

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

Oleh:

Latifatun Nisa¹
Hana Fitri²
Inas Dzihni Zahiroh³
Ar Rayyan Mukti⁴
Siti Hikmah⁵

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Alamat: Jl. Prof. Dr. Hamka No.3, RW.5, Tambakaji, Kec. Ngaliyan, Kota Semarang,
Jawa Tengah (50185).

Korespondensi Penulis: 23070160023@student.walisongo.ac.id,
23070160009@student.walisongo.ac.id, 23070160037@student.walisongo.ac.id,
23070160008@student.walisongo.ac.id, hikmahanas@walisongo.ac.id.

Abstract. *This study aims to explore how student organizations at UIN Walisongo Semarang contribute to the development of social connectedness and emotional support among students through their lived experiences during organizational involvement. Using a qualitative phenomenological approach, data were collected through in-depth interviews with eight active student organization members from various divisions. The findings reveal that organizational activities serve not only as a platform for program implementation but also as a space that strengthens interpersonal relations through warm communication, collaboration, and informal interactions. Students reported feeling accepted, valued, and emotionally supported through practices such as active listening, shared struggles, and mutual encouragement during academic or organizational pressures. The study also shows that organizational involvement holds personal meaning*

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

for students, contributing to increased confidence, improved social skills, and a stronger sense of belonging. Emotional support received within the organization positively influences psychological resilience, motivation, and stress regulation. This research highlights the essential role of student organizations in fostering social and emotional growth, although generalization is limited by the sample size. Practically, the findings may guide organizational development programs to strengthen social bonding and support students' emotional well-being.

Keywords: *Emotional Support, Organization, Social Connectedness, Student, UIN Walisongo Semarang.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan memahami bagaimana organisasi kemahasiswaan di UIN Walisongo Semarang berperan dalam membentuk keterhubungan sosial dan dukungan emosional bagi mahasiswa melalui pengalaman mereka selama terlibat dalam kegiatan organisasi. Pendekatan kualitatif fenomenologis digunakan untuk menggali pengalaman subjektif delapan mahasiswa aktif dari berbagai organisasi, dengan teknik wawancara mendalam sebagai metode pengumpulan data utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas organisasi bukan hanya menjadi wadah pelaksanaan program kerja, tetapi juga ruang yang memperkuat relasi antaranggota melalui komunikasi yang hangat, kerja sama, dan interaksi informal. Mahasiswa merasa lebih diterima, dihargai, dan didukung secara emosional melalui kebiasaan saling mendengarkan, berbagi beban, serta memberikan semangat ketika menghadapi tekanan akademik maupun tugas organisasi. Temuan ini juga memperlihatkan bahwa pengalaman berorganisasi memiliki makna personal bagi mahasiswa, seperti peningkatan kepercayaan diri, berkembangnya kemampuan sosial, dan tumbuhnya rasa memiliki terhadap kelompok. Selain itu, dukungan emosional yang diperoleh memberikan dampak positif terhadap ketahanan psikologis, motivasi, dan kemampuan mengelola stres. Penelitian ini menegaskan bahwa organisasi kemahasiswaan berfungsi sebagai ruang pertumbuhan sosial-emosional yang penting, meskipun hasilnya belum dapat digeneralisasi secara luas mengingat keterbatasan jumlah informan. Secara praktis, hasil ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pembinaan organisasi agar semakin memperkuat aspek hubungan sosial dan kesejahteraan emosional mahasiswa.

Kata Kunci: Dukungan Emosional, Keterhubungan Sosial, Mahasiswa, Organisasi, UIN Walisongo Semarang.

LATAR BELAKANG

Aktivitas organisasi kemahasiswaan di UIN Walisongo Semarang sejak lama menjadi bagian penting dari kehidupan mahasiswa. Berbagai organisasi seperti DEMA, SEMA, HMJ, hingga unit-unit kegiatan bermunculan dan berfungsi sebagai wadah interaksi serta ruang untuk membangun pengalaman sosial yang lebih luas. Dokumen resmi kampus juga menunjukkan bahwa organisasi tersebut memang diarahkan untuk pembinaan, pengembangan minat, dan pembentukan kemampuan sosial mahasiswa (PPID UIN Walisongo, 2022). Aktivitas di organisasi kemahasiswaan memberikan lebih dari sekadar ruang partisipasi bagi banyak mahasiswa, menjadi anggota organisasi membawa efek nyata pada kesejahteraan psikologis. Penelitian (Destalia et al., 2024) menunjukkan bahwa mahasiswa yang bergabung organisasi dan mendapatkan dukungan sosial serta memiliki landasan spiritualitas cenderung memiliki tingkat flourishing yang lebih baik. Hal ini memperkuat gagasan bahwa organisasi kampus dapat berfungsi sebagai sarana dukungan emosional.

Dari sisi keagamaan, UIN Walisongo membawa identitas sebagai kampus berbasis Islam yang menempatkan nilai spiritual sebagai bagian dari kehidupan akademik. Karena itu, banyak organisasi yang juga berfokus pada pembinaan keagamaan, kajian, dan kegiatan dakwah. Informasi dari Fakultas Humaniora menunjukkan bahwa organisasi di lingkungan kampus bukan hanya diarahkan pada kegiatan akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter religius mahasiswa (Fakultas Humaniora UIN Walisongo, 2019). Penelitian lain yang dilakukan (Darodjat, 2024) memperkuat gambaran ini. Menemukan korelasi positif antara religiositas Islam dengan kesejahteraan mental mahasiswa. Hasil ini mendukung asumsi bahwa latar religius (keyakinan dan praktik keagamaan) dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap kesehatan mental dan well-being mahasiswa.

Secara ekonomi dan politik kampus, keberadaan organisasi mahasiswa tidak dapat dipisahkan dari jumlah mahasiswa UIN Walisongo yang sangat besar, mencapai lebih dari dua puluh ribu orang, data ini tercatat dalam laporan resmi tata kelola kemahasiswaan (PPID UIN Walisongo, 2022). Banyaknya mahasiswa membuat organisasi seperti DEMA

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

dan SEMA berperan sebagai medium representasi, tempat mahasiswa menyampaikan gagasan, berlatih kepemimpinan, dan memahami dinamika pengambilan keputusan. Aktivitas tersebut membuat organisasi tidak hanya bernilai sosial, tetapi juga menjadi tempat mahasiswa belajar mengelola aspirasi dan advokasi. Sejumlah penelitian, seperti yang ditulis oleh (Imam, 2021), juga menunjukkan bahwa aktivitas organisasi kampus memberi mahasiswa kesempatan terlibat dalam pendidikan masyarakat, pengabdian sosial, dan kerja-kerja pemberdayaan, yang secara tidak langsung memperluas jaringan sosial mereka dan memperkuat hubungan emosional antaranggota.

Lingkungan kampus UIN Walisongo sendiri mendukung suasana interaksi yang cukup hidup. Beragam kegiatan organisasi menciptakan ruang yang membuat mahasiswa merasa lebih mudah berbaur dan membangun hubungan baru. Beberapa laporan kegiatan yang dipublikasikan FISIP UIN Walisongo memperlihatkan bahwa organisasi rutin bekerja sama dengan komunitas luar kampus untuk mengadakan acara sosial, festival organisasi, hingga program kolaborasi lainnya (FISIP UIN Walisongo, 2023). Lingkungan seperti itu memberi kesempatan lebih luas bagi mahasiswa untuk menjalin keterhubungan sosial—baik di antara anggota organisasi maupun dengan masyarakat sekitar. Hubungan interpersonal yang terbangun dalam suasana seperti ini umumnya memiliki dampak pada kondisi emosional mahasiswa, terutama dalam hal perasaan diterima, didengarkan, dan didukung.

Melihat berbagai temuan tersebut, terlihat bahwa aktivitas organisasi mahasiswa di UIN Walisongo sebenarnya memegang peranan penting dalam pembentukan keterhubungan sosial dan dukungan emosional. Namun, penelitian yang secara khusus menyoroti bagaimana pengalaman mahasiswa dalam organisasi membentuk dua aspek ini masih relatif terbatas. Karena itu, penelitian kualitatif mengenai dinamika tersebut menjadi penting untuk memberikan gambaran lebih mendalam tentang bagaimana organisasi di kampus ini menjadi ruang yang membentuk hubungan sosial, kedekatan emosional, dan pengalaman kebersamaan mahasiswa.

KAJIAN TEORITIS

Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan memiliki peran penting dalam membentuk keterhubungan sosial serta dukungan emosional. Salah satu kerangka

teoritis yang relevan untuk memahami fenomena ini adalah teori dukungan sosial, yang menjelaskan bahwa hubungan interpersonal yang positif mampu memberikan perlindungan psikologis, menurunkan tingkat stres, dan meningkatkan kesejahteraan emosional individu. Dalam konteks organisasi mahasiswa, dukungan sosial ini muncul melalui hubungan antaranggota, kerja sama kelompok, rasa kebersamaan, serta pengalaman saling membantu dalam aktivitas organisasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Maharani dan Putriani, 2025) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, terutama melalui hubungan yang hangat, responsif, dan penuh penerimaan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Dan & Sosial, 2024) memberikan dasar teoritis kuat mengenai bagaimana dukungan sosial berpengaruh pada kesejahteraan mahasiswa. Mereka menemukan bahwa mahasiswa yang aktif dalam organisasi kemahasiswaan cenderung memiliki tingkat *flourishing* yang lebih tinggi, terutama ketika didukung oleh interaksi sosial positif dan spiritualitas yang mereka miliki. Temuan ini menunjukkan bahwa organisasi bukan hanya tempat pengembangan kemampuan, tetapi juga ruang pembentuk hubungan emosional yang mendukung kesehatan mental mahasiswa. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa dukungan sosial dari teman organisasi berperan signifikan dalam memberikan rasa diterima dan dihargai, yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Selain itu, aspek spiritualitas juga menjadi faktor pendukung penting. Hal ini sejalan dengan temuan (Hapsari, 2024) yang menunjukkan bahwa religiositas Islam memiliki korelasi positif dengan mental well-being mahasiswa. Mereka menjelaskan bahwa nilai-nilai spiritual dan praktik keagamaan, seperti rasa syukur, tawakal, dan keyakinan terhadap makna hidup, dapat memperkuat kondisi emosional seseorang. Dalam konteks organisasi kemahasiswaan di lingkungan kampus religius seperti UIN Walisongo, spiritualitas menjadi unsur penting dalam membentuk hubungan sosial yang lebih hangat, empatik, dan mendalam. Mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi berbasis nilai agama cenderung membangun relasi yang tidak hanya bersifat sosial, tetapi juga emosional dan spiritual, sehingga dukungan yang diterima menjadi lebih komprehensif dan bermakna.

Berdasarkan kedua referensi tersebut, dapat dipahami bahwa teori dukungan sosial serta konsep spiritualitas menjadi landasan kuat dalam menjelaskan bagaimana

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

aktivitas organisasi kemahasiswaan mampu membentuk keterhubungan sosial dan dukungan emosional. Dukungan sosial memberikan ketenangan psikologis melalui hubungan interpersonal yang positif, sedangkan spiritualitas memperkuat ketahanan emosional dan memberikan makna dalam hubungan tersebut. Dengan demikian, teori ini menjadi kerangka konseptual yang relevan untuk memahami pengalaman mahasiswa dalam organisasi sebagai sarana penguatan sosial dan emosional.

METODE PENELITIAN

Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis. Pendekatan ini bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa yang terlibat dalam organisasi kemahasiswaan di UIN Walisongo Semarang. Menurut (Creswell, 2018), fenomenologi berupaya mengungkap makna dari pengalaman hidup seseorang terhadap suatu fenomena tertentu melalui perspektif mereka sendiri. Dalam konteks ini, peneliti berusaha menangkap makna keterhubungan sosial dan dukungan emosional sebagaimana dirasakan oleh mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menelusuri dimensi psikologis dan sosial dari aktivitas berorganisasi, yang tidak dapat dijelaskan hanya dengan angka, tetapi melalui narasi pengalaman dan makna personal (Moustakas, 1994).

Narasumber

Partisipan informan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif UIN Walisongo Semarang yang tergabung dalam organisasi kemahasiswaan. Pemilihan informan menggunakan purposive sampling, yaitu memilih partisipan yang dianggap mampu memberikan informasi mendalam terkait fenomena yang diteliti (Sugiyono, 2019).

Kriteria informan:

1. Mahasiswa aktif minimal semester 3
2. Telah menjadi anggota organisasi minimal 1 tahun
3. Terlibat aktif dalam kegiatan organisasi
4. Bersedia berpartisipasi dalam wawancara mendalam

Jumlah informan direncanakan sebanyak 8–10 orang, mencakup perwakilan dari beberapa fakultas dan jenis organisasi. Pemilihan ini bertujuan memperoleh variasi pengalaman yang kaya dan representatif terhadap dinamika sosial di lingkungan organisasi mahasiswa.

Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilaksanakan di Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, Jawa Tengah. Kampus ini memiliki lebih dari 20.000 mahasiswa dengan beragam organisasi kemahasiswaan seperti Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA), Senat Mahasiswa (SEMA), Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ), dan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) (PPID UIN Walisongo, 2022). Lingkungan kampus dikenal memiliki atmosfer religius dan sosial yang kuat, di mana kegiatan organisasi diarahkan tidak hanya untuk mengembangkan kemampuan akademik, tetapi juga membentuk karakter sosial, spiritual, dan kepemimpinan mahasiswa (Fakultas Humaniora UIN Walisongo, 2019). Konteks sosial-religius ini menjadi relevan karena memengaruhi cara mahasiswa membangun rasa kebersamaan, empati, dan dukungan emosional antaranggota organisasi.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (in-depth interview). Setiap wawancara dilakukan secara tatap muka langsung di lingkungan kampus dengan durasi sekitar 45–60 menit per informan. Wawancara menggunakan pedoman semi-terstruktur, memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi pengalaman informan secara fleksibel sambil menjaga fokus pada tema utama penelitian (Moleong, 2021).

Selama wawancara, peneliti menggunakan alat perekam suara (recorder) dengan persetujuan informan dan mencatat poin penting dalam catatan lapangan. Pertanyaan difokuskan pada tiga aspek utama:

1. Pengalaman keterlibatan dalam organisasi kemahasiswaan
2. Bentuk hubungan sosial yang terbentuk antaranggota
3. Dukungan emosional yang dirasakan selama proses berorganisasi

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

Data hasil wawancara kemudian ditranskrip secara verbatim untuk dianalisis pada tahap berikutnya.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis yang menitikberatkan pada pemahaman pengalaman pribadi mahasiswa yang terlibat dalam organisasi di UIN Walisongo. Data yang diperoleh melalui wawancara mendalam akan ditranskripsikan secara utuh dan kemudian dibaca berkali-kali untuk menangkap keseluruhan makna dan konteks pengalaman peserta. Setelah itu, peneliti mengelompokkan pernyataan penting ke dalam tema-tema utama, seperti aktivitas organisasi dan beban organisasi, keterhubungan sosial antar anggota, jenis dukungan emosional yang diperoleh, serta makna pribadi dari pengalaman berorganisasi bagi mahasiswa. Setiap tema kemudian ditafsirkan dengan menghubungkan hasil lapangan dengan teori-teori yang relevan. Melalui tahapan ini, peneliti berusaha menangkap inti pengalaman mahasiswa tentang bagaimana organisasi kemahasiswaan menjadi tempat untuk membangun hubungan sosial dan dukungan emosional, hingga akhirnya menyusun narasi hasil dan diskusi yang menggambarkan dinamika psikologis dan sosial yang dialami oleh peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Intensitas Aktivitas dan Pengalaman Beban Organisasi

Berdasarkan hasil wawancara, intensitas kegiatan organisasi yang dijalani para partisipan terlihat beragam, mulai dari organisasi yang menjalankan rapat rutin bulanan hingga organisasi yang memiliki puluhan program kerja dalam satu periode. Partisipan 4 menggambarkan aktivitas organisasinya sebagai “sangat padat” dengan skor kesibukan 9 dari 10, sedangkan Partisipan lain seperti P5 dan P6 mengalami beban yang lebih moderat dan hanya meningkat menjelang event besar. Temuan ini menunjukkan bahwa ritme kegiatan sangat dipengaruhi oleh struktur organisasi, kompleksitas proker, dan peran individu. Pada aspek partisipasi, terlihat bahwa partisipan yang memegang jabatan struktural seperti bendahara (P3), wakil ketua (P4), atau koor kaderisasi (P8) cenderung memiliki tingkat kehadiran yang lebih tinggi karena mereka memaknai posisinya sebagai

bentuk tanggung jawab. Hal ini sejalan dengan *Role Theory* (Biddle, 1986) yang menjelaskan bahwa individu dengan peran formal memiliki ekspektasi tugas yang lebih besar sehingga mereka termotivasi untuk mempertahankan konsistensi peran.

Motivasi untuk tetap bertahan dalam organisasi juga dapat dilihat dari dua sisi: motivasi sosial dan motivasi pengembangan diri. Beberapa partisipan seperti P1, P2, dan P7 bertahan karena merasa lingkungan organisasinya suportif, memberikan kenyamanan, dan menawarkan rasa kebersamaan yang kuat. Sementara partisipan lain seperti P5 dan P8 menekankan manfaat pengembangan kapasitas diri, seperti belajar public speaking, mengatur acara, hingga manajemen keuangan. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Rahmi et al., 2021b) bahwa keaktifan mahasiswa dalam organisasi dapat meningkatkan kompetensi interpersonal dan memperkuat ikatan sosial antaranggota.

Dalam menilai efektivitas kegiatan organisasi, sebagian besar partisipan mengaku bahwa program kerja yang diikuti telah memberikan manfaat langsung, baik bagi organisasi maupun bagi perkembangan pribadi mereka. Partisipan 3 menilai bahwa struktur kegiatan yang jelas membuat ia lebih mudah mengelola tugas keuangan, sementara Partisipan 8 merasa kegiatan organisasi melatih keberanian dan ketahanan mentalnya. Penelitian (Setyawati et al., 2022) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa dinamika peran dan tuntutan kerja dalam organisasi berkontribusi langsung pada peningkatan motivasi dan kemampuan mengelola tekanan.

Namun, temuan lapangan menunjukkan kecenderungan “kesibukan dianggap bermakna”. Sebagian partisipan menyamakan padatnya agenda dengan nilai positif organisasi. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui konsep *effort justification* dalam teori *cognitive dissonance* (Festinger, 1957), yaitu kecenderungan individu memberikan nilai lebih pada sesuatu yang membutuhkan usaha besar. Bias ini perlu dicermati karena tidak semua kegiatan padat selalu mencerminkan efektivitas. Secara keseluruhan, intensitas aktivitas organisasi membentuk pengalaman mahasiswa dalam beberapa aspek: kemampuan manajemen waktu, tanggung jawab peran, motivasi, serta persepsi terhadap nilai organisasi. Struktur kegiatan yang jelas, dukungan sosial, dan pengalaman langsung dalam mengelola tekanan menjadi elemen penting yang mendorong mereka untuk tetap terlibat.

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

Keterhubungan Sosial dan Kualitas Relasi Antaranggota

Keterhubungan sosial muncul sebagai faktor dominan yang memengaruhi kenyamanan dan pengalaman partisipan dalam berorganisasi. Seluruh partisipan menggambarkan hubungan sosial dalam organisasi sebagai hubungan yang hangat dan cenderung semi-formal saat rapat, tetapi lebih santai dan personal di luar kegiatan resmi. Partisipan 2 dan 6 menggambarkan bahwa gaya komunikasi santai, humor, dan kesamaan latar belakang membuat mereka cepat merasa cocok dengan anggota lain, yang menunjukkan adanya peran *similarity-attraction effect* dalam proses pembentukan kedekatan.

Dalam situasi perbedaan pendapat, para partisipan umumnya merespons secara terbuka dengan berdiskusi untuk mencari solusi. Pendekatan ini menunjukkan adanya kemampuan *constructive conflict management*, di mana konflik tidak dianggap sebagai ancaman, melainkan sebagai bagian dari dinamika kelompok yang dapat memperkaya perspektif. Teori *group communication* (Keyton, 2017) menekankan bahwa kelompok dengan pola komunikasi yang terbuka cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dan efektif dalam mencapai tujuan bersama. Rasa diterima menjadi tema yang kuat dan konsisten. Hampir semua partisipan mengaku merasa diterima sepenuhnya melalui bentuk-bentuk seperti pelibatan aktif dalam diskusi, pemberian amanah, bantuan dalam memahami tugas, hingga dukungan emosional dari rekan satu divisi. Partisipan 3, misalnya, merasa diterima meski ia berasal dari luar himpunan, karena teman-temannya selalu membimbing dan melibatkannya dalam proses kerja. Hal ini sejalan dengan konsep *Social Acceptance* (Leary, 2015) yang menjelaskan bahwa individu merasa menjadi bagian kelompok ketika mendapatkan pengakuan, dukungan, dan ruang untuk berkontribusi.

Interaksi di luar kegiatan resmi juga berperan besar dalam membangun relasi emosional. Kegiatan seperti nongkrong setelah rapat, makan bersama setelah proker, hingga sesi cerita saat evaluasi tengah periode menjadi momen yang paling mempererat hubungan. Temuan ini menunjukkan adanya fungsi *informal bonding* yang membantu memperkuat solidaritas dan menurunkan jarak antaranggota. (Maria et al., 2023b) menyatakan bahwa hubungan emosional yang kuat dapat meningkatkan rasa memiliki (*sense of belonging*) dan membuat anggota lebih loyal terhadap kelompok. Selain itu,

terlihat adanya *ingroup bias*, di mana partisipan menggambarkan organisasi mereka sebagai kelompok yang hangat dan suportif, tetapi kedekatan nyata hanya terbentuk pada lingkaran tertentu seperti divisi atau kelompok kecil yang sering berinteraksi. Fenomena ini wajar dalam konteks organisasi besar dan sesuai dengan teori *social identity* (Tajfel & Turner, 1979), di mana kedekatan emosional biasanya lebih mudah terbentuk dalam subkelompok dengan frekuensi interaksi tinggi.

Secara keseluruhan, kualitas hubungan sosial dalam organisasi berperan penting dalam menjaga kestabilan psikologis mahasiswa, meningkatkan kenyamanan berorganisasi, serta mendorong efektivitas kerja tim. Interaksi yang hangat, kepemimpinan yang merangkul, dan pengalaman menjalankan proker bersama membentuk budaya hubungan yang positif dan saling mendukung.

Dukungan Emosional dan Dampak Psikologisnya

Beberapa partisipan menggambarkan organisasi sebagai tempat yang memberikan ruang aman secara emosional. Partisipan 1 menyatakan bahwa meskipun ia jarang membahas masalah pribadi, ia tetap merasakan dukungan emosional yang hadir melalui kebersamaan, penerimaan, dan momen-momen saling menyemangati dalam organisasi. Partisipan 1 menggambarkan organisasi sebagai “tempat pulang” dan mengaku dukungan itu sangat membantu terutama ketika beban akademik sedang tinggi. Namun berbeda dengan Partisipan 2 ia lebih menggambarkan bahwa lebih nyaman bercerita kepada teman organisasi karena sering menghadapi tekanan bersama ia menekankan bahwa teman-teman organisasi hadir secara penuh ketika mendengarkan dan memberikan solusi, membuatnya merasa dihargai dan tidak sendirian. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Rahmi et al., (2021) yang menunjukkan bahwa keaktifan dalam organisasi bukan hanya meningkatkan kompetensi interpersonal, tetapi juga memperkuat kualitas hubungan sosial antaranggota, sehingga mahasiswa merasa lebih dihargai, diakui, dan memiliki tempat untuk kembali ketika menghadapi tuntutan akademik maupun tekanan emosional.

Berbeda dengan Partisipan 3 juga mengakui bahwa dukungan emosional dari rekannya membuatnya lebih mampu menghadapi tuntutan LPJ, tugas kuliah, dan tekanan organisasi. Ia menyebut bahwa setelah bercerita, ia merasa lebih lega, lebih kuat, dan lebih fokus kembali. Rahman et al., (2024) juga mengemukakan mengenai efek dukungan

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

emosional terhadap stres akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa fungsi *emotional regulation support*, yaitu dukungan yang memulihkan kapasitas kognitif setelah tekanan emosional, sejalan dengan temuan berbagai penelitian yang menjelaskan bahwa interaksi suportif dapat menurunkan intensitas stres dan memperbaiki kemampuan konsentrasi. Grahani dan Mardiyanti, (2019) mengemukakan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam organisasi dapat memperkuat kemampuan mereka dalam mengatur diri, sehingga tekanan akademik lebih mudah dikelola dan fokus belajar dapat kembali pulih setelah menghadapi situasi penuh tuntutan. Pada keseluruhan partisipan lain pun terlihat pola yang serupa sebagian partisipan lebih terbantu oleh pendengaran aktif seperti Partisipan 5 sebagian terbantu oleh kehadiran yang hangat walaupun tanpa solusi, dan sebagian merasakan dukungan melalui interaksi singkat yang memperbaiki suasana hati misalnya Partisipan 7. Meskipun bentuk-bentuk dukungan tersebut berbeda, seluruhnya memberikan dampak psikologis yang konsisten berupa menurunnya stres, meningkatnya motivasi, membaiknya suasana hati, serta terciptanya rasa aman dalam menjalankan peran organisasi.

Secara keseluruhan, seluruh partisipan menunjukkan bahwa dukungan emosional merupakan faktor utama yang menjaga ketahanan psikologis mereka di lingkungan organisasi. Mereka merasakan hal yang berbeda entah ada yang dominan berupa dengan hadir sepenuhnya mendengarkan tanpa menghakimi, ada yang berupa *shared struggle*, ada yang berupa kehadiran hangat namun seluruh bentuk dukungan tersebut memberikan efek yang sejalan entah itu menurunkan stres, meningkatkan motivasi, memperbaiki mood, dan menciptakan rasa aman.

Makna Personal dan Nilai Pengalaman Berorganisasi

Makna personal yang muncul dari pengalaman berorganisasi tampak menjadi aspek yang perlu ditelaah lebih dalam pada seluruh partisipan. Dari ke delapan partisipan secara langsung menunjukkan bahwa organisasi tidak hanya dipahami sebagai wadah kegiatan dan pembagian tugas, tetapi sebagai ruang pembentukan diri, tempat tumbuhnya motivasi, dan medium yang memperkuat identitas sosial mereka sebagai mahasiswa. Hal ini sejalan dengan temuan (Marpaung et al., 2024) yang menunjukkan bahwa semakin

kuat rasa kebersamaan dan sense of community dalam kelompok, semakin besar komitmen individu untuk tetap terlibat dan bertahan dalam organisasi.

Bagi beberapa partisipan, organisasi menjadi ruang pembelajaran yang memperluas kapasitas diri. Partisipan 1, misalnya, mengungkapkan bahwa banyak pengalaman baru yang ia peroleh dari berorganisasi dari dinamika kerja sama, belajar menghadapi berbagai karakter, hingga kemampuan berkoordinasi dalam situasi tertekan. Ia menilai bahwa proses tersebut membuatnya lebih dewasa secara emosional dan lebih berani mengambil keputusan. Namun Partisipan lain menekankan bahwa organisasi memiliki nilai emosional yang membentuk rasa identitas dan rasa memiliki. Partisipan 2, misalnya, yang menggambarkan organisasi sebagai tempat di mana ia merasa diterima dan dihargai karena menurutnya, berada di tengah orang-orang yang mengalami proses yang sama membuatnya merasa lebih “mempunyai tempat pulang” dan tidak terasing dalam dunia perkuliahan. Makna ini menegaskan bahwa organisasi kampus berfungsi sebagai ruang di mana mahasiswa membangun identitas sosialnya melalui interaksi dan pengalaman kolektif. Hal ini sejalan dengan temuan (Maria et al., 2023) yang menemukan bahwa rasa memiliki yang kuat membuat individu merasa nyaman dan terikat secara emosional sehingga terdorong memberikan kontribusi dengan lebih tulus dan bertanggung jawab.

Motivasi internal untuk bertahan dalam organisasi juga menjadi bagian penting dalam pembentukan makna personal dalam suatu komunitas ataupun organisasi. Partisipan 6, misalnya ia mengaku bahwa meskipun sering kelelahan dengan tuntutan akademik, ia tetap bertahan karena merasa kontribusinya bermakna dan karena ia memaknai keberadaannya sebagai bagian dari kelompok yang saling mendukung. Dukungan emosional yang ia terima menguatkan rasa tanggung jawab dan loyalitasnya. Dalam hal ini menunjukkan bahwa nilai pengalaman berorganisasi tidak hanya terletak pada kegiatan formal, namun padabagaimana penguatan motivasi intrinsik yang muncul melalui relasi dan rasa dibutuhkan dalam kelompok. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa keaktifan berorganisasi meningkatkan sense of purpose mahasiswa, dapat memperkuat motivasi dan komitmen terhadap lingkungan akademik dan sosialnya (Rahmi et al., 2021a).

Perubahan diri sebelum dan sesudah bergabung organisasi juga terlihat jelas. Partisipan 8 menuturkan bahwa ia merasa menjadi pribadi yang lebih kuat dan lebih

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

berani setelah mengikuti organisasi karena menurutnya, tekanan kegiatan membuatnya lebih disiplin dan lebih mampu mengatur emosi. Ia merasakan adanya perkembangan signifikan pada kapasitas kerja dan ketahanan mental yang tidak ia miliki sebelumnya. Temuan ini sejalan dengan konsep *personal growth* di mana individu menginternalisasi pengalaman kelompok sebagai pengalaman perkembangan diri. Interaksi intens, keberulangan tanggung jawab, dan tantangan organisasi mendorong mahasiswa untuk memperluas kemampuan coping, membentuk pola kebiasaan baru, dan memperbaiki strategi pengelolaan diri. Hal tersebut konsisten dengan temuan Ira Setyawati et al., (2022) mengemukakan bahwa dinamika peran dan tuntutan kerja dalam organisasi berkontribusi langsung pada meningkatnya motivasi, ketahanan, dan kualitas performa individu.

Secara keseluruhan, makna personal yang muncul dari pengalaman berorganisasi dapat dikelompokkan ke dalam tiga bagian, pertama bagaimana mahasiswa itu mengambil manfaat personal berupa peningkatan kapasitas diri melalui pengalaman baru, penguatan soft skills, dan pembelajaran sosial, kemudian kedua, terbentuknya identitas dan rasa kepemilikan yang memperkuat rasa belonging dan membangun ikatan emosional dengan lingkungan organisasi dan ketiga, tumbuhnya motivasi internal yang berakar pada nilai, makna kontribusi, serta perasaan bahwa keberadaan mereka penting bagi kelompok. Ketiganya saling terkait dan menghasilkan perubahan yang tampak dalam cara partisipan menilai diri, menavigasi tekanan, dan membentuk bagaimana arah perkembangan pribadi mereka sebagai mahasiswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa organisasi kemahasiswaan di UIN Walisongo Semarang efektif berfungsi sebagai sarana pembentukan keterhubungan sosial dan dukungan emosional bagi mahasiswa, sebagaimana terungkap dari pengalaman partisipan yang menunjukkan hubungan antaranggota yang hangat, rasa diterima, serta dukungan melalui pendengaran aktif, kebersamaan, dan motivasi bersama yang menurunkan stres serta meningkatkan ketahanan psikologis. Hasil wawancara fenomenologis dengan 8-10 informan aktif mengonfirmasi bahwa intensitas kegiatan, interaksi informal, dan makna personal seperti pengembangan diri serta *sense of belonging* secara signifikan memperkuat dinamika ini, tanpa menggeneralisasi ke seluruh populasi kampus. Meskipun demikian, keterbatasan penelitian terletak pada pendekatan kualitatif dengan sampel purposive yang terfokus pada mahasiswa senior aktif, sehingga kurang menangkap variasi pengalaman mahasiswa pasif atau lintas kampus lain.

Saran

Pimpinan organisasi disarankan memperkuat momen bonding informal dan pelatihan konflik konstruktif guna memaksimalkan manfaat emosional, sementara penelitian mendatang dapat memperluas ke pendekatan kuantitatif dengan sampel lebih besar atau membandingkan kampus sekuler untuk menguji generalisasi temuan.

ORGANISASI DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KETERHUBUNGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA

DAFTAR REFERENSI

- Ahmad Ridwan Marpaung, Widi Astuti, Riza Musni, M. F. J. P. (2024). Hubungan Antara Sense Of Community Dengan Komitmen Organisasi Pada Mahasiswa Yang Berorganisasi Di Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 413–419.
- Biddle, B. J. (1986). Recent Developments in Role Theory. *Annual Review of Sociology*.
- Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). SAGE Publications, Inc.
- Dan, S., & Sosial, D. (2024). *IDEA : Jurnal Psikologi*. 83–92.
- Darodjat, A. (2024). Religiositas Islam dan Kesejahteraan Mental Mahasiswa: Studi Korelasi pada Perguruan Tinggi Islam. *Jurnal Psikologi Islam Indonesia*, 9(2), 122–135. <https://doi.org/10.21009/jpii.09205>
- Destalia, R., Fitria, N., & Zahrani, M. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial dan Spiritualitas terhadap Flourishing Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 6(1), 45–58. <https://doi.org/10.31219/osf.io/dfg45>
- Fakultas Humaniora UIN Walisongo. (2019). *Panduan Kegiatan Organisasi Mahasiswa dan Pembinaan Karakter Religius Mahasiswa*. UIN Walisongo Press.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press.
- FISIP UIN Walisongo. (2023). *Laporan Kegiatan Sosial dan Kolaborasi Organisasi Mahasiswa Tahun 2023*. FISIP UIN Walisongo.
- Grahani, F. O., & Mardiyanti, R. (2019). Self Regulated Learning (SRL) pada Mahasiswa Ditinjau dari Keikutsertaan dalam Organisasi. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 17(2), 48–53.
- Hapsari, P. (2024). *Correlation Between Islamic Religiosity and Mental Well-Being in Students in the Perspective of Achieving Sustainable Development Goals (SDGs)*. 25(2), 363–374.
- Imam, M. (2021). Peran Organisasi Kemahasiswaan dalam Pengembangan Soft Skills Mahasiswa Perguruan Tinggi Islam. *Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 10(3), 205–215. <https://doi.org/10.32528/jpsh.v10i3.9821>

- Ira Setyawati, Yusnita Wardani, S. (2022). Peran individu dalam organisasi: tinjauan literatur sistematis tentang perilaku dan kinerja di tempat kerja. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 12(2), 337–351.
- Keyton, J. (2017). *Communication in Groups: Theory and Practice*. Oxford University Press.
- Leary, M. R. (2015). Social Acceptance. In *Handbook of Personality Psychology*.
- Mahasiswa, K. P. (2025). 1, 2 1,2. 10(September).
- Maria, E., Sudarso, A., Terang, J., & Perangin-Angin, K. (2023a). Membangun Sense Of Belonging (Rasa Memiliki) Individu dan Kecintaan Terhadap Organisasi Pada YPK Don Bosco Kam. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat METHABDI*, 3 Nomor 1(1), 104–112.
- Maria, E., Sudarso, A., Terang, J., & Perangin-Angin, K. (2023b). Membangun Sense of Belonging pada Lingkungan Organisasi. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat METHABDI*.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. SAGE Publications.
- PPID UIN Walisongo. (2022). *Laporan Kinerja dan Tata Kelola Kemahasiswaan Universitas Islam Negeri Walisongo Tahun 2022*. <https://ppid.walisongo.ac.id>
- Rahman, Aditia; Anjelina, A., Astuti, W., Syarif, F., Eriza, S., & Anggraini, T. (2024). *Kontribusi Social Support Terhadap Tingkat*. 13, 248–256.
- Rahmi, F., Pangesti, S., Syathiri, B., & Febriana, I. (2021a). PENGARUH KEAKTIFAN DALAM BERORGANISASI TERHADAP KOMPETENSI INTERPERSONAL DAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA LINGKUP ORMAWA FAKULTAS EKONOMI UNY Fairus. *The Iowa Review*, 17(1), 39–39.
- Rahmi, F., Pangesti, S., Syathiri, B., & Febriana, I. (2021b). Pengaruh Keaktifan Organisasi terhadap Kompetensi Interpersonal Mahasiswa. *The Iowa Review*, 17(1), 39.
- Setyawati, I., Wardani, Y., & S. (2022). Peran Individu dalam Organisasi dan Dampaknya terhadap Kinerja. *Jurnal Ilmu Manajemen*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An Integrative Theory of Intergroup Conflict. In *The Social Psychology of Intergroup Relations*.