

Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018

Ni Nyoman Imas Pradnyanita Wistarini dan Adijanti Marheni

*Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana
adijantimarheni@gmail.com*

Abstrak

Stres akademik diartikan sebagai respon tubuh terhadap tekanan, tuntutan, persaingan, harapan yang terjadi di lingkungan pendidikan untuk meningkatkan prestasi akademik. Stres akademik dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal berasal dari dukungan sosial dan faktor internal berasal dari keyakinan individu akan kemampuannya sendiri atau efikasi diri. Keluarga merupakan sumber dan dukungan sosial pertama yang diterima oleh seseorang. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode kuantitatif. Karakteristik subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa baru angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan jumlah 150 orang. Skala yang digunakan untuk alat ukur penelitian ini adalah skala dukungan sosial keluarga, skala dengan hasil nilai koefisien regresi 0,556, nilai koefisien determinasi 0,310 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0.05$) serta koefisien beta terstandarisasi pada variabel dukungan sosial keluarga senilai -0,240 dan efikasi diri senilai -0,576 yang berarti dukungan sosial keluarga dan efikasi diri berperan dalam menurunkan stres akademik pada mahasiswa baru angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Kata Kunci: Dukungan sosial keluarga, efikasi diri, mahasiswa baru, stres akademik.

Abstract

Academic stress is a physical response against pressure, demand, competition, and hope happening in educational environment to increase the academic achievement. Academic stress is influenced by two factors, namely external factors derived from social support and internal factors derived from individual beliefs about their own abilities or self-efficacy. The first and most important social support that can be achieved by someone comes from family. The purpose of this study was to determine the role of family social support and self-efficacy against the academic stress of college freshmen. The method used in research is quantitative methods. The characteristics of the subjects in this study were college freshmen of 2018 Faculty of Medicine, Udayana University with a total of 150 people. The scale used for the measurement of this study is the scale of family social support, the scale with the results of the regression coefficient of 0.556, the coefficient of determination 0.310 and the significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and the standardized beta coefficient on the family social support variable of -0.240 and self-efficacy worth -0.576 which means family social support and self-efficacy play a role in reducing academic stress in college freshmen of 2018 Faculty of Medicine, Udayana University.

Keywords: Academic stress, college freshmen, family's social support, self-efficacy.

LATAR BELAKANG

Pendidikan adalah hal penting dalam kehidupan, sebab pendidikan adalah aset bagi bangsa, terutama untuk individu serta masyarakat sebagai tonggak penggerak keberhasilan bagi suatu bangsa. Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar yang terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dalam mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara yang berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa diatur dalam Sisdiknas No 20 tahun 2003 (dalam Utami, 2015). Berdasarkan hal tersebut maka dapat diketahui pendidikan adalah upaya untuk mengembangkan sumber daya manusia berkualitas yang wujud nyata dituangkan dalam pendidikan seting formal.

Jenjang pendidikan dalam seting formal dimulai dari (TK) Taman Kanak-kanak, (SD) Sekolah Dasar, (SMP) Sekolah Menengah Pertama, (SMA) Sekolah Menengah Atas/ (SMK) Sekolah Menengah Kejuruan, kemudian masuk ke dalam Perguruan Tinggi. Menurut Fadli (2010) kurikulum pada jenjang pendidikan tinggi (Universitas) berbeda dari jenjang pendidikan dasar dan menengah, karena jenjang pendidikan dasar dan menengah lebih memberikan perhatian pada pembangunan aspek kemanusiaan peserta didik sedangkan kurikulum pendidikan tinggi (Universitas) berorientasi pada pengembangan keilmuan dan dunia kerja. Perubahan dari siswa menjadi mahasiswa atau ketika lulus SMA melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi merupakan masa krisis dan masa transisi menuju kedewasaan Bowman (dalam Santrock, 2012). Santrock (2012) mengungkapkan terjadi banyak perubahan saat transisi SMA menuju Perguruan Tinggi yang dapat menyebabkan stres, hal ini sama dengan transisi dari sekolah dasar menuju ke sekolah menengah.

Transisi individu dari siswa SMA menjadi mahasiswa di bangku perkuliahan akan menimbulkan banyak perubahan dan perbedaan. Cha (2017) mengungkapkan masa SMA merupakan masa-masa dimana dalam penyusunan jadwal sudah disusun oleh sekolah, guru akan cenderung mengejar siswa dalam mengikuti remedial, dan memakai pakaian seragam. Berbeda pada saat kuliah, karena sudah tidak mengenakan seragam, pemilihan matakuliah dilakukan sendiri, dan dosen akan lebih memberikan motivasi kepada mahasiswa untuk lebih mandiri serta aktif dalam proses belajar. Tingkat kesulitan baik dari segi tugas, ujian akan berbeda antara siswa SMA dan mahasiswa di Perguruan Tinggi. Perubahan dan perbedaan tersebut dapat menyebabkan stres pada mahasiswa yang mengikuti pendidikan Perguruan Tinggi.

Stres adalah respon individu ketika dihadapkan pada kejadian atau keadaan yang memicu stres, yang dimana merupakan respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres, yang dimana individu merasa terancam dan kemampuan untuk menanganinya terganggu (Santrock, 2003). Carveth

(dalam Misra & McKean, 2000) membagi stres berdasarkan sumbernya, stres yang bersumber dari proses belajar mengajar dan mempengaruhi proses berpikir, disik, emosi, dan perilaku merupakan stres akademik. Stres dapat berpengaruh positif dan negatif berdasarkan kadar tinggi-rendahnya yang dialami oleh individu menurut Looker dan Gregson (dalam Azizah, 2016). Saat beban stres melebihi ambang stres individu maka akan berpengaruh negatif dan menimbulkan munculnya perasaan depresi, marah, cemas, khawatir, frustrasi, dan tidak percaya diri. Stres akan berpengaruh positif apabila beban atau kadar stres yang dirasakan individu dalam taraf sedang dan mampu meningkatkan kesadaran serta menghasilkan pengalaman baru.

Quick dan Selye (dalam Terry & Olga, 2005) mengungkapkan terdapat dua jenis stres, yaitu *eustres* dan *distres*. *Eustres* merupakan tekanan yang menghasilkan respon positif, sehat, dan konstruktif. *Distres* atau yang lebih dikenal dengan *stres* merupakan tekanan yang menghasilkan respon negatif, tidak sehat, dan destruktif. Ketika seorang mahasiswa baru dihadapkan oleh tekanan berupa beberapa tugas yang memiliki tingkat kesulitan tinggi dan bisa merespon secara positif tekanan tersebut dengan menganggap bahwa tugas merupakan sebuah tantangan kemudian berusaha menyelesaikan dengan baik, kondisi ini dapat dikatakan *eustres*. Berbeda ketika seorang mahasiswa menganggap bahwa tugas tersebut membuatnya merasa tidak berdaya dan beban, kemudian memilih untuk tidak mengerjakan tugas, maka kondisi ini dapat dikatakan *distres* atau *stres*.

Penelitian yang dilakukan oleh Christyanti, dkk (2010) di Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya mengungkapkan bahwa tuntutan akademik dalam dunia perkuliahan membutuhkan penyesuaian diri yang baik, apabila penyesuaian diri yang dilakukan tidak sesuai maka kecenderungan akan mengakibatkan stres pada mahasiswa. Menurut studi nasional yang dilakukan oleh Pryor (Santrock, 2012) mengungkapkan bahwa presentase stres, depresi lebih besar dialami oleh mahasiswa masa kini dibandingkan dengan masa sebelumnya. Studi nasional yang dilakukan oleh Asosiasi Kesehatan di Universitas Amerika (2008) menghasilkan bahwa sudah biasa mahasiswa mengalami sedih, merasa kewalahan dengan hal-hal yang harus mahasiswa kerjakan (*burnout*), perasaan tidak punya harapan, mengalami kelelahan mental, dan merasa depresi adalah hal yang lazim dialami mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa menjadi mahasiswa baru sangat rawan akan gangguan stres.

Penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2016) mengenai hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan stres akademik mahasiswa yang mengungkapkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan stres akademik. Hubungan negatif signifikan dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri dan dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami oleh individu. Saran yang diberikan untuk penelitian selanjutnya agar meneliti dukungan sosial dari segi lingkungan sosial, bisa dari teman sebaya, keluarga, dan lain sebagainya. Berdasarkan saran bagi penelitian selanjutnya, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian

serupa namun meneliti dukungan sosial yang lebih spesifik menjadi dukungan sosial keluarga.

Berdasarkan wawancara dengan salah satu staf akademik Universitas Udayana serta mendapatkan data statistik mahasiswa Universitas Udayana yang menunjukkan bahwa pada tahun 2018 Fakultas Kedokteran merupakan Fakultas dengan peminat terbanyak yaitu 13.262 orang dengan daya tampung 560 orang dan jumlah mahasiswa yang mendaftar ulang sebanyak 542 orang (Biro Akademik, Kerjasama, dan Hubungan Masyarakat, 2018). Hal ini sejalan dengan uraian yang dikeluarkan oleh Panestika (2017) yaitu Universitas Udayana menduduki peringkat 9 dari 10 Universitas dengan peminat serta kampus terbaik di Indonesia pada tahun 2017 dan Fakultas Kedokteran menempati peminat terbanyak jika dibandingkan dengan 12 fakultas lainnya. Selain berdasarkan data statistika mahasiswa Universitas Udayana, peneliti melakukan studi pendahuluan dengan mewawancarai 5 (lima) orang mahasiswa angkatan 2017, dan 3 (tiga) orang mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, mengungkapkan bahwa semua mengaku pernah mengalami stres akademik dengan reaksi yang dialami seperti: jengkel, kesal, kelelahan, tidur larut malam/berkurangnya waktu tidur, jantung berdebut dengan cepat, keringat dingin, dan nafsu makan meningkat (Wistarini, 2018).

Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana wajib mematuhi peraturan yang berlaku, salah satunya tembok tinggi. Tembok tinggi diterapkan pada 6 (enam) Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan kriteria yang berbeda pada setiap Program Studinya, dengan contoh tembok tinggi yang berlaku di Program Studi Pendidikan Dokter dan Psikologi. Menurut Swastika (hmku.fkunud.com) tembok tinggi atau fase saringan digunakan untuk menyebut suatu pertemuan antara tim dari kordik dengan mahasiswa. Tembok tinggi yang harus dilewati oleh mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana di semester IV dan semester VII. Apabila mahasiswa semester IV tidak lulus dalam R3 (Remedial 3) harus menerima sanksi dengan turun tingkat.

Tembok tinggi yang berlaku di Program Studi Psikologi memiliki kriteria yang berbeda dengan Pendidikan Dokter. Tembok tinggi atau evaluasi dua tahun pertama dalam buku panduan Program Studi Psikologi (2015) ditujukan kepada mahasiswa yang telah menempuh pendidikan selama empat semester berturut-turut terhitung semenjak diterima sebagai mahasiswa di Program Studi Psikologi Universitas Udayana. Evaluasi dua tahun pertama dilakukan diakhir emester empat dengan mengumpulkan paling sedikit 48 SKS dengan nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) minimal 2,00. Apabila mahasiswa tidak memenuhi kriteria tersebut maka akan menerima sanksi yang berlaku.

Tekanan-tekanan yang ada dalam bidang akademik untuk menunjukkan keunggulan dan prestasi sehingga tercipta kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat dapat menyebabkan stres akademik (Alvin, 2007). Weiten & Lloyd (dalam Widyanto, 2013) menyatakan bahwa terdapat banyak faktor yang berpengaruh dan dapat menurunkan stres, salah

satunya dukungan sosial. Menurut Sarafino (dalam Smet, 1994) dukungan sosial merupakan suatu hal yang menacu pada rasa senang yang dirasakan oleh individu karena adanya pertolongan atau bantuan dari orang lain, kepedulian sehingga ketika individu menerima bantuan tersebut akan merasa diterima, dihargai, dan dicintai oleh kelompok. Pierce (dalam Kaul & Cavanaugh, 2000) mengungkapkan bahwa ketika individu mengalami suatu masalah dan berada dalam situasi krisis, dukungan sosial berupa pendampingan, emosional, dan informasional dapat membantu individu untuk menghadapinya.

Menurut Rodin dan Salovey (dalam Smet, 1994) keluarga merupakan sumber utama bagi anak untuk mendapatkan dukungan sosial, maka dari itu dukungan sosial terpenting berasal dari keluarga. Seorang anak bisa mendapatkan dukungan sosial keluarga dari orangtua, saudara kandung, dan anggota keluarga lainnya. Dukungan sosial keluarga dapat berupa pemenuhan kebutuhan, perawatan, kehangatan, informasi, dukungan emosional, dan lain-lain. Dukungan sosial keluarga juga dapat menyebabkan kesejahteraan psikologis seseorang karena adanya perhatian, pengertian atau menimbulkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri, serta memiliki perasaan positif mengenai diri sendiri. Ketika telah tercapai pemenuhan dukungan sosial keluarga, maka diharapkan dalam menghadapi tekanan, individu dapat merespon positif tekanan tersebut dan menunjukkan performa yang dimiliki secara maksimal.

Selain dukungan sosial keluarga, Collins (2007) menyebutkan bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor atau strategi dalam menanggulangi stres. Menurut Feist & Feist (2010) efikasi diri merupakan suatu keyakinan yang dimana individu merasa mampu atau tidak dalam menghasilkan perilaku untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Bandura (dalam Feist & Feist, 2010) mengungkapkan bahwa tindakan/perilaku yang muncul dipengaruhi oleh keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki yang dimana akan menghasilkan bagaimana cara memilih tindakan dalam menghadapi situasi tertentu, banyaknya usaha yang dilakukan, seberapa lama individu bertahan menghadapi rintangan atau kegagalan, ketangguhan individu ketika bangkit dari kegagalan.

Berdasarkan uraian mengenai fenomena stres akademik yang terjadi pada mahasiswa baru, maka penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018.

METODE PENELITIAN

Variabel dan Definisi Operasional

Penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas, yaitu: dukungan sosial keluarga dan efikasi diri, dan variabel terikat adalah stres akademik.

Stres Akademik

Stres akademik merupakan stres yang terjadi di lingkungan pendidikan dapat berupa tekanan, tuntutan, persaingan, harapan untuk meningkatkan prestasi akademik, baik dari orangtua, guru, ataupun teman sebaya.

Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial keluarga merupakan dukungan sosial yang berasal dari anggota keluarga dapat berupa penerimaan, perhatian, bantuan.

Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan bagaimana individu mempersepsikan keyakikan akan kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan suatu perilaku/ tindakan untuk mencapai tujuan.

Responden

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Jumlah sampel dalam penelitian ini mengacu pada jumlah sampel minimum berdasarkan variabel bebas menurut Green (dalam Field, 2009). Terdapat dua rumus yang diperoleh dengan jumlah minimum sampel sebanyak 66 orang dan 106 orang, peneliti memilih jumlah sampel minimum terbesar yaitu 106 orang. Jumlah kuisioner yang dapat dianalisis yang dimana menjadi jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 150 orang

Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada hari Kamis, 6 Desember 2018 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan tiga skala sebagai alat ukur, yaitu skala stres akademik, skala dukungan sosial keluarga, dan efikasi diri. Skala stres akademik diadaptasi dari Utami (2015) berdasarkan reaksi stres menurut Cox (dalam Gibson dkk, 1996). Skala dukungan sosial keluarga disusun dan dikembangkan berdasarkan bentuk dukungan sosial menurut Sarafino (2002). Skala efikasi diri disusun berdasarkan dimensi efikasi diri menurut Bandura (1997).

Skala alat ukur penelitian berdasarkan pada skala *likert* dengan bentuk pernyataan yang *unfavorable* dan *favorable*, serta empat pilihan jawaban, yaitu (STS) Sangat Tidak Setuju, (TS) Tidak Setuju, (S) Setuju, (SS) Sangat Setuju.

Uji validitas tujuan untuk mengukur ketepatan dan kesesuaian alat ukur dalam mengukur tujuan dari penelitian, alat ukur dapat dikatakan valid apabila memiliki nilai koefisien lebih dari 0,3 ($\alpha > 0,3$) (Sugiyono, 2012).

Uji Reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi alat ukur yang digunakan dalam mengukur gejala yang sama. (Sugiyono, 2012). Alat ukur dikatakan reliabel apabila nilai *cornbach's alpha* lebih besar dari 0,6 ($\alpha > 0,6$).

Uji coba alat ukur dilakukan untuk memastikan apakah alat ukur dalam penelitian dapat menguji hal yang hendak diukur dengan melihat nilai reliabilitas dan validitasnya melalui *try out*. Sebelum *try out*, dilakukan uji validitas isi alat ukur penelitian melalui *professional judgement* oleh Ibu Adijanti Marheni selaku dosen pembimbing dan Ibu Putu Wulan Budisetyani selaku dosen Psikologi di Universitas Udayana. Jumlah subjek uji coba alat ukur pada penelitian ini sebanyak

100 orang. Uji coba alat ukur penelitian atau *try out* dilakukan pada Senin, 3 Desember 2018 di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana dengan subjek mahasiswa baru atau mahasiswa angkatan 2018.

Skala stres akademik pada awalnya memiliki sejumlah 60 item, gugur 20, menghasilkan 40 item valid. Besaran koefisien korelasi item-total tersebar antara 0,327 sampai 0,734. Hasil uji reliabilitas pada skala stres akademik menunjukkan nilai koefisien *Alpha* (α) sebesar 0,944. Angka tersebut menunjukkan bahwa skala ini mencerminkan 94,4% nilai skor murni subjek.

Skala dukungan sosial keluarga pada awalnya memiliki 44 item, gugur 11 item, menghasilkan 33 item valid. Besaran koefisien korelasi item-total tersebar antara 0,321 sampai 0,727. Hasil uji reliabilitas pada skala dukungan sosial keluarga menunjukkan nilai koefisien *Alpha* (α) sebesar 0,917. Angka tersebut menunjukkan bahwa skala ini mencerminkan 91,7% nilai skor murni subjek.

Skala efikasi diri pada awalnya memiliki 36 item, gugur 12 item, menghasilkan 24 item valid. Besaran koefisien korelasi item-total tersebar antara 0,330 sampai 0,598. Hasil uji reliabilitas pada skala efikasi diri menunjukkan nilai koefisien *Alpha* (α) sebesar 0,865. Angka tersebut menunjukkan bahwa skala ini mencerminkan 85,6% nilai skor murni subjek.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan dua uji, yaitu uji asumsi dan hipotesis. Uji asumsi merupakan syarat sebelum dilakukannya uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan, yaitu uji normalitas, uji linieritas dan uji multikolinieritas. Uji normalitas menggunakan uji *kolmogorov smirnov* dengan melihat nilai signifikansinya. Uji linearitas menggunakan uji *compare means* dengan melihat nilai *linearity* dan *deviation from linearity*. Uji multikolinieritas dilakukan dengan melihat nilai *tolerance* dan (VIF). Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi berganda.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Subjek

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 150 orang yang berasal dari 6 prodi di Fakultas Kedokteran, yaitu Program Studi Sarjana Kedokteran dan Profesi Dokter (PSSKPD), Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat (PSSKM), Program Studi Sarjana Fisioterapi Profesi Fisioterapi (PSSFPF), Program Studi Sarjana Keperawatan Profesi Ners (PSSKPN), Program Studi Sarjana Kedokteran Gigi dan Profesi Dokter Gigi (PSSKGPDG), dan Program Studi Sarjana Psikologi (PSSP). Subjek dengan jenis kelamin perempuan lebih mendominasi yaitu sebanyak 115 orang dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 35 orang. Mayoritas subjek pada penelitian ini berusia 18 tahun dengan jumlah 126 orang.

Deskripsi Data Penelitian

Pada tabel 1 (terlampir) dapat dilihat hasil deskripsi data penelitian variabel stres akademik, dukungan sosial keluarga, dan efikasi diri.

Hasil deskripsi statistik pada tabel 1 (terlampir) deskripsi data penelitian menunjukkan bahwa stres akademik memiliki nilai *mean* empiris 107,77 dan nilai *mean* teoretis sebesar 100. Perbedaan antara nilai *mean* empiris dan *mean* teoretis pada variabel stres akademik sebesar 7,77 dengan nilai *t* sebesar 103,954. Hal ini menunjukkan perbedaan yang signifikan antara *mean* empiris dan *mean* teoretis. Nilai *mean* empiris yang diperoleh lebih besar daripada nilai *mean* teoretis (*mean* empiris > *mean* teoretis). Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa subjek memiliki taraf stres akademik sedang dengan penyebaran rentang skor subjek penelitian berkisar antara 80-136.

Hasil deskripsi statistik pada tabel deskripsi data penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga memiliki nilai *mean* empiris 109,83 dan nilai *mean* teoretis sebesar 82,5. Perbedaan antara nilai *mean* empiris dan *mean* teoretis pada variabel dukungan sosial keluarga sebesar 27,33 dengan nilai *t* sebesar 103,960. Hal ini menunjukkan perbedaan yang signifikan antara *mean* empiris dan *mean* teoretis. Nilai *mean* empiris yang diperoleh lebih besar daripada nilai *mean* teoretis (*mean* empiris > *mean* teoretis). Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa subjek memiliki taraf dukungan sosial sangat tinggi dengan penyebaran rentang skor subjek penelitian berkisar antara 75-131.

Hasil deskripsi statistik pada tabel deskripsi data penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki nilai *mean* empiris 71,77 dan nilai *mean* teoretis sebesar 60. Perbedaan nilai antara *mean* empiris dan *mean* teoretis pada variabel efikasi diri sebesar 11,77 dengan nilai *t* sebesar 95,537. Hal ini menunjukkan perbedaan yang signifikan antara *mean* empiris dan *mean* teoretis. Nilai *mean* empiris yang diperoleh lebih besar daripada nilai *mean* teoretis (*mean* empiris > *mean* teoretis). Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa subjek memiliki taraf efikasi diri tinggi dengan penyebaran rentang skor subjek penelitian berkisar antara 52-90.

Uji Asumsi

Hasil uji normalitas dalam tabel 2 (terlampir) dapat diketahui bahwa ketiga variabel penelitian berdistribusi normal. Nilai *kolmogorov smirnof* dan nilai signifikansi stres akademik sebesar 0,739 dan 0,647 ($p > 0,05$). Nilai *kolmogorov smirnof* dan nilai signifikansi dukungan sosial keluarga sebesar 0,943 dan 0,336 ($p > 0,05$). Nilai *kolmogorov smirnof* dan nilai signifikansi efikasi diri sebesar 0,750 dan 0,627 ($p > 0,05$). Berdasarkan hal tersebut ketiga variabel memiliki distribusi data yang normal.

Hasil uji linearitas dalam tabel 3 (terlampir) dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel stres akademik dengan variabel dukungan sosial keluarga dengan nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai signifikansi *deviation from linearity* 0,175 ($p > 0,05$). Hubungan antara variabel stres akademik dengan variabel efikasi diri juga linear dengan nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000

($p < 0,05$) dan nilai signifikansi *deviation from linearity* 0,394 ($p > 0,05$).

Uji multikolinearitas dapat dilihat dari nilai *tolerance value* $\geq 0,1$ atau nilai *variance inflation factor* (VIF) ≤ 10 , maka dinyatakan tidak terjadi multikolinearitas (Field, 2009). Berdasarkan hasil uji multikolinearitas pada tabel 4 (terlampir) dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial keluarga dan efikasi diri memiliki nilai *tolerance* $> 0,1$ (1,176) dan nilai VIF < 10 (0,850), sehingga disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antar variabel bebas.

Uji Hipotesis

Uji regresi linier berganda digunakan pada penelitian yang menggunakan dua atau lebih variabel bebas untuk melakukan prediksi terhadap variabel tergantung (Field, 2009). Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi, jika $p < 0,05$ maka variabel bebas berpengaruh secara signifikan terhadap variabel tergantung (Santoso, 2014). Berdasarkan hasil uji regresi pada tabel 5 (terlampir) dapat diketahui bahwa *F* hitung sebesar 32,964 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga dan efikasi diri memiliki peran dalam stres akademik pada mahasiswa baru atau mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Hasil uji regresi linier berganda dapat digunakan untuk melihat besar peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik yang dapat dilihat pada tabel 6 (terlampir). Pada tabel 6 dapat dilihat *R* sebesar 0,556 dengan nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,310. Hal ini menunjukkan dukungan sosial keluarga dan efikasi diri memiliki peran sebesar 31 % terhadap stres akademik dan variabel yang tidak diteliti memiliki peran sebesar 69% terhadap stres akademik.

Berdasarkan hasil uji regresi linier berganda juga dapat diperoleh hasil uji hipotesis minor untuk menganalisis peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik secara terpisah, yang dapat dilihat pada tabel 7 (terlampir). Pada tabel 7 dapat dilihat variabel dukungan sosial keluarga memiliki nilai koefisien beta terstandarisasi sebesar -0,244 dan memiliki taraf signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dukungan sosial keluarga berperan dalam menurunkan tingkat Stres akademik. Nilai koefisien beta terstandarisasi variabel efikasi diri sebesar -0,414 dan memiliki taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga efikasi diri memiliki peran dalam menurunkan tingkat stres akademik.

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji regresi linier berganda dapat diketahui bahwa hipotesis mayor dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial keluarga dan efikasi diri berperan dalam menurunkan stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018 dapat diterima. Hal ini dapat dilihat dari hasil nilai koefisien *R* sebesar 0,556 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Variabel dukungan sosial

keluarga dan efikasi diri secara bersama-sama memiliki peran sebesar 31% terhadap variabel stres akademik, sedangkan sisanya 69% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini menurut Smet (1994) & Alvin (2007) yaitu kondisi individu (kondisi fisik, pendidikan, faktor genetik, umur, status ekonomi, dan jenis kelamin), strategi penanggulangan stres, kepribadian.

Koefisien beta terstandarisasi variabel dukungan sosial keluarga sebesar -0,244 dan taraf sigifikansi sebesar 0,001 ($p > 0,05$) yang memiliki arti bahwa dukungan sosial keluarga memiliki peran dalam menurunkan tingkat stres akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian Syah (dalam Ernawati & Rusmawati, 2015) mengatakan bahwa lingkungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kinerja akademik siswa. Kemudian Bishop (dalam Ernawati & Rusmawati, 2015) mengatakan bahwa dukungan yang berasal dari keluarga berbentuk langsung tampak lebih efektif dalam membantu siswa untuk mengatasi masalah akademik, yang dimana pendapat dari Bishop sejalan dengan hasil penelitian dari Permana (2013).

Tumers, Nanette (dalam Ekawarna, 2018) merangkum penyebab stres dari siswa yang berasal dari keluarga, yaitu perubahan pola keluarga, kehilangan, dan kekhawatiran ekonomi. Perubahan pola keluarga mencakup pelecehan, perceraian, kehilangan pekerjaan, penempatan militer, dan penyakit orangtua atau saudara kandung. Kehilangan yang dimaksudkan adalah ancaman hilangnya orangtua atau pengasuh, hal ini menjadi faktor resiko stres yang hampir universal di kalangan anak-anak menurut Rutter (dalam Ekawarna, 2018). *National Association of School Psychologist* (dalam Ekawarna, 2018) menyatakan bahwa kekhawatiran atau ketidakpastian ekonomi merupakan sumber stres yang penting bagi banyak keluarga sehingga menyebabkan tekanan pada keluarga. tekanan tersebut dapat menyebabkan keresahan, kebingungan, dan mudah untuk di transfer ke anak-anak.

Koefisien beta terstandarisasi variabel efikasi diri sebesar -0,414 dan taraf sigifikansi sebesar 0,000 ($p > 0,05$) yang memiliki arti bahwa efikasi diri memiliki peran dalam menurunkan tingkat stres akademik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sri Utami (2015), yaitu semakin tinggi efikasi diri yang dirasakan oleh individu maka semakin rendah stres akademik yang dirasakan, begitu sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh Noviari (2013) menghasilkan bahwa bagaimana keyakinan diri akan kemampuan yang dimiliki siswa dalam menyelesaikan tugas sekolah merupakan faktor yang dominan dalam menyebabkan stres akademik.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Khaq dan dkk pada tahun 2015 didapatkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang negatif terhadap stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hal ini menunjukkan, jika mahasiswa jurusan manajemen unnes dengan tingkat keyakinan diri yang tinggi terhadap penyusunan skripsi akan dapat lebih cepat menyelesaikan skripsi melalui kemampuannya sendiri.

Hasil uji regresi linier berganda mendapatkan bahwa nilai koefisien beta terstandarisasi variabel efikasi diri lebih tinggi dari variabel dukungan sosial keluarga yang berarti efikasi diri memiliki peran yang lebih besar dalam menurunkan tingkat stres akademik dibandingkan dengan dukungan sosial keluarga. Menurut Alvin (2007) keyakinan atau pemikiran terhadap diri merupakan faktor internal yang turut menentukan tingkat stres. Keyakinan terhadap diri memainkan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi disekitar individu termasuk dukungan yang berasal dari keluarga. Penilaian yang diyakini dapat mengubah bagaimana cara berpikir individu terhadap suatu hal dan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

Hasil kategorisasi variabel dukungan sosial keluarga, menunjukkan bahwa mayoritas subjek yaitu 62,7% memiliki taraf dukungan sosial keluarga yang sangat tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, mayoritas mahasiswa mendapatkan dukungan atau bantuan dari keluarga berupa barang atau materi, fasilitas, informasi, saran, pengetahuan, perhatian, penghargaan, dan merupakan bagian dari kelompok (keluarga). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adicondro & Purnamasari (2011) menghasilkan bahwa perhatian, rasa percaya, dan penerimaan yang berasal dari keluarga dapat meningkatkan kebahagiaan dalam diri individu. Saat individu merasa bahagia dapat menimbulkan motivasi dalam usaha yang lebih besar untuk mencaai tujuan, sehingga mengakibatkan munculnya rasa apercaya diri dan keyakikan akan kemampuan menyelesaikan tugas pada individu.

Hasil kategorisasi variabel efikasi diri, menunjukkan bahwa mayoritas subjek yaitu 44,7% memiliki taraf efikasi diri yang tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, mayoritas mahasiswa kemampuan yang baik dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai situasi dan tugas belajar, pembuat perencanaan serta pengaturan diri, belajar tekun ketika menghadapi ujian. Salah satu faktor yang mempengaruhi efikasi adalah usia, semakin bertambahnya usia maka akan semakin tinggi efikasi dirinya, karena adanya pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi suatu hal yang terjadi. Pengalaman berhasil merupakan sumber efikasi diri yang penting (Bandura, 1997). Subjek dalam penelitian ini masuk kedalam masa remaja akhir, yang dimana pada masa ini individu mulai membangun efikasi diri berdasarkan dari pengalaman jenjang pendidikan sebelumnya.

Hasil kategorisasi variabel stres akademik, menunjukkan bahwa mayoritas subjek yaitu 44% memiliki taraf stres akademik yang sedang. Berdasarkan hasil tersebut, mayoritas mahasiswa mengalami stres akademik yang dimanifestasikan ke dalam terganggunya fungsi alat tubuh serta proses berpikir, munculnya emosi negatif, dan perilaku negatif. Berdasarkan hasil kategorisasi dari variabel stres akademik, mayoritas subjek mengalami taraf stres akademik yang sedang karena mayoritas subjek mendapatkan dukungan sosial keluarga yang masuk kedalam kategori sangat tinggi dan efikasi diri masuk ke dalam kategori tinggi.

Hal lain yang menyebabkan kategorisasi variabel stres akademik sedang menuju tinggi jika dilihat dari demografinya,

dapat disebabkan karena faktor usia. Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa baru atau angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan rentang usia antara 17 hingga 19 tahun yang masuk ke dalam kategori remaja menurut Hurlock (1980). Stanley Hall (dalam Santrock, 2003) mengatakan bahwa masa remaja adalah periode *storm and stres* atau badai dan tekanan, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan hormon menyebabkan kesedihan dan kebingungan.

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian, hipotesis dan analisis data dari penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial keluarga dan efikasi diri memiliki peran dalam menurunkan tingkat stres akademik Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018, dukungan sosial keluarga memiliki peran dalam menurunkan tingkat stres akademik Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018, dan efikasi diri memiliki peran dalam menurunkan tingkat stres akademik Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018.

Peneliti dapat memberikan masukan mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018 diharapkan dapat meningkatkan peran keluarga dan efikasi diri agar mahasiswa dapat menanggulangi, mengurangi, mencegah stres akademik yang dirasakan. Meningkatkan peran keluarga dapat dilakukan dengan cara mahasiswa membuka diri, menjaga komunikasi yang baik, saling terbuka, tidak malu untuk bertanya dan mendiskusikan masalah dengan keluarga. meningkatkan efikasi diri dapat dilakukan dengan cara lebih tekun, gigih, rajin dalam mencapai tujuan; berani mencoba tantangan baru, belajar dari pengalaman.

Peneliti dapat memberikan masukan kepada keluarga untuk memaksimalkan peran dukungan sosial keluarga dengan cara meningkatkan komunikasi yang baik dan terbuka kepada anak; memanfaatkan waktu luang atau memiliki waktu khusus membahas perkembangan dunia akademik anak. Pihak keluarga diharapkan mampu memberikan perlakuan yang dapat mengembangkan efikasi diri anak dengan melakukan persuasi verbal, seperti menceritakan pengalaman yang pernah dialami anggota keluarga untuk membantu anak mengatasi masalah serupa.

Pihak institusi pendidikan direkomendasikan agar agar merubah sistem penerimaan mahasiswa baru yaitu PKKMB (Pengenalan Kehidupan Kampus Mahasiswa Baru) dan *Student Day* baik tingkat universitas maupun fakultas menjadi bersifat kekeluargaan serta diharapkan mampu mengubah pandangan masyarakat, orangtua, dan mahasiswa baru mengenai gambaran penerimaan mahasiswa baru sehingga dapat menurunkan tingkat stres akademik mahasiswa baru. Selain itu, institusi yaitu fakultas atau program studi dapat membuat serangkaian pelatihan guna meningkatkan efikasi diri mahasiswa. Institusi pendidikan dapat bekerja sama dengan orangtua/keluarga mahasiswa dalam menyebarkan informasi pendidikan seperti ujian melalui grup media sosial, agar keluarga dapat membantu memantau anak ketika akan menghadapi ujian.

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan meneliti variabel bebas lain selain variabel yang telah diteliti dalam penelitian ini yang mungkin dapat memengaruhi taraf stres akademik, seperti dukungan sosial selain dari keluarga, seperti teman sebaya, penanggulangan stres (*coping stres*), kemandirian belajar, kestabilan emosi, pola asuh, kepribadian dan sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, N. & Purnamasari, A. (2011). *Efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan self regulated learning pada siswa kelas VII*. Jurnal Humanitas. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan. 8 (1). <http://dx.doi.org/10.26555/humanitas.v8i1.448>.
- Alvin. (2007). *Stres akademik*. Jakarta: PT Raja.
- Alwisol. (2011). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Azizah, L. N. (2016). *Hubungan dukungan sosial dan efikasi diri terhadap stres akademik pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Uin Malang angkatan 2015*. Malang: UIN Malang. Diunduh dari etheses.uin-malang.ac.id/2839/1/12410062.pdf
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy, the exercise of control*. New York: Freeman and Company.
- Buku panduan Program Studi Psikologi*. (2015). Denpasar: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Cha, K. (2017). *Perbedaan SMA dan kuliah*. bemfeuntar.com/index.php/articles/24-article/latest-article/340-perbedaan-sma-dan-kuliah.
- Christyanti, C. dkk. (2010). *Hubungan antara penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan kecenderungan stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya*. Jurnal INSAN, 12(03). journal.unair.ac.id/downloadfull/INSAN4286-23899c0c63fullabstract.pdf.
- Collins, S. (2007). *Staturory social workers : stres, job satisfaction, coping, social support and individual differencees*. British Journal of Social Work, 3(8). Diunduh dari citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.500.5056&rep=rep1&type=pdf
- Ekawarna. (2018). *Manajemen konflik dan stres*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ernawati, L., & Rusmawati. D. (2015). *Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa SMK yang menggunakan kurikulum 2013*. Jurnal Empati. 4(4). ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/13547
- Fadli. (2010). *Masalah kurikulum dalam dunia pendidikan*. Diunduh dari <https://fadlibae.wordpress.com/2010/03/24/masalah-kurikulum-dalam-pendidikan/>
- Feist, J. & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian*. Terjemahan. Theories of Personality. Seventh editon. Penerjemah: Smita Prathita Sjahputri. Jakarta: Salemba Humanika..
- Field, A. (2009). *Discovering statistic using SPSS 3rd edition*. SAGE Publication.
- Gibson. J. L. dkk. (1996). *Organisasi: perilaku, struktur, proses*. Edisi ke-8. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Hmku FK Unud (2013) *Tembok tinggi, bayar hutang yang terlupakan. sudah siapkah anda?.hmku.fkunud.com/tembok-tinggi-bayar-hutang-yang-terlupakan-sudah-siapkah-anda-2/*.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Terjemahan. Developmental

- Psychology A Life Span Approach. Fift Edition. Penerjemah : Istiwidiyanti. Jakarta: Erlangga.
- Kaul & Cavanaugh. (2000). *Human development: a life span view*. USA: Wadsworth.
- Khaq, A. A. dkk. (2015). *Analisis hubungan antara efikasi diri pada stres melalui dukungan sosial sebagai variabel moderasi (studi pada mahasiswa Unnes Fakultas Ekonomi Jurusan Manajemen*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Misra, R., & McKean, M. (2000). *College students' academic stres and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction*. American Journal of Health Studies, 16(1), 41-51. Diunduh dari [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1394850](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1394850)
- Noviari, V. K. N. (2013). *Identifikasi faktor penyebab stres akademik pada siswa Kelas VII di SMPN 8 Yogyakarta*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8(2), 1-10. Diunduh dari <https://eprints.uny.ac.id/16069/>
- Permana, C. A. (2013). *hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres pada lansia adropause di Gebang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember*. Jember: Universitas Jember. Diunduh dari repository.unej.ac.id/handle/123456789/3170.
- Santoso, S. (2014). *Panduan lengkap SPSS Versi 20*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Life span development*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P. (2002). *Health psychology biopsychosocial interaction*. New York: John Willey and sons, Inc.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Gramedia.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&G*. Bandung: Alfabeta.
- Utami, S. D. (2015). *Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas XI di MAN 3 Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. Diunduh dari <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/190>.
- Widyanto, P. (2013). *Hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diunduh dari http://eprints.ums.ac.id/27611/14/02._Naskah_Publikasi.pdf.
- Wisantyo, N. I. (2010). *Stres pada siswa SMAN 3 Semarang ditinjau dari efikasi diri akademik dan jenis kelas. skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro. Diunduh dari eprints.undip.ac.id/10959/1/ringkasan.pdf
- Wistarini, I. P. (2018). *Studi pendahuluan: Stres akademik pada mahasiswa baru angkatan 2017 & 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*. Denpasar: Tidak dipublikasikan.

LAMPIRAN

Tabel 1.

Deskripsi Data Penelitian

Variabel Penelitian	Mean Teoretis	Mean Empiris	Standar Deviasi Teoretis	Standar Deviasi Empiris	Sebaran Teoretis	Sebaran Empiris	t (sig)
Stres akademik	100	107,77	20	12,697	40-160	80-136	103,954 (0,000)
Dukungan sosial keluarga	82,5	109,83	16,5	12,939	33-132	75-131	103,960 (0,000)
Efikasi Diri	60	71,77	12	9,126	24-96	52-90	95,537 (0,000)

Tabel 2.

Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorv-Smirnov	Sig.	Kesimpulan
Stres akademik	0,739	0,647	Data Normal
Dukungan sosial keluarga	0,943	0,336	Data Normal
Efikasi Diri	0,750	0,627	Data Normal

Tabel 3.

Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity	Deviation from Linearity	Kesimpulan
Stres akademik* Dukungan sosial keluarga	0,000	0,175	Data Linear
Stres akademik* Efikasi Diri	0,000	0,394	Data Linear

Tabel 4.

Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Kesimpulan
Dukungan sosial keluarga	0,850	1,176	Tidak terjadi multikolinearitas
Efikasi Diri	0,850	1,176	Tidak terjadi multikolinearitas

Tabel 5.

Hasil uji Regresi Berganda

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	7437,878	2	3718,939	32,964	0,000 ^b
Residual	16584,415	147	112,819		
Total	24022,293	149			

Tabel 6.

Besaran Sumbangan Variabel Bebas terhadap Variabel Tergantung

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,556	0,310	0,300	10,622

Tabel 7.

Hasil Uji Hipotesis Minor dan Garis Regresi Linear Berganda

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Sts. Error	Beta		
(Constant)	175,135	8,571		20,433	0,000
Dukungan sosial keluarga	-0,240	0,073	-0,244	-3,287	0,001
Efikasi Diri	-0,576	0,103	-0,414	-5,574	0,000