

Hubungan antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas 12 Sekolah Menengah Atas X di Malang

Oleh:

Viona Roza Bella

Pembimbing : Dwi Nastiti

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Desember, 2023

Pendahuluan

- Perubahan pada sistem pendidikan di Indonesia dapat memberikan tekanan bagi para pelajar, tekanan tersebut dapat menimbulkan stres.
- Secara harfiah, stress merupakan suatu proses individu dalam mempersepsikan stimulus sebagai situasi yang memunculkan perasaan negatif sehingga memicu tuntutan fisik maupun psikis pada individu sebagai tameng untuk menghadapi situasi mengancam[1].
- Stres yang dialami oleh siswa disebut stres akademik[2]. Beban tugas, ujian, pressure untuk jenjang pendidikan lanjutan, merupakan beberapa contoh tuntutan akademik yang dapat memicu timbulnya stress akademik pada siswa.
- Beberapa kasus pada penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat fenomena stres akademik yang dialami oleh siswa [12], [13]. Hastuti et al dalam artikel penelitiannya mengatakan bahwa pada masa remaja, siswa akan mengalami beberapa dinamika kehidupan yang menimbulkan stres.

- Peneliti juga melakukan wawancara serta survey awal dengan siswa. Hasil survey dan wawancara tersebut menyatakan bahwa Sebagian besar siswa cenderung memiliki permasalahan stres akademik ditinjau yang diindikasikan dengan gejala merasa tertekan, takut mengecewakan, gelisah, gangguan pola tidur, dan tidak fokus dalam pembelajaran.
- Hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa ada indikasi tingginya tingkat stres akademik yang dialami siswa. Dunne, Hou, Sun dan Xu mengungkapkan bahwa stres akademik dapat ditinjau berdasarkan lima aspek, yaitu tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri, keputusan[16].
- Stres akademik dipicu oleh stressor akademik dengan 4 gejala yang terdiri dari: (1) cognitive, (2) behavior, (3) physical, dan (4) affective.

- Tingkah laku yang dapat mudah diketahui apabila siswa mengalami stres ialah: merasa gelisah, cemas, tidak fokus dalam pembelajaran, serta membolos keluar kelas menghindari pelajaran.
- Dampak negatif yang muncul yakni siswa akan merasa gelisah hingga menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah mengalami sakit[9]. Stres yang dialami siswa secara terus menerus akan berakibat pada kelelahan besar (burn out) sehingga dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa[11].
- Berdasarkan dampak yang ditimbulkan, stres akademik yang dialami oleh siswa dapat diminimalisir dengan cara meningkatkan efikasi diri. Bandura mendefinisikan efikasi diri sebagai kehidupan sebagai hasil yang diperoleh dari keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki oleh individu [17].
- Tiga Aspek efikasi diri menurut Bandura yakni: 1) tingkat kesukaran tugas yang dihadapi individu; 2) kemampuan penguasaan tugas yang dimiliki individu; dan 3) keyakinan terhadap kekuatan dan kemantapan individu [20].

- Semakin tinggi efikasi yang dimiliki siswa semakin rendah tingkat stres yang dialami siswa, begitupun sebaliknya. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi sangat percaya pada kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas. Sedangkan, seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung cepat menyerah ketika menghadapi masalah, menghindari masalah yang sulit, dan tidak yakin dapat menyelesaikan masalah[22].
- Beberapa penelitian terdahulu mengatakan bahwa efikasi diri dan stress akademik saling terkait dengan populasi dan konteks penelitian yang berbeda [26], [27], [3].
- Namun masih jarang ditemukan penelitian yang secara spesifik membahas hubungan antara efikasi diri dan stress akademik pada siswa SMA terutama kelas 12
- Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas 12.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Bedasarkan pemaparan pendahuluan yang telah disusun, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Adakah hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas 12 sekolah menengah atas x di malang?

Metode

- Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional
- Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 12 yang berada pada SMA X Malang yang berjumlah 418 Siswa.
- sampel dalam penelitian ini menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 1%, sehingga terpilih 257 siswa kelas XII dari SMA X yang dipilih dengan menggunakan probability sampling dengan model simple random sampling.
- Instrumen dalam penelitian ini mengadopsi alat ukur psikologi yang telah terpakai pada penelitian sebelumnya. Adapun validitas dan reliabilitas dari alat ukur juga menggunakan tryout terpakai yang digunakan dalam penelitian sebelumnya

- Alat ukur efikasi diri mengadopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Neni[29]. Adapun hasil uji validitas berkisar 0,25 - 0,60. Sedangkan skor reliabilitas dari alat ukur ini adalah 0,796.
- Alat ukur stres akademik mengadopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Rahmita[30]. Adapun hasil uji validitas berkisar 0,23 - 0,53. Sedangkan skor reliabilitas dari alat ukur ini adalah 0,785.
- Selanjutnya setelah data penelitian telah dilakukan, maka dilakukan uji korelasi pearson product moment correlation untuk mengukur kekuatan hubungan antara variabel x dan variabel y
- Analisa alat ukur ini dilakukan dengan bantuan *software SPSS for Windows Version 26*.

Hasil

Data sampel penelitian yang berhasil dikumpulkan sebanyak 262 siswa. Data tersebut terdiri atas laki-laki dengan jumlah 95 siswa dan perempuan dengan jumlah 167 siswa. Adapun sampel terbagi menjadi 2 jenis kelas yaitu kelas IPA dengan jumlah 151 siswa dan kelas IPS dengan Jumlah 111 siswa. Berikut data Tabel demografi penelitian yang telah dikumpulkan:

Jenis Kelamin	
Laki-Laki	95
Perempuan	167
Jumlah	262
Kelas	
IPA	151
IPS	111
Jumlah	262

Hasil uji normalitas Shapiro wilk menunjukkan bahwa data penelitian yang sudah terkumpul terdistribusi secara normal dengan data efikasi diri memiliki sig=0,068 dan data stress akademik memiliki sig=0,052. Hasil ini mendakan bahwa uji asumsi penelitian telah terpenuhi. Berikut hasil uji normalitas yang telah dilakukan.

Variabel	Signifikansi
Stres Akademik	0,052
Efikasi Diri	0,068

Selanjutnya uji Linearitas juga menunjukkan bahwa data efikasi diri dan data stres akademik memiliki hubungan linear dengan nilai linearity $<0,001$. Hasil ini menandakan bahwa uji asumsi linearitas telah terpenuhi. Berikut hasil uji linearitas yang telah dilakukan. Hasil ini juga menandakan bahwa seluruh uji asumsi terpenuhi sehingga dapat dilakukan uji pearson product moment correlation. Berikut hasil uji linearitas yang telah dilakukan

Uji Linearitas	Siginifikansi
Linearity	0,000
Deviation from Linearity	0,593

Hasil uji korelasi pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Adapun nilai koefisien korelasi yang didapatkan sebesar $r=-0,296$ dengan $sig=<0.001$. Hasil ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkatan efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka akan semakin rendah tingkatan stress akademik demikian pula sebaliknya. Hasil ini juga membuktikan bahwa hipotesis penelitian terbukti benar sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Berikut hasil uji korelasi pearson yang telah dilakukan.

Variabel Penelitian	Nilai Koefisien Korelasi	Signifikansi
Efikasi Diri - Stress Akademik	$-.296^{**}$	0,000

Selanjutnya nilai sumbangan efektif yang diberikan oleh efikasi diri kepada stress akademik sebesar 8,8%. Hasil tersebut menandakan bahwa efikasi diri dapat menjelaskan stress akademik pada sampel penelitian sebanyak 8,8% sedangkan sebanyak 91,2% fenomena stress akademik dijelaskan oleh variabel lain yang berada diluar variabel efikasi diri.

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
Efikasi Diri -Stress Akademik	.296 ^a	0,088	0,084	3,572

Adapun kategorisasi empirik efikasi diri dan stress akademik dari sampel penelitian adalah sebagai berikut

Tabel Kategorisasi Stress Akademik

Kategorisasi	Rentangan	Jumlah	Persentase
Sangat Tinggi	>47	11	4,20%
Tinggi	47-42	93	35,50%
Menengah	41-38	93	35,50%
Rendah	37-33	55	20,99%
Sangat Rendah	<33	10	3,82%

Tabel Kategorisasi Efikasi Diri

Kategorisasi	Rentangan	Jumlah	Persentase
Sangat Tinggi	>30	18	6,87%
Tinggi	30-27	69	26,34%
Menengah	26-23	108	41,22%
Rendah	22-19	59	22,52%
Sangat Rendah	<19	8	3,05%

Pembahasan

- Hasil penelitian ini juga sesuai dengan beberapa hasil penelitian terdahulu seperti penelitian yang dilakukan oleh Utami [31] dan Miyono et al [26]. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hasil yang konsisten antara penelitian ini dan juga penelitian terdahulu yaitu hubungan negatif antara efikasi diri dengan stress akademik.
- Kristensen et al [32] menjelaskan bahwa jika siswa melihat tugas sekolahnya sebagai sesuatu yang memberikan perasaan stress, maka tingkatan efikasi diri orang tersebut akan menurun. Adapun siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan melihat tekanan yang mereka hadapi sebagai sebuah tantangan yang dapat mengembangkan dirinya sehingga mereka tidak akan merasa stress akan hal tersebut [33]

- Efikasi diri juga dapat mempengaruhi bagaimana cara siswa untuk melakukan coping stres[34]. Selain itu, efikasi diri dapat mengarahkan mereka untuk memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi tantangan dan tuntutan akademik yang mereka rasakan[35]. Efikasi diri yang rendah dapat membuat siswa memiliki mengalami permasalahan psikologis remaja yang diantaranya stress [36].
- Efikasi diri juga memberikan motivasi yang besar didalam diri siswa, yang selanjutnya membuat mereka lebih mudah untuk mengatasi tekanan tersebut dengan baik [37]. Efikasi diri yang baik akan membuat siswa lebih percaya diri dalam mengerjakan tugas sekolah dan menjalani kehidupan sekolahnya [38].

- Adapun efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 8,8% sehingga sebanyak 91,2% fenomena stress akademik dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang berada diluar efikasi diri. Al Shagawi et al [39] menjelaskan beberapa faktor dari academic stress diantaranya adalah ujian, muatan tugas sekolah yang berlebihan, dan kurangnya waktu senggang. Adapun kategorisasi empirik yang telah dilakukan juga menunjukkan bahwa beberapa siswa yang memiliki tingkatan stress akademik yang tinggi sebanyak 35,30% dan tingkatan sangat tinggi sebesar 4,20%. Hasil ini menunjukkan bahwa fenomena stress akademik masih dapat ditemukan pada sampel penelitian.
- Keterbatasan penelitian ini adalah penggunaan media survei online google form untuk mengumpulkan data sehingga dapat menimbulkan bias penelitian. Adapun variabel yang digunakan untuk menjelaskan fenomena stress akademik hanya satu variabel yaitu efikasi diri dan masih banyak variabel psikologis lain yang dapat menjelaskan fenomena stress akademik

Temuan Penting Penelitian

- Temuan penting dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan stress akademik pada siswa kelas 12 Sekolah Menengah Atas X di Malang
- Adapun rincian dari nilai statistik hubungan tersebut adalah $r = -.296$ dengan signifikansi $< .001$
- Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi efikasi diri siswa maka akan semakin rendah stress akademik yang dia rasakan dan demikian pula sebaliknya.

Manfaat Penelitian

- Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan referensi bagi pihak sekolah maupun kepada pihak wali murid untuk berusaha meningkatkan efikasi diri yang dimiliki oleh siswa dengan memberikan beberapa pelatihan atau menyarankan siswa untuk mengikuti kegiatan yang positif untuk meningkatkan efikasi diri yang dimiliki oleh siswa.
- Adapun saran untuk penelitian selanjutnya adalah penggunaan penelitian yang lebih kompleks untuk mengembangkan hasil penelitian ini.

Referensi

- [1] S. Rofiah, “Pengaruh Pembelajaran Online terhadap Stres Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kepanjen,” *J. Consulen. J. Bimbing. Konseling dan Psikol.*, vol. 4, no. 1, pp. 41–47, 2021, doi: 10.36835/jcbkp.v4i1.970.
- [2] D. T. Damayanti and A. Masitoh, “Strategi Koping Siswa Dalam Menghadapi Stres Akademik Di Era Pandemi Covid-19,” *J. Multidiscip. Stud.*, vol. 4, no. December, pp. 185–198, 2020.
- [3] D. K. Pramesta and D. K. Dewi, “Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa di SMA X,” *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 7, pp. 23–33, 2021.
- [4] Andhika Anggawira, “Hubungan Adversity Quotient Dan Stres Pada Siswa Kelas Xii Yang Akan Mengikuti Ujian Nasional Di SMAN 1 Padang,” *Psyche 165 J.*, vol. 12, no. 1, pp. 64–69, 2019, doi: 10.35134/jpsy165.v12i1.5.
- [5] W. Rohmatillah and N. Kholifah, “Stress Akademik antara Laki-laki dan Perempuan Siswa School from Home,” *J. Psikol. J. Ilm. Fak. Psikol. Univ. Yudharta Pasuruan*, vol. 8, no. 1, pp. 38–52, 2021, doi: 10.35891/jip.v8i1.2648.
- [6] L. Safira and M. T. S. Hartati, “Gambaran Stres Akademik Siswa SMA Negeri Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ),” *Empati-Jurnal Bimbing. dan Konseling*, vol. 8, no. 1, pp. 125–136, 2021, doi: 10.26877/empati.v8i1.7909.
- [7] N. H. Tanjung, “PERAN LAYANAN INFORMASI DALAM MENGATASI STRES AKADEMIK SISWA DI MAS AL ASY ' ARIYAH MEDAN KRIO,” vol. 3, no. 2, pp. 53–60, 2023.
- [8] R. Kartika, “Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres Pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19,” *Edukasi Dan Teknol.*, vol. 1, no. 2, pp. 107–115, 2020.
- [9] D. Avianti, O. R. Setiawati, D. Lutfianawati, and A. M. Putri, “Hubungan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Program Studi Pendidikan Dokter,” *PSYCHE J. Psikol.*, vol. 3, no. 1, pp. 83–93, 2021, doi: 10.36269/psyche.v3i1.283.
- [10] A. Asrowi, A. T. Susilo, and A. P. Hartanto, “Academic Burnout Pada Peserta Didik Terdampak Pandemi Covid-19,” *G-Couns J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 5, no. 1, pp. 123–130, 2020, doi: 10.31316/g.couns.v5i1.1195.

- [11] N. Rohmani and R. Andriani, "Correlation between academic self-efficacy and burnout originating from distance learning among nursing students in Indonesia during the COVID-19 pandemic," *J. Educ. Eval. Health Prof.*, vol. 18, pp. 1–6, 2021, doi: 10.3352/JEEHP.2021.18.9.
- [12] L. H. Tamimi, R. Herardi, and S. Wahyuningsih, "Hubungan antara Tingkat Stres Akademik dengan Kejadian Dispepsia pada Siswa Kelas XII IPA di SMA Negeri 81 Kota Jakarta Timur Tahun 2019," *J. Penyakit Dalam Indones.*, vol. 7, no. 3, p. 143, 2020, doi: 10.7454/jpdi.v7i3.399.
- [13] F. Deantri and A. A. S. Sawitri, "Proporsi Stres Dan Gejala Psikosomatik Pada Siswa Kelas Xii Sekolah Menengah Atas Di Kota Denpasar," *J. Bios Logos*, vol. 10, no. 1, p. 27, 2020, doi: 10.35799/jbl.10.1.2020.27465.
- [14] G. S. Gumilang, "Penguatan Kearifan Lokal Dalam Menghadapi Problematika Remaja Di Sekolah," *Pros. SEMDIKJAR (Seminar ...)*, pp. 601–609, 2021.
- [15] R. Y. Hastuti and E. N. Baiti, "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stress Pada Remaja," *J. Ilm. Kesehat.*, vol. 8, no. 2, pp. 82–91, 2019, doi: 10.35952/jik.v8i2.152.
- [16] D. Medelin and M. A. Alwi, "Hubungan Kelekatan Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Peserta Didik SMA," vol. 2, no. 3, 2023.
- [17] S. F. L. Zagoto, "Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran," *J. Rev. Pendidik. dan Pengajaran*, vol. 2, no. 2, pp. 386–391, 2019, doi: 10.31004/jrpp.v2i2.667.
- [18] B. Mukti and F. Tentama, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri Akademik," *Pros. Semin. Nas. Magister Psikol. Univ. Ahmad Dahlan*, vol. 0, no. 0, pp. 341–347, 2019.

- [19] I. Capron Puzozzo and C. Audrin, “Improving self-efficacy and creative self-efficacy to foster creativity and learning in schools,” *Think. Ski. Creat.*, vol. 42, no. July, p. 100966, 2021, doi: 10.1016/j.tsc.2021.100966.
- [20] S. Fatimah, A. R. Manuardi, and R. Meilani, “Tingkat Efikasi Diri Performa Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Perspektif Dimensi Bandura,” *Prophet. Prof. Empathy, Islam. Couns. J.*, vol. 4, no. 1, p. 25, 2021, doi: 10.24235/prophetic.v4i1.8753.
- [21] M. Barus, H. Saragih, and J. K. Bakara, “Self-Efficacy Berhubungan Dengan Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Tahun 2021,” *J. Online Keperawatan Indones.*, vol. 5, no. 1, pp. 53–63, 2022, doi: 10.51544/keperawatan.v5i1.3067.
- [22] Y. N. Fajriyah and S. Hadi, “PENALARAN DEDUKTIF SISWA DALAM MENYELESAIKAN MASALAH,” vol. 03, no. 01, pp. 43–58, 2023.
- [23] Mk. Chainny Rhamawan, SST, “Hubungan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Audi Indonesia,” *J. Heal. Educ.*, vol. 3, no. 1, pp. 47–54, 2022.
- [24] Mahyar suara and Siti Anisah, “Hubungan Efikasi Diri dan Beban Kerja Akademik dengan Stress Magang Keperawatan,” *J. Antara Keperawatan*, vol. 5, no. 2, 2022, doi: 10.37063/antaraperawat.v5i2.728.
- [25] Afnan, R. Fauzia, and M. Utami Tanau, “Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis Relationship of Self-Efication With Stress in Students Who Are in the Quarter Life Crisis Phase,” *J. Kognisia*, vol. 3, no. 1, pp. 23–29, 2020.
- [26] N. Miyono, M. Muhdi, N. A. Nyoman, and T. Wuryani, “Pengaruh Soft Skill Pendidik Dan Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik Siswa Madrasah Aliyah Negeri Kabupaten Semarang,” *J. SMART (Studi Masyarakat, Reli. dan Tradisi)*, vol. 5, no. 1, pp. 45–56, 2019, doi: 10.18784/smart.v5i1.746.

- [27] N. L. P. W. Widiani, G. A. A. Antari, and I. A. Sanjiwani, “Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Remaja,” *Coping Community Publ. Nurs.*, vol. 10, no. 3, p. 310, 2022, doi: 10.24843/coping.2022.v10.i03.p11.
- [28] S. F. Wahyuni and D. Dahlia, “Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Prestasi Akademik Pada Siswa Sma Di Banda Aceh,” *Seurune J. Psikol. Unsyiah*, vol. 3, no. 2, pp. 80–100, 2020, doi: 10.24815/s-jpu.v3i2.17612.
- [29] N. Andriyani, “Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Yang Mengerjakan Skripsi,” 2022.
- [30] R. L. Muhtadini, “EXPRESSIVE WRITING UNTUK MENURUNKAN STRES AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) FULL DAY SCHOOL,” 2018.
- [31] S. D. Utami, “Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Stres Akademik Siswa Kelas XI Di MAN 3 Yogyakarta,” *J. Bimbing. dan Konseling Ed. 6 Tahun Ke-4 2015*, pp. 1–12, 2015, [Online]. Available: <http://ir.obihiro.ac.jp/dspace/handle/10322/3933>
- [32] S. M. Kristensen, T. M. B. Larsen, H. B. Urke, and A. G. Danielsen, “Academic Stress, Academic Self-efficacy, and Psychological Distress: A Moderated Mediation of Within-person Effects,” *J. Youth Adolesc.*, vol. 52, no. 7, pp. 1512–1529, 2023.
- [33] E. Hitches, S. Woodcock, and J. Ehrich, “Building Self-efficacy Without Letting Stress Knock It Down: Stress and Academic Self-Efficacy of University Students,” *Int. J. Educ. Res. Open*, vol. 3, p. 100124, 2022.
- [34] C. Freire, M. D. M. Ferradás, J. C. Núñez, A. Valle, and G. Vallejo, “Eudaimonic Well-being and Coping with Stress in University Students: The Mediating/Moderating Role of Self-efficacy,” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 16, no. 1, 2019, doi: 10.3390/ijerph16010048.

- [35] S. Mulyadi, W. Rahardjo, and A. M. H. Basuki, “The Role of Parent-child Relationship, Self-esteem, Academic Self-efficacy to Academic Stress,” *Procedia - Soc. Behav. Sci.*, vol. 217, pp. 603–608, 2016, doi: 10.1016/j.sbspro.2016.02.063.
- [36] P. Usán Supervía and A. Quílez Robres, “Emotional Regulation and Academic Performance in the Academic Context: The Mediating Role of Self-Efficacy in Secondary Education Students,” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 18, no. 11, 2021, doi: 10.3390/ijerph18115715.
- [37] A. G. Kolo, W. M. B. W. Jaafa, and N. B. Ahmad, “Relationship between Academic Self-efficacy Believed of College Students and Academic Performance.,” *IOSR J. Humanit. Soc. Sci.*, vol. 22, no. 01, pp. 75–80, 2017, doi: 10.9790/0837-2201067580.
- [38] S. Cassidy, “Resilience Building in Students: The Role of Academic Self-efficacy,” *Front. Psychol.*, vol. 6, no. NOV, pp. 1–14, 2015, doi: 10.3389/fpsyg.2015.01781.
- [39] M. A. Al-Shagawi, R. Ahmad, A. A. Naqvi, and N. Ahmad, “Determinants of Academic Stress and Stress-related Self-medication Practice Among Undergraduate Male Pharmacy and Medical Students of a Tertiary Educational Institution in Saudi Arabia,” *Trop. J. Pharm. Res.*, vol. 16, no. 12, pp. 2997–3003, 2017, doi: 10.4314/tjpr.v16i12.26.

