AKADEMIK E-ISSN 2774-8863
Jurnal Mahasiswa Humanis
Vol. 6, No. 1, Januari 2026

Growth Mindset dan Aktualisasi Diri pada Mahasiswa Yogyakarta

Maharani Nur Annisaa[1], Narastri Insan Utami[2]
Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Indonesia
maharaninurannisaa1@gmail.com[1], narastri@mercubuana-yogya.ac.id[2]

Submitted: 14th Sept 2025 | **Edited**: 12th Dec 2025 | **Issued**: 01st Jan 2026

Cited on: Annisaa, M. N., & Utami, N. I. (2026). Growth Mindset dan Aktualisasi Diri pada Mahasiswa Yogyakarta. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis, 6*(1), 396-407.

ABSTRACT

The rapid growth of higher education in Indonesia highlights the importance of understanding personal factors that support students' potential development. Grounded in mindset and self-actualization theories, this study aims to examine the relationship between growth mindset and self-actualization among university students in Yogyakarta. This research employed a quantitative correlational design involving 124 students aged 18–24 years from various public and private universities selected through total sampling. The instruments used were the Growth mindset Scale (Chen, Ding, & Liu, 2021; Indonesian adaptation) and the Self-Actualization Scale adapted from Pratiwi (2003). Both instruments demonstrated strong psychometric properties after item validation (17 items for growth mindset and 53 items for self-actualization). Data analysis using SPSS 22.0 for Windows included normality testing and linearity testing, confirming that the data met parametric assumptions. The results of the Pearson product–moment correlation revealed a positive and significant relationship between growth mindset and self- actualization ($r = .638$, $p < .001$). This indicates that students with higher growth mindset levels tend to exhibit greater self-actualization. The findings reinforce the theoretical notion that a growth-oriented belief system fosters persistence, self- awareness, and optimal self-development in academic contexts. Practical implications emphasize the need to integrate growth mindset–enhancing strategies into both curricular and extracurricular programs, including workshops, mentoring, and organizational activities that promote continuous personal growth.

Keywords: Growth Mindset, Self-Actualization, University Students, Personal Potential Development, Higher Education

PENDAHULUAN

Berdasarkan data statistik pendidikan tinggi tahun ajaran 2021, jumlah mahasiswa di Indonesia mencapai 8,9 juta orang, dengan 5,8 juta di antaranya berasal dari universitas. Angka ini mengalami kenaikan sebesar 4,1 persen dibandingkan tahun sebelumnya (Data Indonesia, 2021). Peningkatan tersebut menunjukkan tingginya antusiasme generasi muda dalam menempuh pendidikan tinggi, baik di perguruan tinggi negeri maupun swasta. Perguruan tinggi memiliki peran strategis dalam mempersiapkan peserta didik menjadi individu profesional yang mampu menerapkan, mengembangkan,

serta menciptakan ilmu pengetahuan dan teknologi. Mahasiswa juga dituntut untuk lebih aktif dan mandiri dalam proses pembelajaran, yang membedakannya dari pola belajar di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) maupun Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) (Chrisantiana & Sembiring, 2017).

Masa perkuliahan merupakan periode perkembangan menuju dewasa awal, yang ditandai oleh berbagai tantangan adaptasi terhadap perubahan peran sosial, akademik, maupun karier (Santrock, 2007). Mahasiswa diharapkan mampu menavigasi masa transisi ini dengan mengembangkan kemampuan akademik, sosial, dan personal secara seimbang. Sebagai bagian dari generasi muda, mahasiswa memiliki peran penting dalam pembangunan bangsa, karena pada tahap ini mereka tengah membentuk jati diri, karakter, serta arah kehidupannya (Fadjar & Effendy, 1998; Hartaji, 2012).

Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, Nadiem Anwar Makarim, menekankan bahwa masa perkuliahan merupakan momen penting bagi mahasiswa untuk mengeksplorasi dan mengembangkan potensi diri. Proses ini merupakan bagian dari aktualisasi diri yaitu usaha individu untuk mewujudkan potensi tertinggi yang dimilikinya melalui kegiatan seperti organisasi kampus, seminar, pelatihan, dan pengabdian masyarakat (Kemdikbud, 2021). Aktualisasi diri yang optimal selama masa perkuliahan akan membentuk kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja dan kehidupan sosial di masa depan.

Namun demikian, realitas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa belum menyadari pentingnya proses pengembangan diri. Hasil penelitian Rohman (2015) menunjukkan bahwa kurang dari 30% mahasiswa di perguruan tinggi aktif mengikuti organisasi, sedangkan penelitian Juliandi (2017) menemukan bahwa hanya 21,4% mahasiswa memiliki tingkat aktualisasi diri yang tinggi. Data tersebut mengindikasikan masih rendahnya kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya pengembangan potensi diri melalui berbagai kegiatan kampus.

Hasil observasi dan wawancara peneliti terhadap tujuh mahasiswa di Yogyakarta mendukung temuan tersebut. Sebanyak lima mahasiswa mengaku tidak mengikuti organisasi baik di dalam maupun di luar kampus, serta merasa ragu dalam mengenali dan mengembangkan potensi diri. Faktor-faktor seperti kurangnya minat, keterbatasan waktu karena pekerjaan, dan rendahnya pemahaman tentang potensi diri menjadi penyebab utama rendahnya aktualisasi diri. Sebaliknya, dua mahasiswa yang aktif

berorganisasi menunjukkan tingkat aktualisasi diri yang lebih tinggi karena memiliki keyakinan dan motivasi untuk mengembangkan diri. Wawancara dengan salah satu dosen Universitas Bina Sarana Informatika, Lilik Yuliawati, juga mengungkap bahwa banyak mahasiswa menunjukkan perilaku pasif seperti titip absen, jarang bertanya dalam kelas, dan enggan berpartisipasi dalam kegiatan kampus, yang menjadi indikator rendahnya aktualisasi diri.

Menurut teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow (1943), aktualisasi diri merupakan puncak dari kebutuhan manusia yang mencakup kesadaran akan potensi diri dan upaya untuk mengembangkannya secara maksimal. Maslow menekankan bahwa keberhasilan individu dalam mengaktualisasikan diri dipengaruhi oleh faktor pendorong internal seperti kebutuhan akan penghargaan, rasa aman, dan keyakinan terhadap kemampuan diri (Baihaqi, 2018). Salah satu faktor kunci yang mendorong seseorang untuk berkembang adalah pola pikir atau mindset (Goble, 1987; Koeswara, 1943).

Konsep mindset dikembangkan lebih lanjut oleh Carol S. Dweck (2006), yang membedakan antara fixed mindset dan growth mindset. Growth mindset adalah keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat berkembang melalui usaha, pembelajaran, dan ketekunan. Individu dengan growth mindset cenderung melihat tantangan sebagai peluang belajar, lebih percaya diri dalam menghadapi kesulitan, dan lebih termotivasi untuk beradaptasi dengan perubahan (Zeng, Hou, & Peng, 2016; Dweck, 2017). Sebaliknya, individu dengan fixed mindset memandang kemampuan sebagai sesuatu yang statis dan sulit diubah, sehingga cenderung mudah menyerah ketika menghadapi kegagalan.

Penelitian yang dilakukan oleh Yeager dan Dweck (2012) menunjukkan bahwa growth mindset berperan penting dalam meningkatkan ketahanan diri (resilience) dan motivasi belajar individu. Dalam konteks mahasiswa, growth mindset dapat menjadi faktor pendorong dalam proses aktualisasi diri karena membantu mereka mengenali potensi, menerima kegagalan sebagai bagian dari proses belajar, serta terus berusaha untuk menjadi lebih baik.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diasumsikan bahwa growth mindset memiliki hubungan positif dengan tingkat aktualisasi diri mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara growth mindset dan aktualisasi diri pada mahasiswa di Yogyakarta.

LANDASAN TEORI

Growth Mindset

Konsep growth mindset pertama kali diperkenalkan oleh Carol S. Dweck (2006), yang menyatakan bahwa pola pikir atau mindset merupakan keyakinan individu mengenai sifat dasar kemampuan manusia, termasuk kecerdasan dan bakat. Growth mindset adalah keyakinan bahwa kemampuan dapat berkembang melalui usaha, strategi yang tepat, serta pembelajaran yang berkelanjutan. Sebaliknya, fixed mindset mengacu pada keyakinan bahwa kemampuan bersifat tetap dan tidak dapat diubah (Dweck, 2017).

Menurut Dweck dan Yeager (2019), growth mindset memengaruhi cara seseorang menghadapi tantangan, menerima kritik, serta memaknai kegagalan sebagai bagian dari proses belajar. Pola pikir berkembang menjadikan individu lebih gigih, terbuka terhadap pengalaman baru, dan berorientasi pada pertumbuhan pribadi. Hal ini diperkuat oleh Chen, Ding, dan Liu (2021), yang menegaskan bahwa growth mindset berperan dalam meningkatkan motivasi belajar, ketahanan menghadapi kesulitan, serta kemampuan beradaptasi terhadap perubahan akademik dan sosial.

Dweck (2006) serta Chen, Ding, dan Liu (2021) menjelaskan enam aspek utama yang membentuk growth mindset, yaitu:

1. Motivation yaitu dorongan intrinsik untuk mempelajari hal baru berdasarkan keinginan dan kebutuhan diri, bukan karena dorongan eksternal.
2. Attitude yaitu keyakinan bahwa prestasi dan kecerdasan diperoleh melalui kerja keras dan ketekunan.
3. Challenge yaitu kemampuan untuk bertahan menghadapi kesulitan dan menjadikannya sebagai sarana pengembangan diri.
4. Grit yaitu kemampuan mengatasi hambatan dan mempertahankan komitmen dalam mencapai tujuan jangka panjang.
5. Positive Mindset yaitu keyakinan terhadap potensi diri disertai kepercayaan diri yang tinggi dalam menghadapi permasalahan.
6. Openness to Feedback yaitu kesediaan menerima kritik dan menjadikannya dasar untuk perbaikan diri.

Penelitian terkini menunjukkan bahwa growth mindset berkontribusi terhadap peningkatan motivasi, pencapaian akademik, dan kesejahteraan psikologis. Zhao, He,

dan Su (2022) menemukan bahwa growth mindset berperan sebagai prediktor penting dalam keterlibatan akademik melalui peningkatan efikasi diri. Dengan demikian, growth mindset tidak hanya berdampak pada kinerja akademik, tetapi juga pada perkembangan kepribadian yang berorientasi pada pertumbuhan.

Aktualisasi

Konsep aktualisasi diri pertama kali diperkenalkan oleh Abraham Maslow (1943) dalam teori hierarki kebutuhan. Aktualisasi diri merupakan tingkat tertinggi dalam hierarki kebutuhan manusia, yang menggambarkan dorongan untuk mewujudkan potensi secara optimal dan menjadi versi terbaik dari diri sendiri. Menurut Maslow, aktualisasi diri mencakup kesadaran diri, penerimaan diri, kemandirian, tujuan hidup yang bermakna, dan keinginan untuk berkembang secara berkelanjutan (Krems, Kenrick, & Neel, 2017).

Koeswara (1991) menjelaskan bahwa aktualisasi diri adalah dorongan internal untuk melakukan yang terbaik sesuai potensi dan nilai-nilai pribadi. Individu yang mampu mengaktualisasikan diri biasanya menunjukkan keseimbangan antara pikiran, perasaan, dan tindakan, serta memiliki komitmen terhadap pertumbuhan pribadi dan sosial. Ryff dan Singer (2020) menambahkan bahwa aktualisasi diri berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis yang ditandai dengan kesadaran diri, otonomi, dan pengembangan potensi diri.

Maslow (dalam Koeswara, 1986) menguraikan beberapa karakteristik individu yang telah mencapai aktualisasi diri, yang kemudian dapat dikelompokkan menjadi aspek-aspek utama berikut:

1. Penerimaan diri dan orang lain yaitu kemampuan menerima diri sendiri dan orang lain secara realistis tanpa penolakan terhadap kelemahan yang dimiliki.
2. Spontanitas dan kesederhanaan yaitu sikap wajar, terbuka, dan tidak dibuat- buat dalam berpikir dan bertindak.
3. Fokus pada tujuan dan makna hidup yaitu orientasi terhadap pencapaian yang bermakna bagi diri sendiri maupun orang lain.
4. Kemandirian dan otonomi yaitu kemampuan mengambil keputusan dan bertanggung jawab terhadap pilihan pribadi tanpa ketergantungan pada orang lain.
5. Apresiasi terhadap kehidupan yaitu rasa syukur dan penghargaan terhadap pengalaman hidup, baik kecil maupun besar.

6. Kreativitas yaitu kemampuan menciptakan gagasan dan solusi baru secara spontan dan orisinal.
7. Hubungan interpersonal yang sehat yaitu hubungan yang didasari oleh empati, kasih sayang, dan penerimaan terhadap perbedaan.
8. Minat sosial dan kontribusi yaitu kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain dan keterlibatan aktif dalam lingkungan sosial.
9. Pengalaman puncak – pengalaman emosional mendalam yang menciptakan perasaan keterhubungan dengan diri, orang lain, dan Tuhan.

Penelitian terkini oleh Gunawan dan Widodo (2020) menunjukkan bahwa aktualisasi diri mahasiswa berkembang melalui pendidikan karakter dan pengalaman organisasi, yang berperan penting dalam pembentukan kesadaran diri dan tanggung jawab sosial. Sementara itu, penelitian Alfinur dan Sakti (2022) menemukan bahwa kemampuan aktualisasi diri berkorelasi positif dengan efikasi diri dan motivasi intrinsik, yang memperkuat argumentasi bahwa aktualisasi diri merupakan proses dinamis dan kontekstual.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara growth mindset dengan aktualisasi diri pada mahasiswa di Yogyakarta. Populasi penelitian terdiri dari 124 mahasiswa berusia 18–24 tahun yang berasal dari berbagai perguruan tinggi negeri maupun swasta di wilayah Yogyakarta, dan seluruhnya dijadikan sampel penelitian dengan menggunakan teknik total sampling karena jumlah populasi relatif kecil dan seluruh anggota populasi memenuhi kriteria penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring yang disusun menggunakan dua instrumen utama, yaitu skala growth mindset yang diadaptasi dari Growth mindset Scale milik Chen, Ding, dan Liu (2021) yang telah diterjemahkan oleh Novaldi Syarifudin, serta skala aktualisasi diri yang diadaptasi dari alat ukur milik Ika Pratiwi (2003) dan telah dimodifikasi agar sesuai dengan konteks penelitian. Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas, skala growth mindset terdiri dari 17 aitem dengan daya beda tinggi dan reliabilitas sangat baik, sedangkan skala aktualisasi diri terdiri dari 53 aitem dengan validitas dan reliabilitas yang juga sangat tinggi. Data dianalisis menggunakan program SPSS versi 22.0 for Windows melalui dua

tahap, yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi dilakukan menggunakan uji normalitas Kolmogorov–Smirnov untuk memastikan distribusi data normal serta uji linearitas untuk menguji hubungan linear antara variabel. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara growth mindset dan aktualisasi diri. Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, yaitu pemberian informed consent, jaminan kerahasiaan identitas responden, dan pemanfaatan data hanya untuk kepentingan akademik.

HASIL PENELITIAN

Deskriptif Responden

Data deskriptif subjek bahwa penelitian ini melibatkan 124 mahasiswa berusia 18–24 tahun yang berasal dari berbagai perguruan tinggi negeri maupun swasta di Yogyakarta. Berdasarkan karakteristik demografis, sebanyak 64 responden (51,6%) berjenis kelamin laki-laki dan 60 responden (48,4%) berjenis kelamin perempuan.
Berikut Tabel 2. Deskriptif Usia Subjek:

Deskriptif Usia Responden

Deskriptif usia subjek, diperoleh bahwa usia 18 tahun sebanyak 6 responden (4,8%), usia 19 tahun sebanyak 16 responden (12,9%), usia 20 tahun sebanyak 42 responden (33,9%), usia 21 tahun sebanyak 19 responden (15,3%), usia 22 tahun sebanyak 26 responden (21,0%), usia 23 tahun sebanyak 12 responden (9,7%), dan usia 24 tahun sebanyak 3 responden (2,4%). Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berada pada rentang usia 20 tahun yang merupakan fase aktif perkembangan mahasiswa dalam proses akademik dan sosial.

Skala Growth mindset

Tabel 1. Kategorisasi Skala Growth mindset

Variabel	Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Presentase
Growth mindset	Rendah	$X < (\mu - 1SD)$	$X < 34$	1	8%
	Sedang	$(\mu - 1s) \leq X < (\mu + 1SD)$	$34 \leq X < 51$	13	10,5%
	Tinggi	$X \geq (\mu + 1SD)$	$X \geq 51$	110	88,7%
Total				124	100%

Sumber: Data penelitian, 2025

Berdasarkan kategorisasi skala growth mindset diperoleh hasil kategorisasi pada skala growth mindset menunjukkan bahwa 1 responden (0,8%) berada pada kategori rendah, 13 responden (10,5%) berada pada kategori sedang, dan 110 responden (88,7%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat growth mindset yang tinggi, menandakan adanya keyakinan kuat terhadap kemampuan diri untuk berkembang melalui usaha, pembelajaran, dan strategi yang tepat. Hasil ini berbeda dengan temuan penelitian Nabilah dan Sahrah (2022), yang menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori rendah sebesar 52%, serta berbeda pula dengan penelitian Mahidhika dan Fathiyah (2022) yang menemukan 71,5% responden berada pada kategori sedang. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperlihatkan tingkat growth mindset yang lebih tinggi dibandingkan penelitian sebelumnya, yang dapat disebabkan oleh meningkatnya kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya pola pikir berkembang dalam proses akademik dan pembentukan karakter diri.

Berikut Tabel 4. Kategorisasi Skala Aktualisasi Diri:

Skala Aktualisasi Diri

Tabel 2. Kategorisasi Skala Aktualisasi Diri

Variabel	Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Presentase
Aktualisasi diri	Rendah	$X < (\mu - 1SD)$	$X < 106$	1	8%
	Sedang	$(\mu - 1s) \leq X < (\mu + 1SD)$	$106 \leq X < 159$	71	57,3%
	Tinggi	$X \geq (\mu + 1SD)$	$X \geq 159$	52	41,9%
		Total		124	100%

Sumber: Data penelitian, 2025

Berdasarkan kategorisasi skala aktualisasi diri diperoleh hasil kategorisasi skala aktualisasi diri menunjukkan bahwa 1 responden (0,8%) memiliki tingkat aktualisasi diri rendah, 71 responden (57,3%) memiliki tingkat aktualisasi diri sedang, dan 52 responden (41,9%) memiliki tingkat aktualisasi diri tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang, yang berarti proses pengenalan, penerimaan, serta pengembangan potensi diri sudah berjalan cukup baik meskipun belum sepenuhnya optimal. Hasil ini sejalan dengan penelitian Alfinur dan Sakti (2022), yang menemukan mayoritas responden berada pada kategori sedang (46,4%), namun berbeda dengan penelitian Patioran (2013) yang menemukan mayoritas pada kategori tinggi sebesar 44%. Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa Yogyakarta cenderung

berada dalam proses aktif menuju aktualisasi diri, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti lingkungan akademik, dukungan sosial, dan pengalaman organisasi.

Uji Normalitas

Uji normalitas diperoleh data diuji melalui uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Berdasarkan hasil uji Kolmogorov–Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 (> 0,05) yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (< 0,05), yang menandakan bahwa hubungan antara variabel growth mindset dan aktualisasi diri bersifat linear. Dengan demikian, data memenuhi syarat untuk dilakukan analisis korelasi parametrik menggunakan teknik Pearson Product Moment.

Hasil analisis korelasi Pearson Product Moment menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) = 0,638 dengan signifikansi p = 0,000 (p < 0,01), yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara growth mindset dan aktualisasi diri pada mahasiswa di Yogyakarta. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat growth mindset yang dimiliki mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat aktualisasi diri yang dicapai. Sebaliknya, rendahnya growth mindset berkorelasi dengan rendahnya kemampuan aktualisasi diri. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,638 menunjukkan bahwa growth mindset memberikan kontribusi efektif sebesar 63,8% terhadap pembentukan aktualisasi diri, sedangkan sisanya sebesar 36,2% dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel penelitian, seperti konsep diri, harga diri, dan kepercayaan diri (Poduska, 2002).

Temuan ini sejalan dengan pandangan Talembanua dan Slarmanat (2019) yang menjelaskan bahwa mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi cenderung lebih mampu mengembangkan potensi serta mengaktualisasikan dirinya secara optimal. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek dari growth mindset yang memberikan keyakinan terhadap kemampuan diri, sehingga individu merasa bebas dalam bertindak, bertanggung jawab atas keputusan, mampu berinteraksi secara positif, dan memiliki motivasi berprestasi. Selain itu, hasil penelitian ini mendukung teori Maslow (dalam Hambali & Jaenudin, 2013) yang menyatakan bahwa aktualisasi diri merupakan kebutuhan tertinggi manusia untuk menjadi versi terbaik dari dirinya dan mewujudkan potensi secara penuh. Dengan demikian, growth mindset berperan sebagai faktor psikologis penting yang memfasilitasi proses individu dalam mencapai aktualisasi diri. Secara

keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa growth mindset memiliki hubungan positif dan signifikan dengan aktualisasi diri pada mahasiswa di Yogyakarta. Temuan ini memberikan kontribusi baru terhadap kajian psikologi pendidikan, khususnya pada konteks mahasiswa Indonesia, dengan memperkuat bukti empiris bahwa pola pikir berkembang merupakan prediktor penting dalam proses pengembangan potensi diri. Pencapaian ini menegaskan bahwa pembentukan growth mindset perlu menjadi perhatian dalam program pengembangan mahasiswa, baik melalui kurikulum akademik maupun kegiatan non-akademik seperti pelatihan, organisasi, dan mentoring pengembangan diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara growth mindset dan aktualisasi diri pada mahasiswa di Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat growth mindset yang dimiliki mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat aktualisasi diri yang dicapai. Sebaliknya, rendahnya growth mindset berimplikasi pada rendahnya kemampuan mahasiswa untuk mengaktualisasikan potensi dirinya. Temuan ini memperkuat teori Dweck (2006) bahwa pola piker berkembang berperan penting dalam mendorong individu untuk beradaptasi dengan tantangan, berorientasi pada pembelajaran, serta meyakini bahwa kemampuan dapat ditingkatkan melalui usaha yang konsisten.

Secara empiris, hasil penelitian menunjukkan bahwa growth mindset berkontribusi sebesar 63,8% terhadap pencapaian aktualisasi diri mahasiswa, sementara 36,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti konsep diri, harga diri, dan kepercayaan diri. Temuan ini menunjukkan bahwa growth mindset merupakan salah satu prediktor penting dalam proses pengembangan potensi diri mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki pola pikir berkembang cenderung lebih gigih, terbuka terhadap tantangan, dan mampu mengenali serta mengembangkan kapasitas dirinya secara optimal. Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis pada bidang psikologi pendidikan dan pengembangan diri, khususnya dalam memahami dinamika pertumbuhan pribadi mahasiswa Indonesia. Dalam masa transisi menuju kedewasaan, mahasiswa tengah berada pada fase eksplorasi dan pembentukan identitas diri, sehingga memiliki growth

mindset dapat menjadi fondasi penting dalam mendukung pencapaian aktualisasi diri secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

Alfinur, A., & Sakti, H. A. (2022). Aktualisasi diri mahasiswa ditinjau dari efikasi diri dan motivasi intrinsik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 45–53.

Baihaqi, M. (2018). *Psikologi perkembangan: Teori dan aplikasinya dalam pendidikan*. Yogyakarta: Deepublish.

Chen, X., Ding, X., & Liu, C. (2021). Development and validation of the Growth Mindset Scale for college students. *Journal of Educational Psychology Research*, *8*(2), 89–100.

Chrisantiana, M., & Sembiring, R. (2017). *Strategi pembelajaran mahasiswa di perguruan tinggi*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Data Indonesia. (2021). Statistik pendidikan tinggi tahun ajaran 2021. Diakses dari https://dataindonesia.id

Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. New York: Random House.

Dweck, C. S. (2017). *Mindset: Mengubah pola pikir untuk meraih kesuksesan*. (Terjemahan). Jakarta: Bentang Pustaka.

Dweck, C. S., & Yeager, D. S. (2019). Mindsets: A view from two eras. *Perspectives on Psychological Science*, 14(3), 481–496.

Fadjar, A. M., & Effendy, B. (1998). *Pendidikan dan perubahan sosial*. Yogyakarta: Tiara Wacana.

Goble, F. G. (1987). *Mazhab ketiga: Psikologi humanistik Abraham Maslow*. (Terjemahan). Yogyakarta: Kanisius.

Gunawan, A., & Widodo, W. (2020). Pendidikan karakter dan pengalaman organisasi dalam membentuk aktualisasi diri mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(2), 177–189.

Hambali, M., & Jaenudin, U. (2013). Aktualisasi diri dalam perspektif teori kebutuhan Abraham Maslow. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *1*(2), 127–134.

Hartaji, T. (2012). *Perkembangan peserta didik: Sebuah kajian psikologi pendidikan*. Yogyakarta: Ombak.

Juliandi, A. (2017). Tingkat aktualisasi diri mahasiswa perguruan tinggi di Indonesia. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 3(2), 112–120.

Kemdikbud. (2021). *Pernyataan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi tentang pengembangan potensi diri mahasiswa*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.

Koeswara, E. (1943). *Konsep diri dan penyesuaian pribadi*. Bandung: Eresco. *(Catatan: Tahun 1943 tampaknya tidak tepat; mohon periksa kembali tahun terbit yang akurat jika tersedia.)*

Koeswara, E. (1986). *Teori-teori kepribadian*. Bandung: Eresco.

Koeswara, E. (1991). Aktualisasi diri: Suatu tinjauan psikologis humanistik. Bandung: Eresco.

Krems, J. A., Kenrick, D. T., & Neel, R. (2017). Individual perceptions of self-actualization: What functional motives are linked to fulfilling one's full potential? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(9), 1337–1352.

Mahidhika, A., & Fathiyah, W. (2022). Growth mindset pada mahasiswa ditinjau dari regulasi diri akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, *8*(1), 12–20.

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.

Nabilah, A., & Sahrah, S. (2022). Tingkat growth mindset pada mahasiswa ditinjau dari peran lingkungan akademik. *Jurnal Psikologi Insight*, *4*(2), 101–110.

Patioran, D. (2013). *Aktualisasi diri ditinjau dari keaktifan berorganisasi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar*. Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar.

Poduska, B. (2002). *Balance: Living with intention*. Franklin, TN: Providence House Publishers.

Pratiwi, I. (2003). *Aktualisasi diri pada mahasiswa ditinjau dari intensitas keterlibatan dalam organisasi kemahasiswaan*. Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada.

Rohman, F. (2015). Partisipasi mahasiswa dalam kegiatan organisasi dan hubungannya dengan aktualisasi diri. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling,* 1(2), 89–97.

Ryff, C. D., & Singer, B. (2020). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy Research*, 30(3), 327–339.

Santrock, J. W. (2007). *Life-span development* (11th ed.). New York: McGraw-Hill.

Talembanua, D., & Slarmanat, R. A. (2019). Hubungan antara kepercayaan diri dengan aktualisasi diri pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Insight*, *1*(1), 35–42.

Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that personal characteristics can be developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302–314.

Zeng, L., Hou, H., & Peng, K. (2016). Effect of growth mindset on school engagement and psychological well-being of Chinese primary and middle school students: The mediating role of resilience. *Frontiers in Psychology*, 7, 1873.

Zhao, Y., He, W., & Su, Y. (2022). Growth mindset and academic engagement in college students: The mediating role of academic self-efficacy. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 78, 101378.