Borneo Nursing Journal (BNJ)
Volume 8, Nomor 2, Tahun 2026, Halaman 10403-10411 P-ISSN: 2685-5054
https://bnj.akys.ac.id/BNJ E-ISSN: 2654-8453

Gambaran *Self-Efficacy* Dan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners Dalam Menghadapi Uji Kompetensi Nasional Indonesia Studi Deskriptif

Shaffa Regina Putri[1], Yanuar Primanda[*2]
[1,2] Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Email Korespondensi: shaffareginaputri@gmail.com

Abstrak

Uji Kompetensi Nasional Indonesia (UKNI) merupakan tahapan penting yang harus dihadapi mahasiswa program profesi ners sebelum memasuki lingkungan kerja. Selain kesiapan akademik, kesiapan psikologis, termasuk *self-efficacy* dan kecemasan, perlu diperhatikan dalam menghadapi UKNI. Penelitian ini bertujuan menggambarkan *self-efficacy* dan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dalam menghadapi UKNI. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan melibatkan 117 mahasiswa program studi pendidikan profesi ners yang akan menghadapi UKNI. Data dikumpulkan menggunakan *General Self-Efficacy Scale* (GSES) untuk mengukur *self-efficacy* dan *German Test Anxiety Inventory* (TAI-G) untuk mengukur kecemasan. Data dianalisis secara univariat untuk memperoleh distribusi frekuensi dan persentase karakteristik responden, tingkat *self-efficacy*, serta tingkat kecemasan menggunakan SPSS versi 26.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self-efficacy* kategori sedang (80,3%) dan tingkat kecemasan kategori sedang (68,4%). Responden dengan *self-efficacy* kategori rendah sebesar 18,8%, sedangkan responden dengan tingkat kecemasan kategori tinggi sebesar 17,1%. Temuan ini menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *self-efficacy* dan tingkat kecemasan kategori sedang saat mempersiapkan diri menghadapi UKNI. Persiapan UKNI tidak hanya perlu berfokus pada penguasaan materi akademik, tetapi juga perlu memperhatikan kondisi psikologis mahasiswa. Dukungan pembelajaran dan persiapan ujian yang memadai dapat membantu mahasiswa membangun keyakinan terhadap kemampuan diri dan mengelola kecemasan.

Kata kunci: *Self-Efficacy*, Kecemasan, Mahasiswa Profesi Ners, Uji Kompetensi Nasional.

Abstract

The Indonesian National Competency Examination for Nurses (UKNI) is an important stage for nursing profession students before they enter professional practice. Students' self-efficacy and anxiety may contribute to their readiness to face the demands of the examination. This study aimed to describe self-efficacy and anxiety levels among nursing profession students preparing for the UKNI. A descriptive quantitative design was employed, involving 117 nursing profession students at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Data were collected using the General Self-Efficacy Scale (GSES) and the German Test Anxiety Inventory (TAI-G). Data were analyzed univariately to determine the frequency and percentage distributions of participants' characteristics, self-efficacy, and anxiety levels using SPSS version 26.0. Most participants demonstrated moderate self-efficacy (80.3%) and moderate anxiety (68.4%). Low self-efficacy was identified in 18.8% of participants, while 17.1% experienced high anxiety. Nursing profession students preparing for the UKNI generally demonstrated moderate levels of self-efficacy and anxiety. These findings indicate that preparation for the UKNI should address psychological readiness in addition to academic preparation.

Keywords: Self-Efficacy, Anxiety, Nursing Profession Students, National Competency Examination.

1. PENDAHULUAN

Uji Kompetensi Nasional Indonesia (UKNI) merupakan tahapan penting dalam pendidikan profesi ners yang harus dihadapi mahasiswa sebelum memasuki lingkungan praktik [1]. Uji kompetensi digunakan untuk menilai pencapaian kompetensi lulusan sesuai dengan standar yang dipersyaratkan dalam praktik keperawatan. Mahasiswa profesi ners juga memandang uji kompetensi sebagai tahapan yang penting karena hasilnya berkaitan dengan penyelesaian pendidikan dan proses memperoleh pengakuan kompetensi untuk menjalankan praktik keperawatan [2]. Pelaksanaan UKNI menjadi perhatian institusi pendidikan ners karena kelulusan UKNI memerlukan persiapan yang sistematis. Penelitian di Indonesia menyatakan bahwa tingkat kelulusan UKNI mengalami penurunan pada beberapa periode sehingga diperlukan upaya peningkatan kesiapan mahasiswa sebelum mengikuti ujian [3].

Permasalahan UKNI tidak hanya berkaitan dengan penguasaan pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga dengan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi situasi evaluasi yang memiliki tuntutan akademik dan psikologis. Penelitian pada mahasiswa profesi ners di Medan menunjukkan bahwa kecemasan merupakan salah satu kondisi yang muncul ketika mahasiswa menghadapi uji kompetensi yang menjadi persyaratan kelulusan pendidikan [4]. Sementara itu, penelitian terhadap 138 mahasiswa keperawatan di Samarinda menunjukkan bahwa mahasiswa yang akan menghadapi uji kompetensi memiliki tingkat kecemasan yang beragam dan terdapat hubungan antara dukungan sosial dan tingkat kecemasan [5]. Stres, kecemasan, dan depresi juga diteliti pada mahasiswa yang mempersiapkan ujian *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) [6]. Temuan tersebut menunjukkan bahwa faktor psikologis perlu diperhatikan dalam persiapan mahasiswa menghadapi uji kompetensi, selain kesiapan akademik.

Kecemasan dalam menghadapi ujian merupakan persoalan yang penting dalam pendidikan keperawatan karena evaluasi kompetensi dapat memberikan tekanan kepada mahasiswa untuk menunjukkan kemampuan pengetahuan, keterampilan, dan pengambilan keputusan dalam waktu yang terbatas. Tinjauan sistematis menyatakan bahwa kecemasan mahasiswa keperawatan saat menghadapi ujian berada pada kategori sedang hingga tinggi dan berpotensi berkaitan dengan penurunan performa akademik serta hambatan dalam penyelesaian pendidikan keperawatan [7]. Selain itu, penelitian pada mahasiswa keperawatan di Iran melaporkan bahwa rerata kecemasan ujian berada pada tingkat tinggi dan berbeda menurut gaya belajar mahasiswa [8]. Meta-analisis juga menunjukkan bahwa sekitar 35% sampel mahasiswa keperawatan memiliki tingkat kecemasan yang meningkat selama pandemi *coronavirus disease 2019* (COVID-19) [9].

Selain kecemasan, *self-efficacy* merupakan faktor psikologis yang penting dalam menghadapi tuntutan akademik. *Self-efficacy* merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu [10]. Dalam konteks pendidikan keperawatan, *self-efficacy* berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan pembelajaran, keterampilan klinis, dan proses transisi menuju praktik profesional [11]. Tinjauan sistematis terhadap 47 studi menunjukkan bahwa berbagai intervensi pendidikan dapat meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa keperawatan, meskipun belum terdapat kesimpulan mengenai satu bentuk intervensi yang paling efektif [12].

Hubungan antara *self-efficacy* dan kecemasan juga telah menjadi perhatian dalam penelitian pendidikan keperawatan. Penelitian terhadap mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa *self-efficacy* dan *test anxiety* berkaitan dengan penguasaan keterampilan keperawatan dalam situasi ujian [13]. Penelitian eksperimental di Indonesia menunjukkan bahwa pelatihan *self-efficacy* dapat menurunkan kecemasan mahasiswa keperawatan ketika menghadapi OSCE nasional [4]. Penelitian kuasi-eksperimental di Palestina juga menelaah pengaruh pelatihan *advanced cardiac life support* (ACLS) berbasis simulasi terhadap *self-efficacy*, sikap, dan

kecemasan mahasiswa keperawatan [14]. Selain itu, penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa *self-efficacy*, dukungan sosial, dan lingkungan belajar merupakan faktor yang berkaitan dengan kecemasan performa klinis [15]. Pada mahasiswa baru keperawatan di Indonesia, ditemukan korelasi negatif yang bermakna antara *self-efficacy* dan kecemasan [16]. Studi pada 352 lulusan keperawatan di Israel yang menunggu ujian lisensi juga menunjukkan kecemasan dan ketidakpastian yang tinggi serta *self-efficacy* yang rendah terhadap kemampuan untuk lulus ujian; *self-efficacy*, ketidakpastian, jenis kelamin, dan status keluarga bersama-sama menjelaskan 24% varians kecemasan [17].

Meskipun penelitian mengenai kecemasan dan *self-efficacy* pada mahasiswa keperawatan telah berkembang, penelitian sebelumnya masih menunjukkan beberapa keterbatasan. Sebagian penelitian membahas kecemasan mahasiswa dalam menghadapi uji kompetensi dengan menitikberatkan pada faktor akademik, dukungan sosial, atau mekanisme koping [18], [6]. Penelitian lain mengkaji *self-efficacy* dan kecemasan dalam konteks OSCE, bukan secara khusus dalam menghadapi UKNI [19], [4]. Penelitian pada mahasiswa profesi ners menjelang uji kompetensi, di sisi lain, menitikberatkan hubungan *self-efficacy* dengan tingkat depresi [20]. Penelitian terbaru mengenai *test anxiety* juga menunjukkan bahwa hubungan antara kecemasan dan *self-efficacy* pada mahasiswa keperawatan masih terus dikaji, terutama terkait dampaknya terhadap performa akademik [15]. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk memperoleh gambaran yang lebih spesifik mengenai kedua aspek psikologis tersebut pada mahasiswa profesi ners yang sedang mempersiapkan UKNI.

Gambaran *self-efficacy* dan tingkat kecemasan pada mahasiswa profesi ners yang mempersiapkan UKNI perlu diketahui sebagai dasar perencanaan dukungan persiapan ujian yang tidak hanya berorientasi pada aspek akademik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik responden, tingkat *self-efficacy*, dan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dalam menghadapi UKNI. Variabel penelitian ini adalah *self-efficacy* dan tingkat kecemasan, yang diukur menggunakan *General Self-Efficacy Scale* (GSES) dan *German Test Anxiety Inventory* (TAI-G) melalui desain deskriptif kuantitatif karena bersifat deskriptif, penelitian ini tidak menguji hipotesis.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat *self-efficacy* dan tingkat kecemasan pada mahasiswa pendidikan profesi ners dalam menghadapi UKNI. Penelitian dilaksanakan pada 25 September–10 Oktober 2026 di Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang akan menghadapi UKNI, dengan jumlah responden sebanyak 117 mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri atas tiga bagian, yaitu data demografi, kuesioner *self-efficacy*, dan kuesioner tingkat kecemasan. Kuesioner *self-efficacy* (GSES versi Indonesia) telah teruji berdasarkan *confirmatory factor analysis* (CFA) dengan nilai *t-value* > 1,96 dan nilai *Cronbach's alpha* 0,75–0,91 [20]. Kuesioner tingkat kecemasan (TAI-G) telah teruji berdasarkan uji *corrected item–total correlation* dengan kriteria > 0,25 dan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,907 [21]. Data dianalisis secara univariat menggunakan SPSS versi 26.0 untuk menggambarkan karakteristik responden, distribusi tingkat *self-efficacy*, dan distribusi tingkat kecemasan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini menggambarkan karakteristik responden serta distribusi tingkat *self-efficacy* dan kecemasan pada mahasiswa profesi ners dalam menghadapi UKNI berdasarkan

kategori yang telah ditentukan.

Distribusi karakteristik responden disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (N = 117)

Karakteristik responden		Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia (tahun)	21	36	30,8
	22	79	67,5
	23	2	1,7
	Total	**117**	**100**
Jenis Kelamin	Laki-laki	10	8,5
	Perempuan	107	91,5
	Total	**117**	**100**

Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden berusia 22 tahun sebanyak 79 responden (67,5%), diikuti responden berusia 21 tahun sebanyak 36 responden (30,8%) dan berusia 23 tahun sebanyak 2 responden (1,7%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 107 responden (91,5%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 10 responden (8,5%).

Distribusi tingkat *self-efficacy* responden disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Kategori *Self-Efficacy* Mahasiswa Profesi Ners (N = 117)

Kategori	Interval skor	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	$X < 24$	22	18,8
Sedang	$24 \leq X < 38$	94	80,3
Tinggi	$X \geq 38$	1	0,9
Total		**117**	**100**

Berdasarkan tabel 2, mayoritas mahasiswa profesi ners memiliki *self-efficacy* kategori sedang sebanyak 94 responden (80,3%). Responden dengan *self-efficacy* kategori rendah sebanyak 22 responden (18,8%), sedangkan responden dengan *self-efficacy* kategori tinggi hanya 1 responden (0,9%).

Distribusi tingkat kecemasan responden disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Kategori Tingkat Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners (N = 117)

Kategori	Interval skor	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	$X < 42$	17	14,5
Sedang	$42 \leq X < 66$	80	68,4
Tinggi	$X \geq 66$	20	17,1
Total		**117**	**100**

Berdasarkan tabel 3, mayoritas tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners berada pada kategori sedang sebanyak 80 responden (68,4%). Responden dengan tingkat kecemasan kategori tinggi sebanyak 20 responden (17,1%), sedangkan responden dengan tingkat kecemasan kategori rendah sebanyak 17 responden (14,5%).

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat *self-efficacy* dan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners dalam menghadapi UKNI. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki tingkat *self-efficacy* dan kecemasan dalam kategori sedang, hampir seperlima responden mengalami kecemasan dalam kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kesiapan psikologis mahasiswa dalam menghadapi uji kompetensi belum sepenuhnya berada pada kondisi optimal. Kelompok mahasiswa dengan kecemasan tinggi perlu mendapat perhatian karena UKNI merupakan salah satu bentuk evaluasi berisiko tinggi dalam pendidikan keperawatan yang menuntut kesiapan pengetahuan, keterampilan, dan kondisi psikologis secara bersamaan [7].

Karakteristik responden yang mayoritas berusia 22 tahun menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap perkembangan dewasa awal (*emerging adulthood*). Pada tahap ini, individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan yang berkaitan dengan kemandirian, perencanaan masa depan, serta kesiapan memasuki dunia kerja [22]. Bagi mahasiswa profesi ners, tahap tersebut juga berkaitan dengan tuntutan untuk menyelesaikan pendidikan profesi dan mempersiapkan diri menghadapi UKNI sebagai salah satu tahapan menuju dunia kerja [23]. Selain usia, mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan. Dominasi perempuan tersebut sejalan dengan karakteristik mahasiswa keperawatan yang secara global umumnya didominasi oleh perempuan [24]. Kondisi tersebut juga relevan dengan penelitian pada mahasiswa keperawatan yang melaporkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki dalam situasi yang menekan [24], serta penelitian pada mahasiswa tingkat akhir yang menunjukkan pola serupa ketika menghadapi transisi menuju dunia kerja [23]. Penelitian pada kandidat ujian lisensi keperawatan juga melaporkan bahwa usia dan jenis kelamin berhubungan secara bermakna dengan kecemasan ujian [25]. Namun, penelitian ini tidak menganalisis perbedaan menurut karakteristik responden, dan jumlah responden laki-laki yang sedikit (n = 10) membatasi interpretasi tersebut.

Ditinjau dari tingkat *self-efficacy*, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa profesi ners memiliki *self-efficacy* dalam kategori sedang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya, tetapi keyakinan tersebut belum sepenuhnya berada pada tingkat yang tinggi. Gambaran *self-efficacy* mahasiswa keperawatan bervariasi antarpenelitian. Penelitian pada mahasiswa profesi ners yang menjalani *blended learning*, misalnya, menunjukkan bahwa *self-efficacy* kategori tinggi lebih dominan (61,5%) dibandingkan kategori sedang (38%) [26], dan penelitian pada mahasiswa keperawatan yang menghadapi OSCE melaporkan bahwa 83,9% responden memiliki *self-efficacy* tinggi [18]. Sebaliknya, lulusan keperawatan di Israel yang menunggu ujian lisensi menunjukkan *self-efficacy* yang rendah terhadap kemampuannya untuk lulus ujian [17]. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh konteks pembelajaran, pengalaman mahasiswa, jenis ujian yang dihadapi, serta tuntutan akademik dan klinis yang menyertainya.

Menurut Bandura dalam *Social Cognitive Theory*, *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan yang diperlukan dalam mencapai tujuan tertentu [10]. *Self-efficacy* berkembang melalui empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), pengalaman individu lain (*vicarious experience*), persuasi verbal, serta kondisi fisiologis dan emosional individu [27]. Dalam hal ini, pengalaman berhasil menyelesaikan tugas akademik, menghadapi situasi klinis, mengerjakan latihan soal, serta memperoleh umpan balik positif dapat membentuk keyakinan terhadap kemampuan diri. Sebaliknya, pengalaman kegagalan, tekanan akademik yang tinggi, dan kondisi emosional yang tidak stabil dapat memengaruhi keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya. Hubungan antara *self-efficacy* dan capaian akademik juga bersifat timbal balik, yaitu *self-efficacy* memengaruhi capaian akademik dan capaian akademik memengaruhi *self-efficacy* selanjutnya [28]. Selain itu, efikasi diri akademik berperan sebagai mediator pengaruh

dukungan sosial terhadap stres akademik [29], dan *self-efficacy* berpengaruh terhadap stres akademik mahasiswa [30]. Temuan mengenai *self-efficacy* tersebut juga penting untuk dipahami dalam kaitannya dengan kesiapan mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan klinis. Penelitian pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa *self-efficacy*, dukungan sosial, dan lingkungan belajar merupakan faktor yang berkaitan dengan kecemasan dalam performa klinis [15].

Selain gambaran *self-efficacy*, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners dalam menghadapi UKNI mayoritas berada pada kategori sedang dan terdapat responden yang mengalami kecemasan dalam kategori tinggi (17,1%). Proporsi tersebut perlu mendapat perhatian karena kecemasan yang tinggi dapat mengganggu kesiapan mahasiswa dalam menghadapi situasi ujian. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian kualitatif pada mahasiswa profesi ners di Indonesia yang menunjukkan bahwa kecemasan menjelang UKNI dapat muncul dalam bentuk rasa takut yang mendalam, kekhawatiran berlebihan, perasaan tidak siap, hingga sikap pasrah [31]. Kecemasan dan ketidakpastian yang tinggi juga dilaporkan pada lulusan keperawatan yang menunggu ujian lisensi [17]. Dengan demikian, kecemasan yang ditemukan pada penelitian ini tidak hanya dapat dipahami sebagai respons emosional sesaat, tetapi juga sebagai kondisi psikologis yang berpotensi memengaruhi kesiapan mahasiswa dalam menghadapi UKNI.

Temuan yang menarik untuk dicermati adalah keselarasan pola *self-efficacy* dan kecemasan yang sama-sama didominasi kategori sedang. Namun, karena analisis dalam penelitian ini bersifat univariat, keterkaitan antara kedua variabel tersebut tidak dapat disimpulkan dari data penelitian ini dan perlu diuji melalui penelitian analitik. Sebagai pembanding, penelitian pada mahasiswa keperawatan yang menghadapi OSCE menemukan hubungan negatif dengan kekuatan sedang antara *self-efficacy* dan kecemasan ujian; semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa, semakin ringan kecemasan yang dialami [18]. Hubungan negatif yang bermakna juga ditemukan pada mahasiswa baru keperawatan di Indonesia (rs = −0,399; p < 0,001) [16], dan *test anxiety* serta *self-efficacy* berkaitan dengan penguasaan keterampilan keperawatan dalam situasi ujian [12]. Penelitian lain pada mahasiswa profesi ners yang menghadapi uji kompetensi menunjukkan bahwa tingkat depresi yang lebih rendah berkaitan dengan *self-efficacy* yang lebih tinggi [19], sehingga kesiapan psikologis mahasiswa profesi ners menjelang UKNI bersifat multidimensi dan tidak dapat dipahami hanya melalui satu variabel psikologis.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, kesiapan psikologis mahasiswa dalam menghadapi UKNI masih perlu mendapat perhatian, khususnya dalam penguatan *self-efficacy* dan pengelolaan kecemasan. Persiapan menghadapi uji kompetensi tidak cukup hanya dilakukan melalui penguasaan materi dan latihan soal, tetapi juga perlu disertai dengan upaya membangun keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya serta kemampuan mengelola respons kecemasan. Kesiapan psikologis yang baik diharapkan dapat membantu mahasiswa mempertahankan konsentrasi, mengoptimalkan penggunaan pengetahuan dan keterampilan, serta menghadapi situasi ujian secara lebih adaptif [32].

Salah satu upaya untuk meningkatkan *self-efficacy* adalah melalui latihan yang terstruktur, simulasi, dan pemberian umpan balik. Pembelajaran berbasis simulasi memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk berlatih keterampilan klinis dan pengambilan keputusan dalam situasi yang menyerupai kondisi nyata, sehingga dapat meningkatkan keyakinan mahasiswa dalam menyelesaikan masalah yang sulit [33]. Selain simulasi, latihan yang dilakukan secara berulang juga diperlukan agar mahasiswa dapat mengidentifikasi kemampuan yang telah dikuasai dan aspek yang masih perlu diperbaiki. Dengan demikian, proses latihan tidak hanya berorientasi pada pencapaian hasil akhir, tetapi juga pada perkembangan kemampuan mahasiswa. Oleh karena itu, *try out* atau simulasi uji kompetensi yang disertai umpan balik dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk memberikan pengalaman keberhasilan

dan mendukung peningkatan *self-efficacy* mahasiswa; evaluasi hasil *try out* juga berkaitan dengan prediksi kelulusan peserta UKNI [34]. Pelatihan *self-efficacy* yang diberikan secara langsung terbukti menurunkan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE nasional [13], sedangkan berbagai intervensi pendidikan secara umum dapat meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa keperawatan, walaupun belum terdapat kesimpulan mengenai intervensi yang paling efektif [11].

Sejalan dengan upaya meningkatkan *self-efficacy*, pengelolaan kecemasan juga menjadi bagian penting dalam persiapan menghadapi UKNI. Kecemasan yang tidak terkelola dapat memengaruhi konsentrasi, kemampuan mengingat informasi, serta performa mahasiswa ketika menjalani ujian. Beberapa pendekatan yang menunjukkan potensi dalam menurunkan kecemasan antara lain latihan relaksasi, pelatihan koping, latihan pernapasan diafragma, *progressive muscle relaxation*, musik, *guided imagery*, serta *confidence training* [7]. Selain pendekatan tersebut, *mindfulness* juga dapat digunakan sebagai salah satu strategi dalam pengelolaan kecemasan. Meta-analisis menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan ujian setelah pemberian intervensi *mindfulness*. Pendekatan tersebut membantu individu memusatkan perhatian pada kondisi yang sedang dihadapi dan mengurangi kecenderungan untuk terjebak dalam kekhawatiran mengenai kemungkinan kegagalan [35]. Selain itu, penyelenggaraan lokakarya pengendalian dan pengelolaan kecemasan sebelum ujian oleh tenaga ahli psikologi dapat dipertimbangkan oleh pengelola pendidikan [8]. Dengan demikian, penguatan *self-efficacy* melalui latihan dan pengalaman keberhasilan serta pengelolaan kecemasan melalui strategi koping dan relaksasi dapat menjadi bagian yang saling melengkapi dalam mempersiapkan mahasiswa profesi ners menghadapi UKNI.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Penelitian dilakukan pada satu institusi pendidikan sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi pada seluruh mahasiswa profesi ners di Indonesia. Desain deskriptif dengan analisis univariat tidak dapat menjelaskan hubungan antara *self-efficacy* dan kecemasan maupun faktor yang memengaruhinya. Selain itu, distribusi jenis kelamin responden tidak seimbang (91,5% perempuan) sehingga gambaran yang diperoleh lebih mencerminkan kelompok mahasiswa perempuan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa profesi ners dalam menghadapi uji kompetensi memiliki tingkat *self-efficacy* dan kecemasan yang beragam. Sebagian besar mahasiswa memiliki *self-efficacy* dalam kategori sedang (80,3%), sedangkan 18,8% berada pada kategori rendah dan 0,9% pada kategori tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan uji kompetensi belum sepenuhnya berada pada tingkat yang tinggi. Sementara itu, sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kecemasan dalam kategori sedang (68,4%), dengan 17,1% berada pada kategori tinggi dan 14,5% pada kategori rendah. Hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai kondisi psikologis mahasiswa profesi ners dalam mempersiapkan diri menghadapi uji kompetensi, khususnya ditinjau dari aspek keyakinan terhadap kemampuan diri dan kecemasan.

5. DAFTAR PUSTAKA

[1] D. Putri dan U. Lubis, "Persepsi Mahasiswa Profesi Ners Tentang Uji Kompetensi Ners di Stikes Yogyakarta," *J. Persat. Perawat Nas. Indones.*, vol. 06. No.03, 2021.

[2] B. Palingrungi, K. Kadar, dan L. Sjattar, "Faktor Prediktor Kelulusan Ujian Kompetensi Ners Indonesia: Tinjauan Literature," *J. Ilm. Keperawatan*, vol. 7. No.1, 2021.

[3] D. Rudini dan Y. Oktarina, "Pelatihan Persiapan Uji Kompetensi Keperawatan," *J. Pengemb. dan Pengabdi. Masy.*, vol. 2, no. 1, hal. 49–54, 2023.

[4] F. Sri, H. Br, A. M. Siallagan, dan L. K. Gulo, "Relationship between academic achievement and ners professional student anxiety in facing the nursing competence test in Medan," vol. 1, no. 1, hal. 62–67, 2022.
[5] D. Fitriani, E. Allison, M. Aldi, T. Wahyuni, dan M. Damaiyanti, "Coping Mechanisms and Social Support To Reduce Nurse Students ' Anxiety In Facing Competency Tests," *Media Keperawatan Indones.*, vol. 8, No.3, no. 18, 2025, doi: 10.26714/mki.8.3.2025.193-200.
[6] I. Ramadini dan N. Yanti, "Gambaran Tingkat Stres, Kecemasan, dan Depresi Mahasiswa Dalam Persiapan Menghadapi Ujian OSCE (Objective Structured Clinical Examination)," *J. sehat mandiri*, vol. 19, no. 1, hal. 81–92, 2024.
[7] M. K. Khaira, R. Lexshimi, R. Gopal, dan S. M. Saini, "Interventional Strategies to Reduce Test Anxiety among Nursing Students : A Systematic Review," *J. Environ. Res. Public Heal.*, vol. 20, 2023.
[8] S. K. Mousavi, M. Kamali, dan O. Saed, "Learning styles and test anxiety in nursing students," hal. 1–7, 2024, doi: 10.4103/jehp.jehp.
[9] A. Garc, M. Cabrera, R. Estremera, dan L. G. Jos, "Anxiety in nursing students during the COVID-19 pandemic: Systematic review and meta-analysis," *Healthcare*, vol. 12, hal. 1–20, 2024.
[10] D. H. Schunk dan M. K. DiBenedetto, "Motivation and social cognitive theory," *Contemp. Educ. Psychol.*, vol. 60, hal. 101832, 2020, doi: 10.1016/j.cedpsych.2019.101832.
[11] M. Abusubhiah, N. Walshe, R. Creedon, B. Noonan, dan J. Hegarty, "Self-efficacy in the context of nursing education and transition to practice as a registered practitioner: A systematic review," *Nurs. Open*, vol. 10, no. 10, hal. 6650–6667, 2023, doi: 10.1002/nop2.1931.
[12] M. Kim, B. Choi, J.-Y. Uhm, dan J. Ryu, "Relationships between Nursing Students ' Skill Mastery , Test Observational Study," *Healthcare*, vol. 10, No. 33, 2022.
[13] Basri dan A. Halawa, "The Effect of Self- Efficacy Training on Nursing Students' Anxiety in Facing The National Objective Structured Clinical Examination (Osce) in Medan City," *Sci. Period. Public Helath Coast. Helath*, vol. 7 (3), hal. 120–127, 2025.
[14] M. F. Kassabry, "The effect of simulation-based advanced cardiac life support training on nursing students ' self-efficacy , attitudes , and anxiety in Palestine : a quasi-experimental study," *BMC Nurs.*, vol. 22:240, hal. 1–9, 2023.
[15] H. Albaqawi *et al.*, "Exploring the impact of self-efficacy social support and learning environment on clinical performance anxiety in student nurses," *Sci. Rep.*, vol. 15, no. 1, hal. 1–11, 2025, doi: 10.1038/s41598-025-93400-y.
[16] M. Baihaqi dan A. Widodo, "The relationship between self-efficacy and anxiety among first-year nursing students," *Indones. J. Glob. Heal. Res.*, vol. 8, no. 6, hal. 57–62, 2026.
[17] R. Zilber, R. Hazorev, dan I. Kagan, "Self-efficacy , uncertainty and anxiety among nursing graduates in response to licensing test postponement due to the COVID-19 pandemic : A mixed-methods study," *Int. J. Nurs. Pract.*, vol. 29, no. September 2021, hal. 1–9, 2022, doi: 10.1111/ijn.13091.
[18] S. Methalia, T. Ligita, dan F. Fahdi, "Hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi osce," *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 11, no. 4, hal. 767–776, 2023.
[19] M. M. Indahsari dan W. Oktaviana, "Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat," *Ilmu Kesehat. Masy.*, vol. 14 (6), hal. 551–558, 2025.
[20] R. Novriant, A. Marettih, dan H. Wahyudi, "Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale Versi Indonesia," vol. Volume 15, hal. 1–9, 2019.

[21] R. Faizah, "Skala TAI-G Untuk Kecemasan Menghadapi Ujian Sekolah Pada Siswa Sekolah Menengah Atas," vol. Vol. 32, N, no. 1, hal. 53–60, 2020, doi: 10.23917/varidika.v32i1.

[22] D. P. Arini, "Emerging adulthood: pengembangan teori erikson mengenai teori psikososial pada abad 21," *J. Ilm. Psyche*, vol. 15, no. 01, hal. 11–20, 2021.

[23] B. H. Cahyani dan F. G. Putrianti, "Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Tahun Akhir dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Masa Pandemi Berdasarkan Jenis Kelamin The Difference of Anxiety of Final Year Students in Facing the World of Work during Pandemic by Gender," vol. 2, no. 1, hal. 1–8, 2022, doi: 10.31603/bpsr.6572.

[24] C. Maestre-miquel *et al.*, "Gender Differences in Anxiety , Attitudes , and Fear among Nursing Undergraduates Coping with CPR Training with PPE Kit for COVID," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 19, hal. 23, 2022.

[25] D. Asantewa dan F. Agyei, "Analysis of licensure examination anxiety and its influencing factors among undergraduate nursing students," *J. Integr. Nurs.*, vol. 3, hal. 110–116, Jul 2021, doi: 10.4103/jin.jin_33_21.

[26] S. Ananda, R. Mirwanti, dan R. Permana, "Gambaran Self Efficacy dalam Melaksanakn Blended Learning Selama Pandemi Pada Profesi Ners Fakultas Keperawatan," *Ris. Ilm.*, vol. 2, no. 8, hal. 2961–2970, 2023.

[27] D. H. Schunk, "Perceived Self Efficacy and Related Social Cognitive Processes as Predictors of Student Academic Performance," vol. 16, no. 1, hal. 1–23, 2022.

[28] T. Honicke, J. Broadbent, dan M. Fuller-Tyszkiewicz, "The self-efficacy and academic performance reciprocal relationship: the influence of task difficulty and baseline achievement on learner trajectory," *High. Educ. Res. Dev.*, vol. 42, no. 8, hal. 1936–1953, 2023, doi: 10.1080/07294360.2023.2197194.

[29] E. A. E. Sahertian, M. C. E. Rikumahu, V. Manuhutu, J. E. Sopaheluwakan, dan A. Huwae, "Efikasi Diri Akademik Sebagai Mediator Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Rantau," *Bull. Couns. Psychother.*, vol. 6, no. 2, hal. 1–11, 2024, doi: 10.51214/00202406961000.

[30] G. Putri dan A. D. Ariana, "Pengaruh Self-Efficacy terhadap Stres Akademik Mahasiswa dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Pandemi Covid-19," *Bul. Ris. Psikol. dan Kesehat. Ment.*, vol. 1, no. 1, hal. 104–111, 2021, doi: 10.20473/brpkm.v1i1.24573.

[31] I. Yellisni, G. Irianto, dan A. S. Upoyo, "Identification of Nursing Students ' Anxiety and Readiness Facing Ners Competency Tests ; Qualitative Study," vol. 7, no. 2, hal. 389–395, 2024.

[32] A. Sanger dan B. Yesnat, "Self-efficacy dan kecemasan pada mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian praktik laboratorium," *Klabat J. Nurs.*, vol. 6, no. 1, 2024.

[33] T. T. H. Oanh, L. T. Thuy, dan N. T. T. Huyen, "The effect of simulation-based training on problem-solving skills, critical thinking skills, and self-efficacy among nursing students in Vietnam: a before-and-after study," *J. Educ. Eval. Health Prof.*, vol. 21, hal. 1–7, 2024, doi: 10.3352/jeehp.2024.21.24.

[34] I. Lestari, "Hubungan Evluasi Hasil Try Out Uji Kompetensi Ners Berdasarkan Tinjauan Blue Print Dengan Prediksi Kelulusan Peserta Dalam Uji Kompetensi Ners," *J. Ber. Kesehat.*, vol. XVI, no. 1, hal. 1–6, 2023.

[35] E. Yilmazer, "Effects of mindfulness on test anxiety: A meta-analysis," *Front. Educ.*, vol. 9, 2024, doi: 10.3389/fpsyg.2024.1401467.