

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan suatu negara secara garis besar dapat dilihat dari produktivitas tenaga kerja yang dimiliki oleh negara tersebut (Todaro & Smith, 2015). Produktivitas tenaga kerja sangat dipengaruhi oleh kualitas pendidikan, baik di jenjang dasar, menengah, maupun pendidikan tinggi. Semakin tinggi kualitas pendidikan suatu negara, semakin besar kemungkinannya untuk menghasilkan tenaga kerja yang efisien dan kompeten di bidangnya masing-masing (Tang, 2015). Pendidikan tidak dapat dipahami secara satu arah sebagai proses transfer pengetahuan dari pendidik ke peserta didik. Keberhasilan pendidikan dalam menciptakan sumber daya manusia yang unggul juga bergantung pada kerja sama antara lembaga pendidikan dan peserta didik dalam membentuk pengalaman belajar yang aktif dan bermakna (Freire, 1970). Menurut OECD (OECD, 2019), pendidikan tingkat lanjut memainkan peran penting dalam membentuk keterampilan tingkat tinggi dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk mendorong inovasi, produktivitas, dan daya saing dalam pasar tenaga kerja. Maka dari itu, mahasiswa sebagai peserta didik di pendidikan tinggi memiliki peran kunci dalam pembangunan bangsa karena merekalah yang akan menjadi penggerak perubahan sosial, ekonomi, dan teknologi di masa depan (World Bank, 2018). Proses pendidikan tingkat lanjut tersebut dilakukan pada lingkungan perguruan tinggi salah satu lingkungan tersebut adalah Universitas Widya Mandala. Penelitian yang berfokus pada aktualisasi diri pada mahasiswa secara deskriptif belum banyak dilakukan sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini pada mahasiswa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Pembatasan area penelitian di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya sendiri dikarenakan sebagian besar hasil data prelim merupakan mahasiswa dari Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Selain itu Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya juga merupakan salah satu universitas swasta terbesar di Surabaya dengan karakteristik mahasiswa yang sangat heterogen sehingga dianggap dapat mewakili mahasiswa di Surabaya.

Di Universitas Katolik Widya Mandala terdapat sarana dan prasana yang dapat membantu proses perkembangan diri mahasiswa dalam banyak bidang seperti lomba akademik maupun non-akademik, kegiatan sosial, berbagai jenis UKM dan organisasi kemahasiswaan yang membantu proses aktualisasi diri sesuai minat, bakat dan secara sosial. Selain itu Universitas Katolik Widya Mandala juga memberlakukan sistem poin keaktifan yang didapatkan dengan mengikuti kegiatan-kegiatan diluar pembelajaran formal mata kuliah seperti seminar, lomba internal dan eksternal serta kepanitiaan organisasi kemahasiswaan dan kepanitiaan maupun peserta dari program kegiatan universitas. Poin keaktifan yang didapatkan perlu mencapai jumlah tertentu untuk memenuhi syarat kelulusan, kelebihan poin yang didapatkan juga memberikan manfaat lainnya pada keperluan biaya kelulusan mahasiswa seperti pembelian toga dan sisa poin yang ada masih dapat ditukarkan menjadi uang sesuai dengan nilai tukar poin. Sistem yang diberlakukan tersebut diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan dan keaktifan mahasiswa diluar mata kuliah sehingga mahasiswa dapat mengembangkan keahlian dan keterampilan yang lebih bervariasi. Pada Universitas Katolik Widya Mandala juga tersedia program studi lintas prodi yang menyediakan kesempatan bagi mahasiswa untuk belajar di luar program pendidikan mereka untuk mendapatkan pengalaman dan pelajaran yang lebih luas. Sehingga dapat dikatakan bahwa Universitas Katolik Widya Mandala memiliki lingkungan berkembang yang cukup baik bagi mahasiswa untuk menjalankan *self-actualization* sesuai dengan individu masing masing. Namun tidak seluruh mahasiswa mengembangkan diri melalui sarana prasarana yang telah disediakan universitas tersebut karena keterbatasan bidang minat beberapa mahasiswa mengembangkan diri melalui lingkungan eksternal universitas. Sehingga lingkungan mahasiswa mencapai proses aktualisasi diri perlu ditinjau pada penelitian ini. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana aktualisasi diri secara umum dapat meningkatkan performa mahasiswa dalam mencapai tugas-tugasnya sehingga mahasiswa mampu meraih cita-cita di masa depan.

Mahasiswa adalah orang yang sedang mengasah pengetahuannya melalui proses belajar lembaga perguruan tinggi seperti universitas, institute, politeknik,

atau sekolah tinggi (Hartaji, 2012). Berdasarkan data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbud Ristek, 2022) pada tahun 2022 jumlah mahasiswa di Indonesia mencapai 9,32 juta orang, jumlah ini mengalami kenaikan sebanyak 4,02% dari tahun 2021 yang sebanyak 8,96 juta orang mengempu pendidikan tingkat lanjut. Berdasarkan survei BPS Jawa Timur di tahun 2022 terdapat sekitar 238 ribu mahasiswa terdaftar di perguruan tinggi di kota Surabaya, yang artinya sebanyak 2,55% dari mahasiswa di Indonesia menjalani pendidikan tingkat lanjut di perguruan tinggi kota Surabaya. Menurut Hulukati &

Djibran (2018) mahasiswa memiliki tugas memenuhi tanggung jawab sosial sebagai pelajar untuk memenuhi pencapaian akademik, persiapan karir masa depan, dan menciptakan hubungan sosial yang lebih matang pada lingkungan baru yang lebih mandiri dari remaja ke hubungan yang lebih dewasa sehingga mahasiswa harus sadar dengan peran sosialnya sebagai orang dewasa. Namun berdasarkan penelitian (Pratiwi, 2019), ia menemukan bahwa mahasiswa di Indonesia kurang terlibat secara aktif dalam mencapai prestasi-prestasi akademiknya. Mereka lebih cenderung bersikap pasif, menunggu instruksi dari dosen, dan kurang memiliki inisiatif untuk mengembangkan potensi diri di luar kegiatan kuliah formal. Penelitian lain oleh (Rahmawati, 2020) juga menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa lebih memprioritaskan aktivitas sosial dan hiburan dibandingkan pengembangan akademik dan karir masa depan mereka. Rendahnya motivasi intrinsik, kurangnya asertivitas, dan minimnya keterampilan belajar mandiri menjadi beberapa faktor tentunya dapat menghambat mereka dalam mencapai tugas-tugas perkembangan mereka, terutama mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan *emerging adulthood*.

Mahasiswa merupakan individu dengan kisaran usia 18 sampai 25 tahun, yang berada pada tahap perkembangan *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* merupakan masa transisi remaja akhir sampai dewasa awal (Santrock, 2012). Miller (2011) menjelaskan tantangan pada tahap perkembangan *emerging adulthood* yaitu, berkembang dalam bidang karir dan akademik, membangun hubungan sosial yang lebih intim, mandiri dalam mengambil keputusan dan matang secara emosional. Mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan *emerging adulthood* harus terlibat aktif dalam mengikuti kegiatan perkuliahan dan menyelesaikan program studinya serta mendapatkan prestasi akademik (Miller, 2011). Menurut data yang didapat oleh *American College Health Association* (ACHA) ditemukan bahwa mahasiswa yang tidak berhasil menjalankan tugasnya akan cenderung mengalami kecemasan. Survei ACHA yang dilakukan pada mahasiswa di tahun 2022 dengan jumlah responden lebih dari 54.000 mahasiswa ditemukan bahwa 35% mahasiswa dalam fase *emerging adulthood* memiliki diagnosis kesehatan mental dengan kecemasan dalam kategori sedang dan berat (ACHA, 2022). Kecemasan yang

tinggi dapat mengganggu fokus, menurunkan motivasi intrinsik, serta menghambat individu dalam mengenali dan mengembangkan potensi dirinya secara optimal (Sari & Wahyuni, 2020). Adanya kecenderungan mahasiswa untuk mengalami gejala yang berkaitan dengan kesehatan mental seperti kecemasan tersebut dapat semakin menghambat mahasiswa dalam mencapai *self-actualization*. Menurut Maslow (1970), *self-actualization* adalah kebutuhan paling tinggi yang baru dapat dicapai jika kebutuhan dasar dan kebutuhan psikologis sebelumnya seperti rasa aman dan kestabilan emosional telah terpenuhi. Karena itu kondisi psikologis seperti kecemasan pada mahasiswa dapat berpotensi menghambat proses aktualisasi diri tersebut.

Self-actualization menurut Maslow (1993) adalah kemampuan individu untuk mengembangkan diri menjadi lebih autentik dengan mengekspresikan hasrat dan potensi yang dimiliki individu untuk memenuhi kepuasan akan kondisi diri sendiri. Aspek-aspek *self-actualization* menurut Sumerlin dan Bundrick (Sumerlin & Bundrick, 1998) yaitu *Core Self-actualization*, kemampuan individu untuk mengarahkan seluruh potensinya menuju tujuan hidup yang bermakna dengan sikap terbuka, percaya diri, dan keinginan berkontribusi positif; *Autonomy*, kemandirian yang ditunjukkan melalui penerimaan diri, tanggung jawab pribadi, serta kepercayaan terhadap orang lain sebagai bagian dari pertumbuhan; *Openness to Experience*, sikap terbuka terhadap ide, pengalaman, dan tantangan baru sebagai peluang untuk berkembang dan belajar; *Comfort With Solitude*, kemampuan individu untuk menemukan makna, refleksi, dan keseimbangan melalui kenyamanan dalam kesendirian maupun interaksi sosial.

Self-actualization sangat penting bagi mahasiswa karena merupakan puncak dari perkembangan psikologis yang memungkinkan individu untuk merealisasikan potensi dirinya secara penuh, termasuk dalam aspek akademik, sosial, dan emosional. Maslow (1970) menegaskan bahwa individu yang teraktualisasi diri berfungsi secara optimal dalam berbagai domain kehidupan, termasuk pekerjaan, hubungan sosial, dan regulasi emosi. Mahasiswa yang mampu mencapai aktualisasi diri cenderung memiliki motivasi intrinsik yang tinggi, arah tujuan hidup yang jelas, dan kemampuan untuk mengelola tekanan akademik secara sehat (Schunk et al.,

2014). Namun berdasarkan penelitian oleh Sabekti (Sabekti, 2019) ditemukan bahwa dari 150 mahasiswa 47,3% dari mahasiswa tersebut memiliki tingkat aktualisasi diri yang rendah dengan 42,7% mahasiswa memiliki tingkat aktualisasi diri sedang dan hanya 10% dari mahasiswa tersebut yang tergolong tinggi. Menurut Ali & Kazmi (2024) Aktualisasi diri pada mahasiswa memberikan dampak dalam peningkatan motivasi intrinsik, resiliensi, tujuan hidup, dan kesejahteraan psikologis selama proses belajar di perguruan tinggi. Pada penelitian Agus et al (2018) *self-actualization* juga berperan sebagai lingkungan yang mendukung capaian akademik mahasiswa dengan semakin tinggi *self-actualization* pada suatu lingkungan belajar mempengaruhi hasil belajar mahasiswa secara positif. Hal tersebut didukung dengan penggalan data awal yang dibuat berdasarkan aspek self-actualization dalam skala 1-4 yaitu sangat rendah, rendah, tinggi, sangat tinggi menggunakan *google form* pada 13 orang mahasiswa yang mengambil program studi di Surabaya. Sebanyak 7 responden merupakan mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala sedangkan yang responden lainnya berasal dari beberapa universitas lain di Surabaya dengan hasil prelim sebagai berikut.

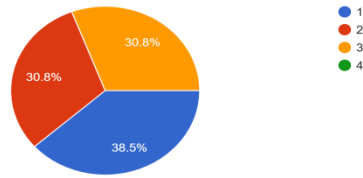
Gambar 1. 1 Diagram Penggalan Data Awal Aspek *Oppeness to Experience*



Berdasarkan gambar 1.1 didapatkan hasil sebanyak 53,8% responden menunjukkan aspek *openness to experience* yang sangat rendah, kemudian sebanyak 23,1% responden menunjukkan aspek *openness to experience* yang tinggi dan rendah. Maka dapat disimpulkan hasil penggalan data awal aspek *openness to experience* cenderung rendah.

Gambar 1. 2 Diagram Penggalan Data Awal Aspek *Autonomy*

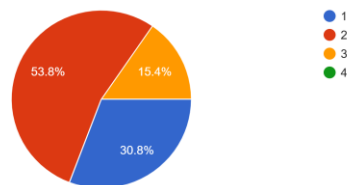
Saya aktif berkontribusi ketika bekerja dalam kelompok dan menghargai hasil kerja orang lain.
13 responses



Berdasarkan gambar 1.2 didapatkan hasil sebanyak 38,5% responden menunjukkan aspek *autonomy* yang sangat rendah, Kemudian sebanyak 30,8% responden menunjukkan aspek *autonomy* yang tinggi dan rendah. Maka dapat disimpulkan hasil penggalan data awal aspek *autonomy* cenderung rendah.

Gambar 1. 3 Diagram Penggalan Data Awal Aspek *Comfort With Solitude*

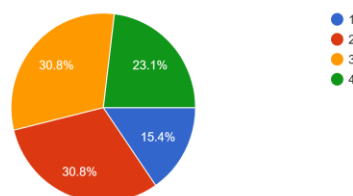
Saya merasa nyaman beraktivitas bersama orang lain dan beraktivitas sendiri.
13 responses



Berdasarkan gambar 1.3 didapatkan hasil sebanyak 53,8% responden menunjukkan aspek *comfort with solitude* yang rendah, kemudian sebanyak 30,8% responden menunjukkan aspek *comfort with solitude* yang sangat rendah, lalu sebanyak 15,4% responden menunjukkan aspek *comfort with solitude* yang tinggi. Maka dapat disimpulkan pada hasil penggalan data awal aspek *comfort with solitude* cenderung rendah.

Gambar 1. 4 Diagram Penggalan Data Awal Aspek *Core Self-Actualization*

Saya aktif dalam mengikuti kegiatan di kampus (seminar, organisasi, dan pembelajaran) atau di luar kampus (bekerja, kegiatan sosial, dan belajar)
13 responses



Berdasarkan gambar 1.4 didapatkan hasil sebanyak 30,8% responden menunjukkan aspek *core self-actualization* yang rendah dan tinggi, kemudian sebanyak 23,1% responden menunjukkan aspek *core self-actualization* yang sangat tinggi, lalu sebanyak 15,4% responden menunjukkan aspek *core self-actualization* yang sangat rendah. Maka dapat disimpulkan pada hasil penggalan data awal aspek *core self-actualization* cenderung tinggi.

Self-actualization yang buruk dapat berdampak pada perilaku individu yang menjadi cenderung individualistik dan tertutup pada orang lain. Berndt et al. (Berndt et al., 1982) juga mengatakan bahwa individu yang bukan tipe *self-actualizing* cenderung lebih mudah terkena depresi serta memiliki rasa bersalah yang tinggi, cenderung memiliki harga diri yang rendah, dan mengalami hambatan kognitif sebagai gejala penting. Pernyataan tersebut juga sejalan dengan *self-actualization* sebagai pendukung kesehatan mental dan keseimbangan emosional pada individu (Maslow, 1968). Penelitian mengenai aktualisasi diri lebih sering dikaitkan dengan variabel seperti kreativitas, kecemasan, *self-compassion*, dan stabilitas emosi (Willemsen et al., 2020; Fitriyani & Suryani, 2021; Paudi et al., 2022; Warunayama, 2025). Penelitian oleh Wilesemsen et al. (2020) menemukan bahwa individu yang teraktualisasi cenderung lebih proaktif dan inovatif dalam menghadapi tantangan kerja. Terdapat juga penelitian lain oleh Kumari, S., & Chamundeswari, S. (2013) yang menunjukkan bahwa individu dengan aktualisasi diri yang rendah memiliki motivasi dan keterlibatan yang rendah pada lingkungan belajar. Aktualisasi diri menjadi dasar dalam mengambil inisiatif (*taking charge*), yang kemudian meningkatkan kreativitas pekerja (Willemsen et al., 2020). Lalu penelitian oleh Paudi et al. (2022) mendapatkan hasil bahwa Mahasiswa dengan tingkat *self-compassion* yang tinggi cenderung mampu menerima kekurangan diri dan tetap melangkah maju untuk berkembang, yang kemudian menciptakan kondisi psikologis yang mendukung pencapaian aktualisasi diri. Warunayama (2025) dalam penelitiannya juga menemukan remaja yang dapat mengelola emosinya dengan baik lebih mampu mengaktualisasikan dirinya. Hal tersebut dikarenakan emosi yang stabil memungkinkan individu untuk berpikir jernih, menentukan tujuan hidup, dan mengejar pengembangan diri secara konsisten (Warunayama, 2025).

Berdasarkan berbagai penelitian, dapat disimpulkan kondisi psikologis yang sehat dan adaptif memberikan ruang bagi individu untuk mengenali, mengembangkan, dan mewujudkan potensi dirinya secara optimal.

1.2 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus dan tidak terlalu luas, peneliti memberikan batasan ruang lingkup penelitian yaitu:

1. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah *self-actualization*.
2. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang berada pada tahap perkembangan *emerging adulthood* yaitu mahasiswa aktif di Universitas Katolik Widya Mandala dengan usia 18 hingga 25 tahun.
3. Fokus penelitian hanya pada studi deskriptif *self-actualization*.

1.3 Rumusan Masalah

“Bagaimana gambaran *self-actualization* pada mahasiswa aktif di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya?”

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self-actualization* pada mahasiswa aktif di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan teori psikologi positif terutama teori mengenai konsep aktualisasi diri.

1.5.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis terhadap beberapa pihak,

1. Bagi Responden Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat membuat partisipan lebih memahami aktualisasi diri. Partisipan diharapkan dapat lebih mengembangkan diri dan menjaga kesejahteraan psikologis dapat lebih terjaga.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan kajian untuk selanjutnya terkait gambaran self-actualization pada konteks psikologi maupun konteks lainnya.

3. Bagi Universitas Terkait

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi evaluasi dan kajian bagi pihak universitas untuk meninjau kondisi perkembangan mahasiswa dan lingkungan belajar di Universitas Katolik Widya Mandala terutama mengenai kondisi aktualisasi diri mahasiswa.