

PENGARUH RESILIENSI DAN HUBUNGAN PERSAHABATAN TERHADAP AKTUALISASI DIRI PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH ANGKATAN 2021-2022 UIN SALATIGA

Fairuz Farhaniy, Suryanto
Universitas Islam Negeri Salatiga
e-mail: fairuzfarhaniy7@gmail.com

Abstract

The objective of this study is to examine the influence of resilience and friendship relationships on self-actualization among students of the Faculty of Da'wah, Class of 2021–2022, at the State Islamic University (UIN) Salatiga. The sample consisted of 110 students, selected using the cluster random sampling method, with 53 students from the 2021 cohort and 57 students from the 2022 cohort. This research employed a quantitative approach with a causal design. The data were analyzed using simple linear regression and multiple linear regression analyses. The results showed that resilience and friendship relationships significantly influence self-actualization, with a significance value of $0.000 < 0.05$. The data analysis also revealed that the simultaneous influence of resilience and friendship relationships on self-actualization accounted for 66.5% of the variance. Therefore, it can be concluded that resilience and friendship relationships have a significant impact on self-actualization among students of the Faculty of Da'wah, Class of 2021–2022, at the State Islamic University (UIN) Salatiga.

Keywords: Resilience, Friendship Relationships, Self-Actualization.

Abstrak

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh resiliensi dan hubungan persahabatan terhadap aktualisasi diri pada mahasiswa Fakultas Dakwah Angkatan 2021-2022 UIN Salatiga. Sampel berjumlah 110 yang dihitung menggunakan rumus cluster random sampling untuk angkatan 2021 berjumlah 53 dan untuk angkatan 2022 berjumlah 57. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausalitas. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana dan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh resiliensi dan hubungan persahabatan terhadap aktualisasi diri pada mahasiswa fakultas dakwah angkatan 2021-2022 dimana hasil perhitungan signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil analisis data diperoleh bahwa pengaruh resiliensi dan hubungan persahabatan secara simultan terhadap aktualisasi diri pada mahasiswa fakultas dakwah angkatan 2021-2022 sebesar 66,5 %, sehingga dapat disimpulkan bahwa resiliensi dan hubungan persahabatan memiliki pengaruh terhadap aktualisasi diri pada mahasiswa fakultas dakwah angkatan 2021-2022 Universitas Islam Negeri (UIN) salatiga.

Kata kunci: Resiliensi, Hubungan Persahabatan, Aktualisasi Diri

PENDAHULUAN

Mahasiswa memiliki peran yang krusial dalam pembangunan masa depan suatu Negara. Mereka memiliki potensi besar untuk melakukan penelitian dan menciptakan suatu inovasi (Putra et al., 2024). Mereka dapat berkontribusi terhadap penemuan ilmiah, pengembangan teknologi baru, dan sebagainya. Dalam perkembangan dunia yang semakin kompleks, mereka memiliki potensi menjadi pendorong utama terhadap pemberdayaan ekonomi dengan menciptakan lapangan pekerjaan melalui kewirausahaan atau meningkatkan keterampilan yang sesuai dengan kebutuhan industri saat ini (Ferdiansyah & Permana, 2022). Mahasiswa juga dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial untuk membantu memecahkan masalah sosial yang ada di masyarakat (Nuraeni et al., 2023). Dengan demikian, peran dan potensi mereka dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat dapat menjadi sumber kekuatan positif dalam membangun masa depan bangsa. Maka penting untuk memberikan dukungan positif yang didapatkan dari lingkungan maupun perkembangan psikologisnya yang dapat mempengaruhi perkembangan aktualisasi diri, sehingga mereka dapat mengeksplorasi potensi diri secara optimal (Erina Dwi Ajeng Umorowati et al., 2024).

Pentingnya aktualisasi diri pada mahasiswa memberikan dampak tidak hanya pada pengembangan pribadinya, namun juga pada kemampuannya memberikan kontribusi yang positif kepada masyarakat (Ordun & Akun et al., 2017). Aktualisasi diri menumbuhkan pemikiran yang kritis, kreativitas, dan mandiri, yang memungkinkan mahasiswa untuk menghadapi tantangan secara efektif sambil mengejar tujuan mereka (Wahyuni & Prasetya, 2024). Dengan demikian, mahasiswa yang mencapai aktualisasi diri cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi dan mampu beradaptasi dengan perubahan lingkungan, baik di dalam maupun di luar kampus. Selain itu, aktualisasi diri juga mendorong mahasiswa untuk mengeksplorasi minat dan bakatnya, yang pada akhirnya dapat membukaawasannya. Serta membuka peluang karir yang lebih luas di masa depan. Hal ini menciptakan individu yang tidak hanya siap menghadapi dunia kerja, namun juga berkontribusi terhadap pengetahuan dan keterampilan dengan cara yang

lebih bermakna (Zubaidah, 2019).

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Zainuddin (2020), bahwa dalam sejarahnya mahasiswa telah memberikan kontribusi yang besar serta berperan aktif terhadap pembangunan bangsa dan Negara Republik Indonesia. Menurutnya, mereka memegang tiga peran utama, yaitu sebagai *agen of social change and social control*, sebagai *moral force and guardian of value*, dan sebagai *iron stock*. Hal tersebut bisa dilihat dari periode ke periode, seperti periode Kebangkitan Nasional Budi Oetomo tahun 1908, Sumpah Pemuda tahun 1928, periode proklamasi kemerdekaan RI tahun 1945, awal Orde Baru tahun 1966, gerakan Malari 1974, dan Orde Reformasi tahun 1988 (Zainuddin, 2020). Indonesia saat ini tengah mengusung visi besar untuk menjadi negara maju pada tahun 2045, bertepatan dengan peringatan satu abad kemerdekaan yang dikenal sebagai visi Indonesia Emas 2045. Dalam mewujudkan cita-cita tersebut, mahasiswa memegang peranan penting sebagai generasi penerus bangsa. Mereka diharapkan menjadi agen perubahan melalui pengembangan ide-ide kreatif dan inovatif di berbagai sektor. Dengan semangat muda yang energik dan pola pikir yang progresif, mahasiswa diharapkan mampu menciptakan inovasi baru di bidang teknologi, ekonomi, sosial, dan budaya (Soleh & Rahman, 2024).

Semakin banyak peran mahasiswa ke berbagai aspek kehidupan masyarakat maka sangat penting bagi mahasiswa untuk mencapai aktualisasi diri sebagai puncak dari hirarki kebutuhan manusia, yang merupakan proses pemenuhan potensi diri seseorang secara optimal. Maka perlu melakukan pemahaman yang mendalam terhadap faktor yang mempengaruhi maupun strategi yang mendukung proses tercapainya aktualisasi diri. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Rachman & Permatasari, 2019) tentang pengaruh teman sebaya dan kepercayaan diri mahasiswa terhadap aktualisasi diri ditemukan hasil bahwa teman sebaya dan kepercayaan diri berpengaruh terhadap pencapaian aktualisasi diri. Sedangkan pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Lasmana & Arista, 2019) tentang pengaruh media sosial bigo live dan kepuasan diri terhadap aktualisasi diri pada *host official Bigo Live* ditemukan hasil regresi linier berganda membuktikan bahwa kepuasan diri mempunyai pengaruh lebih besar daripada media sosial *Bigo Live* dan hubungan

antara media sosial Bigo Live dengan aktualisasi diri melemah atau hilang jika dimasukkan variabel kepuasan diri.

Sebagai individu tentu penting untuk mempertimbangkan bagaimana faktor-faktor internal maupun eksternal dapat mempengaruhi proses aktualisasi diri. Resiliensi atau kemampuan individu untuk bangkit kembali dari kesulitan dapat membantu individu untuk mencapai perjalanan menuju aktualisasi diri (Chafifah, 2021). Selain itu, persahabatan sebaya yang memberikan dukungan emosional dan sosial juga penting dalam proses pengembangan diri ataupun pencapaian aktualisasi diri (Ningtyas, 2015). Maka resiliensi dan pengaruh persahabatan sebaya merupakan faktor yang penting untuk dapat mempengaruhi perkembangan aktualisasi diri seseorang. Kemampuan individu untuk bangkit kembali dari kesulitan serta dukungan dan interaksi yang positif dalam hubungan persahabatan sebaya dapat memberikan landasan yang kuat individu untuk mengeksplorasi potensi diri mereka secara optimal. Mengingat bahwa sebagai mahasiswa pada dasarnya memiliki dorongan yang kuat ke arah pencapaian aktualisasi diri.

Menurut Azizah (2022) sebagai mahasiswa tentu terkadang merasa terjebak dalam rutinitas ataupun jurusan yang tidak sesuai dengan minat atau potensi mereka, sehingga mengalami ketidakpuasan dan stagnasi dalam pengembangan diri. Kurangnya kesadaran akan pentingnya aktualisasi diri juga dapat menyebabkan rendahnya motivasi untuk mengeksplorasi dan mengembangkan bakat serta kemampuan yang dimiliki (Kadek Yudi Murdana et al., 2022). Hal ini dapat berdampak negatif pada produktivitas dan kesejahteraan mental mahasiswa. Utami dan Magdalena (dalam Raswati, 2017), berpendapat bahwa faktor sosial dan budaya juga dapat mempengaruhi aktualisasi diri, seperti tekanan untuk memenuhi ekspektasi keluarga atau masyarakat yang mungkin bertentangan dengan aspirasi pribadi mahasiswa. Dengan demikian, diperlukan langkah-langkah untuk meningkatkan kesadaran serta dukungan dalam mewujudkan aktualisasi diri. Pencapaian aktualisasi diri pada mahasiswa tidak semata-mata ditentukan oleh lingkungan, tetapi juga memerlukan kontribusi dari ketahanan diri (resiliensi) dan hubungan pertemanan sebagai bagian dari proses tersebut.

Fenomena yang terjadi mengenai pencapaian aktualisasi diri khususnya

pada mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Salatiga, dari hasil observasi dan wawancara kepada mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Salatiga menunjukkan bahwa ketika mereka memiliki ketangguhan mental atau resiliensi dan dukungan dari sahabat yang peduli, mereka merasa lebih mudah untuk bangkit dan fokus pada tujuan. Jadi, dalam proses menuju aktualisasi diri akan terasa lebih ringan, karena mereka tidak merasa sendirian dalam menghadapi tantangan. Mereka mengatakan bahwa dengan adanya ketangguhan mental (resiliensi) dapat membantu untuk tidak mudah menyerah, dan persahabatan dapat memberikan energi tambahan untuk terus maju.

Berdasarkan paparan diatas, bahwa seorang mahasiswa perlu memiliki kemampuan resiliensi dan persahabatan untuk mencapai aktualisasi diri agar dapat tumbuh menjadi individu yang penuh dengan potensi, serta dapat berkontribusi yang positif dalam masyarakat. Dengan ini, perlu melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui bagaimana pengaruh peran resiliensi dan persahabatan terhadap aktualisasi diri mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengangkat skripsi yang berjudul “Pengaruh Resiliensi dan Persahabatan Terhadap Aktualisasi Diri Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Angkatan 2021-2022 Universitas Islam Negeri (UIN) Salatiga”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif yang menggunakan desain kausalitas. Kausalitas adalah desain dalam penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi apakah variabel independen atau sebab memiliki pengaruh langsung terhadap variabel dependen atau akibat (Rahman, 2016). Maka penelitian ini berfokus pada pengujian hipotesis tentang pengaruh resiliensi dan hubungan persahabatan terhadap aktualisasi diri.

Populasi yang diambil untuk penelitian ini berjumlah 1.007 mahasiswa Fakultas Dakwah angkatan 2021-2022 yang saat ini sedang menempuh semester 8 (angkatan 2021) dan semester 6 (angkatan 2022), terdiri dari 481 mahasiswa angkatan 2021, 526 mahasiswa angkatan 2022. Teknik cluster random sampling dipilih karena efisiensi dan kemudahannya dalam mengumpulkan data dari populasi

sambil tetap memberikan hasil yang representative. Untuk menghitung ukuran sampel dari populasi yang berjumlah 1.007 menggunakan rumus Sloven (Altares dkk., 2003) untuk menentukan ukuran sampel dengan taraf kesalahan 9% sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

Ukuran sampel (n) : n

Ukuran populasi (N) : 1.007

Margin kesalahan (e) : 9% atau 0,09

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$
$$n = \frac{1.007}{1 + 1.007 (9\%)^2}$$
$$n = \frac{1.007}{9,1567} = 109,97 (110)$$

Jadi, dengan taraf kesalahan 9%, ukuran sampel yang diperlukan dari populasi 1.007 adalah sekitar 110. Cluster random sampling melibatkan pembagian seluruh populasi menjadi kelompok atau cluster. Teknik *cluster random sampling* ini semua anggota dalam cluster yang terpilih digunakan dalam sampel akhir (Fadhillah et al., 2024). Sedangkan penentuan jumlah sampel ini dilakukan secara proporsional, dengan menggunakan rumus *cluster random sampling*, yaitu:

$$fi = \frac{Ni}{N}$$

$$Ni = fi \times n$$

Keterangan:

fi : Sampel pecahan cluster

Ni : Banyaknya populasi yang ada dalam cluster

N : Jumlah populasi

n : Jumlah sampel

Berdasarkan rumus *cluster sampling* yang digunakan tersebut, diperoleh hasil jumlah sampel sebagai berikut:

$$f_i = \frac{110}{1007}$$

$$f_i = 0,109$$

Tabel 1. 1 Total Sampel

No	Angkatan	Jumlah Populasi	Jumlah Sampel
1	2021	481	0,109 x 481 = 53
2	2022	526	0,109 x 526 = 57
Total Sampel Percluster			110

Berdasarkan hasil tersebut, maka jumlah sampel yang dihitung menggunakan rumus *cluster random sampling* untuk angkatan 2021 berjumlah 53 dan untuk angkatan 2022 berjumlah 57. Kemudian dilakukan pembagian merata untuk jumlah sampel angkatan 2021 dan 2022 dibagi ke dalam 4 program studi yaitu Komunikasi dan Penyiaran Islam, Manajemen Dakwah, Pengembangan Masyarakat Islam, dan Psikologi Islam, sebagai berikut:

Tabel 1. 2 Total Sampel 4 Program Studi

No	Angkatan	KPI	MD	PMI	PI	Jumlah Sampel
1	2021	13	13	13	14	53
2	2022	14	14	14	15	57
Total Sampel						110

Pembagian ini dilakukan untuk memastikan semua sampel teralokasi secara merata dengan sedikit penyesuaian agar tetap mendapatkan total 110 sampel.

Uji validitas pada penelitian ini dilakukan untuk menguji validasi instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Kuesioner yang valid adalah kuesioner yang diharapkan dapat benar-benar mengukur apa yang semestinya diukur (Porter, 2021). Perhitungan ini akan dilakukan dengan program SPSS (*Statistical for Social Science*). Pengujian reliabilitas instrumen menggunakan rumus Alpha Cronbach karena instrumen

penelitian ini berbentuk skala likert 1-5.

Selanjutnya uji daya diskriminasi digunakan untuk melihat sejauhmana kemampuan suatu aitem untuk membedakan individu yang satu dari yang lainnya berdasarkan atribut yang diukur oleh tes (Azwar, 2013). Pada skala yang mengungkap Aktualisasi Diri, Resiliensi, dan Hubungan Persahabatan, maka aitem yang memiliki daya diskriminasi yang tinggi adalah aitem yang mampu menunjukkan sejauh mana individu memiliki Aktualisasi Diri, Resiliensi, dan Hubungan Persahabatan yang tinggi dan yang tidak.

Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari responden terkumpul. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik dengan bantuan *SPSS for windows*. Statistik deskriptif biasa digunakan sebagai teknik analisis dengan tujuan untuk menjelaskan atau memberikan gambaran jumlah kuesioner yang kembali dan perbandingan dengan kuesioner yang dikirim dengan menyajikan tabel yang berisi nilai maksimal, minimal, mean dan standar deviasi yang diperoleh dari hasil jawaban responden yang diterima. Selanjutnya pada akan dilakukan uji asumsi klasik, uji regresi sederhana, uji regresi berganda, dan uji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada penelitian ini, analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat Aktualisasi Diri dalam kategori sedang (50%) dan tinggi (40.9%). Sedangkan untuk Resiliensi, sebagian besar responden berada dalam kategori sedang (57.3%) dan tinggi (32.7%). Untuk variabel Hubungan Persahabatan, sebagian besar berada pada kategori sedang (73.6%) dengan 20.9% berada pada kategori tinggi. Berdasarkan uji normalitas, data terdistribusi normal dengan nilai signifikansi 0.123, yang berarti data memenuhi asumsi normalitas. Uji linearitas juga menunjukkan hubungan linier yang signifikan antara Resiliensi dan Aktualisasi Diri (nilai signifikansi 0.000) serta antara Hubungan Persahabatan dan Aktualisasi Diri (nilai signifikansi 0.000). Hasil uji multikolienaritas menunjukkan bahwa tidak ada korelasi signifikan antara variabel independen, karena nilai

koefisien determinasi serentak lebih besar dari koefisien individual. Begitu pula dengan uji heteroskedastisitas yang menunjukkan tidak ada masalah heteroskedastisitas.

Pada uji hipotesis, hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa Resiliensi berpengaruh signifikan terhadap Aktualisasi Diri, dengan nilai koefisien regresi sebesar 0.914 ($p = 0.000$), yang berarti setiap kenaikan 1% pada resiliensi akan meningkatkan aktualisasi diri sebesar 0.914. Begitu juga dengan Hubungan Persahabatan, yang juga berpengaruh signifikan dengan koefisien regresi sebesar 0.728 ($p = 0.000$), artinya setiap penambahan 1% pada hubungan persahabatan akan meningkatkan aktualisasi diri sebesar 0.728. Hasil regresi linier berganda menunjukkan bahwa Resiliensi dan Hubungan Persahabatan bersama-sama menjelaskan 66.5% variasi dalam Aktualisasi Diri, dengan kontribusi masing-masing sebesar 0.860 untuk resiliensi dan 0.095 untuk hubungan persahabatan. Berdasarkan uji F, diperoleh nilai signifikansi 0.000, yang lebih kecil dari 0.05, menunjukkan bahwa Resiliensi dan Hubungan Persahabatan secara simultan memiliki pengaruh signifikan terhadap Aktualisasi Diri mahasiswa. Uji t menunjukkan bahwa baik Resiliensi ($t = 14.543$, $p = 0.000$) maupun Hubungan Persahabatan ($t = 7.159$, $p = 0.000$) secara parsial berpengaruh signifikan terhadap Aktualisasi Diri, dengan nilai t hitung lebih besar dari t tabel (1.982), yang berarti hipotesis yang diajukan diterima.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa baik Resiliensi maupun Hubungan Persahabatan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Aktualisasi Diri mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Salatiga, baik secara parsial maupun simultan. Koefisien determinasi yang menunjukkan bahwa 66.5% variasi dalam Aktualisasi Diri dapat dijelaskan oleh kedua faktor ini, sementara sisanya (33.5%) dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pembahasan

Resiliensi Terhadap Aktualisasi Diri Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Angkatan 2021-2022 UIN Salatiga berdasarkan hasil uji hipotesis dengan uji t yang dilakukan diperoleh nilai sig. sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari nilai sig.

0,05 dan nilai t hitung sebesar 10.475 yang berarti lebih besar dari t tabel (1,982). Nilai T hitung > T tabel ($10.475 > 1,982$) dan signifikansi < 0,05 ($0,000 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Agustina et al., 2023) melakukan penelitian yang berjudul Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa, yang menunjukkan adanya pengaruh kepercayaan diri terhadap aktualisasi diri pada mahasiswa. Maka seorang mahasiswa yang memiliki dorongan yang positif dalam diri mahasiswa akan menghantarkan kepada puncak pencapaian aktualisasi diri. Selain itu, pada penelitian (Alviana & Wardo, 2018) yang berjudul Hubungan prokrastinasi Akademik dengan Aktualisasi Diri Mahasiswa yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa dorongan dalam diri yang negatif maka tidak akan menghantarkan individu pada pencapaian puncak aktualisasi diri, sebaliknya individu yang memiliki dorongan dalam diri yang positif maka individu tersebut akan mencapai aktualisasi diri.

Hasil persentase mahasiswa fakultas dakwah angkatan 2021-2022 lebih banyak memiliki tingkat resiliensi sedang sebanyak 63 responden (57.3%) sebesar 66,7%. Sebagaimana definisi dari resiliensi yaitu menurut Hendriani (2018), resiliensi adalah sebuah proses dinamis dalam individu yang melibatkan peran yang berasal dari berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan individu tersebut memiliki kekuatan dan ketangguhan untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi yang sulit dan menekan atau mengandung hambatan yang signifikan. Adapun individu yang memiliki kemampuan resiliensi menurut (Yu & Zhang, 2007) dapat dilihat dari tiga aspek yaitu *Tenacity* (Kegigihan), *Strength* (Kekuatan), dan *Optimism* (Optimis). Dimana aspek tersebut dapat membantu individu tidak hanya bertahan tetapi juga berkembang dalam menghadapi tantangan hidup dan mampu melihat peluang di tengah kesulitan. Maka individu yang memiliki hasrat untuk terus mewujudkan potensi dan keinginan untuk menjadi apa yang diinginkan individu tersebut akan mencapai puncak aktualisasi diri (Boeree: 2013).

Perjalanan menuju aktualisasi diri yaitu proses pencapaian potensi tertinggi individu sesuai konsep Abraham Maslow, maka resiliensi menjadi salah satu kemampuan yang mendukung pencapaian tersebut. Dengan memiliki resiliensi, individu dapat menghadapi berbagai tantangan, mengambil pelajaran dari setiap pengalaman, dan terus melangkah menjadi versi yang lebih baik.

Hubungan Persahabatan Terhadap Aktualisasi Diri Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Angkatan 2021-2022 UIN Salatiga berdasarkan hasil uji hipotesis dengan uji t yang dilakukan diperoleh nilai sig. sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari nilai sig. 0,05 dan nilai t hitung sebesar 7,159 yang berarti lebih besar dari t tabel (1,982). Nilai T hitung $< T$ tabel ($7,159 > 1,982$) dan signifikansi $< 0,05$ ($0.000 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil persentase mahasiswa fakultas dakwah angkatan 2021-2022 lebih banyak memiliki tingkat hubungan persahabatan sedang sebanyak 81 responden (73.6%).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ali Rachman dan Nina Permata Sari (2019) melakukan penelitian berjudul Pengaruh Teman Sebaya Dan Kepercayaan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa. Dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa makin kuat dukungan teman sebaya dan kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin menunjang aktualisasi diri mahasiswa, karena teman sebaya cukup efektif dalam membantu mahasiswa untuk mengembangkan aktualisasi dirinya terutama dalam keberhasilan belajarnya.

Adanya pengaruh hubungan persahabatan ini dapat dilihat dari kecenderungan kegiatan atau aktifitas yang dilakukan. Persahabatan yang positif memiliki hubungan yang lebih akrab, saling tolong menolong, serta saling mengingatkan akan harga diri. Sedangkan persahabatan yang negatif, mereka akan melakukan kegiatan yang negatif seperti mengkonsumsi alkohol, aksi tawuran bersama, narkoba, merokok, dan melakukan bullying bahkan pembunuhan (Matitaputty & Rozali, 2021). Maka hubungan persahabatan yang positif akan membangun beberapa aspek hubungan persahabatan menurut (Kusumadinata & Hardiyanti, 2023) seperti kesetaraan, keterbukaan, sikap positif, empati dan dukungan yang tidak hanya memberikan kebahagiaan, tetapi juga menjadi sumber

kekuatan emosional dan sosial yang membantu individu berkembang secara personal maupun interpersonal. Maka dengan adanya kegiatan dan sikap yang positif dari seorang sahabat memiliki peran yang sangat penting dalam proses pencapaian aktualisasi diri.

Salah satu aspek individu yang mengaktualisasikan diri yaitu mudah bersahabat dan berusaha membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Dimana individu yang telah mencapai aktualisasi diri akan cenderung mudah bersahabat dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Mereka terbuka, ramah, dan memiliki keterampilan sosial yang baik. Kemampuan ini membuat mereka dapat berinteraksi dengan berbagai kalangan, membangun hubungan yang tulus, dan menjaga hubungan interpersonal yang sehat. Oleh karena itu, mereka berusaha menjalin dan merawat persahabatan yang sehat, karena persahabatan menjadi bagian penting dari perjalanan hidup yang bermakna.

Pengaruh resiliensi dan hubungan persahabatan terhadap aktualisasi diri pada mahasiswa Fakultas Dakwah angkatan 2021-2022 UIN Salatiga berdasarkan hasil uji hipotesis dengan uji F yang dilakukan diperoleh nilai sig. sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05 dan nilai F hitung 106.284 yang lebih besar dari F tabel (3,081). Hal ini dapat diartikan bahwa pengaruh resiliensi dan hubungan persahabatan berpengaruh signifikan terhadap aktualisasi diri pada mahasiswa Fakultas Dakwah angkatan 2021-2022 UIN Salatiga. Hasil penelitian juga didukung oleh uji koefisien determinasi yang menunjukkan Nilai R^2 sebesar 0.282 artinya persentase sumbangan pengaruh variabel Resiliensi dan Hubungan Persahabatan terhadap Aktualisasi Diri sebesar 66,5%, sedangkan sisanya (100% - 66,5% = 33,5%) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model ini atau variabel yang tidak diteliti.

Aktualisasi diri merupakan tahap tertinggi dalam teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow, dimana individu dapat mengembangkan potensi terbaiknya. Dzikron (2020) mendefinisikan aktualisasi diri sebagai sebuah perjalanan untuk memberdayakan diri dan kehidupan seorang individu, serta mampu mendefinisikan perspektif yang negatif dan melihatnya dengan cara yang berbeda, sehingga individu bisa mencapai tujuan hidup yang lebih bermakna. Sehingga penting

adanya kesadaran bagaimana faktor-faktor internal maupun eksternal dapat mempengaruhi proses aktualisasi diri pada mahasiswa.

Pentingnya aktualisasi diri pada mahasiswa memberikan dampak tidak hanya pada pengembangan pribadinya, namun juga pada kemampuannya memberikan kontribusi yang positif kepada masyarakat (Ordun & Akun, 2017). Pencapaian aktualisasi diri pada mahasiswa tidak hanya bisa dicapai dengan usaha individu semata. Namun dengan kemampuan resiliensi yang membantu mahasiswa tetap kuat dalam menghadapi berbagai tantangan dan memiliki hubungan persahabatan agar saling mendapatkan dan memberikan dukungan sosial yang dibutuhkan dalam proses pengembangan diri mahasiswa atau proses pencapaian aktualisasi diri.

Maka mahasiswa yang mengaktualisasikan diri dapat menyikapi segala sesuatu dengan bijaksana dan dewasa, sehingga mereka dapat mengambil keputusan secara realistis. Mereka juga memiliki penyesuaian diri positif yang dapat menghadapi perubahan sosial atau situasi dapat mencerminkan ketahanan mental dan fleksibilitas dalam menghadapi tantangan. Mereka juga berusaha untuk memiliki hubungan yang baik terhadap diri sendiri maupun dengan orang lain.

KESIMPULAN

Simpulan disusun berdasarkan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan didapatkan dari data-data melalui hasil penyebaran kuesioner kepada 110 responden yang telah ditentukan sebelumnya. Hasil dari data tersebut kemudian diolah agar dapat mudah dianalisis oleh peneliti dan pembaca. Berdasarkan hasil analisis peneliti dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil dari nilai T hitung $>$ T tabel ($10.475 > 1,982$) dan signifikansi $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak. Jadi dapat disimpulkan, bahwa Resiliensi secara parsial berpengaruh terhadap Aktualisasi Diri. Setiap penambahan 1% nilai resiliensi maka nilai aktualisasi diri bertambah sebesar 0.914 ($Y = 19.278 + 0.914X$). Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X (Resiliensi) terhadap variabel Y (Aktualisasi Diri) adalah positif.

2. Hasil dari nilai T hitung $>$ T tabel ($7,159 > 1,982$) dan signifikansi $<0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak. Jadi dapat disimpulkan, bahwa hubungan persahabatan secara parsial berpengaruh terhadap aktualisasi diri. Setiap penambahan 1% nilai Hubungan Persahabatan maka nilai aktualisasi diri bertambah sebesar 0.728 ($Y = 48.858 + 0.728X$). Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X (Hubungan Persahabatan) terhadap variabel Y (Aktualisasi Diri) adalah positif.

3. Hasil analisis data yang diperoleh dari F tabel sebesar 3,081 ($106.284 > 3,081$) dan nilai signifikan 0,000 ($0,000 < 0,05$). Maka H_0 ditolak, jadi dapat disimpulkan bahwa Resiliensi dan Hubungan Persahabatan secara bersama-sama berpengaruh terhadap Aktualisasi Diri. Setiap penambahan nilai sebesar 1 satuan pada X_1 (Resiliensi), maka nilai variabel Y (Aktualisasi Diri) akan meningkat sebesar 0.860 ($Y = 13.189 + 0.860X_1 + 0.095X_2$) dengan asumsi variable independent lainnya nilainya tetap. Setiap penambahan nilai sebesar 1 satuan pada variabel X_2 (Hubungan Persahabatan), maka nilai variabel Y (Aktualisasi Diri) akan meningkat sebesar 0.095 ($Y = 13.189 + 0.860X_1 + 0.095X_2$), dengan asumsi variabel independent lainnya nilainya tetap.

SARAN

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, berikut saran dari peneliti yang dapat dilakukan. Bagi Universitas Islam Negeri Salatiga, saran bagi Universitas perlu untuk memberikan dukungan mahasiswa untuk mengeksplorasi potensi, melalui kegiatan organisasi, pelatihan soft skill, maupun program-program kreatif dan inovatif yang dapat merangsang ekspresi diri dan rasa percaya diri mahasiswa.

Bagi Mahasiswa, peneliti menyarankan pada mahasiswa diharapkan untuk meningkatkan kemampuan resiliensi dengan belajar mengelola stress, beradaptasi dengan perubahan, serta mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Selain itu, mahasiswa juga harus menjalin dan menjaga hubungan persahabatan yang sehat dan suportif, karena dukungan sosial yang kuat dapat membantu mahasiswa merasa lebih dihargai dan percaya diri dalam mengajar tujuan hidup.

Bagi Peneliti Selanjutnya, saran kepada peneliti selanjutnya yaitu peneliti

diharapkan mampu menggunakan variabel lain untuk mencari besaran tingkat aktualisasi diri. Diharapkan juga dengan dilaksakannya penelitian lanjutan maka nantinya diperoleh hasil yang lengkap dan dapat menambah kekurangan dalam penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustina, T., Nasichah, Nurhakim, D., & Zahirah, H. (2023). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa Volunteer Ayasofya Youth Community. *At-Tazakki*, 7(2), 181–191.
- Altare, P. S., Copo, A. R. I., Gabuyo, Y. A., et al. (2003). *Elementary Statistics: A Modern Approach*. Manila: Rex Book Store\
- Alviana, D., & Warto, W. (2018). Hubungan prokrastinasi Akademik dengan Aktualisasi Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 12(1), 171–186. <https://doi.org/10.24090/komunika.v12i1.1355>
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Belajar.
- Boeere, G. C. (2013). *PERSONALITY THEORIES: Melacak Kepribadian Anda Bersama Para Psikolog Dunia*. Jogjakarta: Prismsophie.
- Chafifah, R. C. (2021). Gambaran Resiliensi Pada Pasien Dengan Hiv. *Skripsi*, 4–2
- Dzikron, A. (2020). SEBAB KALAH Hal Receh Penyebab Aktualisasi Diri yang Keliru. Solo: Metagraf
- Erina Dwi Ajeng Umorowati, Fitriyana Puspitaningsih, & Eva Dwi Kurniawan. (2024). Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Novel Mimpi, Cinta, dan Inspirasi Karya Gloria Morgen. *Sintaksis : Publikasi Para Ahli Bahasa Dan Sastra Inggris*, 2(1), 160–169. <https://doi.org/10.61132/sintaksis.v2i1.290>
- Fadhillah1), A. S., Febrian1), M. D., , Muhammad Cahyo Prakoso1), M. R., Putri1), S. D., & , Raden Siti Nurlaela, S.TP, M. T. 1. (2024). Sistem Pengambilan Contoh Dalam Metode Penelitian. *Karimah Tauhid*, 3(6), 7228–7237.
- Ferdiansyah, O., & Permana, E. (2022). Peran start up untuk pengembangan kewirausahaan mahasiswa pasca pandemi covid 19 di Indonesia. *Jurnal Riset Pendidikan Ekonomi*. <https://doi.org/10.21067/jrpe.v7i2.6828>
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis [: Sebuah Pengantar]*. Jakarta: Kencana
- Kadek Yudi Murdana, Kamanitra, R. P. S., & Herman. (2022). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Pemuda Buddhis Kecamatan Pesanggaran dan Kecamatan Gambiran, Kabupaten Banyuwangi, dengan Metode Living Values Education. *Jurnal Nyanadassana: Jurnal Penelitian Pendidikan, Sosial Dan Keagamaan*,

I(1), 75–90. <https://doi.org/10.59291/jnd.v1i1.21>

- Kusumadinata, A. A., & Hardiyanti, P. (2023). Kepribadian Ekstrovert Dan Introvert Dalam Hubungan Persahabatan Melalui Pendekatan Komunikasi. *HUMANUS: Jurnal Sosiohumaniora Nusantara*, 1(1), 28–35. <https://doi.org/10.62180/vz17a572>
- Lasmana, H., & Arista, L. (2019). Pengaruh Media Sosial Bigo Live Dan Kepuasan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Pada Host Official Bigo Live Di Jabodetabek. *Scriptura*, 8(2), 64–74. <https://doi.org/10.9744/scriptura.8.2.64-74>
- Matitaputty, J. S., & Rozali, Y. A. (2021). Gambaran Kualitas Persahabatan pada Remaja DKI Jakarta. *JCA Psikologi*, 2(3), 221–229. <https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/viewFile/165/167>
- Nuraeni, R., Santoso, G., & Nugroho, S. P. (2023). *Jurnal Pendidikan Transformatif (JPT) Eksplorasi Karakter Keingintahuan Mahasiswa FIP UMJ di Abad 21 Jurnal Pendidikan Transformatif (JPT)*. 02(05), 590–603.
- Ordun, G., & Akün, F. A. (2017). Self Actualization, Self Efficacy and Emotional Intelligence of Undergraduate Students. *Journal of Advanced Management Science*, 5(3), 170–175. <https://doi.org/10.18178/joams.5.3.170-175>
- Porter, A. (2021). *Segala sesuatu yang perlu Anda Ketahui tentang PSIKOLOGI*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Putra, A., Hakim, N., Sabela, S., Tsaqib, M. F., & Wardani, A. (2024). Partisipasi Gen Z dalam Konteks Dinamika Pembangunan di Indonesia Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. *Jurnal Penelitian Sosial Ilmu Komunikasi*, 8(1), 21–29. <https://journal.unpak.ac.id/index.php/apik>
- Rachman, A., & Permatasari, N. (2019). Pengaruh Teman Sebaya Dan Kepercayaan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 5(1), 10. <https://doi.org/10.26858/jppk.v5i1.7876>
- Rahman, A. A. (2016). *Metode Penelitian Psikologi: langkah cerdas menyelesaikan skripsi*. Remaja Rosdakarya PT.
- Raswati, T. (2017). Gambaran Aktualisasi Diri Mahasiswa Bidikmisi Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. (*Doctoral Dissertation, Faculty of Medicine*), April.
- Soleh, N., & Rahman, F. (2024). Kontribusi mahasiswa dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan mewujudkan visi Indonesia Emas 2045. *Journal of Smart Education and Learning*, 1(1), 22–28.
- Wahyuni, M. E., & Prasetya, A. E. (2024). Analisis Pendidikan Kritis Di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 11(1), 11–24. <https://doi.org/10.38048/jipcb.v11i1.2187>
- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with chinese people. *Social Behavior and*

Personality, 35(1), 19–30. <https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.1.19>

Zubaidah, S. (2019). Memberdayakan Keterampilan Abad Ke-21. *Seminar Nasional Nasional Pendidikan Biologi*, 1–19. https://www.researchgate.net/profile/Siti-Zubaidah-7/publication/336511419_Memberdayakan_Keterampilan_Abad_Ke-21_melalui_Pembelajaran_Berbasis_Projek/links/5da404a5299bf116fea4ab7c/Memberdayakan-Keterampilan-Abad-Ke-21-melalui-Pembelajaran-Berbasis-Projek