BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah upaya yang dilakukan untuk membantu seseorang berkembang, baik secara fisik maupun mental, agar bisa mencapai kemampuan terbaik yang ada dalam dirinya (Andini dkk., 2023). Pendidikan di universitas memiliki peran strategis dalam membentuk mahasiswa yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga mampu berkembang secara sosial dan kepribadian.

Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surabaya terdapat sebuah komunitas yang disebut organisasi. Organisasi mahasiswa merupakan wadah yang strategis bagi mahasiswa untuk mengembangkan potensi diri secara optimal, baik dari aspek akademik, sosial, maupun kepribadian (Nastiti, 2023). Mahasiswa yang mengikuti organisasi memiliki peran ganda, yaitu sebagai individu yang bertanggung jawab terhadap tuntutan akademik dan sebagai anggota yang aktif dalam kegiatan kemahasiswaan (Rohmahwati dkk., 2025).

Rasa tanggung jawab bukanlah sesuatu yang sudah ada sejak lahir atau diturunkan secara genetis dari orang tua, melainkan sesuatu yang perlu dibentuk dan diasah sejak usia dini melalui proses pembelajaran dan pengalaman (Prihastiwi & Himmah, 2025). Menurut Zharbaini dkk (2023) kegiatan organisasi juga bisa membuat mahasiswa kesulitan dalam membagi waktu antara belajar dan aktivitas organisasi. Mahasiswa perlu mampu mengatur waktunya agar keduanya dapat berjalan seimbang. Banyak mahasiswa yang kurang baik dalam mengelola waktu

sehingga hasil berjalan seimbang. Banyak mahasiswa yang kurang baik dalam mengelola waktu sehingga hasil belajarnya tidak maksimal.

Rohmahwati dkk (2025) menyatakan bahwa mahasiswa yang aktif berorganisasi berpotensi mengalami penurunan dalam prestasi akademik. Keterlibatan dalam berbagai kegiatan organisasi dapat menyulitkan mahasiswa dalam menyeimbangkan kewajiban akademik dengan peran organisasional, sehingga sering kali berdampak pada perolehan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang lebih rendah. Menurut Warsito (dalam Padli & Akbar, 2023) prestasi akademik memiliki peranan yang sangat penting dalam proses pembelajaran mahasiswa.

Menurut Nurrahmaniah (dalam Lestari & Ahmadi, 2024) manajemen waktu merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi performa individu, terutama mahasiswa yang mengikuti organisasi. Menjadi mahasiswa yang aktif dalam organisasi sekaligus mempertahankan prestasi akademik memerlukan kemampuan manajemen waktu yang baik serta tingkat komitmen yang tinggi. Alexandro (dalam Padli & Akbar, 2023) berpendapat, permasalahan yang sering dihadapi saat ini adalah ketika mahasiswa harus menjalani kegiatan organisasi bersamaan dengan kewajiban akademik di bangku perkuliahan. Kondisi tersebut, membuat perhatian dan waktu mahasiswa terbagi antara penyelesaian tugas perkuliahan, proses pembelajaran di kelas, serta pemenuhan tanggung jawab terhadap aktivitas organisasi. Apabila keseimbangan antara kegiatan akademik dan organisasi tidak dapat terjaga dengan baik, maka hal tersebut dapat merugikan salah satu, bahkan keduanya.

Menurut Padli dan Akbar (2023) banyak mahasiswa yang berstigma bahwa jika mengikuti organisasi akan berdampak buruk terhadap akademiknya karena sulit membagi waktu antara organisasi atau akademik. Tantangan terbesar dalam mengikuti organisasi kampus adalah bagaimana mahasiswa bisa membagi waktu antara kuliah dan tanggung jawab di organisasi. Mahasiswa harus mengerjakan tugas, datang ke kelas, dan belajar untuk ujian, tetapi di saat yang sama juga harus menghadiri rapat, latihan, atau menyiapkan acara organisasi. Jika jadwal terlalu padat, hal ini bisa membuat mahasiswa merasa stres dan sangat lelah. Kurangnya dukungan dari kampus, seperti fasilitas yang kurang memadai, bimbingan yang terbatas, atau dana yang tidak cukup, juga bisa menjadi hambatan bagi mahasiswa yang ingin aktif berorganisasi (Mustaqim & Wahjoedi, 2024).

Mahasiswa yang aktif mengikuti organisasi saat masa perkuliahan tentu bukanlah hal yang salah, justru hal tersebut sangat baik untuk mengembangkan potensi, bakat, dan minat yang dimiliki. Keterlibatan dalam organisasi juga dapat membantu membentuk karakter, melatih tanggung jawab, serta meningkatkan kemampuan sosial mahasiswa. Nilai dan prestasi belajar tidak boleh diabaikan hanya karena terlalu fokus pada aktivitas organisasi (Sofyan dkk., 2023).

Mahasiswa yang aktif organisasi sering menghadapi situasi yang cukup rumit ketika harus menjalankan berbagai program kerja, seperti rapat, kegiatan advokasi, atau pelatihan kepemimpinan. Selain itu, mahasiswa juga memiliki tanggung jawab untuk mengikuti perkuliahan, menyelesaikan tugas, hingga mengerjakan skripsi. Waktu yang tidak di kelola dengan baik, benturan antara peran sebagai mahasiswa dan sebagai mahasiswa yang aktif organisasi dapat menimbulkan stres,

menurunnya prestasi akademik, bahkan menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan studi (Chaerudin dkk., 2025).

Mustaqim dan Wahjoedi (2024) berpendapat bahwa, keberhasilan organisasi kampus bisa dilihat dari bagaimana organisasi tersebut membantu mahasiswa mengembangkan *soft skill* yang penting untuk dunia kerja saat ini. keterampilan seperti komunikasi, mengatur waktu, bernegosiasi, dan memecahkan masalah bisa didapatkan melalui keikutsertaan aktif dalam organisasi. Menurut Alexandro (dalam Padli & Akbar, 2023) secara umum, prestasi akademik mahasiswa dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup berbagai aspek yang berasal dari dalam diri mahasiswa, seperti kondisi fisik, kemampuan penyesuaian diri dalam merespons siatuasi minat, bakat, motivasi, keterampilan, serta tingkat kemandirian. Sementara itu, faktor eksternal meliputi berbagai aspek yang berasal dari luar diri mahasiswa, antara lain dukungan teman sebaya, dosen, lingkungan, ketersediaan fasilitas belajar, serta kondisi ekonomi orang tua.

Mahasiswa yang memilih untuk ikut organisasi harus dapat membagi waktunya agar dapat berjalan seimbang. Manajemen waktu yang kurang optimal antara kegiatan organisasi dan kegiatan belajar dapat berdampak pada prestasi akademik mahasiswa, yang dapat dilihat dari nilai IPK (Rahman & Abdullah, 2025). Manajemen waktu yang baik tidak dapat terlepas dari kemampuan regulasi diri (*Self-Regulation*) yang dimiliki oleh mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang baik, mampu merencanakan aktivitasnya, memprioritaskan tugas, memantau kemajuan belajar, serta mengevaluasi hasil yang telah dicapai. Dalam

konteks mahasiswa yang mengikuti organisasi, regulasi diri menjadi kunci utama agar individu dapat menyeimbangkan antara tuntutan akademik dan tanggung jawab organisasi secara efektif (Lau & Dewi, 2023).

Peneliti melakukan wawancara dengan beberapa perwakilan organisasi di Universitas Muhammadiyah Surabaya, seperti IMM, UKM, BEM, DPM, dan HIMA. Beberapa orang dari mahasiswa bahwa mereka menunjukkan kesadaran dalam memantau dan mengelola pembagian waktu antara kegiatan perkuliahan dan keterlibatan dalam organisasi dengan cara mengamati pengaruh peran organisasi terhadap jadwal belajar, kehadiran perkuliahan, serta kemampuan menyelesaikan tuntutan akademik, kemudian melakukan evaluasi dan penilaian terhadap prioritas antara kewajiban akademik dan tanggung jawab organisasi dengan mempertimbangkan tingkat realisme pencapaian target akademik di tengah padatnya aktivitas organisasi, serta menampilkan respons adaptif ketika mengalami penurunan capaian akademik akibat intensitas kegiatan organisasi melalui penyesuaian jadwal, pembatasan sementara aktivitas organisasi, atau peningkatan fokus pada kegiatan akademik sebagai tindak lanjut dari proses evaluasi diri guna mencapai tujuan akademik yang telah ditetapkan.

Wawancara dilakukan pada tanggal 21 Januari 2026 bertempatan pada lokasi perpustakaan Universitas Muhammadiyah Surabaya, sebagai berikut:

Subjek 1 *(O,21): "..sebenarnya nyadar, apalagi aktif banget di organisasi sendiri itu, apalagi di IMM banget nah itu aktif banget, apalagi jadi BPH atau bagian pengurus inti harian itu membagi waktunya atau aktif di akademik itu berkurang, apalagi membuat IPK saya sedikit menurun.."*

Subjek 2 *(F,22): "..mungkin awal-awal sih ini, gak terlalu berpengaruh banget di akademik soalnya kan kayak saya buat have fun aja waktu itu. Cuma akhir-akhirnya saya ngerasa itu semenjak semester 4 ke atas, 5 sampai sekarang (semester 7) itu saya ngerasa aduh organisasi ini sangat beban banget kalau saya terlalu memprioritaskan waktu saya ke organisasi, gitu.."*

Wawancara selanjutnya dilakukan pada tanggal 5 Februari 2026 bertempatan pada lokasi perpustakaan Universitas Muhammadiyah Surabaya, sebagai berikut:

Subjek 3 *(R,22): "..agak kesusahan membagi waktunya ya mbak, karena jujur tugas kuliahku banyak belum lagi tugas-tugas organisasi yang benar-benar menyita waktuku banget jadi kadang itu aku gabisa membagi waktu, gimana organisasi sama jam kuliah..."*

Berdasarkan hasil wawancara di atas, diperoleh gambaran mengenai dinamika yang dialami mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi. Harapannya, mahasiswa yang terlibat dalam organisasi diharapkan mampu mengoptimalkan pengembangan diri tanpa mengabaikan pencapaian akademik. Partisipasi dalam organisasi seharusnya menjadi sarana untuk meningkatlan kemampuan manajemen waktu, tanggung jawab, serta keterampilan sosial, sehingga mahasiswa tetap dapat mempertahankan bahkan meningkatkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Dengan demikian, organisasi idealnya berperan sebagai faktor pendukung keberhasilan akademik, bukan sebagai hambatan.

Namun, kenyataannya, temuan wawancara menunjukkan kondisi yang tidak sepenuhnya sesuai dengan harapan tersebut. Subjek pertama menyatakan bahwa keterlibatannya sebagai pengurus inti harian berdampak pada berkurangnya waktu belajar sehingga IPK mengalami penurunan. Subjek kedua mengungkapkan bahwa pada tahap awal organisasi tidak dirasakan sebagai beban, namun memasuki semester empat hingga tujuh, tanggung jawab organisasi mulai terasa berat dan

memengaruhi prioritas akademik. Sementara itu, subjek ketiga menyampaikan adanya kesulitan dalam mengatur waktu antara kewajiban perkuliahan dan tugas organisasi, yang menyebabkan perasaan kewalahan dalam menjalankan kedua peran tersebut.

Fenomena ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan. Mahasiswa yang aktif berorganisasi di Universitas Muhammadiyah Surabaya menghadapi kesulitan nyata dalam menyeimbangkan tuntutan akademik dan tanggung jawab organisasi secara bersamaan. Meskipun mereka menyadari bahwa keterlibatan dalam organisasi berdampak pada performa akademik, kesadaran tersebut belum mampu mendorong mereka untuk mengambil langkah yang efektif. Akibatnya, konflik peran yang tidak terkelola dengan baik berujung pada penurunan IPK, berkurangnya waktu belajar, dan munculnya rasa kewalahan yang semakin berat seiring bertambahnya semester.

Kondisi ini erat kaitannya dengan rendahnya kemampuan regulasi diri pada mahasiswa. Menurut Bandura (dalam Rochmat dkk., 2025) regulasi diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dan mengelola dirinya sendiri, serta memengaruhi perilakunya dengan cara mengatur lingkungan sekitar, membangun dukungan kognitif, dan memberikan konsekuensi atas tindakannya sendiri. Regulasi diri menjadi salah satu aspek penting dalam pembentukan kepribadian dan berperan besar dalam membantu seseorang mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Regulasi diri dalam perspektif Islam dikenal dengan istilah *mujahadah an-nafs*, yaitu upaya individu untuk mengendalikan dorongan, emosi, dan keinginan negatif

dalam dirinya dengan cara yang dilakukan melalui perenungan diri, kedisiplinan spiritual, dan evaluasi periloaku secara terus menerus (Harahap dkk., 2024).

Zimmerman (dalam Rizki & Ummayah, 2021) mengungkapkan bahwa regulasi diri dipengaruhi oleh tiga faktor utama. Pertama, faktor diri atau individu (*Self Efficacy*), yaitu seberapa besar keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri. Individu yang memiliki pengetahuan baik dan kesadaran tinggi terhadap cara berpiikirnya akan lebih mudah mengatur strategi dan mencapai tujuan yang diinginkan. Kedua, faktor perilaku, yaitu seberapa besar dan teratur usaha individu dalam mengelola kegiatan serta menggunakan kemampuan yang dimilikinya, di mana semakin konsisten usaha tersebut maka semakin kuat pula kemampuan regulasi dirinya. Ketiga, faktor lingkungan atau dukungan sosial, di mana lingkungan yang memberikan dukungan positif akan membantu perkembangan regulasi diri seseorang, sedangkan lingkungan yang kurang mendukung justru dapat menghambatnya.

Berdasarkan penelitian Rohmahwati dkk., (2025) yang berjudul "Antara Organisasi dan Akademik: Dinamika Performa Mahasiswa" menunjukkan sebagian besar mahasiswa yang aktif berorganisasi mengalami konflik peran organisasi pada tingkat yang tinggi (73,9%), dan pada saat yang sama mayoritas responden memiliki kinerja akademik yang rendah (59,4%). Selain itu, hasil korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara konflik peran organisasi dan kinerja akademik ($r= -0,457$; $p < 0,001$). Artinya, semakin tinggi konflik peran yang dirasakan mahasiswa, semakin rendah kinerja akademiknya.

Berdasarkan penelitian dari Rahman dan Abdullah (2025) yang berjudul "Pengaruh Keikutsertaan Mahasiswa pada Organisasi Mahasiswa terhadap Indeks Prestasi", ditemukan bahwa sebagian mahasiswa yang mengikuti organisasi mengalami penurunan Indeks Prestasi Kumuklatif (IPK) pada periode tertentu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun pada awal keikutsertaan organisasi terdapat mahasiswa yang mengalami kenaikan IPK. Secara khusus, dari 26 pengurus HMPS TIPS angkatan 2021, sebanyak 24 mahasiswa mengalami penurunan IPK pada semester 7 dibandingkan semester 5. Fenomena ini mengidentifikasikan bahwa keaktifan dalam organisasi berpotensi menimbulkan dinamika prestasi akademik yang fluktuatif, terutama ketika mahasiswa kurang oprtimal dalam mengelola waktu antara tuntutan organisasi dan kewajiban akademik. Penurunan IPK tersebut dapat menjadi gambaran bahwa aktivitas organisasi, meskipun memberikan banyak manfaat non akademik, juga dapat menambah beban aktivitas mahasiswa sehingga memengaruhi konsistensi belajar dan fokus akademik.

Berdasarkan penelitian Fridayani (2022) yang berjudul "Pendampingan dalam Pengelolaan Organisasi Mahasiswa" dengan subjek mahasiswa yang mengikuti organisasi BEM-U Universitas Sanata Dharma menunjukkan bahwa mahasiswa yang aktif dalam organisasi berpotensi mengalami kesulitan dalam mengatur skala prioritas antara kegiatan akademik dan non akademik apabila tidak dibarengi dengan kemampuan manajemen waktu dan regulasi diri yang baik, sehingga berdampak pada menurunnya fokus belajar dan performa akademik.

Menurut Kong dan Wang (dalam Rochmat dkk., 2025) dalam teori sosial kognitif yang dikemukakan oleh Bandura, *self efficacy* dan *self regulation* merupakan dua konsep yang saling berhubungan dan berperan penting dalam menentukan keberhasilan seseorang dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. *Self efficacy* sendiri berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri, sedangkan *self regulation* berfungsi sebagai proses untuk mengendalikan perilaku, emosi, serta lingkungan agar tujuan yang diinginkan dapat tercapai. Kedua konsep ini menunjukkan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk bertindak secara aktif, sehingga tidak sepenuhnya dikendalikan oleh faktor lingkungan maupun dorongan biologis semata (Rochmat dkk., 2025).

Salah satu faktor yang memengaruhi regulasi diri adalah Efikasi diri (*Self Efficacy*). Efikasi diri menurut Bandura (dalam Ghufron & Risnawati, 2020) adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Sementara itu, Baron dan Byrne (dalam Ghufron & Risnawati, 2020) mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Bandura dan Wood (dalam Ghufron & Risnawati, 2020) menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi. Efikasi diri (*Self Efficacy*) dalam perspektif islam dikenal dengan istilah *al-fa'al*, yaitu sikap optimisme yang tercermin dari keyakinan seseorang bahwa individu mampu menghadapi tantangan dan meraih

hasil yang baik dengan bersandar pada kekuatan yang telah dianugerahkan Allah SWT (Ahyati & Millah, 2024).

Selain *self efficacy*, lingkungan (dukungan sosial) termasuk faktor yang memengaruhi regulasi diri. Sarafino (dalam Sari & Syariful, 2025) mendefinisikan bahwa dukungan sosial adalah bentuk bantuan yang berasal dari orang-orang terdekat secara emosional, seperti keluarga dan teman melalui perhatian, empati, serta kepedulian, sehingga individu merasa aman, dihargai, dan dipahami. Norma (dalam Andini dkk., 2025) menjelaskan bahwa dukungan sosial diartikan sebagai beragam bentuk perhatian, kepedulian, penghargaan, rasa nyaman, serta bantuan yang diberikan oleh individu maupun kelompok.

Zimmerman (dalam Rizki & Ummayah, 2021) menjelaskan bahwa regulasi diri tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti *self efficacy*, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal yang berasal dari lingkungan sosial individu. Menurut Sae dkk., (2025), dukungan sosial terbukti memiliki pengaruh yang positif dan signifikan dengan regulasi diri. Aziz (dalam Humaira & Hariyono, 2024) menambahkan bahwa dukungan sosial memiliki peranan yang penting dalam membentuk kemampuan pengaturan diri guna meraih hasil belajar atau kinerja yang optimal. Regulasi diri merupakan kemampuan internal individu dalam mengontrol emosi dan perilaku, sedangkan dukungan sosial merupakan faktor eksternal berupa bantuan atau perhatian yang diberikan oleh orang lain, seperti orang tua, teman, atau lingkungan sekitar, baik dalam bentuk semangat, nasihat, maupun bantuan nyata. Teori kognitif sosial Bandura, interaksi antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat memperkuat kemampuan

regulasi diri individu, sehingga individu lebih mampu beradaptasi terhadap tekanan dan tuntutan lingkungan (Rachmaningtyas & Khoirunnisa, 2022). Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu dari lingkungannya, maka semakin tinggi pula kemampuannya dalam mengatur diri secara metakognitif, motivasional, dan behavioral untuk mencapai tujuan secara optimal (Sae, Liu, & Amseke, 2025).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial memiliki peran terhadap kemampuan regulasi diri atau *self regulated learning*. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Oktariani dkk., (2020) yang berjudul "Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan" menemukan adanya hubungan positif antara *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *self regulated learning* mahasiswa, dimana *self efficacy* memberikan kontribusi sebesar 9,3% dan dukungan sosial sebesar 7,3% terhadap regulasi diri belajar mahasiswa, meskipun konteksnya belum spesifik pada kondisi mahasiswa yang dalam organisasi kemahasiswaan.

Penelitian lainnya yang dilakukan Santoso dkk., (2022) yang berjudul "Pengaruh Organisasi Kemahasiswaan terhadap Kehidupan Akademik dan Sosial Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial UNNES" menyatakan bahwa efikasi diri dan Dukungan sosial memiliki peran penting dalam mendukung proses akademik mahasiswa, khususnya dalam membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan. Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi cenderung lebih yakin terhadap kemampuannya

dalam menyelesaikan tugas akademik, sedangkan dukungan sosial berfungsi sebagai sumber bantuan emosional dan motivasi. Temuan ini menegaskan bahwa antara keyakinan diri dan dukungan dari lingkungan sekitar memiliki peran positif terhadap kemampuan mahasiswa dalam menjalani proses akademik.

Tsalitsah (2025) menjelaskan, kemampuan bangkit dari kesulitan (resiliensi) sangat dipengaruhi oleh keyakinan diri (*self efficacy*) dan dukungan dari orang-orang sekitar (dukungan sosial), di mana kedua hal ini membantu mahasiswa yang aktif berorganisasi untuk tetap bisa mengatur dirinya dengan baik, meskipun harus membagi waktu dan tenaga antara kuliah dan kegiatan organisasi. Selain itu, sikap sabar dan tawakal dalam Islam, seperti yang disebutkan dalam QS. Al-Insyarah ayat 6 bahwa "bersama kesulitan pasti ada kemudahan", juga memberi kekuatan tambahan bagi mahasiswa untuk tetap bertahan. Jika mahasiswa tidak memiliki keyakinan diri dan dukungan sosial yang cukup, mereka bisa mudah putus asa dan kesulitan mengatur dirinya sendiri. Karena itulah *self efficacy* dan dukungan sosial menjadi hal penting untuk diteliti hubungannya dengan kemampuan regulasi diri mahasiswa.

Kesenjangan penelitian (*Research Gap*) terletak pada belum banyaknya penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang aktif mengikuti organisasi. Sebagian besar penelitian terdahulu umumnya meneliti mahasiswa secara umum tanpa membedakan apakah mereka terlibat dalam organisasi atau tidak. Padahal, mahasiswa yang berorganisasi menghadapi tuntutan tambahan berupa tanggung jawab kepemimpinan, kerja tim, manajemen waktu, dan tekanan sosial yang tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan subyek mahasiswa yang mengikuti organisasi di Universitas Muhammadiyah Surabaya, mengingat mahasiswa yang aktif berorganisasi menghadapi tuntutan yang lebih kompleks karena harus membagi waktu, tenaga, dan perhatian antara kewajiban akademik dengan kewajiban non akademik. Beberapa variabel tentang regulasi diri pada mahasiswa selama ini lebih banyak dilakukan pada konteks umum, penelitian ini memiliki perbedaan yang signifikan karena berfokus pada mahasiswa yang aktif organisasi. Penelitian ini, diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap regulasi diri dalam membantu mahasiswa mengelola tuntutan akademik dan non akademik secara seimbang, sekaligus memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan mahasiswa aktif organisasi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi pemaparan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah: ”Apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial dengan regulasi diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi di Universitas Muhammadiyah Surabaya?’’

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini ialah: ”Untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial dengan

regulasi diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi di Universitas Muhammadiyah Surabaya?"

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikolosi pendidikan dan psikologi sosial, khususnya terkait dengan konsep regulasi diri, *self efficacy*, dan dukungan sosial pada mahasiswa yang aktif berorganisasi. Penelitian ini memperkaya pemahaman mengenai bagaimana keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya (*self efficacy*) serta dukungan sosial sebagai faktor eksternal berperan dalam membentuk kemampuan regulasi diri mahasiswa.

Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat landasan teori Bandura tentang peran *self efficacy* dalam mengarahkan perilaku, motivasi, dan pencapaian tujuan, sekaligus menegaskan pentingnya dukungan sosial dalam membantu individu mengelola tuntutan akademik dan non akademik. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji regulasi diri dengan melibatkan variabel psikologis dan sosial lainnya, khususnya pada konteks mahasiswa yang mengikuti organisasi kemahasiswaan yang masih relatif terbatas diteliti.

2. Manfaat praktis

a. Bagi mahasiswa

1) Membantu mahasiswa memahami pentingnya keyakinan terhadap Kemampuan diri (*self efficacy*) dalam waktu, emosi, dan perilaku antara tuntutan akademik dan kegiatan organisasi.
2) Memberikan kesadaran bahwa dukungan sosial dari teman, dosen, dan keluarga sangat berperan dalam meningkatkan kemampuan regulasi diri.
3) Menjadi bahan refleksi bagi mahasiswa agar dapat mengembangkan strategi pengelolaan diri yang lebih efektif, sehingga tetap berprestasi secara akademik meskipun aktif berorganisasi.

b. Bagi dosen

1) Menjadi bahan pertimbangan dalam merancang metode pembelajaran dan bimbingan akademik yang dapat meningkatkan *self efficacy* dan regulasi diri mahasiswa.
2) Membantu dosen memahami kondisi psikologis mahasiswa yang aktif berorganisasi sehingga dapat memberikan dukungan yang lebih tepat.
3) Menjadi dasar dalam pengembangan program pembinaan atau pelatihan pengembangan diri mahasiswa, khususnya terkait manajemen waktu dan motivasi belajar.

c. Bagi orang tua

1) Memberikan pemahaman tentang pentingnya peran dukungan sosial keluarga dalam membantu anak mengembangkan regulasi diri.

2) Mendorong orang tua untuk memberikan dukungan emosional, motivasi, dan kepercayaan kepada anak yang aktif organisasi.
3) Membantu orang tua memahami bahwa keaktifan anak dalam organisasi dapat menjadi sarana pengembangan diri selama diimbangi dengan regulasi diri yang baik.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

1) Menjadi referensi dan landasan empiris bagi peneliti selanjutnya untuk mengkaji lebih mendalam tentang hubungan ketiga variabel pada konteks mahasiswa berorganisasi.
2) Mendorong peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian dengan variabel tambahan seperti motivasi berprestasi, manajemen stres, atau kecerdasan emosional.
3) Membuka peluang perluasan populasi, misalnya perbandingan antara mahasiswa aktif dan tidak aktif berorganisasi, atau kajian lintas universitas.