

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan seseorang yang tengah menempuh pendidikan pada program studi tertentu di perguruan tinggi. Umumnya, kelompok ini memiliki rentang usia antara 18 hingga 22 tahun, tergantung pada durasi pendidikan yang diikuti. Pada usia ini menandai akhir masa remaja, fase transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dipenuhi oleh perubahan kognitif, biologis, dan emosional sosial (Valencia & Giraldo, 2019).

Mahasiswa yang aktif dalam organisasi mahasiswa sering kali menghadapi tantangan yang lebih besar dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Keterlibatan dalam organisasi membutuhkan waktu dan energi yang signifikan, sehingga mereka harus pandai mengelola waktu antara tugas akademis dan tanggung jawab organisasi. Situasi ini dapat menyebabkan tekanan mental yang tinggi, karena mahasiswa harus memenuhi tuntutan di dua bidang yang berbeda. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang hanya fokus pada akademik (Meyer & Schiller, 2020).

Selain tekanan mental, mahasiswa yang aktif dalam organisasi juga sering mengalami konflik peran. Mereka harus beradaptasi dengan berbagai tuntutan yang datang dari peran mereka sebagai mahasiswa dan sebagai anggota organisasi. Konflik ini dapat mengakibatkan kebingungan dan kelelahan, yang pada akhirnya dapat menurunkan motivasi dan determinasi diri. Ketidakmampuan untuk menemukan keseimbangan antara kedua peran ini dapat menyebabkan mahasiswa merasa terjebak dan berpotensi mengurangi keinginan mereka untuk berkontribusi dalam organisasi (Gonzalez dkk., 2018).

Aktivitas organisasi yang memerlukan komitmen tinggi sering kali menuntut pengambilan keputusan yang cepat dan efektif. Mahasiswa perlu memiliki keterampilan manajemen emosi yang baik untuk dapat merespons situasi yang penuh tekanan dengan tenang. Tanpa keterampilan ini, mahasiswa mungkin kesulitan dalam mengatasi stres dan tekanan yang muncul, yang dapat

mengganggu kemampuan mereka untuk membuat keputusan yang tepat dan menyelesaikan tugas dengan baik. Penelitian oleh Gross (2015) menunjukkan bahwa regulasi emosi yang efektif berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik dan meningkatkan kemampuan individu untuk berfungsi dalam situasi yang menantang.

Tanpa dukungan sosial yang memadai, semua tekanan ini dapat berdampak negatif pada determinasi diri mahasiswa. Dukungan dari teman sebaya, keluarga, dan mentor sangat penting untuk membantu mahasiswa mengatasi stres dan tantangan yang mereka hadapi. Penelitian oleh Larose dan Boivin (2021) mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang kuat dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan mendorong mahasiswa untuk tetap termotivasi dalam mencapai tujuan mereka. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat memperburuk perasaan kesepian dan kecemasan, yang dapat mengurangi determinasi diri dan mempengaruhi keterlibatan mahasiswa dalam organisasi.

Dengan demikian, mahasiswa yang aktif dalam organisasi harus mampu mengelola berbagai tantangan yang mereka hadapi. Memiliki strategi pengelolaan waktu yang baik, keterampilan regulasi emosi yang efektif, dan dukungan sosial yang memadai sangat penting untuk menjaga determinasi diri mereka. Tanpa hal-hal ini, mahasiswa mungkin mengalami kesulitan dalam menavigasi tuntutan yang ada, yang pada akhirnya dapat menghambat perkembangan pribadi dan akademis mereka.

Aktifis organisasi mahasiswa (Ormawa) sering kali berada di garis depan dalam mengatasi berbagai tantangan yang muncul di lingkungan akademik dan sosial. Mereka memiliki tanggung jawab yang besar dalam mengelola kegiatan organisasi, berkolaborasi dengan anggota lain, dan berkontribusi pada perkembangan kampus. Dalam konteks ini, determinasi diri memainkan peran krusial. Determinasi diri dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menetapkan tujuan, mengatasi rintangan, dan mempertahankan motivasi dalam menghadapi tantangan.

Mahasiswa dengan determinasi diri yang tinggi cenderung memiliki motivasi yang kuat untuk terlibat dalam aktivitas organisasi. Mereka mampu

menetapkan tujuan yang jelas dan realistis serta mengembangkan rencana untuk mencapainya. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan determinasi diri yang tinggi lebih mampu menghadapi tekanan dan stres yang terkait dengan tanggung jawab organisasi, sehingga dapat berfungsi lebih baik dalam lingkungan yang kompetitif (Deci & Ryan, 2000).

Keberadaan determinasi diri yang tinggi tidak hanya berkontribusi pada keberhasilan akademis, tetapi juga memperkuat keterampilan kepemimpinan dan kemampuan interpersonal mahasiswa. Mereka lebih cenderung mengambil inisiatif dalam organisasi, memotivasi anggota lain, dan menciptakan lingkungan yang positif di sekitar mereka. Mahasiswa yang aktif dan memiliki determinasi diri yang tinggi sering kali menunjukkan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dan memiliki keterikatan yang kuat terhadap komunitas mereka (Zimmerman, 2002).

Di sisi lain, mahasiswa yang memiliki determinasi diri yang rendah sering kali mengalami kesulitan dalam berkontribusi secara efektif dalam organisasi. Mereka mungkin merasa kurang percaya diri, ragu untuk mengambil keputusan, dan kesulitan dalam menetapkan serta mencapai tujuan. Penelitian oleh Schunk dan Zimmerman (2008) menunjukkan bahwa rendahnya determinasi diri dapat menyebabkan penurunan kinerja akademis dan ketidakpuasan terhadap pengalaman organisasi.

Akibat dari determinasi diri yang rendah ini dapat berujung pada peningkatan stres dan kecemasan, serta potensi pengunduran diri dari aktivitas organisasi. Mahasiswa dengan determinasi diri yang rendah mungkin merasa tertekan oleh tuntutan yang ada, yang dapat menyebabkan mereka menjauh dari keterlibatan dalam Ormawa. Dalam jangka panjang, kurangnya keterlibatan ini dapat membatasi perkembangan pribadi dan profesional mereka, serta mengurangi kesempatan untuk membangun jejaring sosial yang bermanfaat.

Salah satu faktor yang signifikan dalam membentuk determinasi diri mahasiswa adalah dukungan dari lingkungan keluarga dan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang tumbuh dalam lingkungan yang mendukung, di mana ada figur otoritas seperti ayah atau mentor yang memberi

dorongan emosional dan psikologis, cenderung memiliki determinasi diri yang lebih tinggi (McMahon dkk., 2019). Sebaliknya, mahasiswa yang kurang mendapat dukungan sosial atau menghadapi tantangan emosional, seperti ketidakhadiran sosok ayah, mungkin mengalami kesulitan dalam membangun dan mempertahankan determinasi diri mereka.

Tabel 1. Hasil Wawancara Variabel Determinasi Diri

No	Aspek	Subjek	Subjek	Subjek	Subjek	Subjek	Jumlah
		1	2	3	4	5	
1.	Kompetisi	✓	✓	✓	✓		4
2.	Kemandirian	✓	✓		✓	✓	4
3.	Keterhubungan	✓	✓	✓	✓		4

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 3 Januari 2024 mengenai determinasi diri pada aktivis ormawa di tempat penelitian. Pada aspek kompetensi, 4 dari 5 aktivis ormawa yang diwawancarai, semuanya menunjukkan dorongan intrinsik yang kuat dalam menghadapi tantangan, percaya bahwa kontribusi mereka dapat membawa dampak positif. Mereka terlibat dalam pendidikan dan organisasi, membentuk dasar pembelajaran terus-menerus, dan memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi serta merencanakan solusi proaktif dalam menghadapi masalah. Kemampuan manajemen diri dan kemandirian mereka dalam menjalankan tanggung jawab organisasi diapresiasi. Kesadaran akan pentingnya keterlibatan sosial tercermin dalam interaksi mereka, menekankan kerja sama dan dukungan tim sebagai elemen kunci dalam mencapai kesejahteraan pribadi dan kolektif.

Sementara itu, aktivis ormawa lainnya, menunjukkan dorongan intrinsik yang kuat dalam menghadapi tantangan, meyakini bahwa kontribusinya dapat membawa dampak positif. Terlibat dalam pendidikan dan organisasi, ia mampu mengidentifikasi serta merencanakan solusi untuk masalah dengan proaktif. Kemandirian dan keterampilan manajemen dirinya terbukti efektif dalam menjalankan tanggung jawab organisasinya. Kesadaran akan pentingnya keterlibatan sosial tercermin dalam interaksinya, menekankan bahwa hubungan

positif dan keterlibatan dalam kelompok sosial memainkan peran penting dalam mencapai kesejahteraan pribadi. Meskipun jumlahnya hanya satu, aktivis ormawa tetap menunjukkan karakteristik positif dalam aspek kompetensi.

Kemudian pada aspek kemandirian, 4 dari 5 aktivis ormawa menekankan pentingnya komunikasi yang baik untuk mempengaruhi perasaan peduli dalam kelompok sosial. Dorongan untuk mengatasi tantangan didukung oleh tanggung jawab terhadap tujuan kelompok, dan mereka memiliki tekad untuk memberikan kontribusi positif. Kemandirian dan keterampilan manajemen dirinya konsisten, membantu dalam menjalankan tanggung jawab organisasinya dengan efektif. Aktivis ormawa merencanakan tujuan jangka panjang dan mengambil langkah-langkah nyata untuk mencapainya, baik dalam studi maupun pengembangan diri.

Sedangkan aktivis ormawa lainnya, pada aspek kemandirian, menyadari pentingnya komunikasi yang baik untuk mempengaruhi perasaan peduli dalam kelompok sosial. Dorongannya untuk mengatasi tantangan didukung oleh tanggung jawab terhadap tujuan kelompok, dan ia memiliki tekad untuk memberikan kontribusi positif. Kemandirian dan keterampilan manajemen dirinya konsisten, membantu dalam menjalankan tanggung jawab organisasinya dengan efektif. Aktivis ormawa merencanakan tujuan jangka panjang dan mengambil langkah-langkah nyata untuk mencapainya, baik dalam studi maupun pengembangan diri.

Pada aspek keterhubungan, 4 dari 5 aktivis ormawa memahami interaksi sehari-hari dengan orang lain dan menyadari pentingnya saling mengerti dan dukungan. Motivasi mereka untuk berinteraksi konsisten, didorong oleh kebutuhan akan hubungan baik dan dukungan dari orang lain. Keempat aktivis ormawa meyakini bahwa perasaan peduli terhadap anggota kelompok sosial memiliki dampak positif yang besar. Upaya mereka untuk meningkatkan perasaan peduli melibatkan komunikasi terbuka, mendengarkan, dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. Sikap mereka yang tulus, terbuka, dan responsif terhadap kebutuhan orang lain menciptakan lingkungan yang mendukung bagi semua orang di kelompoknya.

Sedangkan aktivis ormawa lainnya pada aspek keterhubungan, memahami interaksi sehari-hari dengan orang lain dan menyadari pentingnya saling mengerti dan dukungan. Motivasinya untuk berinteraksi konsisten, didorong oleh kebutuhan akan hubungan baik dan dukungan dari orang lain. Ia meyakini bahwa perasaan peduli terhadap anggota kelompok sosial memiliki dampak positif yang besar. Upayanya untuk meningkatkan perasaan peduli melibatkan komunikasi terbuka, mendengarkan, dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. Sikapnya yang tulus, terbuka, dan responsif terhadap kebutuhan orang lain menciptakan lingkungan yang mendukung bagi semua orang di kelompoknya.

Adapun faktor yang mempengaruhi determinasi yaitu *fatherless*. *Fatherless*, atau ketidakhadiran seorang ayah dalam kehidupan seseorang, mampu memberikan dampak yang signifikan terhadap determinasi diri individu. Determinasi diri, yang melibatkan kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan kehidupan sendiri, menetapkan tujuan, dan mencapai prestasi, dapat terpengaruh oleh kekosongan peran ayah. Tanpa kehadiran ayah, individu cenderung mengalami ketidakstabilan emosional, kekurangan dukungan moral dan inspirasi, serta kurangnya model peran positif yang diperlukan untuk membentuk identitas dan menetapkan tujuan hidup (Yuris & Minali, 2019).

Tabel 2. Hasil Wawancara Variabel *Fatherless*

No	Aspek	Subjek	Subjek	Subjek	Subjek	Subjek	Jumlah
		1	2	3	4	5	
1.	<i>Responsivity</i>	✓	✓	✓	✓	✓	4
2.	<i>Harshness</i>	✓	✓	✓	✓		5
3.	<i>Behavioral engagement</i>	✓	✓	✓	✓		4
4.	<i>Affective involvement</i>	✓		✓	✓		4

Berdasarkan hasil wawancara mengenai *fatherless* pada aktivis ormawa di tempat penelitian. Pada aspek *responsivity* terdapat dari 5 responden ayahnya

tidak sering menunjukkan kehangatan secara verbal, dukungan materil yang konsisten, terutama dalam pemenuhan kebutuhan finansial untuk perkuliahan, menciptakan kepastian yang memungkinkan fokus pada kegiatan akademik dan organisasi. Interaksi positif dan dukungan dalam menghadapi tekanan juga berperan dalam membentuk sikap dan keterlibatan aktivis ini.

Lalu pada aspek *harshness* atau keketatan ayah. 4 dari 5 responden ayah bersikap tegas, hukuman sebagai respons, konsistensi dalam memberikan aturan-aturan, partisipasi dalam memberikan arahan, dan kehadiran fisik ayah, memberikan landasan yang kuat dalam membentuk disiplin dan integritas pada responden.

Kemudian pada aspek *behavioral engagement*. 4 dari 5 responden memiliki keterlibatan perilaku ayah, termasuk kegiatan pengasuhan, kegiatan bersama, interaksi fisik, waktu luang bersama, dan momen-momen positif bersama, memberikan dampak positif pada keterlibatan dan kontribusi responden ini di ormawa. Keterlibatan emosional ayah menciptakan kedalaman dan intensitas hubungan, serta pengakuan dan penghargaan atas kehadiran anak, memberikan dukungan emosional dan motivasi tambahan.

Sedangkan pada aspek *affective involvement*, 3 dari 5 responden, terdapat ayah memiliki interaksi langsung terbatas oleh keterbatasan waktu, sehingga setiap momen bersama ayah menjadi berkesan. Keterlibatan ayah dalam merencanakan kehidupan, dukungan finansial, pemahaman terhadap kebutuhan khusus, serta pengakuan dan penghargaan atas kehadiran anak memberikan dukungan emosional dan motivasi tambahan pada keterlibatan responden ini.

Selain *fatherless* terdapat faktor yang mempengaruhi determinasi diri yaitu kesulitan regulasi emosi. Kesulitan dalam regulasi emosi dapat memberikan dampak negatif pada determinasi diri seseorang. Tantangan mengelola emosi dapat mengganggu fokus pada tujuan, menghambat interaksi sosial, dan meningkatkan risiko untuk menyerah dalam menghadapi rintangan. Kemampuan untuk mengatasi emosi negatif adalah aspek kritis dari determinasi diri, dan kesulitan dalam hal ini dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk mencapai dan mempertahankan tujuan mereka. Penting bagi individu

yang mengalami kesulitan regulasi emosi untuk mengembangkan keterampilan tersebut, mencari dukungan sosial, dan mempertimbangkan bantuan profesional guna memperkuat determinasi diri mereka (Benita, 2020).

Tabel 3. Hasil Wawancara Variabel Kesulitan Regulasi Emosi

No	Aspek	Subjek	Subjek	Subjek	Subjek	Subjek	Jumlah
		1	2	3	4	5	
1.	<i>Non acceptance of emotional responses</i>	✓	✓	✓		✓	4
2.	<i>Difficulties engaging in goal-directed</i>	✓	✓	✓	✓		5
3.	<i>Impulse control difficulties</i>	✓	✓	✓	✓		4
4.	<i>Lack of emotional awareness</i>	✓	✓	✓			3
5.	<i>Limited access to emotional regulation strategies</i>	✓	✓	✓			3
6.	<i>Lack of emotional clarity</i>	✓		✓			2

Berdasarkan hasil wawancara awal mengenai kesulitan regulasi emosi. Pada aspek *non acceptance of emotional responses*, terdapat 4 dari 5 responden mengalami perasaan malu dan penyesalan terhadap diri sendiri ketika marah, menunjukkan ketidakmampuan dalam menerima respon emosi. Hal ini mengindikasikan kecenderungan terhadap respons negatif terhadap emosi negatif atau menyangkal keadaan yang menyedihkan.

Lalu pada aspek *difficulties engaging in goal-directed*, terdapat 4 dari 5 responden mengalami kesulitan dalam menjaga mood saat mengerjakan tugas dan kesulitan fokus pada hal lain ketika bersedih, menunjukkan ketidakmampuan dalam menjalankan perilaku sesuai dengan tujuan yang diinginkan saat mengalami emosi negatif.

Selanjutnya pada aspek *impulse control difficulties*, terdapat 4 dari 5 responden kesulitan mengendalikan diri saat emosi, menandakan ketidakmampuan dalam mengontrol dorongan ketika mengalami emosi negatif. Sebanyak 4 dari 5 responden juga mengalami kesulitan memahami apa yang dirasakannya dengan jelas, mengindikasikan ketidakmampuan dalam pemahaman emosi.

Kemudian pada aspek *lack of emotional awareness*, 3 dari 5 responden terkadang tidak dapat mengatasi emosi negatif yang dirasakannya, menunjukkan keterbatasan dalam membuat strategi regulasi emosi yang efektif. Meskipun demikian, semua responden memiliki cara mengatasi kesedihan atau kekesalan yang dialami.

Selanjutnya pada aspek *limited access to emotional regulation strategies*, 3 dari 5 responden mengalami kesulitan mengungkapkan apa yang dirasakannya, dan pada aspek *lack of emotional clarity* 2 dari 5 responden pernah mengalami kesulitan mengeluarkan air mata saat menangis.

Berdasarkan uraian diatas, maka penelitian ini berjudul “Pengaruh *Fatherless* dan Kurangnya Regulasi Emosi terhadap Determinasi Diri pada Aktivis ORMAWA”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang maka rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana deskriptif *fatherless*, kesulitan regulasi emosi dan determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi?
2. Apakah ada hubungan signifikan *fatherless* dengan determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi?
3. Apakah ada hubungan signifikan kesulitan regulasi emosi dengan determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi?
4. Apakah ada pengaruh signifikan *fatherless* dan kesulitan regulasi emosi terhadap determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjabaran rumusan masalah maka tujuan penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui deskriptif *fatherless*, kesulitan regulasi emosi dan determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi.
2. Mengetahu hubungan *fatherless* dengan determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi.

3. Apakah ada hubungan signifikan kesulitan regulasi emosi dengan determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi?
4. Apakah ada pengaruh signifikan *fatherless* dan kesulitan regulasi emosi terhadap determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Manfaat penelitian ini diharapkan mendapatkan pengetahuan mengenai pengaruh *fatherless* dan kesulitan regulasi emosi terhadap determinasi diri dalam kajian psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Mahasiswa

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat membantu dan memberikan informasi yang berguna, agar mahasiswa dapat memahami hal-hal yang berkaitan dengan pengaruh *fatherless* dan kesulitan regulasi emosi terhadap determinasi diri pada aktivis ormawa di Universitas Islam 45 Bekasi.

b) Bagi Universitas

Penulis berharap hasil temuan ini berguna untuk referensi penelitian lebih lanjut yang akan dilakukan di masa mendatang, dengan fokus yang lebih mendalam.

c) Bagi penelitian selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan berguna untuk sumber pengetahuan serta rujukan yang bermanfaat bagi studi lanjutan di bidang lain, sehingga dapat meningkatkan kualitas pembelajaran.