingkat stres mahasiswa kedokteran tahun pertama, sehingga mahasiswa mampu mengikuti perkuliahan dengan lebih optimal dan termotivasi guna memenuhi hasil akademik yang baik.

Pada variabel *self-regulated learning*, temuan melihat mayoritas mahasiswa mempunyai tingkat *self-regulated learning* tinggi. Temuan selaras pada Hasanah (2019) melaporkan lebih dari 80% mahasiswa kedokteran memiliki *self-regulated learning* tinggi. Menurut Wolters, Pintrich, Karabenick, mahasiswa dengan *self-regulated learning* tinggi dapat mengelola proses belajar secara mandiri melalui pengendalian aspek kognitif, motivasi, perilaku selaras pada tuntutan lingkungan akademik.

Pembelajaran yang diatur secara mandiri menekankan kemandirian dan tanggung jawab individu. Proses ini dikendalikan oleh tiga komponen utama, yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku. Pada aspek kognitif, mahasiswa merencanakan, menetapkan tujuan, memantau, serta mengevaluasi hasil belajarnya. Pada aspek motivasi, mahasiswa dituntut memiliki keyakinan diri, kemampuan mengambil keputusan, dan minat terhadap tugas akademik. Sementara itu, aspek perilaku mencerminkan kemampuan mahasiswa manajemen waktu, membentuk lingkungan belajar kondusif, serta mempertahankan konsistensi strategi belajar.

Teori *self-efficacy* yang dikemukakan Bandura menegaskan bahwa perilaku seseorang lebih dipengaruhi oleh keyakinan terhadap kemampuannya dibandingkan kemampuan aktual itu sendiri. Dalam konteks pembelajaran, mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi condong melihat usaha lebih besar, ketekunan yang lebih kuat, serta kesiapan untuk menggunakan strategi belajar yang efektif. Sebaliknya, mahasiswa dengan *self-efficacy* rendah mudah ragu, cepat menyerah, kurang optimal mengelola proses belajarnya. Karenanya, *self-efficacy* sebagai aspek utama yang mendorong keterlibatan aktif mahasiswa dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi belajar.

Secara psikologis, *self-efficacy* memengaruhi dimensi kognitif, motivasional, dan afektif individu. Mahasiswa *self-efficacy* tinggi cenderung memandang tantangan akademik menjadi sesuatu yang mampu diatasi, memiliki motivasi dan ketekunan yang lebih baik, serta mampu mengelola stres dan kecemasan secara lebih adaptif. Kondisi ini sangat penting dalam pendidikan kedokteran yang memiliki tuntutan akademik dan tekanan kognitif tinggi.

Berdasarkan teori *self-regulated learning* Zimmerman, proses belajar berlangsung secara siklik melalui tahap perencanaan, pelaksanaan dan pemantauan, serta evaluasi diri. *Self-efficacy* berperan sentral pada setiap tahap tersebut, khususnya dalam penetapan tujuan belajar, pemilihan strategi, pemantauan kemajuan, dan refleksi terhadap hasil belajar. Dengan demikian, *self-efficacy* dapat dipandang sebagai landasan psikologis yang mendukung keterlaksanaan *self-regulated learning* secara berkelanjutan.

Uji korelasi melihat ada hubungan positif signifikan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Makin tinggi tingkat *self-efficacy*, makin tinggi kemampuan *self-regulated learning* mahasiswa. Temuan selaras pada penelitian sebelumnya oleh Deta Hikmalia Efendi serta Tarumasely yang menyatakan *self-efficacy* berkontribusi utama menaikkan kemampuan regulasi diri dan prestasi akademik mahasiswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa mayoritas mahasiswa kedokteran tahun pertama Universitas Muhammadiyah Semarang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi (90,8%) dan *self-regulated learning* tinggi (78,3%), dengan hubungan positif signifikan di antara keduanya ($p < 0,001$; $r = 0,346$ moderat). Temuan ini menegaskan peran *self-efficacy* sebagai prediktor utama kemampuan belajar mandiri di tengah tuntutan akademik yang kompleks. Namun, keterbatasan penelitian meliputi desain cross-sectional yang hanya menangkap hubungan saat ini tanpa kausalitas jangka panjang, potensi bias responden karena pengisian kuesioner mandiri, serta kurangnya variabel kontrol seperti faktor lingkungan belajar daring. Implikasi praktisnya mencakup pengembangan intervensi pendidikan seperti *workshop self-efficacy* untuk meningkatkan SRL dan prestasi akademik mahasiswa. Saran untuk penelitian lanjutan adalah menggunakan desain longitudinal untuk melacak perkembangan variabel sepanjang

semester, mengintegrasikan sampel multidisiplin, serta menguji efek intervensi berbasis aplikasi digital guna memperkuat lifelong learning di pendidikan kedokteran.

DAFTAR PUSTAKA

- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781071817903>
- Efendi, D. H., Sandayanti, V., & Hutasuhut, A. F. (2020). Hubungan efikasi diri dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. *Anfusina: Jurnal Psikologi*, 3(1), 21–32.
- Halimah, N., Degeng, M. D. K., & Soepriyanto, Y. (2024). Peranan tingkat penerimaan learning management system terhadap kemampuan self regulated learning. *JKTP: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 7(3), 118.
- Hasanah, U. (2019). Self-regulated learning pada mahasiswa kedokteran.
- Ina, Y. V., Sawitri, A. A. N. K., & Raya, J. A. N. (2024). Hubungan self regulated learning dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Keperawatan*, 12.
- Prabasari, I. (2021). Self-efficacy pada mahasiswa perempuan: Pengaruh manajemen tanggung jawab sehari-hari.
- Rosito, A. C. (2018). Kepribadian dan self-regulated learning. *Jurnal Psikologi*, 45(3), 189.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). General Self-Efficacy Scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35–37). NFER-Nelson.
- Sudaryono. (2022). *Metodologi penelitian*. Rajagrafindo Persada.
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Susanti, R. (2023). Penyusunan skala self-regulated learning pada mahasiswa dalam konteks pembelajarandaring. *Jurnal Ecopsy*, 10(1).
- Susanto, G., Armyanti, I., Tejoyuwono, A. A. T., & Arundina. (2024). Relationship between self-efficacy and academic resilience in first grade medical students at Faculty of Medicine Universitas Tanjungpura. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*, 13(3), 213.
- Tarumasely, Y. (2021). Pengaruh self regulated learning dan self efficacy terhadap prestasi akademik mahasiswa. *JPE: Jurnal Pendidikan Edutama*, 8(1).
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2005). Assessing academic self-regulated learning. In K. A. Renninger & J. Dunlosky (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 251–270). Routledge.

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.