

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Penelitian

Otonomi dan diri adalah dua konsep sentral dan terkait dalam teori penentuan nasib sendiri atau *Self-Determination Theory* (SDT). Menurut pandangan fenomenologis, analitis, dan eksistensialis bahwa diri bukanlah suatu entitas yang dapat dirasakan atau dialami secara langsung sebagai objek fenomenal. Manusia mengenal diri melalui otonomi dan pengorganisasian diri: mereka memahami kapan atau sejauh mana tindakan mereka berasal dari dan didukung oleh kemauan dan kesediaan lawan perasaan asing, dipaksa, atau terpaksa (Ryan & Deci, 2017). Kajian otonomi dibedakan atas gagasan kemandirian (tidak bergantung) dan kebebasan (tidak adanya batasan). Menjadi mandiri berarti bertindak sesuai dengan pertimbangan reflektif seseorang; jadi tindakan otonom adalah tindakan yang dapat didukung oleh diri sendiri dan menjadi tanggung jawab seseorang dalam mengikuti perkembangan global di masa era disrupsi ini.

Era disrupsi merupakan fase dimana inovasi dan perubahan terjadi secara masif dan fundamental yang mengubah berbagai tatanan dan sistem menuju cara yang baru. Menurut ahli, disrupsi adalah perubahan besar yang membuat perusahaan berjalan tidak seperti biasa, melainkan berubah dengan cara-cara baru yang berbasis teknologi (Christensen, 1997). Istilah disrupsi merujuk pada perubahan besar dalam industri, pasar, atau model bisnis secara signifikan dan mendalam akibat munculnya inovasi, penggunaan teknologi baru, atau perubahan paradigma. Beberapa bentuk disrupsi pada era sekarang seperti perubahan bentuk kewirausahaan dari sistem konvensional ke sistem baru berbasis teknologi (*start-up*), aktivitas dan budaya hidup manusia berubah dari konvensional menjadi virtual, sektor transportasi yang dari sistem konvensional menjadi sistem *online*. Dalam mengikuti perkembangan global di masa era disrupsi ini, seseorang juga harus dapat menyesuaikan diri khususnya dari segi kemampuan dengan tuntutan perubahan tersebut. Selain sebagai makhluk

individu, seseorang juga hidup sebagai makhluk sosial yang mampu hidup bersama dan berorganisasi.

Makhluk hidup dicirikan pada kecenderungan berorganisasi (Maturana & Varela, 1987; Mayr, 1982), dan asumsi dasar ini telah tercermin dalam banyak teori psikologi. Dalam tradisi psikoanalitik, gagasan ini direpresentasikan dalam penekanan pada fungsi sintetik ego (Nunberg, 1931); dalam tradisi humanistik, dalam sentralitas kecenderungan aktualisasi (Rogers, 1963, 2008); dan dalam tradisi perkembangan kognitif sebagai invarian fungsional organisasi (Piaget, 1971). Pada SDT, pemikiran organisasi sebagai hal yang paling tepat untuk kecenderungan inheren masyarakat terhadap motivasi intrinsik dan internalisasi. Perkembangan psikologis manusia sebagai sesuatu yang adaptif secara dinamis dan memerlukan kecenderungan menuju fungsi yang kohesif dan terintegrasi. Inti dari fungsi yang sehat dan koheren ini adalah diri, sebuah konstruksi mengenai proses integratif. Dalam SDT, diri adalah organisasi psikologis yang berintegrasi dan struktur dimana fungsi, narasi, nilai, peraturan, dan preferensi baru diintegrasikan. Sepanjang tindakan itu diatur melalui diri yang terintegrasi dan mengintegrasikan, maka disebut sebagai otonom.

Pemahaman tentang diri sebagai proses dapat dicapai secara lebih optimal bukan dengan memahami diri itu sendiri, melainkan dengan memeriksa fungsi diri. Seseorang dapat membandingkan tindakan yang diatur sendiri dengan tindakan yang dialami sebagai tindakan yang tidak diatur sendiri. Konsep otonomi merupakan kapasitas manusia untuk memiliki kesadaran diri membuat kita mampu melampaui pengalaman kita dan, pada akhirnya, memberikan nilai pada objek dan tujuan (Ryan & Deci, 2017), termasuk nilai-nilai yang dicapai melalui penerapan refleksi dan nalar. Dalam pandangan ini, pilihan seseoranglah yang pada akhirnya menegaskan atau menolak fitur objek yang mungkin menarik atau menolak seseorang, sehingga memungkinkan terjadinya tindakan otonom (Korsgaard, 2009). Seperti halnya

identitas, otonomi adalah masalah psikososial yang muncul dan muncul kembali sepanjang siklus hidup (Steinberg, 2017).

Pendapat selanjutnya menjelaskan bahwa kemandirian sebagai istilah kebebasan dan merupakan bagian dari tugas perkembangan bagi dewasa awal yang diharapkan mampu melepaskan diri dari ketergantungan orang tua atau orang dewasa lainnya dalam berbagai hal (Mappiare, 1982). Sebagai tambahan, kemandirian sebagai salah satu kebutuhan psikologis manusia dalam susunan hierarki kebutuhannya Maslow dengan klasifikasi menjadi dua kategori yaitu penghargaan terhadap diri sendiri (martabat, prestasi, penguasaan, kemandirian) dan keinginan akan reputasi atau rasa hormat dari orang lain seperti status dan prestise (A. Maslow, 1954). Maslow juga mencantumkan kemandirian (*autonomy*) dalam teori hierarki kebutuhannya yang merupakan salah satu karakteristik dari kebutuhan aktualisasi diri; memiliki tingkat kebebasan dan privasi yang tinggi, tidak dikekang, karakter otonom, menentukan diri sendiri dan tidak tergantung (Maslow, 1965).

Otonomi adalah kemampuan untuk mengontrol diri sendiri dan melakukan tindakan sesuai dengan nilai-nilai yang dipegang. Konsep otonomi atau mandiri memiliki keterkaitan dengan istilah tanggung jawab dan kesadaran. otonomi mengacu pada “kapasitas untuk berpikir, memutuskan, dan bertindak berdasarkan pemikiran dan keputusan tersebut secara bebas” (Gillon, 2003). Pembelajaran otonomi merupakan bentuk pembelajaran yang membutuhkan pengendalian diri, kedisiplinan, dan pengaturan diri sendiri dalam proses belajar. Selain itu, otonomi merujuk pada kemandirian peserta didik dalam mengarahkan proses belajarnya melalui pengendalian metakognitif, dorongan motivasional, dan tindakan perilaku yang sesuai (Calafato, 2020; Haque, 2019). Otonomi merupakan kemampuan mengatur diri sendiri, motivasi, menjalani keputusannya dengan sepenuh hati, dan paham akan kepentingan sosial dari tindakan sendiri (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2006). Kajian otonomi lebih terfokus pada kemampuan yang mendukung keberhasilan pembelajaran, antara lain untuk menetapkan tujuan, mengambil

keputusan, dan mengevaluasi hasil pembelajarannya sendiri. Seseorang yang otonom ditandai dengan kemampuan untuk menghasilkan gagasan kreatif, menilai kekuatan diri secara realistis, dan memanfaatkan potensi lingkungan dalam upaya mewujudkan tujuan hidupnya. Pembelajaran otonomi membuat pembelajaran menjadi lebih personal dan terfokus dan didasarkan pada kebutuhan dan preferensi peserta didik (Richards, 2012). Tindakan yang dijalani dengan sungguh-sungguh dan sepenuh hati menunjukkan adanya kemandirian dan tanggung jawab dalam diri seseorang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa otonomi yang tinggi menghasilkan tindakan yang otentik.

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada perguruan tinggi, baik akademik, vokasi, maupun profesi (Hartaji, 2012). Selain memperluas ilmu pengetahuan, mahasiswa dalam proses transisi dari masa remaja menuju dewasa awal juga diharapkan dapat meningkatkan keterampilan baik umum maupun khusus yang dapat dimanfaatkan pada dunia pekerjaan nantinya. Pada perguruan tinggi berusaha menciptakan lulusan yang memiliki kualitas, karakter dan bernilai kompetitif. Selain itu, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik dan sosial yang menuntut kemampuan untuk berpikir, bertindak, dan mengambil keputusan secara mandiri. Salah satu karakter yang terbentuk di perguruan tinggi adalah kemandirian. Seseorang yang sedang melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi sudah harus melatih kepribadian menjadi mandiri dan dewasa. Berbeda kondisi di sekolah pada jenjang sekolah dasar dan menengah yang diajarkan dan diberikan oleh guru secara terperinci.

Dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan, mahasiswa dituntut untuk dapat membangun personal yang memiliki kriteria yang mampu menjalankannya untuk memiliki kehidupan yang lebih baik dan matang. Tuntutan akademik di perguruan tinggi yang kompleks, seperti beban tugas, penelitian, presentasi, dan kolaborasi dalam proyek ilmiah menjadi medan pengujian bagi kemandirian dan

tanggung jawab pribadi mahasiswa. Dalam konteks ini, otonomi akademik tidak hanya berarti kebebasan untuk belajar sesuai minat, tetapi juga kemampuan untuk mengatur strategi belajar, memotivasi diri, dan bertahan terhadap tekanan akademik. Kemampuan mandiri juga sangat dibutuhkan agar dapat selalu berkembang dan mudah dalam mengatasi kesulitan akibat pekerjaan. Kemandirian dipandang sebagai bagian dari kebutuhan otonomi, sehingga jika seseorang merasa dihambat dalam melakukan tindakan mandiri, maka motivasi dan kemandirian belajarnya akan menurun (Ryan & Deci, 2008).

Salah satu ciri utama dari pembelajaran otonom adalah kemandirian belajar, yaitu kemampuan peserta didik untuk mengevaluasi kapasitas diri dan mengarahkan pilihan terhadap materi pembelajaran yang relevan dengan kebutuhannya. Dengan demikian, kegiatan belajar harus menjadi kegiatan menyenangkan dan bebas dari tekanan. Penerapan otonomi dalam pendidikan sangat dibutuhkan dan berperan penting sebagai dasar pelaksanaan pembelajaran yang kondusif dan responsif sehingga mahasiswa dituntut untuk bertanggung jawab atas pembelajarannya sendiri (Amini & Ginting, 2020). Berdasarkan pengamatan perilaku siswa di luar kelas dalam memanfaatkan internet untuk membantu mereka belajar secara mandiri, terdapat sebahagian mahasiswa telah mengembangkan pembelajaran otonomi karena mereka secara otomatis dan mandiri mengakses situs web apa pun yang berhubungan dengan materi yang dibutuhkan (Öztürk, 2020).

Mengembangkan kemampuan otonomi pada seseorang dalam berbagai lini kehidupan terutama mahasiswa memberikan manfaat terhadap dirinya. Manfaat yang didapatkan dalam mengembangkan otonomi antara lain membangun kemandirian (Oshana, 2003), meningkatkan kemampuan, minat, dan bakat pribadi (Miserandino, 1996), merangsang kreativitas dan inovasi (Martins & Terblanche, 2003; Zhou, 1998), membantu mengurangi tingkat stres (Pearson & Moomaw, 2005; Zeuge et al., 2023). Beberapa hasil penelitian yang ditemukan terdapat beberapa manfaat lain dalam mengembangkan otonomi yaitu membantu mengambil keputusan yang

bertanggung jawab (Oshana, 2016), membantu mengarahkan dan merencanakan pengembangan karir (Greenhaus et al., 2010; Savickas, 2013), dan menciptakan keseimbangan antara kehidupan pribadi dan profesional, mengurangi konflik, dan meningkatkan kualitas hidup (Fotiadis et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan Richards menyampaikan bahwa pembelajaran otonomi membuat pembelajaran menjadi lebih personal dan terfokus dan didasarkan pada kebutuhan dan preferensi pembelajar (Richards, 2012). Metode pembelajaran ini kontras dengan pendekatan tradisional yang dipimpin guru di mana sebagian besar keputusan dibuat oleh guru. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Amini dan Ginting mengenai praktik pembelajaran otonomi menemukan bahwa pendidikan otonomi sangat dibutuhkan dan berperan penting sebagai dasar pelaksanaan pembelajaran dalam pandemi Covid-19 (Amini & Ginting, 2020). Sejalan dengan Patimah dan Sumartini menjelaskan keberhasilan belajar mandiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain motivasi internal siswa, dorongan untuk terus belajar, sikap bertanggung jawab, rasa percaya diri dalam memecahkan masalah, serta kemampuan menggunakan teknologi untuk memperoleh informasi secara mandiri (Patimah & Sumartini, 2022).

Ketika seseorang tidak memiliki otonomi, atau kebebasan untuk mengambil keputusan dan mengelola kehidupan mereka sendiri, dapat muncul sejumlah dampak dan akibat. Beberapa di antaranya melibatkan aspek-aspek seperti perkembangan pribadi, profesional, serta kesejahteraan umum. Beberapa dampak yang mungkin terjadi jika tidak ada otonomi antara lain mengalami ketergantungan yang berlebihan (Oshana, 2016), kurangnya pengembangan diri (Boud, 2012b, 2012a), sering merasakan frustrasi, kecemasan dan ketidakpuasan (Ebersold et al., 2019), dan keterbatasan kreatifitas dan inovasi serta motivasi (Oshana, 2016; Ryan & Deci, 2004). Otonomi waktu kerja dapat memfasilitasi kombinasi pekerjaan dan kehidupan, namun juga dapat menyebabkan intensifikasi kerja dan lembur (Lott,

2015). Jadwal yang tetap dapat membatasi kehidupan karyawan atau melindungi mereka dari kesewenang-wenangan pemberi kerja.

Otonomi mahasiswa merujuk pada tingkat kebebasan atau kemandirian yang dimiliki mahasiswa dalam mengambil keputusan dan bertindak tanpa terlalu banyak campur tangan atau kendali dari pihak lain. Adapun manfaat bagi seseorang yang memiliki otonomi adalah kreativitas yang meningkat, pengambilan keputusan yang lebih cepat dan efisien, dapat mengembangkan keterampilan kepemimpinan, memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, dan meningkatkan tanggung jawab yang lebih besar (Kurniasari et al., 2019). Sebaliknya dampak negatif yang dirasakan mahasiswa ketika kurang memiliki otonomi, antara lain mahasiswa memiliki ketergantungan pada orang lain, kurangnya pengembangan keterampilan kemandirian, kurangnya rasa pemenuhan dan kesejahteraan psikologis, adanya perasaan terkekang atau terperangkap, keterbatasan pengembangan pribadi dan berdampak juga pada kehidupan pekerjaan setelah menyelesaikan perguruan tinggi.

Berdasarkan penjelasan manfaat penerapan perilaku otonomi sebelumnya terdapat beberapa indikator yang terkait dengan kompetensi yang harus dikuasai seseorang dalam dunia pekerjaan setelah menyelesaikan studi di perguruan tinggi. Pekerjaan dapat didefinisikan sebagai simbol kesejahteraan seseorang yang baik dan sebaliknya, kesejahteraan yang buruk dikaitkan dengan pengangguran (Banks & Jackson, 1982; De Witte, 1993; Feather, 2012; Vinokur et al., 1987). Secara khusus, motivasi otonom untuk tidak mencari pekerjaan menghasilkan hubungan positif dengan variabel pengalaman dan kesejahteraan (Vansteenkiste et al., 2004). Sama halnya dengan motivasi otonom menunjukkan hubungan serupa dalam domain kehidupan lainnya, menunjukkan bahwa beberapa orang mampu beradaptasi terhadap pengangguran dengan cara yang relatif sehat (Warr, 1987).

Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia pada bulan Agustus 2023 terdapat 5,32% jiwa masyarakat Indonesia pada Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) (BPS, 2023). Berdasarkan data tersebut menjelaskan jumlah masyarakat di Indonesia masih

mengalami pengangguran walaupun mengalami penurunan setiap tahunnya terhitung dari bulan Agustus 2020 – Agustus 2023. Data tersebut juga menyajikan berdasarkan jenis kelamin dan kepadatan penduduk; laki-laki lebih tinggi tingkat pengangguran dibandingkan perempuan dan kota juga lebih tinggi tingkat pengangguran dibandingkan desa.

Berbagai temuan empiris lainnya, menunjukkan bahwa dukungan otonomi (*autonomy support*) dari pengajar memegang peran kunci dalam membentuk kualitas pengalaman belajar mahasiswa (Núñez et al., 2015). Sikap dosen yang memberikan pilihan, menyampaikan alasan yang bermakna atas setiap tugas atau aturan, serta mengakui perasaan dan sudut pandang mahasiswa terbukti mampu memenuhi kebutuhan psikologis dasar, khususnya kebutuhan akan otonomi, yang selanjutnya meningkatkan motivasi intrinsik dan vitalitas mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran. Lebih jauh, dukungan otonomi tersebut juga memperkuat kemampuan pengaturan diri (*self-regulated learning*), di mana mahasiswa menjadi lebih mampu menetapkan tujuan, memilih strategi belajar yang tepat, dan mengevaluasi kemajuan belajarnya secara mandiri, sehingga tekanan dan stres akademik yang dialami cenderung menurun (Zheng et al., 2020).

Otonomi yang berkembang dengan baik turut mendorong keterlibatan (*engagement*) mahasiswa secara kognitif, emosional, dan perilaku, yang tercermin dari partisipasi aktif dalam perkuliahan serta meningkatnya kepuasan terhadap pengalaman belajar di perguruan tinggi. Selain itu, otonomi berkaitan erat dengan kemampuan mahasiswa dalam menguasai lingkungan akademiknya, seperti mengelola waktu, memprioritaskan tugas, dan memanfaatkan berbagai sumber daya yang tersedia secara efektif, yang berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologisnya (Khatri et al., 2024). Bahkan, pengalaman berotonomi selama masa perkuliahan tidak hanya berdampak pada keberhasilan akademik, tetapi juga membentuk kesiapan profesional di masa depan, karena individu yang terbiasa merasakan dan mengembangkan otonomi cenderung mengadopsi pola interaksi dan

praktik yang juga mendukung otonomi orang lain, sehingga manfaatnya meluas dan berkelanjutan dalam konteks pendidikan serta kehidupan sosial (Martinek et al., 2020).

Otonomi mahasiswa merujuk pada kemampuan mahasiswa untuk mengelola dan mengarahkan pembelajaran serta kehidupan mereka sendiri dengan tanggung jawab yang tinggi. Otonomi mahasiswa dapat dicapai dengan cara mempertimbangkan manfaat yang didapatkan oleh mahasiswa baik dalam konteks pendidikan, kehidupan pribadi, atau pekerjaan dengan upaya yang dapat diterapkan untuk meningkatkan otonomi mahasiswa. Beberapa penelitian terdahulu yang telah dilaksanakan umumnya pada bidang pendidikan dan dalam kehidupan pekerjaan.

Dalam aspek pendidikan, tujuan utama dari otonomi mahasiswa adalah untuk membantu mahasiswa memberikan kebebasan untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab atas pengelolaan kehidupan pribadinya dan memaksimalkan potensi untuk keberhasilan pribadi dan profesional. Adapun kaitan dari tujuan otonomi dengan tujuan pendidikan adalah memberikan siswa kebebasan dan tanggung jawab dalam proses pembelajaran mereka. Dengan memberikan siswa otonomi dalam mengatur waktu belajar, memilih minat mereka, dan mengembangkan keterampilan mereka, pendidikan dapat membantu memperkuat rasa kontrol pribadi dan kemandirian siswa. Ini dapat mempengaruhi kebahagiaan siswa dengan memberi mereka kesempatan untuk merasa memiliki dan berkontribusi dalam pengalaman pendidikan mereka sendiri. Ditinjau dari tujuan filsafat adalah proses eksplorasi dan pemahaman individu tentang kebebasan, tanggung jawab, dan tujuan kehidupan sehingga individu dapat merenungkan tentang arti otonomi dalam menjalani kehidupan yang bermakna agar dapat membantu individu menentukan tujuan hidup mereka sendiri dan memilih jalur yang sesuai dengan nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang mereka percaya dan meningkatkan kebahagiaannya.

Selanjutnya, ditinjau dari tujuan bimbingan dan konseling yang mana mempromosikan otonomi dengan memberikan dukungan dan arahan kepada individu

untuk mengambil keputusan yang lebih baik. Dengan meningkatkan pemahaman diri, keterampilan pengambilan keputusan, dan rasa percaya diri, bimbingan dan konseling dapat membantu individu merasa lebih berdaya dan memiliki kendali lebih besar atas hidup mereka sendiri serta dapat meningkatkan kebahagiaan individu dan potensi pribadinya. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan yang berfokus pada kebebasan, bertanggung jawab, dan pengembangan potensi mahasiswa dapat membantu menciptakan individu yang tangguh dan kemandirian mahasiswa untuk mencapai otonomi (Budiman, 2010).

Para peneliti telah mengembangkan berbagai cara untuk meningkatkan otonomi pada bidang Pendidikan antara lain melakukan penelitian yang melibatkan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan pembelajaran *autonomous* (Orakci & Gelisli, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki kinerja yang lebih baik dalam prestasi belajar, bahasa, sikap dan kemandirian belajar daripada kelompok kontrol. Pembelajaran mandiri dapat diperkaya melalui kegiatan komunikatif, yang berfungsi untuk membangkitkan motivasi siswa agar mampu merumuskan solusi kritis dengan mengandalkan inovasi serta kreativitas. Pembelajaran mandiri merupakan upaya untuk menumbuhkan tanggung jawab siswa selama kegiatan pembelajaran, sehingga siswa tersebut akan mendapatkan pengalaman belajar yang lebih baik (Maru et al., 2021).

Perkembangan penelitian terkait otonomi dalam pembelajaran terkait aspek keaslian tugas, kompleksitas, dan tujuan menjadi hal yang harus diperhitungkan dalam merancang tugas pedagogis untuk mengembangkan otonomi pelajar (Cirocki, 2016). Pada penelitian Tlonaen dan Nenotek juga menyarankan untuk mengujicobakan strategi belajar otonomi kepada siswa pada tingkat universitas dengan menggunakan metode pembelajaran yang menuntut pemikiran kritis siswa dan variasi tugas yang bersifat eksplorasi (Tlonaen & Nenotek, 2021). Hasil penelitian dari Vansteenkiste et al., (2020) menemukan bahwa pemenuhan kebutuhan akan otonomi dapat tercapai apabila siswa memiliki kemampuan serta kesempatan

untuk berpikir mandiri dan menetapkan tujuan belajar mereka sendiri (Vansteenkiste et al., 2020).

Penelitian terkait otonomi dilakukan dengan menggunakan pendekatan klinis berbasis *attachment* dalam meningkatkan hubungan dalam berkeluarga (Anderson, 2020). Otonomi dijelaskan sebagai unsur utama dalam mendorong berkembangnya hubungan dan telah lama menjadi konsep penting dalam bidang terapi keluarga (Bowen, 1993). Mengingat penelitian terbaru yang menunjukkan pentingnya otonomi untuk pengembangan keterikatan aman pada anak-anak dan peran kunci otonomi dalam fungsi pasangan intim yang sehat, konsep otonomi perlu mengambil peran yang lebih sentral dalam penelitian dan praktik klinis dengan pasangan.

Berbagai pendekatan yang telah dikembangkan oleh para peneliti di atas, bahwa pendekatan yang dikembangkan oleh para ahli dalam mengembangkan otonomi lebih bersifat terapeutik dan klinis. Penelitian otonomi lainnya pada bidang klinis terkait dengan kebutuhan psikologis pasien. Faktor kontekstual yang mempengaruhi pendukung otonomi adalah organisasi kerja dan sikap profesional dengan mekanisme pendukung utama adalah membangun hubungan, meluangkan waktu dan mengeksplorasi kebutuhan pasien (Kors et al., 2020). Dalam mekanisme tersebut, keterkaitan merupakan kebutuhan psikologis dasar terpenting yang harus dipenuhi untuk memfasilitasi pasien dalam membuat pilihan terkait kesehatannya sendiri. Kebutuhan psikologis pasien akan otonomi harus didukung bahkan setelah mereka mengambil keputusan.

Beberapa penelitian terbaru mengenai otonomi yaitu dari berbagai bidang seperti pribadi, kesehatan, dan keluarga. Hubungan antar bidang tersebut saling mempengaruhi terhadap keotonomian seseorang. Bidang pribadi yang dimaksud terkait kepercayaan yang dibangun dalam hubungan keluarga pada pasien sehingga dengan adanya otonomi dapat membangun kepercayaan pasien untuk kesembuhannya (McLeod & Sherwin, 2000; Nys, 2015). Penggunaan pendekatan *Relational Autonomy Theories* (Nys, 2015) dan *Encapsulated Interest Account*

(Hardin, 2002) yang menyatukan gagasan otonomi dan kepercayaan dalam konteks layanan kesehatan dan sumber kepercayaan berupa cinta. Kepercayaan melalui cinta lebih cocok untuk kerentanan yang sering terjadi dalam layanan kesehatan. Selanjutnya penelitian pada bidang kesehatan dan keluarga juga menjadi tren saat ini terkait otonomi seperti persalinan dan hubungan orangtua dengan anak (Carlson et al., 2015; Mageau et al., 2017; Van der Kaap-Deeder et al., 2017; Vrolijk et al., 2020). Orang tua yang memiliki dan mendukung otonomi dalam keluarga memiliki hubungan negatif dengan perilaku anak yang bermasalah, artinya jika orang tua yang memiliki otonomi yang tinggi dalam kehidupan berkeluarga akan menghilangkan atau menurunkan perilaku yang bermasalah pada anak baik anak laki-laki maupun perempuan.

Strategi yang telah dikembangkan berdasarkan acuan hasil penelitian-penelitian sebelumnya dalam mengembangkan otonomi dengan pendekatan *biomedical ethics* (Beauchamp & Childress, 2001). Pendekatan yang berprinsip pada penghormatan terhadap otonomi, kemurahan hati, keadilan, dan kebaikan yang bersifat universal, terlepas dari sudut pandang budaya, politik, agama, atau filosofi seseorang, serta terkait kode etik dalam praktik profesi kesehatan mental. Selanjutnya, hasil penelitian dengan pendekatan *multicultural counseling* pada suasana kelompok untuk mendukung otonomi. Konselor dalam praktik kontemporer harus mempertimbangkan implikasi dari pendirian teoretis dan intervensi pilihan mereka ketika bekerja dengan anggota kelompok budaya lain (Leong & Lee, 2006; Lynch, 2002; Pedersen, 1991; Sue et al., 1992). Faktanya Baluch, Pieterse, dan Bolden berpendapat bahwa gerakan multikultural dalam konseling mewakili "perjuangan untuk bertahan hidup, kebebasan, dan penentuan nasib sendiri" seperti gerakan hak-hak sipil lainnya (Baluch et al., 2004).

Pendekatan lain seperti *cognitive behavioral therapy* (CBT) pada sampel pasien rawat jalan mengenai motivasi, menemukan bahwa pasien dengan otonomi lebih besar dalam pengobatan melaporkan hasil yang lebih baik (Michalak et al.,

2004). Selain itu, pendekatan melalui *psychodynamic perspectives*, membagi dalam aspek “*supportive and insight-oriented*” pada pasien dalam masa pengobatan untuk meningkatkan tingkat dukungan otonomi ke tingkat pengembangan ego konseli (Dewald, 1964; Wolitzky, 2003). Terapi suportif berlaku untuk konseli dengan sumber daya intelektual, interpersonal yang lebih sedikit dan memiliki motivasi pengobatan yang lebih rendah sehingga menerima lebih banyak dukungan langsung terhadap egonya. Sedangkan pasien yang berorientasi pada wawasan memerlukan perhatian yang lebih hati-hati agar tidak mengganggu aktivitas otonom pasien.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu terdapat beberapa masalah yang mesti dientaskan dan dicegah terkait otonomi. Keterbatasan penelitian terbaru adalah belum adanya intervensi yang dapat diberikan sebagai bantuan dalam mengembangkan otonomi mahasiswa dalam suasana akademik yang menjadi ranah pada konselor dengan acuan pengembangan otonomi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dengan adanya layanan bimbingan dan konseling (BK). Orientasi dari otonomi mahasiswa adalah untuk membantu mahasiswa memberikan kebebasan untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab atas pengelolaan kehidupan pribadinya dan memaksimalkan potensi untuk keberhasilan pribadi dan profesional (Lamb, 2017). Guru BK/Konselor sebagai pelaksana layanan BK baik di sekolah maupun di perguruan tinggi dapat mengambil peran dalam pemahaman, pengembangan, pencegahan dan pengentasan permasalahan peserta didik (Hallen, 2002). Berkaitan dengan hal tersebut, diperlukan bantuan berbagai pihak dalam memberdayakan dan mengembangkan otonomi mahasiswa seperti bantuan dari konselor.

Konselor dapat memberikan bantuan profesional kepada mahasiswa guna mengembangkan otonomi. Sesuai dengan perkembangan penelitian dalam bidang bimbingan dan konseling saat ini yang memfokuskan pada pengembangan individu selain dari kesehatan mental, sehingga hal ini memberikan kesempatan kepada individu untuk mencapai perkembangan optimal melalui pencapaian individu yang

mandiri (Hikmawati, 2016). Pendapat tersebut selaras dengan pergeseran orientasi dalam bimbingan dan konseling menjadi pendekatan komprehensif dengan tujuan memfasilitasi perkembangan peserta didik/Konseli untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan keputusan dirinya secara bertanggung jawab sehingga mencapai perkembangan optimal, kesuksesan, kesejahteraan dan kebahagiaan dalam kehidupannya dan kemandirian secara utuh dalam aspek pribadi, belajar, sosial, dan karir (Budiman, 2010; Kurniasari et al., 2019; Permendikbud, 2014; Suherman, 2011).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, guna membantu mahasiswa dalam mencapai potensi optimal dengan upaya mengembangkan otonomi mahasiswa melalui intervensi konseling, salah satunya yang dipilih peneliti yaitu *strength-based group counseling*. Pendekatan ini termasuk psikoterapi dan konseling positif yang menjelaskan bahwa konselor membentuk pola pikir positif yang membantu konseli membangun kualitas terbaiknya, menemukan kekuatan, meningkatkan ketahanan, dan mengubah pandangan dunia konseli ke arah yang lebih positif (Smith, 2013). *Strength-based group counseling* juga membantu konseli menjadi lebih sadar dan lebih mampu mengeksplorasi dan menerapkan kekuatannya, dan mendorong untuk menjadi pahlawan dalam hidup konseli sendiri dalam format kelompok.

Pengembangan *strength-based group counseling* ini dibangun dan dihubungkan dengan disiplin, bidang, dan perlakuan lain yang membantu konseli mengenali dan menghargai kekuatan mereka untuk mempertahankan atau meningkatkan rasa kesejahteraan mereka (Rogers et al., 2020; Smith, 2013). Melalui *strength-based group counseling* diasumsikan bahwa hal ini sesuai dengan asas dalam bimbingan dan konseling yakni asas kemandirian dan kekinian. Asas kemandirian dan kegiatan ini diharapkan konseli dapat mandiri atas keputusan dan solusi dalam proses konseling serta melaksanakan sendiri komitmen dari hasil setelah sesi konselingnya (Prayitno & Amti, 2009). Proses konseling ini dapat membantu individu mengembangkan otonomi dengan berkolaborasi dengan mereka dan

meningkatkan serta menjelaskan pilihan mereka selama intervensi untuk mengakui status mereka sebagai ahli dalam kehidupan mereka sendiri. Pattoni menekankan bahwa konseling berbasis kekuatan melibatkan kerja sama yang erat dengan konseli untuk mencapai hasil yang lebih baik dengan mengidentifikasi dan membangun kekuatan dan kemampuan mereka serta mendorong kemandirian (Pattoni, 2012). Hal ini dapat meningkatkan kekuatan yang penting untuk kemandirian dan otonomi mahasiswa.

Model konseling kelompok berbasis kekuatan difokuskan pada upaya mendukung siswa dalam mengembangkan sumber-sumber internal dan eksternal agar optimal dan memperoleh keberhasilan dalam akademik dan kehidupan (Galassi, 2017; Galassi et al., 2008). Model ini relatif baru dalam praktik konseling sekolah (Gable & Haidt, 2005; Waters, 2011). Keunggulan model ini dibandingkan dengan model lain adalah berorientasi pada kekuatan, bersifat kolaboratif dan partisipatif, terintegrasi pada proses pemberdayaan dan refleksi diri, berupaya menumbuhkan ketahanan dan optimis dan memungkinkan terbentuknya dukungan sosial positif. Kemunculan model ini berangkat dari teori psikologi positif dan teori integrasi yang memandang siswa sebagai individu yang memiliki potensi dan sumber. Konseling berbasis kekuatan bertujuan untuk menggantikan model konseling tradisional yang berfokus pada kondisi defisit dan masalah penyakit dan gejala mental individu dan disembuhkan melalui pengobatan remedial dan klinis dengan konselor sebagai pusat kegiatan (Saleebey, 2012a, 2012b; Yates & Masten, 2004). Model konseling berbasis kekuatan dilakukan dengan sepuluh langkah strategi konseling yang diintegrasikan dari teori kekuatan, psikologi positif, kebutuhan dan motivasi, logo, dan teori ketahanan (Smith, 2006). Model ini juga didukung dengan teknik psikologi yang menitikberatkan pada pengembangan potensi dan kekuatan siswa.

Mengingat kritisnya peran yang dimainkan dalam intervensi layanan konseling yang dilakukan konselor dalam mengembangkan otonomi mahasiswa, penelitian lebih lanjut dibutuhkan model intervensi *strength-based group counseling*

pada mahasiswa yang mengalami hambatan dalam upaya mengembangkan otonomi mahasiswa Universitas Negeri Padang.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Temuan empiris menunjukkan bahwa permasalahan mahasiswa khususnya dalam bidang pribadi semakin meningkat yang menyebabkan keterlambatan dan kegagalan baik dalam proses dan penyelesaian studinya. Kemampuan mahasiswa dalam memutuskan segala sesuatunya khususnya dalam berencana dan bertindak dapat menghambat kreativitas dan keberhasilannya. Sebagai tambahannya, produktifitas lulusan mahasiswa di dunia kerja juga mengalami permasalahan yang dikarenakan tidak maksimalnya dalam pengembangan kapasitas dan keterampilan yang didapatkan sebelumnya.

Ketidakmampuan mahasiswa dalam bertindak dan berinovasi dapat memberi dampak pada kehidupan setelah menyelesaikan studinya di perguruan tinggi, yaitu dunia pekerjaan. Pekerjaan dapat didefinisikan sebagai simbol kesejahteraan seseorang yang baik dan sebaliknya, kesejahteraan yang buruk dikaitkan dengan pengangguran. Secara khusus, motivasi berotonomi untuk tidak mencari pekerjaan menghasilkan hubungan positif dengan variabel pengalaman dan kesejahteraan.

Kemampuan dan motivasi mahasiswa yang rendah dalam mengembangkan diri juga menjadi dampak dalam permasalahan otonomi. Mahasiswa juga mengalami ketergantungan terhadap sesuatu sehingga tidak memiliki kebebasan untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab atas pengelolaan kehidupan pribadinya dan memaksimalkan potensi untuk keberhasilan pribadi dan profesional. Mahasiswa juga tidak memiliki kepercayaan diri untuk mengatasi masalah dalam pembelajaran dan kemandirian mencari sumber informasi dengan memanfaatkan teknologi. Oleh karena itu, mahasiswa sering merasakan frustrasi, kecemasan dan ketidakpuasan serta keterbatasan kreatifitas dan inovasi serta motivasi

Fakta empiris ini menguatkan bahwa mahasiswa membutuhkan upaya bantuan yang memfokuskan pada peningkatan otonomi mahasiswa. Perspektif layanan bimbingan dan konseling dalam pendidikan di abad 21 ini tidak lagi terfokus pada penyembuhan permasalahan psikologis peserta didik, namun mengembangkan potensi peserta didik yang dapat dijadikan aset atau kekuatan untuk membantu mereka mencapai prestasi terbaik, khususnya di bidang akademis (Lau & Fung, 2008). Hal ini disebut sebagai sekolah bimbingan dan konseling yang komprehensif dan berkembang (Gysbers & Henderson, 2001). Layanan bimbingan dan konseling pada mahasiswa merupakan pelayanan bantuan yang komprehensif untuk mahasiswa agar dapat mencapai kemandirian (otonomi) dengan cara memanfaatkan kekuatan individu dan mempersiapkan diri untuk mencapai kehidupan dunia pekerjaan (Kartadinata, 2007; Syamsu & Nurihsan, 2005). Paradigma bimbingan dan konseling di sektor pendidikan dalam kajian metodologis telah membawa perubahan ke arah model *preventif-developmental* yang memfasilitasi dan membawa manusia untuk berkembang dari kondisi apa adanya kepada bagaimana seharusnya atau optimal (Kartadinata, 2005).

Untuk itu, yang menjadi fokus penelitian ini adalah pengembangan model konseling untuk otonomi mahasiswa sehingga membantu mahasiswa memberikan kebebasan untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab atas pengelolaan kehidupan pribadinya dan memaksimalkan potensi untuk keberhasilan pribadi dan profesional. Konstruk yang dibangun dalam model konseling ini didasarkan atas pandangan psikologi positif yang berorientasi pada otonomi dengan mengembangkan aspek: *authorship/self-congruence* (pencipta/kesesuaian diri), *interest-taking* (ketertarikan dalam melakukan sesuatu), dan *susceptibility to control* (kerentanan terhadap kendali) (Deci & Ryan, 2000; Weinstein et al., 2012).

Beberapa pendekatan konseling yang dilaksanakan, terdapat salah satu pendekatan yang sesuai dan memiliki manfaat dalam mengembangkan otonomi mahasiswa yaitu pendekatan *Strength-based group counseling* yang merupakan

bagian dari psikologi positif. Manfaat dan keunggulan dari pendekatan *Strength-based group counseling* adalah pendekatan ini berfokus pada kekuatan daripada memberikan mahasiswa masalah dan pola pikir baru, memiliki tujuan untuk membangun ketahanan pada diri mahasiswa yang harus diikuti untuk pencegahan dan evaluasi, mengutamakan dalam menetapkan tujuan dan harapan, mengatasi dengan cara yang sehat yang mendorong pertumbuhan, dan menghadapi tantangan daripada menghindarinya. Pendekatan ini dibangun dalam suasana kelompok sehingga dapat menanamkan dan membangun rasa hormat, harga diri, kompetensi dan saling berbagi. Pendekatan *strength-based group counseling* ini juga menghargai waktu yang dibutuhkan untuk membangun kapasitas mahasiswa, sehingga lebih memahami apa yang bisa dan tidak bisa dikendalikan oleh mahasiswa. Aspek penting dalam *strength-based group counseling* untuk mengembangkan otonomi mahasiswa terletak pada kemampuan dalam mencapai kebebasan yang bertanggung jawab atas pengelolaan kehidupan dan memaksimalkan potensi diri.

Berdasarkan uraian tersebut, perlu dilakukan penelitian dengan analisis campuran atau *mixed method*. Dasar metode penelitian campuran untuk penelitian ini adalah agar menggabungkan kelebihan dari pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Pada penelitian ini, pendekatan kualitatif dapat memberikan pemahaman mendalam tentang konseling yang mengutamakan kekuatan dari mahasiswa dalam kelompok. Data kualitatif tentang kekuatan dan ketahanan dalam mengembangkan potensi mahasiswa dapat diungkapkan melalui analisis layanan konseling dengan format kelompok. Pada pendekatan kuantitatif dapat membantu mengukur kondisi secara signifikan, luas dan objektif. Data kuantitatif dari skala otonomi mahasiswa dapat memberikan gambaran tentang profil dan kondisi otonomi secara rinci dan objektif. Dengan menggabungkan kedua jenis data ini, penelitian ini dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang efektivitas *strength-based group counseling* dalam mengembangkan otonomi mahasiswa Universitas Negeri Padang.

Secara spesifik penggunaan metode campuran pada penelitian ini adalah untuk menghasilkan data kuantitatif dan kualitatif yang menilai tingkat perubahan otonomi setelah intervensi *strength-based group counseling*. Selain itu, untuk mengumpulkan data kualitatif selama dan setelah intervensi yang memberikan gambaran mekanisme intervensi bekerja secara efektif dalam membantu proses dan hasil perubahan otonomi. Secara esensi dibagi menjadi dua pertanyaan dasar yaitu apa yang membuat *strength-based group counseling* efektif dan bagaimana intervensi konseling dapat membantu mengembangkan otonomi mahasiswa.

### 1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah utamanya adalah apakah model *strength-based group counseling* efektif untuk mengembangkan otonomi mahasiswa? Dari rumusan masalah tersebut dirumuskan secara rinci pertanyaan penelitian sebagai berikut.

- 1.3.1 Seperti apa profil otonomi pada mahasiswa Universitas Negeri Padang sebelum intervensi *strength-based group counseling*?
- 1.3.2 Bagaimana rumusan model *strength-based group counseling* yang dapat mengembangkan otonomi mahasiswa Universitas Negeri Padang?
- 1.3.3 Bagaimana efektivitas model *strength-based group counseling* dapat meningkatkan otonomi mahasiswa Universitas Negeri Padang?

### 1.4. Tujuan Penelitian

#### 1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah menghasilkan model *strength-based group counseling* untuk mengembangkan otonomi mahasiswa.

#### 1.4.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini memperoleh fakta empirik tentang:

- 1.4.2.1 Profil otonomi mahasiswa berdasarkan dimensi teoretik mahasiswa sebagai gambaran awal pengembangan model yang komprehensif.
- 1.4.2.2 Rumusan model *strength-based group counseling* dalam mengembangkan otonomi mahasiswa Universitas Negeri Padang.
- 1.4.2.3 Efektivitas model *strength-based group counseling* dalam mengembangkan otonomi mahasiswa Universitas Negeri Padang.

### 1.5. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi baik dalam tataran teoretis maupun praktis.

#### 1.5.1 Teoretis

Secara teoretis manfaat dan keunggulan penelitian ini memberikan sumbangan pemikiran baru dan menghasilkan model *strength-based group counseling* untuk mengembangkan otonomi mahasiswa.

#### 1.5.2 Praktis

Hasil penelitian ini bermanfaat bagi praktisi di lapangan yaitu konselor di perguruan tinggi, dengan menjadikan model *strength-based group counseling* sebagai pedoman dalam meningkatkan otonomi pada mahasiswa.

Bagi pihak perguruan tinggi, untuk mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang komprehensif sehingga dapat membantu mahasiswa mengembangkan otonomi. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling, dapat mencantumkan kajian tentang model *strength-based group counseling* pada mata kuliah yang terkait dengan Teori Konseling. Manfaat praktis lain bagi pihak Universitas adalah sebagai dasar untuk Unit Pelaksana Teknis Bimbingan dan Konseling yang menunjang pengembangan otonomi pada mahasiswa.

Bagi penelitian selanjutnya, untuk mengembangkan studi lanjutan dengan konteks, sasaran, atau pendekatan yang lebih luas dari model *strength-based group counseling* yang dihasilkan. Selain itu, penelitian ini juga membuka peluang bagi pengembangan model konseling serupa pada populasi berbeda dengan mempertimbangkan variabel psikologis yang relevan lainnya.