



Kepemimpinan Demokratis dan Kesejahteraan Psikologis Anggota Organisasi Mahasiswa: Tinjauan Literatur

Adam Brilliant Azufa¹, M. Fahli Zatrachadi², Miftahuddin³

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia¹⁻³

Email Korespondensi: 12340212644@students.uin-suska.ac.id, m.fahli.zatra.hadi@uin-suska.ac.id, miftahuddin@uin-suska.ac.id

Article received: 01 Januari 2026, Review process: 12 Januari 2026

Article Accepted: 22 Maret 2026, Article published: 09 Juni 2026

ABSTRACT

Student organizations are not only spaces for developing leadership capacity, but also social environments that may shape members' psychological well-being. In practice, student organization activities often intersect with academic demands, emotional fatigue, interpersonal conflict, and organizational pressure, especially when leadership patterns do not provide adequate participation. This article aims to examine the relationship between democratic leadership and the psychological well-being of student organization members through a narrative literature review. This study used a qualitative-descriptive approach by reviewing relevant journal articles published between 2019 and 2025 and supported by methodological references on literature review and content analysis. The literature was selected through relevance to the topic, full-text availability, publication credibility, and direct connection with democratic leadership, student organizations, social support, and psychological well-being. The findings show that democratic leadership tends to create a more open, participatory, and supportive organizational climate. Leaders who involve members in decision-making, maintain two-way communication, and value members' opinions can strengthen emotional comfort, self-confidence, social attachment, and members' sense of being recognized. However, the review also indicates that democratic leadership should not be understood as the sole determinant of psychological well-being because social support, workload, emotional regulation, and organizational culture also shape members' psychological condition. These findings imply that student organizations need leadership practices that are participatory and humane, while still maintaining task clarity and organizational responsibility.

Keywords: Democratic leadership, psychological well-being, student organization, literature review, organizational members

ABSTRAK

Organisasi mahasiswa bukan hanya ruang pengembangan kepemimpinan, tetapi juga lingkungan sosial yang dapat membentuk kesejahteraan psikologis anggotanya. Dalam praktiknya, aktivitas organisasi sering beririsan dengan tuntutan akademik, kelelahan emosional, konflik interpersonal, dan tekanan organisasi, terutama ketika pola kepemimpinan tidak memberi ruang partisipasi yang memadai. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kepemimpinan demokratis dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa melalui pendekatan narrative literature review. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan menelaah artikel jurnal yang relevan pada rentang 2019-2025 dan didukung oleh rujukan metodologis tentang tinjauan literatur serta analisis isi. Pemilihan literatur dilakukan berdasarkan kesesuaian topik, ketersediaan

teks lengkap, kredibilitas publikasi, dan keterkaitan langsung dengan kepemimpinan demokratis, organisasi mahasiswa, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis. Hasil kajian menunjukkan bahwa kepemimpinan demokratis cenderung membentuk iklim organisasi yang lebih terbuka, partisipatif, dan suportif. Pemimpin yang melibatkan anggota dalam pengambilan keputusan, membangun komunikasi dua arah, dan menghargai pendapat anggota dapat memperkuat kenyamanan emosional, kepercayaan diri, keterikatan sosial, serta rasa diakui dalam organisasi. Namun, kajian ini juga menunjukkan bahwa kepemimpinan demokratis tidak dapat dipahami sebagai satu-satunya penentu kesejahteraan psikologis karena dukungan sosial, beban tugas, regulasi emosi, dan budaya organisasi turut membentuk kondisi psikologis anggota. Temuan ini mengimplikasikan bahwa organisasi mahasiswa perlu mengembangkan pola kepemimpinan yang partisipatif dan humanis, tetapi tetap disertai kejelasan tugas serta tanggung jawab organisasi.

Kata Kunci: *Kepemimpinan demokratis, kesejahteraan psikologis, organisasi mahasiswa, tinjauan literatur, anggota organisasi.*

PENDAHULUAN

Organisasi mahasiswa memiliki posisi penting dalam pendidikan tinggi karena menjadi ruang pembelajaran sosial bagi mahasiswa di luar aktivitas perkuliahan. Melalui organisasi, mahasiswa belajar mengelola program kerja, berkomunikasi dengan banyak pihak, mengambil keputusan, dan memikul tanggung jawab kolektif. Pengalaman ini dapat memperkuat kapasitas kepemimpinan mahasiswa, tetapi pada saat yang sama juga menghadirkan tuntutan sosial dan psikologis yang tidak sederhana. Penelitian tentang gaya kepemimpinan mahasiswa menunjukkan bahwa dinamika organisasi mahasiswa sangat dipengaruhi oleh cara pemimpin mengelola komunikasi, pembagian peran, dan proses pengambilan keputusan (Yahya et al., 2022; Febrianty & Pujiyanto, 2023).

Dalam kehidupan organisasi, mahasiswa tidak hanya berhadapan dengan target program, tetapi juga dengan tekanan akademik, perbedaan pendapat, konflik internal, keterbatasan waktu, dan tuntutan loyalitas terhadap organisasi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kenyamanan anggota dalam berorganisasi. Studi tentang fungsionaris lembaga kemahasiswaan menunjukkan bahwa peran organisasi sering berkaitan dengan tantangan miskomunikasi, perbedaan pendapat, dan pengorbanan personal yang berdampak pada kondisi kesejahteraan subjektif anggota (Lasut & Huwae, 2024). Penelitian lain juga memperlihatkan bahwa beban tugas organisasi dapat memunculkan respons psikologis yang beragam, mulai dari rasa bangga atas kontribusi hingga kecemasan ketika kinerja dinilai kurang baik (Rahmadani & Sari, 2025).

Kesejahteraan psikologis menjadi aspek penting dalam memahami pengalaman mahasiswa yang aktif berorganisasi. Kesejahteraan psikologis tidak hanya berkaitan dengan rasa bahagia, tetapi juga mencakup penerimaan diri, relasi positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Pada mahasiswa, kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti dukungan sosial, stres akademik, regulasi emosi, konsep diri, religiusitas, dan kemampuan mengelola tekanan (Kurniasari et al., 2019; Humaidah et al., 2024). Karena itu, kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa tidak dapat

dilepaskan dari iklim sosial dan pola kepemimpinan yang berlangsung di dalam organisasi.

Salah satu pola kepemimpinan yang relevan dalam organisasi mahasiswa adalah kepemimpinan demokratis. Kepemimpinan demokratis menekankan keterlibatan anggota dalam proses pengambilan keputusan, komunikasi dua arah, penghargaan terhadap pendapat, dan pembagian tanggung jawab secara lebih partisipatif. Dalam konteks organisasi mahasiswa, pola ini dapat membuat anggota merasa dihargai, memiliki ruang untuk menyampaikan gagasan, dan tidak sekadar menjadi pelaksana keputusan pemimpin. Penelitian Febrianty dan Pujiyanto (2023) menunjukkan bahwa kepemimpinan demokratis dalam organisasi himpunan mahasiswa tampak melalui komunikasi dan pengambilan keputusan yang melibatkan anggota, sehingga anggota merasa lebih nyaman dan termotivasi dalam berorganisasi.

Namun, kepemimpinan demokratis tidak boleh dipahami secara terlalu sederhana seolah-olah otomatis menyelesaikan seluruh persoalan organisasi. Penelitian Ardiansyah dan Trisnawati (2021) menunjukkan bahwa gaya kepemimpinan demokratis tidak selalu berdiri sendiri sebagai penentu kinerja organisasi, melainkan dapat bekerja bersama faktor lain seperti komitmen anggota. Temuan ini penting karena kesejahteraan psikologis anggota organisasi juga dipengaruhi oleh dukungan sosial, kepercayaan diri, beban tugas, dan regulasi emosi (Dana et al., 2022; Eva et al., 2020; Serhalawan & Christanti, 2025). Dengan demikian, artikel ini tidak menempatkan kepemimpinan demokratis sebagai satu-satunya penyebab kesejahteraan psikologis, tetapi sebagai salah satu faktor organisasi yang perlu dikaji secara lebih hati-hati.

Kajian sebelumnya banyak membahas kepemimpinan mahasiswa, motivasi organisasi, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa secara terpisah. Akan tetapi, kajian yang menyatukan kepemimpinan demokratis dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa dalam satu tinjauan literatur masih perlu diperkuat. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kepemimpinan demokratis dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa melalui pendekatan *narrative literature review*. Kajian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman konseptual mengenai pentingnya pola kepemimpinan yang partisipatif, komunikatif, dan tetap bertanggung jawab dalam membangun organisasi mahasiswa yang sehat secara sosial maupun psikologis.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *narrative literature review* dengan pendekatan kualitatif-deskriptif. Pendekatan kualitatif-deskriptif digunakan untuk memahami fenomena secara konseptual melalui interpretasi terhadap sumber-sumber ilmiah yang relevan (Creswell & Creswell, 2018). Metode ini dipilih karena tujuan artikel bukan untuk menguji hipotesis secara statistik, melainkan untuk menelaah, mengelompokkan, dan menyintesis temuan-temuan penelitian terdahulu mengenai kepemimpinan demokratis dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa. *Narrative literature review* memungkinkan peneliti

membangun pemahaman konseptual dari berbagai sumber yang relevan, sekaligus mengidentifikasi pola temuan dan celah kajian yang masih terbuka (Snyder, 2019). Sumber data dalam penelitian ini berupa artikel jurnal yang relevan dengan topik kepemimpinan demokratis, organisasi mahasiswa, dukungan sosial, regulasi emosi, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Literatur ditelusuri melalui Google Scholar, Garuda, Neliti, dan portal jurnal nasional maupun internasional yang dapat diakses secara penuh. Rentang literatur yang digunakan adalah 2019-2025, dengan mempertimbangkan keterbaruan tema dan kedekatan konteks dengan dinamika mahasiswa saat ini. Rujukan metodologis dari buku digunakan untuk memperkuat penjelasan mengenai desain penelitian dan analisis isi.

Proses seleksi literatur dilakukan melalui beberapa tahap. Pertama, peneliti menelusuri artikel dengan kata kunci 'kepemimpinan demokratis', 'democratic leadership', 'organisasi mahasiswa', 'psychological well-being', 'kesejahteraan psikologis mahasiswa', 'dukungan sosial mahasiswa', dan 'student organization'. Kedua, artikel disaring berdasarkan relevansi judul dan abstrak. Ketiga, artikel yang sesuai dibaca secara penuh untuk memastikan keterkaitan langsung dengan fokus kajian. Keempat, artikel yang memenuhi kriteria disintesis ke dalam tema-tema utama. Kriteria inklusi meliputi artikel yang membahas kepemimpinan, organisasi mahasiswa, atau kesejahteraan psikologis mahasiswa; artikel terbit pada jurnal ilmiah; tersedia dalam bentuk teks lengkap; dan memiliki keterkaitan langsung dengan fokus kajian. Artikel yang tidak relevan, tidak tersedia full text, atau tidak memiliki informasi bibliografis yang jelas tidak digunakan sebagai rujukan utama. Berdasarkan proses penyaringan tersebut, artikel inti yang disintesis berjumlah sebelas artikel jurnal dan dua rujukan buku metodologis. Data dianalisis menggunakan content analysis melalui tahapan membaca mendalam, memberi kode pada temuan yang relevan, mengelompokkan tema, membandingkan temuan antarpelitian, dan menyusun sintesis konseptual. Analisis isi digunakan karena mampu membantu peneliti memahami pola makna dalam literatur, terutama terkait bagaimana kepemimpinan demokratis, dukungan sosial, beban organisasi, dan regulasi emosi berkaitan dengan kondisi psikologis anggota organisasi mahasiswa (Krippendorff, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini merupakan sintesis dari literatur yang membahas kepemimpinan demokratis, organisasi mahasiswa, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Secara umum, literatur menunjukkan bahwa kepemimpinan demokratis memiliki keterkaitan dengan iklim organisasi yang lebih terbuka dan partisipatif. Namun, kesejahteraan psikologis anggota organisasi tidak hanya dibentuk oleh gaya kepemimpinan, melainkan juga oleh dukungan sosial, beban tugas, regulasi emosi, kepercayaan diri, dan komitmen anggota. Ringkasan sumber utama yang digunakan dalam kajian ini disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1: Sintesis Literatur Utama

No.	Sumber	Fokus Kajian	Kontribusi terhadap Artikel
1	Ardiansyah & Trisnawati (2021)	Gaya kepemimpinan demokratis dan komitmen fungsionaris BEM	Menunjukkan bahwa kepemimpinan demokratis perlu dibaca bersama faktor komitmen anggota.
2	Yahya et al. (2022)	Gaya kepemimpinan mahasiswa dalam himpunan mahasiswa	Memberi konteks bahwa organisasi mahasiswa memiliki dinamika kepemimpinan yang fleksibel dan situasional.
3	Febrianty & Pujianto (2023)	Kepemimpinan demokratis dan motivasi anggota organisasi mahasiswa	Menunjukkan peran komunikasi dan pengambilan keputusan dalam membuat anggota merasa nyaman dan termotivasi.
4	Dana et al. (2022)	Kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa	Menegaskan hubungan positif antara kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi.
5	Eva et al. (2020)	Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis mahasiswa	Menjelaskan pentingnya dukungan sosial sebagai faktor yang memperkuat kesejahteraan psikologis mahasiswa.
6	Kurniasari et al. (2019)	Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa	Memberikan dasar konseptual mengenai kondisi kesejahteraan psikologis mahasiswa.
7	Humaidah et al. (2024)	Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa	Memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh banyak faktor, bukan satu variabel tunggal.
8	Lasut & Huwae (2024)	Regulasi emosi dan subjective well-being fungsionaris lembaga kemahasiswaan	Menguatkan bahwa fungsionaris mahasiswa menghadapi tantangan organisasi yang berkaitan dengan kondisi emosi.

No.	Sumber	Fokus Kajian	Kontribusi terhadap Artikel
9	Rahmadani & Sari (2025)	Beban tugas organisasi dan kesejahteraan psikologis mahasiswa	Menjelaskan dampak beban organisasi terhadap pengalaman psikologis mahasiswa.
10	Serhalawan & Christanti (2025)	Self-compassion dan subjective well-being anggota organisasi mahasiswa	Menunjukkan adanya faktor personal yang turut memengaruhi kesejahteraan anggota organisasi.
11	Snyder (2019)	Literature review sebagai metodologi penelitian	Menjadi dasar penggunaan narrative literature review dalam artikel ini.

Kepemimpinan Demokratis dalam Organisasi Mahasiswa

Kepemimpinan demokratis dalam organisasi mahasiswa dapat dipahami sebagai pola kepemimpinan yang memberi ruang kepada anggota untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan, menyampaikan pendapat, dan menjalankan peran sesuai kapasitasnya. Pemimpin tidak ditempatkan sebagai satu-satunya pusat keputusan, tetapi sebagai pengarah yang mengelola partisipasi anggota agar tujuan organisasi tetap berjalan. Dalam konteks organisasi mahasiswa, pola ini penting karena anggota organisasi umumnya memiliki latar belakang, kemampuan, dan tingkat komitmen yang berbeda.

Temuan Febrianty dan Pujiyanto (2023) memperlihatkan bahwa kepemimpinan demokratis pada organisasi mahasiswa terlihat melalui komunikasi dan pengambilan keputusan. Komunikasi yang transparan membantu anggota memahami arah organisasi, sedangkan pengambilan keputusan yang melibatkan anggota membuat mereka merasa dihargai. Hal serupa tampak pada kajian Yahya et al. (2022), yang menunjukkan bahwa gaya kepemimpinan mahasiswa tidak selalu kaku, tetapi sering menyesuaikan situasi organisasi. Dengan demikian, kepemimpinan demokratis bukan berarti semua keputusan harus diserahkan sepenuhnya kepada anggota, melainkan pemimpin tetap menjaga arah organisasi sambil memberi ruang partisipasi yang sehat.

Di sisi lain, kepemimpinan demokratis juga memiliki batas. Apabila partisipasi tidak disertai kejelasan tugas dan ketegasan pengambilan keputusan, organisasi dapat berjalan lambat dan kurang efektif. Ardiansyah dan Trisnawati (2021) menunjukkan bahwa gaya kepemimpinan demokratis tidak selalu berdampak secara mandiri terhadap kinerja fungsionaris, sehingga keberhasilan organisasi tetap membutuhkan faktor lain seperti komitmen, kedisiplinan, dan tanggung jawab anggota. Temuan ini penting agar kepemimpinan demokratis tidak dipahami secara idealistik tanpa melihat kebutuhan organisasi yang nyata.

Kesejahteraan Psikologis Anggota Organisasi Mahasiswa

Kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa berkaitan dengan kemampuan mahasiswa untuk merasa nyaman dalam peran organisasinya, membangun relasi sosial yang sehat, mengelola tekanan, dan tetap memiliki ruang untuk berkembang. Pada mahasiswa, kesejahteraan psikologis tidak hanya dipengaruhi oleh keadaan pribadi, tetapi juga oleh lingkungan sosial yang mengelilinginya. Kurniasari et al. (2019) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa mencakup beberapa aspek penting, seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Dalam organisasi mahasiswa, kesejahteraan psikologis dapat menguat ketika anggota memperoleh dukungan sosial, merasa memiliki tempat dalam kelompok, dan mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan kemampuan. Penelitian Eva et al. (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Temuan Al Amelia et al. (2022) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan subjective well-being mahasiswa, sehingga dukungan sosial perlu dipahami sebagai salah satu penopang penting kesejahteraan psikologis. Pada konteks organisasi, dukungan sosial dapat muncul melalui rekan pengurus, pemimpin organisasi, dan budaya komunikasi yang saling menghargai. Dana et al. (2022) juga menunjukkan adanya hubungan positif antara kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa, sehingga rasa mampu dan rasa dihargai menjadi aspek penting dalam pengalaman berorganisasi.

Namun, organisasi mahasiswa juga dapat menjadi sumber tekanan. Rahmadani dan Sari (2025) memperlihatkan bahwa beban tugas organisasi dapat menimbulkan dampak psikologis tertentu pada mahasiswa, terutama ketika tugas organisasi menumpuk dan beririsan dengan tuntutan akademik. Lasut dan Huwae (2024) juga menunjukkan bahwa fungsionaris lembaga kemahasiswaan menghadapi tantangan berupa miskomunikasi, perbedaan pendapat, dan pengorbanan yang dapat memengaruhi subjective well-being. Dengan demikian, organisasi mahasiswa dapat menjadi ruang pengembangan diri sekaligus ruang yang berpotensi menekan kondisi psikologis anggotanya.

Hubungan Kepemimpinan Demokratis dan Kesejahteraan Psikologis

Kepemimpinan demokratis dapat mendukung kesejahteraan psikologis anggota organisasi karena pola ini memberi ruang bagi anggota untuk merasa didengar, dihargai, dan dilibatkan. Ketika anggota memiliki kesempatan menyampaikan pendapat dan terlibat dalam pengambilan keputusan, mereka cenderung memiliki rasa memiliki terhadap organisasi. Rasa memiliki ini dapat memperkuat kenyamanan sosial dan mengurangi perasaan terasing dalam organisasi. Dengan demikian, hubungan antara kepemimpinan demokratis dan kesejahteraan psikologis terutama terlihat melalui kualitas komunikasi, penghargaan terhadap kontribusi, dan keterlibatan anggota dalam proses organisasi.

Kepemimpinan demokratis juga dapat memperkuat dukungan sosial dalam organisasi. Pemimpin yang terbuka terhadap kritik dan pendapat anggota dapat menciptakan suasana organisasi yang lebih aman secara psikologis. Dalam suasana seperti ini, anggota lebih mudah meminta bantuan, menyampaikan kesulitan, dan mengakui keterbatasan tanpa takut direndahkan. Hal ini sejalan dengan temuan Eva et al. (2020) bahwa dukungan sosial berperan dalam kesejahteraan psikologis mahasiswa, serta temuan Febrianty dan Pujiyanto (2023) bahwa komunikasi dan pengambilan keputusan dalam kepemimpinan demokratis dapat membuat anggota merasa nyaman dalam organisasi.

Meskipun demikian, hasil kajian ini menunjukkan bahwa kepemimpinan demokratis bukan satu-satunya faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis anggota organisasi. Humaidah et al. (2024) menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dukungan sosial, stres, regulasi emosi, konsep diri, religiusitas, dan ketahanan akademik. Serhalawan dan Christanti (2025) juga memperlihatkan bahwa faktor personal seperti self-compassion dapat berkaitan dengan subjective well-being anggota organisasi mahasiswa. Oleh karena itu, kepemimpinan demokratis perlu dipahami sebagai salah satu faktor organisasi yang berinteraksi dengan faktor personal dan sosial lainnya.

Temuan ini memberi pemahaman bahwa organisasi mahasiswa yang sehat tidak cukup hanya memiliki pemimpin yang demokratis. Organisasi juga perlu memastikan pembagian tugas yang adil, komunikasi yang jelas, budaya saling mendukung, serta ruang evaluasi yang tidak menjatuhkan anggota. Kepemimpinan demokratis akan lebih berdampak apabila disertai kejelasan struktur kerja dan komitmen anggota. Tanpa hal tersebut, partisipasi dapat berubah menjadi formalitas, sementara tekanan organisasi tetap dirasakan anggota.

Implikasi bagi Organisasi Mahasiswa

Hasil kajian ini memberikan implikasi bahwa pengurus organisasi mahasiswa perlu membangun pola kepemimpinan yang partisipatif sekaligus terarah. Pemimpin organisasi perlu membuka ruang pendapat, tetapi tetap menjaga kejelasan keputusan agar organisasi tidak kehilangan arah. Rapat organisasi sebaiknya tidak hanya menjadi tempat pembagian tugas, tetapi juga ruang untuk mendengarkan kendala anggota, mengevaluasi beban kerja, dan membangun dukungan sosial antaranggota.

Dalam praktiknya, kepemimpinan demokratis dapat diwujudkan melalui komunikasi dua arah, pembagian tugas yang proporsional, musyawarah dalam keputusan penting, pemberian apresiasi terhadap kontribusi anggota, serta penyelesaian konflik secara terbuka. Pola ini dapat membantu anggota merasa lebih aman, dihargai, dan bertanggung jawab terhadap organisasi. Dengan demikian, organisasi mahasiswa tidak hanya menjadi tempat menjalankan program kerja, tetapi juga menjadi ruang pembentukan karakter, kematangan sosial, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, artikel ini menggunakan pendekatan narrative literature review sehingga hasil kajian bergantung pada literatur yang berhasil ditemukan dan dipilih oleh peneliti. Kedua, sebagian besar literatur yang digunakan masih berasal dari konteks Indonesia, sehingga temuan belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh konteks organisasi mahasiswa di berbagai negara. Ketiga, kajian ini belum melakukan pemetaan sistematis dengan prosedur PRISMA secara lengkap, sehingga penelitian berikutnya dapat mengembangkan systematic literature review atau penelitian empiris untuk menguji hubungan kepemimpinan demokratis dan kesejahteraan psikologis secara lebih terukur.

Keterbatasan lain terletak pada luasnya faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Artikel ini berfokus pada kepemimpinan demokratis, padahal kesejahteraan psikologis juga dapat dipengaruhi oleh beban akademik, dukungan keluarga, budaya organisasi, konflik internal, regulasi emosi, dan karakteristik pribadi anggota. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat menempatkan kepemimpinan demokratis bersama variabel lain agar diperoleh pemahaman yang lebih utuh mengenai kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kajian ini menunjukkan bahwa kepemimpinan demokratis memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa. Pola kepemimpinan yang membuka ruang partisipasi, membangun komunikasi dua arah, menghargai pendapat anggota, dan melibatkan anggota dalam proses pengambilan keputusan dapat menciptakan iklim organisasi yang lebih terbuka dan suportif. Iklim tersebut membantu anggota merasa dihargai, lebih nyaman secara emosional, memiliki keterikatan sosial, serta lebih percaya diri dalam menjalankan peran organisasi.

Namun, kepemimpinan demokratis tidak dapat dipahami sebagai satu-satunya penentu kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis anggota organisasi juga dipengaruhi oleh dukungan sosial, beban tugas, regulasi emosi, kepercayaan diri, komitmen anggota, dan budaya organisasi. Oleh karena itu, organisasi mahasiswa perlu mengembangkan kepemimpinan yang partisipatif, humanis, dan tetap terarah agar organisasi tidak hanya berhasil menjalankan program kerja, tetapi juga mampu menjaga kenyamanan dan perkembangan psikologis anggotanya. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan empiris untuk menguji hubungan antarvariabel secara lebih mendalam.

DAFTAR RUJUKAN

- Al Amelia, S. D., Pratikto, H., & Nainggolan, E. E. (2022). Dukungan sosial dan subjective well-being pada mahasiswa rantau. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 58-66. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/481>

- Ardiansyah, F., & Trisnawati, N. (2021). Pengaruh gaya kepemimpinan demokratis dan komitmen terhadap kinerja fungsionaris BEMFEB UNESA 2021 di masa pandemi Covid-19. *Journal of Office Administration: Education and Practice*, 1(3), 321-339. <https://doi.org/10.26740/joaep.v1n3.p321-339>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications
- Dana, T. S., Eva, N., & Andayani, S. (2022). Kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis anggota organisasi mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 28-45. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.6136>
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan religiusitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 122-131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Febrianty, N. I., & Pujiyanto, W. E. (2023). Analisis gaya kepemimpinan demokratis dalam meningkatkan motivasi anggota organisasi Himpunan Mahasiswa Prodi Manajemen UNUSIDA. *Jurnal Riset Manajemen*, 2(1), 282-291. <https://doi.org/10.54066/jurma.v2i1.1405>
- Humaidah, A., Nihayah, Z., & Sumiati, N. T. (2024). Scoping review: Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(5), 5931-5938. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i5.7479>
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 52-58. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Krippendorff, K. (2020). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). SAGE Publications.
- Lasut, L. G. F., & Huwae, A. (2024). Regulasi emosi dan subjective well-being pada fungsionaris lembaga kemahasiswaan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(2), 145-154. <https://doi.org/10.24014/pib.v5i2.25107>
- Rahmadani, S. M., & Sari, J. D. E. (2025). Analisis dampak beban tugas organisasi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa kesehatan masyarakat dengan pendekatan The Affect Balance Scale. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 5(3), 2121-2130. <https://doi.org/10.54082/jupin.1676>
- Serhalawan, A., & Christanti, D. (2025). Hubungan antara self-compassion dengan subjective well-being pada anggota organisasi mahasiswa di Surabaya. *Psychopreneur Journal*, 9(2), 77-90. <https://doi.org/10.37715/psy.v9i2.4686>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Yahya, M., Nursinta, Annisa, N., & Sahrul. (2022). Gaya kepemimpinan mahasiswa: Studi kasus Himpunan Mahasiswa Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar. *Educational Leadership: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2(1), 110-125. <https://doi.org/10.24252/edu.v2i01.30054>
-