

Hubungan *Mindful Attention Awareness* dan *Self Efficacy* Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Oktafany¹, Dwita Oktaria¹, M.Panji Bintang¹

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Mahasiswa baru merupakan mahasiswa yang baru saja mengalami transisi dari masa sekolah menengah atas menuju lingkungan universitas. Sebagian besar mahasiswa baru, mampu beradaptasi dengan lingkungan universitas, namun sebagian kecil mahasiswa mengalami kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan universitas.

Self efficacy adalah kepercayaan diri individu terhadap segala aspek yang memengaruhi kemampuan untuk melakukan sesuatu. *Self efficacy* menentukan bagaimana orang berpikir, merasakan, memotivasi diri mereka dan bertindak. *Self efficacy* erat kaitannya dengan *mindfulness attention awareness* suatu individu. Semakin tinggi *self efficacy* dan *mindfulness attention awareness* individu maka semakin mudah individu tersebut untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *cross sectional* dan bertujuan untuk mencari hubungan *mindfulness attention awareness* dan *self efficacy* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan alat bantu kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Sampel merupakan *total sampling* dari mahasiswa kedokteran FK Unila semester 1 sebanyak 223 sampel. Terdapat hubungan bermakna antara *mindfulness attention awareness* dan *self efficacy* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Analisis *chi square* nilai $p < 0,05$. Pada uji statistik didapati nilai OR = 11,43 yang berarti bahwa responden yang memiliki skor MAAS baik berpeluang sebesar 11,43 kali untuk memiliki skor GSE yang baik, bila dibandingkan dengan responden yang memiliki skor MAAS kurang.

Kata Kunci: Mahasiswa Kedokteran, *Mindfulness Attention Awareness*, *Self Efficacy*

The Relationship of Mindfulness Attention Awareness and Self Efficacy At New Medical Students, Medical Faculty Of Lampung University

Abstract

New Medical students are students who have just transitioned from a High school. Most of the new students, able to adapt to the university environment, but a small number of students have difficulty in adapting to the university environment. *Self efficacy* is the individual's confidence in all aspects that affect the ability to do something. *Self efficacy* determines how people think, feel, motivate themselves and behave. *Self-efficacy* is closely related to the awareness of one's attention. The higher the *self efficacy* and *mindfulness* of individual attention the easier it is for the individual to adapt to the new environment. This research is a *cross sectional* quantitative research and an option to find the relationship of *mindfulness awareness* and *self efficacy* of first year students of Faculty of Medicine, University of Lampung. Data retrieval in this study using questionnaires tool that has been tested the validity and reliability. The sample is the total sampling from Medical students of Medical Faculty of Semester 1 as much as 223 samples. There is a correlation between *mindfulness awareness* and *self efficacy* of first year students of Faculty of Medicine, University of Lampung. Analysis of *chi square* p value $< 0,05$. In the statistical test obtained OR = 11.43 which means that respondents have a good MAAS score of 11.43 times to have a good GSE score, when compared with respondents who have MAAS score less.

Keywords : Medical Students, *Mindfulness Attention Awareness*, *Self Efficacy*

Korespondensi : dr Oktafany, M.Pd.Ked, alamat Jl. Soemantri Brodjonegoro No. 1, HP -, e-mail: dr.oktafanyunila76@gmail.com

Pendahuluan

Masa transisi siswa dari sekolah menengah atas menuju dunia perkuliahan, merupakan masa transisi yang sangat kompleks dibandingkan dengan jenjang sebelumnya sehingga menyebabkan perubahan perilaku hingga terjadinya stres.¹

Self efficacy adalah kepercayaan diri individu terhadap segala aspek yang memengaruhi kemampuan untuk melakukan sesuatu. *Self efficacy* menentukan bagaimana orang berpikir, merasakan, memotivasi diri mereka dan bertindak. *Self efficacy* tersebut menghasilkan beberapa efek yang tersebar dalam 4 aspek besar, yakni aspek kognitif, aspek afektif, aspek motivasi, dan

aspek proses seleksi. *Self efficacy* yang tinggi meningkatkan pencapaian prestasi dan kesehatan emosional. Mahasiswa yang memiliki *self efficacy* tinggi dalam pencapaian belajar menganggap sesuatu yang sulit tersebut sebagai suatu tantangan yang harus dikuasai dan dipahami, daripada harus menyontek dan menghindari hal yang mereka tidak bisa.²

Self efficacy erat kaitannya dengan *mindfulness attention awareness* suatu individu. Semakin tinggi *self efficacy* dan *mindfulness attention awareness* individu maka semakin mudah individu tersebut untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. *Self efficacy* merupakan suatu prediktor untuk menilai tingkat keberhasilan adaptasi. Nilai *self efficacy* yang tinggi menandakan individu tersebut mudah dalam beradaptasi dan percaya dengan kemampuan yang ia punya, sedangkan nilai *mindfulness attention awareness* individu yang tinggi merupakan prediktor kedua dalam keberhasilan suatu adaptasi. *Mindfulness attention awareness* merupakan suatu prediktor untuk menilai kecemasan dan tingkat stres mahasiswa dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Semakin rendah tingkat *mindfulness attention awareness* individu maka semakin tinggi tingkat kecemasan dan tingkat stres individu tersebut dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru.³

Mindful attention awreness mencakup segala hal yang dapat dipahami dan dimengerti oleh pikiran manusia. Kesadaran tampaknya terdiri dari kesadaran dan *attention*, dengan kesadaran sebagai proses pemantauan terus-menerus menjadi fungsi untuk memfokuskan kesadaran pada rentang pengalaman yang terbatas untuk meningkatkan kepekaan terhadap pengalaman itu. *Mindfulness attention awareness* suatu individu sangat berpengaruh dalam kemampuan beradaptasi dan pencapaian prestasi. Hal tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh optimistis yang tinggi, namun dengan *self efficacy* yang tinggi. Mahasiswa yang mengalami masalah dalam kemampuan beradaptasi biasanya memiliki *self efficacy* yang rendah dan tingkat *mindfulness attention awareness* yang rendah, hal ini akan memengaruhi pencapaian belajar

mahasiswa dan menuju pada kegagalan dalam berbagai hal. Kegagalan tersebut akan mendorong mahasiswa menuju tahap depresi yang mana apabila tidak diatasi akan menuju pada tingkat stres yang tinggi yang dapat mengancam keberadaan dirinya.³

Banyak studi menyatakan bahwa kegagalan mahasiswa tahun pertama dalam beradaptasi dengan lingkungan pembelajaran di universitas dipengaruhi oleh tingkat *self efficacy* dan *mindfulness attention awareness* individu tersebut. Berdasarkan hal ini peneliti tertarik ingin melakukan sebuah penelitian terkait, hubungan *self efficacy* dan *mindfulness attention awareness* mahasiswa tahun pertama dalam beradaptasi dengan lingkungan pembelajaran Fakultas kedokteran Universitas Lampung.

Tinjauan Teoritis

Self efficacy didefinisikan sebagai perasaan individu yang percaya dengan kemampuannya untuk menghasilkan suatu peningkatan dalam suatu penampilan suatu acara yang memengaruhi kehidupan mereka. *Self efficacy* individu menentukan bagaimana yang dirasakan individu, bagaimana yang dipikirkan, bagaimana cara memotivasi diri, dan bertingkah laku. Kepercayaan tersebut menghasilkan efek yang tersebar dalam 4 aspek besar, yakni aspek kognitif, afektif, motivasi, dan proses seleksi. Semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka semakin mudah pula dalam pencapaian prestasi dan kesehatan.²

Self efficacy fokus dalam mengukur kemampuan hasil dari pada kualitas individu, seperti karakteristik fisik dan psikologi. Pembagian *self efficacy* tidaklah hanya sebuah pembagian tunggal, namun bersifat multidimensional dalam bentuk dan basis yang berbeda dalam hal fungsi. Sebagai contoh *self efficacy* terhadap hasil ujian biologi berbeda dengan *self efficacy* saat ujian biologi. Definisi *self efficacy* dikhususkan untuk menilai fungsi yang akan terjadi dan diukur sebelum individu melakukan aktivitas.⁴

Individu dengan *self efficacy* tinggi dalam kemampuan belajar menganggap hal yang sulit sebagai tantangan, bukan sebagai hal yang harus dihindari karena berasumsi

akan menghambatnya.⁵ *Self efficacy* dipercaya memengaruhi adaptasi individu.

Manfaat *self efficacy* adalah membantu individu dalam memutuskan seberapa besar usaha yang akan dikeluarkan dalam mengerjakan tugas, seberapa lama waktu yang akan tetap mereka jalankan walaupun mereka mengalami pengalaman yang menyulitkan, dan seberapa tangguh mereka dalam menghadapi situasi yang merusak mental mereka. Selain memengaruhi kebiasaan seseorang, *self efficacy* dipercaya memengaruhi pola pikir dan perasaan individu. Individu dengan *self efficacy* yang rendah cenderung menganggap bahwa hal yang mudah dikerjakan begitu terasa sulit untuk diselesaikan dari biasanya. Akibatnya, timbulah rasa kecemasan dan ketakutan dalam melakukan segala aktivitas hidup.⁶

Mindfulness attention awareness

Mindfulness attention awareness adalah suatu orientasi kepercayaan dan keyakinan akan terjadinya suatu hal yang baik terhadap dirinya. *Mindfulness attention awareness* didefinisikan juga sebagai suatu kecenderungan yang mengarah kepada suatu keyakinan akan hasil terbaik yang akan didapatkannya (Angelo & Srivastava, 2009). *Mindfulness attention awareness* adalah variabel yang membedakan individu yang satu dengan yang lainnya, yang mana mencerminkan pandangan individu yang yakin suatu hasil yang baik akan terjadi dan dimilikinya di masa depan.⁷

Mindfulness merupakan suatu kondisi yang menjaga *consciousness* tetap ada. *Consciousness* sendiri, memiliki dua komponen, yaitu *attention* dan *awareness*. *Awareness* merupakan "radar" latar belakang dari *consciousness*, yang terus menerus memantau lingkungan dalam dan luar. Hal ini menyebabkan seseorang sadar akan stimuli tanpa menjadi pusat *attention*. *Attention* merupakan suatu proses memfokuskan *conscious awareness*, yang memberikan sensitivitas yang lebih tinggi hingga pengalaman tertentu.

Penelitian global menyatakan bahwa, *mindfulness attention awareness* global membantu dalam menggambarkan kepribadian dan hasil, yang dikaitkan dengan menjadi seorang individual yang optimistis.

Mindfulness attention awareness dikaitkan dengan beberapa hal, baik dalam segi kesehatan maupun dari segi *psychology functioning*.⁸ *Mindfulness attention awareness* juga dikaitkan dengan kesehatan individu yang sedang mengalami suatu kesulitan.⁷ Mahasiswa yang memiliki *mindfulness attention awareness* rendah cenderung memperlihatkan sikap tidak peduli, ketidaksiapan dalam perencanaan, dan persiapan di dunia perkuliahan. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *mindfulness attention awareness* tinggi memiliki kesadaran dan keikutsertaan dalam proses transisi keberhasilan kehidupan.⁹ Semakin tinggi *mindfulness attention awareness* seseorang maka semakin tinggi pula *self efficacy* yang dimilikinya.¹⁰

Hubungan *Self Efficacy* dan *Mindfulness attention awareness* Terhadap Kemampuan Beradaptasi

Transisi yang dilakukan oleh mahasiswa tahun pertama erat kaitannya dengan kemampuan beradaptasi mahasiswa tersebut. Keberhasilan mahasiswa dalam beradaptasi dipengaruhi oleh beberapa hal, yakni *self efficacy*, tingkat stres, dan *mindfulness attention awareness*.¹¹ *Mindfulness attention awareness* seseorang dapat mempengaruhi *self efficacy*. Semakin tinggi nilai *mindfulness attention awareness* maka semakin baik pula *self efficacy* yang dimiliki. Sebuah studi yang dilakukan Morton dkk, di sebuah universitas di Australia pada tahun menyatakan bahwa, kemampuan beradaptasi dipengaruhi beberapa elemen penting yakni, *mindfulness attention awareness*, *self efficacy*, dan tingkat stres mahasiswa tahun pertama. Pada studi tersebut didapatkan hubungan antara *mindfulness attention awareness* dan *self efficacy* mahasiswa. Semakin tinggi nilai *mindfulness attention awareness* seseorang maka semakin baik pula *self efficacy* yang dimilikinya. Hal tersebut menjadikan *mindfulness attention awareness* sebagai salah satu prediktor dalam penilaian *self efficacy* seseorang. Dalam studi tersebut juga menemukan bahwa *mindfulness attention awareness* merupakan prediktor kuat dalam menilai tingkat stres mahasiswa. Hal ini dibuktikan dengan hasil studi yang dilakukan kepada 84 mahasiswa tahun pertama,

didapatkan hasil yang menyatakan bahwa *mindfulness attention awareness* memiliki hubungan negatif dengan tingkat stres seseorang.¹²

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Desain Penelitian ini dirancang untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *mindfulness attention awareness*(variabel bebas) dan *self efficacy* (variabel terikat) pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Dalam penelitian ini terdapat beberapa istilah yang harus dijelaskan secara eksplisit sehingga tidak menimbulkan salah persepsi dalam pemahamannya, antara lain: 1) *Self efficacy* merupakan suatu kepercayaan diri individu terhadap segala aspek yang memengaruhi kemampuan untuk melakukan sesuatu hal tertentu termasuk dalam beradaptasi. 2) *Mindfulness* merupakan suatu kondisi yang menjaga consciousness tetap ada.

Instrumen Pengukuran Tingkat *Self Efficacy*

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah instrumen general *self efficacy* yang diperkenalkan oleh Matthias Jerusalem dan Ralf Schwarzer dalam bahasa Jerman, yang terdiri dari 10 *item* pertanyaan dengan pola menjawab menggunakan empat poin dengan skala Likert. Uji reliabilitas *general self efficacy* dilakukan menerapkan

cronbach’s alphas dengan hasil kisaran 0.82 sampai 0.92.

Instrumen Pengukuran Tingkat *Mindfulness attention awareness*

Kuesioner MAAS pertama kali diperkenalkan oleh Brown dan Ryan pada tahun 2003. Kuesioner MAAS berisi 15 pertanyaan dengan masing-masing pertanyaan dinilai dengan skor, yaitu 1 = hampir selalu; 2 = sangat sering; 3 = sering; 4 = jarang; 5 = sangat jarang; 6 = hampir tidak pernah. Skor setiap pertanyaan lalu dijumlahkan dan dibagi 15 untuk menilai skor MAAS keseluruhan. Nilai maksimal skor MAAS adalah 6 dan skor minimal 1. Skor MAAS kurang dari sama dengan 3,86 berarti *mindfulness* buruk sedangkan skor MAAS lebih dari 3,86 berarti *mindfulness* baik. Kuesioner MAAS memiliki reliabilitas internal yang tinggi dengan $\alpha=0,89$ untuk wanita dan $\alpha=0,87$ untuk pria (Brown and Ryan, 2003; MacKillop and Anderson, 2007).

Hasil

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Sebelum peneliti melakukan penelitian telah mendapatkan izin terlebih dahulu dari pihak pimpinan Fakultas Kedokteran UNILA. Selanjutnya pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 223 orang untuk mahasiswa semester 1. *Respon rates* sebesar 94,89 % (223 dari 235 mahasiswa).

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Mahasiswa Fakultas Kedokteran UniversitasLampung Semester 3

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
Laki-laki	63	28,3
Perempuan	160	71,7
Total	223	100.00

Skor *Mindfull attention awareness* dan *Self-Efficacy Mahasiswa Angkatan 2017*

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, distribusi skor *self-efficacy* dan

Mindfull attention awareness mahasiswa angkatan 2017 tersaji pada tabel 7 berikut:

Tabel 2. Distribusi frekuensi skor GSE dan skor MAAS mahasiswa angkatan 2017

	Kategori Skor GSE		Total (%)
	Rendah n (%)	Tinggi n (%)	
Skor MAAS	53 (23,8)	170 (76,2)	223 (100)
Skor GSE	54 (24,2)	169 (75,8)	223 (100)

Jika dilihat dari skor rerata GSE dan MAAS yang diperoleh dari 223 responden, didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan distribusi skor responden *self-efficacy* dan *Mindfull attention awareness* mahasiswa tahun pertama angkatan 2017. Pada skor GSE terdapat 54 responden yang memiliki skor GSE rendah sedangkan 169 responden lainnya

memiliki skor GSE yang tinggi. Hal ini berbeda dengan skor MAAS responden. Sekitar 53 responden memiliki skor MAAS yang rendah dan 170 mahasiswa lainnya memiliki skor tinggi. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan 1 responden pada masing-masing kedua kategorik skor GSE dan MAAS.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hasil analisis *chi square* hubungan *mindfulness attention awareness* dan *self-efficacy* mahasiswa angkatan 2017

Mindfull attention awareness	Self efficacy				Total		Nilai p
	Rendah		Tinggi		N	%	
	N	%	N	%			
Rendah	23	42,59	30	16,76	53	22,75	0,002
Tinggi	31	57,41	149	83,24	180	77,25	
Total	54	100	179	100	223	100	

Pembahasan

Dari hasil penelitian terlihat bahwa sekitar 75% mahasiswa tahun pertama FK Unila memiliki skor *mindfull attention awareness* dan *self efficacy* yang tinggi. Hasil ini sangat menggembarakan karena semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka semakin mudah pula dalam pencapaian prestasi.²

Individu dengan *self efficacy* tinggi dalam kemampuan belajar menganggap hal yang sulit sebagai tantangan, bukan sebagai hal yang harus dihindari karena berasumsi akan menghambatnya. *Self efficacy* selanjutnya dipercaya memengaruhi adaptasi

individu, terutama kemampuan beradaptasi terhadap lingkungan Pendidikan yang baru bagi mahasiswa tahun pertama FK Unila.

Manfaat *self efficacy* adalah membantu mahasiswa dalam memutuskan seberapa besar usaha yang akan dikeluarkan dalam mengerjakan tugas, seberapa lama waktu yang akan tetap mereka jalankan walaupun mereka mengalami pengalaman yang menyulitkan, dan seberapa tangguh mereka dalam menghadapi situasi yang merusak mental mereka. Selain memengaruhi kebiasaan seseorang, *self efficacy* dipercaya memengaruhi pola pikir dan perasaan

individu. Individu dengan *self efficacy* yang rendah cenderung menganggap bahwa hal yang mudah dikerjakan begitu terasa sulit untuk diselesaikan dari biasanya. Akibatnya, timbulah rasa kecemasan dan ketakutan dalam melakukan segala aktivitas hidup.⁶

Tinggi rendahnya *self efficacy* seseorang tentu dipengaruhi oleh beberapa hal. Harus ada keyakinan dari dalam diri dan kesadaran penuh dalam bentuk *mindfull attention awareness* agar dapat mencerna suatu permasalahan yang merupakan tantangan baru dalam mencapai keinginan dan kebutuhan yang spesifik, selanjutnya dapat menetapkan target yang strategis dan langkah-langkah yang dianggap diperlukan.²

Kondisi stres dan kecemasan dilihat individu sebagai tanda yang mengancam ketidakmampuan diri. Dalam menilai kemampuannya seseorang dipengaruhi oleh informasi tentang keadaan fisiknya untuk menghadapi situasi tertentu dengan memperhatikan keadaan fisiologisnya. *Mood* juga memengaruhi keputusan seseorang dalam keyakinan diri mereka.

Mindfull attention awareness adalah suatu orientasi kepercayaan dan keyakinan akan terjadinya suatu hal yang baik terhadap dirinya. *Mindfull attention awareness* didefinisikan juga sebagai suatu kecenderungan yang mengarah kepada suatu keyakinan akan hasil terbaik yang akan didapatkannya (Angelo & Srivastava, 2009). *Mindfull attention awareness* adalah variabel yang membedakan individu yang satu dengan yang lainnya, yang mana mencerminkan pandangan individu yang yakin suatu hasil yang baik akan terjadi dan dimilikinya di masa depan.⁷

Menurut para ahli, aspek-aspek dalam *mindfull attention awareness* suatu individu terbagi menjadi 3 aspek yang berkaitan dengan gaya penjelasan atau *explanatory style*, yakni sebagai berikut:

Hubungan *Mindfulness attention awareness* dan *self efficacy*

Pada penelitian ini terlihat hubungan yang signifikan antara *Mindfull attention awareness score* dan *self efficacy* ($p=0,002$). Hasil ini sesuai dengan penelitian Angelo &

Srivastava, Carver dkk., yang menyatakan bahwa ; *mindfull attention awareness* akan membantu dalam menggambarkan kepribadian seorang individual yang optimistis.^{7,8} *Mindfull attention awareness* dikaitkan dengan beberapa hal, baik dalam segi kesehatan maupun dari segi *psychology functioning*. Mahasiswa yang memiliki *mindfull attention awareness* rendah cenderung memperlihatkan sikap tidak peduli, ketidaksiapan dalam perencanaan, dan persiapan di dunia perkuliahan. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *mindfull attention awareness* tinggi memiliki kesadaran dan keikutsertaan dalam proses transisi keberhasilan kehidupan.⁹ Semakin tinggi *mindfull attention awareness* seseorang maka semakin tinggi pula *self efficacy* yang dimilikinya.¹⁰

Simpulan

Terdapat hubungan yang bermakna ($p=0,002$) antara *mindfulness attention awareness* dan *self efficacy* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Tingkat *mindfulness attention awareness* pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung sebanyak 75% cukup tinggi.

Tingkat *self efficacy* pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung serbanyak 75% cukup tinggi.

Daftar Pustaka

1. Santrock JW. , Jane SH. *Your guide to strategies for achieving your goals* 1st ed. USA: wadsworth cengage learning. 2010.
2. Bandura A. *Self efficacy in Changing Societies* 1st ed. UK: Cambridge University Press. 1997.
3. Rompell dkk. A short form of the General Self-Efficacy Scale (GSE-6): Development, psychometric properties and validity in an intercultural non-clinical sample and a sample of patients at risk for heart failure. *Psycho-social medicine*. 2013; 10:1-17.

4. Zimmerman BJ. Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*. 2000; 25:82–91
5. Demiro M. , Turan S. Medical students' self-efficacy in problem-based learning and its relationship with self-regulated learning. 2016; 21(30049):1–9.
6. Dinther M. Van, Filip D. , Mien S. Factors affecting students ' self-efficacy in higher education. *Educational Research Review*. 2011; 6(2):95–108.
7. Carver CS, Michael FS. , Suzane CS. *Clinical Psychology Review Optimism*. 2010; 30(1): 879–89
8. Angelo KM. , Sanjaya S. Optimism, Effects on Relationship. *Encyclopedia of human relationships*. 2009; 1(1):1–10.
9. Perera HN , Mcllveen.P, The Role of Optimism and Engagement Coping in College Adaptation. 2014; 84(3):395–404.
10. Tan C. , Liang ST. The Role of Optimism , Self-Esteem , Academic Self-Efficacy and Gender in High-Ability Students. 2013.
11. Clinciu AI. Adaptation and Stress for the First Year University Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2013; 78:718–22.
12. Morton S, Amanda M, , Peter B. Managing the Transition : The Role of Optimism and Self-Efficacy for First-Year Australian University Students Managing the Transition : The Role of Optimism and Self-Efficacy for First-Year Australian University:1-19.2013.