

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Bahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat *self-actualization* pada mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa UKWMS memiliki tingkat *self-actualization* yang cenderung tinggi sesuai dengan data kategorisasi *self-actualization* dimana lebih dari 50% responden mendapatkan hasil kategorisasi tinggi hingga sangat tinggi. Hal tersebut dapat disebabkan oleh faktor individual yang memang memiliki kapasitas yang baik dalam mencapai aktualisasi diri dengan lingkungan sosial yang juga mendukung peningkatan tersebut. Mahasiswa UKWMS dapat digambarkan sebagai individu dengan motivasi intrinsik yang tinggi disertai dengan kemampuan untuk mengeksplorasi dan berpikir sebagai individu yang lebih matang dan memposisikan diri untuk lebih terbuka dalam menunjukkan minat dengan tetap menjaga hubungan sosial secara positif. Selain itu, hasil tersebut juga menunjukkan bahwa Universitas Katolik Widya Mandala memiliki lingkungan belajar yang mendukung peningkatan aktualisasi diri bagi mahasiswa. Berdasarkan Agus et al (2018) lingkungan belajar mahasiswa dengan tingkat *self-actualization* tinggi punya capaian akademik dan perkembangan hasil belajar yang lebih baik yang dimana hal tersebut memang merupakan kondisi ideal mahasiswa sebagai pelajar. Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa UKWMS telah berusaha berkembang dan mengeksplorasi minat serta potensi yang dimiliki untuk mempersiapkan diri kedepannya.

Jika dilihat dari hasil data berdasarkan setiap fakultas dari mahasiswa UKWMS terlihat beberapa perbedaan kecil pada beberapa kategori, tetapi secara keseluruhan mayoritas mahasiswa dari setiap fakultas menunjukkan kategori tinggi. Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa fakultas tidak mempengaruhi tingkat *self-actualization* dari mahasiswa UKWMS. Hal tersebut dapat disebabkan oleh fasilitas dari setiap fakultas yang cenderung sama dan terstandarisasi berdasarkan program studi. Mahasiswa UKWMS cenderung berada di lingkungan yang sama dengan kesempatan untuk mengikuti kegiatan dan aktivitas pengembangan diri yang sama.

Terdapat juga program lintas studi yang memungkinkan mereka untuk mencoba mengeksplorasi dan belajar dari bidang studi lain sesuai pilihan mereka sendiri. Pada fakultas tertentu memang terdapat perbedaan dalam kegiatan program studi yang memang seharusnya menjadi tujuan utama mereka dalam perkuliahan karena telah mendaftarkan diri untuk pada program studi tersebut. Beberapa perbedaan tersebut juga dapat menjadi faktor mengenai perbedaan pada beberapa tingkat kategorisasi dari setiap fakultas. Menurut penelitian (Blegur & Ambarita, 2018; Putri & Amna, 2021; Rahmawati, 2023) yang menjelaskan bahwa fakultas dan bidang studi tidak memiliki pengaruh yang cukup kuat dibandingkan faktor individual seperti motivasi intrinsik dan variabel individual lainnya. Namun karena sebaran data dari penelitian ini tidak menjangkau seluruh fakultas yang ada di Universitas Katolik Widya Mandala hasil tersebut tidak bisa menunjukkan pengaruh atau perbedaan dari fakultas. berdasarkan penelitian tingkat *self-actualization* lebih dipengaruhi oleh faktor individual seperti kepribadian daripada faktor lingkungan.

Berdasarkan data responden yang didapatkan pada aspek *core self-actualization* mayoritas responden sebesar (60,3%) mendapatkan kategori sangat tinggi. Hal ini sesuai dengan mahasiswa yang sebagian besar berada pada masa *emerging adulthood* yang seharusnya sudah belajar memahami potensi yang ada dalam kehidupan dan memanfaatkan peluang untuk berkembang serta mempersiapkan masa depan (Permana, 2020). Berdasarkan data responden yang didapatkan pada aspek *autonomy* mayoritas responden berada pada kategorisasi tinggi ke sangat tinggi masing masing sebesar 37,8% dan 34,2%. Hal ini sesuai dengan mahasiswa yang memiliki keteguhan pikiran dalam dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak. Berdasarkan data yang didapatkan pada aspek *openness to experience* mayoritas responden sebesar 45% berada pada kategori tinggi. Hal tersebut sesuai dengan mahasiswa yang berusaha terbuka dalam belajar memahami orang lain dan juga belajar dari pengalaman tersebut. Berdasarkan hasil dari ketiga aspek tersebut mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri, memperluas serta belajar dari pengalaman, dan mengungkapkan nilai nilai yang ada pada dirinya yang mampu mendukung mahasiswa untuk memenuhi tugas perkembangan *emerging adulthood*. Menurut Arnett et al., (2014) *emerging adulthood* merupakan masa yang berfokus pada eksplorasi identitas yang intens dan mencari peluang serta tujuan hidup yang lebih luas, sehingga individu berkesempatan untuk mengembangkan potensi dirinya dengan lebih baik.

Namun berdasarkan data pada aspek *comfort with solitude* para responden memiliki mayoritas kategorisasi yang cenderung rendah dengan 30,6% responden berada pada kategori sangat rendah. Pada beberapa penelitian pada mahasiswa di Indonesia sendiri memang faktor yang berlawanan dengan budaya kolektivisme di Indonesia cenderung berlawanan atau mendapatkan hasil yang rendah karena adanya ketergantungan sosial dalam bertindak dan mengambil keputusan (Sulastra & Handayani, 2021). Sesuai dengan teori Hofstede (2001) mengenai kolektivisme yang menekankan hubungan interpersonal dan kesulitan menikmati sesuatu sendiri. Terdapat juga perilaku konformitas yang menurut beberapa penelitian di Indonesia yang memang menunjukkan pengaruh signifikan dalam beberapa variabel yang

berkaitan dengan suatu perilaku (Putri & Nurwidawati, 2015; Sari & Suryanto, 2016; Fitriani et al., 2021; Rahmawati, 2023).

Berdasarkan tabulasi silang *self-actualization* dengan jenis kelamin tidak ditemukan perbedaan besar dalam kategorisasi kedua jenis kelamin dengan frekuensi tertinggi sama-sama berada di kategori tinggi, tetapi terdapat perbedaan 9,1% pada kategori sangat tinggi sehingga dapat dikatakan jenis kelamin memiliki pengaruh yang cukup kecil pada *self-actualization* mahasiswa UKWMS dengan laki-laki memiliki tingkat *self-actualization* yang sedikit lebih tinggi. Berdasarkan penelitian Ezaka, E., et al. (2021) pada jurnal *Self-Actualization: Examining the Roles of Personality Types and Gender* memang tidak ditemukan adanya perbedaan signifikan pada faktor gender dan menurut penelitian yang dilakukan Sualang (2016) di salah satu Universitas di Indonesia juga ditemukan hal serupa yaitu tidak ada pengaruh signifikan dari gender terhadap *self-actualization*. Namun berdasarkan penelitian ini terdapat sedikit peningkatan frekuensi pada bagian kategori sangat tinggi meskipun secara keseluruhan tidak ada perbedaan yang signifikan karena nilai perbedaan frekuensi kategori sangat tinggi sejalan dengan perbedaan nilai frekuensi data demografis jenis kelamin sehingga tidak dapat disimpulkan adanya perbedaan.

Menurut teori dari Maslow (1970) dan Rogers (1982) sendiri bertambahnya pengalaman sendiri merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan *self-actualization* namun terdapat faktor lainnya yang juga berperan dalam *self-actualization* seperti kematangan emosi dan penerimaan diri.

Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan. Berikut merupakan keterbatasan yang dihadapi dalam penelitian ini.

1. Tidak ada pengawasan ketika responden melakukan pengisian kuesioner sehingga hasil data yang diberikan berpotensi mengurangi keakuratan dan validitas penelitian karena hal-hal tertentu seperti bias, responden tidak teliti, atau bahkan belum memahami maksud dari isi kuesioner yang diberikan. Terdapat juga kemungkinan bahwa responden yang tidak sesuai kriteria mengisi kuesioner.

2. Sebaran data yang kurang merata terutama pada bagian data fakultas yang kurang mencakup beberapa fakultas yang ada di Universitas Katolik Widya Mandala sehingga tidak akurat dalam menggambarkan *self-actualization* dari setiap fakultas dari Universitas Katolik Widya Mandala. Hal tersebut disebabkan karena pengambilan data bersifat informal dan tidak melibatkan pihak universitas sehingga muncul keterbatasan pada sebaran data fakultas.

5.2 Simpulan

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat *Self-Actualization* mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala cenderung tinggi. Hampir seluruh aspek dari *self-actualization* menunjukkan tingkat yang cenderung tinggi. Namun pada aspek *comfort with solitude* yang ada mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala memiliki kategori yang cenderung rendah yang kemungkinan disebabkan oleh budaya kolektif dan perilaku konformitas yang menunjukkan ketergantungan sosial.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang peneliti ajukan, yaitu sebagai berikut:

- a. Bagi universitas dan lembaga pendidikan tingkat lanjut disarankan dapat mengawasi dengan lebih baik keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas kemahasiswaan dan sosialisasi lainnya. Pihak lembaga pendidikan juga dapat menerapkan beberapa hal yang meningkatkan kemandirian mahasiswa dan survey kegiatan yang diinginkan atau sesuai dengan mahasiswa untuk memperluas jangkauan mahasiswa yang terlibat kegiatan. Peningkatan kurikulum yang lebih berfokus pada individual yang tetap mempertahankan kemampuan sosial mahasiswa juga dapat dilakukan untuk membantu mengurangi ketergantungan sosial dari mahasiswa tanpa menghilangkan atau menurunkan kemampuan sosial mahasiswa.
- b. Bagi mahasiswa disarankan untuk berusaha mencoba mengeksplorasi dan mengembangkan bakat atau potensi yang diinginkan serta mencoba untuk

mengurangi pengaruh dari orang lain dalam mengambil keputusan dan menjalani kehidupan. Peneliti menyarankan untuk mencoba sebagai sekedar hobi dan mengeksplorasi lebih baik hal yang diinginkan.

- c. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memperhatikan data latar belakang responden agar sebaran data dapat lebih lengkap dan menggambarkan lebih banyak faktor. Peneliti selanjutnya juga dapat bekerja sama pada universitas untuk mendapatkan responden dan membantu pengawasan pengisian kuesioner untuk meminimalisir ketidakakuratan data.

DAFTAR PUSTAKA

- ACHA. (2022). *American College Health Association–National College Health Assessment III: Undergraduate Student Reference Group Executive Summary Spring 2022*.
- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2002). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships* (8th ed.). Impact Publishers.
- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2008). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships* (9th ed.). Impact Publishers.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A Psychological Interpretation*. Holt.
- Arnett, J. J. (2018). *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach* (6th ed.). Pearson Education.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7).
- Berndt, D. J., Kaiser, C. F., & van Aalst, F. (1982). Depression and self-actualization in gifted adolescents. *Journal of Clinical Psychology*, 38(1), 142–250.
- Burgoon, J. K., Guerrero, L. K., & Floyd, K. (2016). *Nonverbal Communication* (3rd ed.). Routledge.
- Cozby, P. C., & Bates, S. C. (2018). *Methods in Behavioral Research* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Dewantari, L. P. D., Wibowo, A., & Nurhidayati, T. (2021). Efektivitas pelatihan asertivitas untuk meningkatkan aktualisasi diri pada remaja akhir. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 13(1), 55–68. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol13.iss1.art5>
- Fitriyani, R., & Suryani, A. (2021). Self-actualization and anxiety among university students: The mediating role of emotional regulation. *Psychology and Education Journal*, 58(2), 1126–1134.
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the Oppressed*. Herder and Herder.
- Galassi, J. P., Galassi, M. D., & Rosenbaum, M. (1974). Assertiveness training: A review of research. *Counselor Education and Supervision*, 14(2), 131–144.
- Galassi, M. D., & Galassi, J. P. (1977). *Assert yourself!: How to be your own person*. Human Sciences Press.
- Goldstein, K. (1939). *The Organism: A Holistic Approach to Biology Derived from Pathological Data in Man*. American Book Company.
- Goleman, D. (2006). *Social intelligence: The new science of human relationships*. Batam Book.
- Hartaji, D. A. (2012). *Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orangtua*. [Undergraduate Thesis]. Universita Gunadarma.
- Hulukati, W., & Djibrani, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1).
- Kemendikbud Ristek. (2022). *[Statistik jumlah mahasiswa terdaftar 2022]*.
- Lange, A. J., & Jakubowski, P. (1976). *esponsible assertive behavior: Cognitive/behavioral procedures for trainers*. Research Press.

- Maksud, A. (2022). Pengaruh pelatihan asertivitas terhadap peningkatan aktualisasi diri pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 4(2), 101–110.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality* (1st ed.). Harper & Brothers.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a Psychology of Being* (2nd ed.). Van Nostrand Reinhold.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality* (2nd ed.). Harper & Row.
- Maslow, A. H. (1993). *The Farther Reaches of Human Nature*. Penguin Books.
- May, R. (1969). *Love and Will*. W. W. Norton.
- Miller, P. H. (2011). *Theories of developmental psychology* (5th ed.). Worth Publishers.
- Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- OECD. (2019). *Education at a Glance 2019*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/f8d7880d-en>
- Paudi, A., Hidayat, R., & Malik, A. (2022). Self-compassion and self-actualization among college students: The mediating role of psychological well-being. *Jurnal Psikologi*, 21(3), 245–257.
- Permana, A. (2020). Perkembangan remaja dan implikasinya dalam pendidikan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 9(2), 45–52.
- Pratiwi, W. R. (2019). Student engagement pada mahasiswa di Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 46(2).
- Rahayu, N. F., & Sari, W. P. (2021). Tingkat aktualisasi diri pada mahasiswa ditinjau dari faktor lingkungan sosial dan dukungan emosional. *Jurnal Ilmiah Psikologi Konseling*, 5(2), 89–97.
- Rahmawati, N. (2020). Motivasi belajar rendah pada mahasiswa di era digital. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 27(2), 120–130.
- Ramanaiah, N. V., Heerboth, J. R., & Jinkerson, D. L. (1985). Personality and Self-Actualizing Profiles of Assertive People. *Journal of Personality Assessment*, 49(4), 440–443. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4904_14
- Rathus, S. A. (1973). A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 4(3), 398–406. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(73\)80120-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(73)80120-0)
- Rogers, C. R. (1982). *A Way of Being*. Boston. Houghton Mifflin.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Sabekti, R. (2019). ingkat aktualisasi diri pada mahasiswa ditinjau dari faktor internal dan eksternal. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 10(1), 45–55.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* (14th ed.). McGraw-Hill.
- Sari, N. P., & Wahyuni, R. (2020). Kecemasan akademik dan dampaknya terhadap motivasi belajar mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2), 85–94.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in education: Theory, research, and applications* (4th ed.). Pearson.
- Schwartz, Seth J, Côté, James E, & Arnett, Jeffrey Jensen. (2005). Identity and Agency in Emerging Adulthood: Two Developmental Routes in the Individualization Process. *Youth & Society*, 37(2), 201–229. <https://doi.org/10.1177/0044118X05275965>
- Sugiyono. (2018). *etode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

- Sumerlin, J. R., & Bundrick, C. M. (1998). REVISION OF THE BRIEF INDEX OF SELF-ACTUALIZATION '. *Perceptual and Motor Skills*, 87, 115–125.
- Tang, Qian. (2015). *Rethinking education : towards a global common good?* UNESCO Publishing.
- Todaro, M. P., & Smith, S. C. (2015). *Economic development* (12th ed.). Pearson Education.
- Warunayama, L. (2025). motional stability as a predictor of self-actualization in adolescents. *Journal of Adolescent Development*, 18(1), 45–59.
- Willemsen, R. H., Schoevers, E. M., & Kroesbergen, E. H. (2020). The Structure of Creativity in Primary Education: An Empirical Confirmation of the Amusement Park Theory. *The Journal of Creative Behavior*, 54(4), 857–870. <https://doi.org/10.1002/jocb.411>
- World Bank. (2018). *World Development Report 2018: Learning to Realize Education's Promise*. World Bank. <https://doi.org/10.1596/978-1-4648-1096-1>
- Yoshinaga, N., & Cooper, S. (2025). The four pathways of assertiveness: a multidimensional framework for enhancing individual well-being. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1610807>