E-ISSN: 3047-941X
Halaman 1-6
Volume 3 Nomor 1 Tahun 2026

Efektivitas *Family Gathering* untuk Meningkatkan *Sense of Belonging* pada Komunitas Forum Diskusi Islam (FORDIS) di Kampus V UNP Bukittinggi

Hafidz Octavian Irawan[1], Aulia Arifa Putri[2], Lucky Iqra Ilhamda[3], Sonia Mayola[4], Wahida Nisa Azra[5], Muhammad Dzakiy[6], Intan Cahyani[7], Loviana Putri[8], Miftahul Rizki[9]

[123456789]Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Padang
e-mail: fauziahtaslim@fpk.unp.ac.id

Abstrak

Sense of belonging merupakan kebutuhan psikologis mendasar yang berperan penting dalam keterlibatan dan keberlanjutan partisipasi individu dalam komunitas. Rendahnya sense of belonging pada komunitas mahasiswa dapat berdampak pada menurunnya partisipasi dan lemahnya ikatan emosional antaranggota. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas kegiatan *family gathering* dalam meningkatkan sense of belonging pada anggota Forum Diskusi Islam (FORDIS) Kampus V Universitas Negeri Padang Bukittinggi. Penelitian ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) dengan desain *mixed methods*. Data kualitatif diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur dan studi dokumentasi, sedangkan data kuantitatif dikumpulkan menggunakan desain pretest–posttest dengan instrumen Sense of Belonging Instrument (SOBI) yang telah dimodifikasi. Subjek penelitian berjumlah 32 anggota FORDIS. Analisis data kuantitatif dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor sense of belonging dari 60,56 pada pretest menjadi 78,28 pada posttest, serta perbedaan yang signifikan secara statistik ($Z = -4{,}340$; $p < 0{,}001$). Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan *family gathering* efektif dalam meningkatkan sense of belonging melalui penguatan interaksi sosial non-formal dan keterikatan emosional anggota komunitas.
Kata kunci: *sense of belonging*, *family gathering,* komunitas mahasiswa, PAR

Abstract

Sense of belonging is a fundamental psychological need that plays an important role in individuals' engagement and sustained participation within a community. Low sense of belonging among student communities may lead to decreased participation and weakened emotional bonds. This study aimed to examine the effectiveness of a family gathering *program in enhancing the sense of belonging among members of the Islamic Discussion Forum (FORDIS) at Campus V of Universitas Negeri Padang, Bukittinggi. This study employed a Participatory Action Research (PAR) approach with a mixed-methods design. Qualitative data were collected through semi-structured interviews and document analysis, while quantitative data were obtained using a pretest–posttest design with a modified Sense of Belonging Instrument (SOBI). The participants consisted of 32 FORDIS members. Quantitative data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results showed an increase in the mean sense of belonging score from 60.56 (pretest) to 78.28 (posttest), with a statistically significant difference ($Z = -4.340$; $p < 0.001$). These findings indicate that the* family gathering *program was effective in strengthening members' sense of belonging through enhanced non-formal social interaction and emotional attachment.*
Keywords: sense of belonging, family gathering, student community, PAR

LATAR BELAKANG

Sense of belonging merupakan kebutuhan psikologis mendasar yang berkaitan dengan dorongan individu untuk menjalin hubungan interpersonal yang stabil, bermakna, dan saling menerima. Kebutuhan untuk memiliki (need to belong) dipahami sebagai motivasi fundamental manusia yang berperan penting dalam kesejahteraan psikologis, di mana individu membutuhkan interaksi sosial yang berkelanjutan serta dilandasi oleh kepedulian dan penerimaan (Baumeister & Leary, 1995). Dalam kajian kesehatan mental dan psikologi komunitas, sense of belonging dipahami sebagai pengalaman subjektif merasa menjadi bagian dari suatu sistem sosial yang memberikan dukungan emosional dan rasa aman, serta berkaitan langsung dengan perasaan diterima, dihargai, dan diakui keberadaannya dalam kelompok (Hagerty et al., 1992). Rendahnya sense of belonging dapat berdampak pada keterasingan sosial, penurunan partisipasi, dan meningkatnya kerentanan psikologis, sementara tingkat rasa memiliki yang tinggi berkontribusi terhadap kesejahteraan individu dan kohesi kelompok.

Dalam konteks komunitas mahasiswa, sense of belonging berperan penting dalam keberlangsungan partisipasi dan keterlibatan anggota organisasi. Intervensi berbasis kebersamaan dan penguatan rasa memiliki terbukti mampu meningkatkan keterlibatan sosial, kesejahteraan psikologis, serta hasil adaptif individu dalam lingkungan akademik (Walton & Cohen, 2011). Namun, dinamika keanggotaan yang tinggi seringkali memunculkan tantangan berupa fluktuasi partisipasi, keterbatasan interaksi informal, serta lemahnya ikatan emosional antaranggota. Penelitian menunjukkan bahwa rendahnya sense of belongingness berkaitan dengan menurunnya academic engagement dan komitmen mahasiswa terhadap organisasi yang diikuti (Nadifah et al., 2025). Interaksi sosial non-formal diketahui memiliki peran strategis dalam meningkatkan kebersamaan dan kohesi sosial, sehingga diperlukan upaya terencana untuk menciptakan ruang interaksi yang inklusif dan partisipatif bagi anggota komunitas (Rahma et al., 2025).

Forum Diskusi Islam (FORDIS) di Kampus V Universitas Negeri Padang (UNP) Bukittinggi merupakan komunitas mahasiswa yang berfokus pada pengembangan intelektual, spiritual, dan nilai-nilai keislaman, namun juga menghadapi tantangan dalam menjaga keterlibatan aktif serta memperkuat ikatan emosional antaranggota. Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan sense of belonging anggota FORDIS melalui pelaksanaan kegiatan family gathering berbasis kebersamaan dan partisipasi aktif. Rencana pemecahan masalah dilakukan melalui perancangan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan family gathering yang disusun secara partisipatif menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR), dengan melibatkan anggota komunitas sebagai mitra kolaboratif dalam setiap tahapan kegiatan (Baum et al., 2006). Melalui interaksi sosial non-formal dan refleksi bersama, kegiatan ini diharapkan mampu memperkuat hubungan interpersonal, menumbuhkan rasa memiliki, serta membangun keterikatan emosional anggota terhadap komunitas FORDIS secara berkelanjutan (Zakaria, 2023).

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan Participatory Action Research (PAR) dengan desain mixed methods yang menggabungkan pendekatan kualitatif-deskriptif dan kuantitatif. Pendekatan PAR dipilih karena memungkinkan peneliti dan komunitas bekerja secara kolaboratif serta reflektif dalam mengidentifikasi permasalahan dan merumuskan arah perubahan sosial yang sesuai konteks. Dalam penelitian ini, PAR tidak dilaksanakan sebagai aksi lapangan penuh, melainkan sebagai kerangka reflektif-konseptual untuk merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi strategi revitalisasi komunitas yang berpijak pada kebutuhan nyata anggota Forum Diskusi Islam (Fordis) Universitas Negeri Padang (UNP) Bukittinggi. Penelitian berlangsung di komunitas Fordis Kampus V Universitas Negeri Padang Bukittinggi. Subjek penelitian meliputi pengurus inti serta anggota Fordis, baik yang aktif

maupun pasif. Pemilihan informan untuk komponen kualitatif dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan tingkat keterlibatan struktural, pengalaman keanggotaan, dan pemahaman terhadap dinamika komunitas. Pengumpulan data kualitatif dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur kepada ketua, pengurus inti, dan sejumlah anggota untuk menggali pengalaman subjektif, persepsi terhadap penurunan partisipasi, serta harapan terhadap keberlanjutan komunitas, dilengkapi dengan studi dokumentasi berupa arsip kegiatan, struktur organisasi, konten media sosial, dan laporan internal komunitas.

Untuk mengukur dampak intervensi secara kuantitatif, penelitian menggunakan instrumen pretest dan posttest yang dirancang khusus untuk menilai perubahan Sense of Belonging (rasa memiliki dan keterikatan terhadap komunitas) sebelum dan sesudah pelaksanaan program revitalisasi. Variabel Sense of Belonging diukur dengan skala yang dikembangkan oleh Hagerty et al. (1995) dalam bentuk Sense of Belonging Instrument (SOBI), yang mencakup dua aspek utama yaitu valued involvement dan fit. Peneliti melakukan modifikasi terhadap skala ini berdasarkan adaptasi dari Cayanti (2020), menghasilkan instrumen sebanyak 27 item dengan skala Likert 4 poin (SS: Sangat Setuju, S: Setuju, TS: Tidak Setuju, STS: Sangat Tidak Setuju). Instrumen ini diberikan kepada peserta program melalui Google Form untuk mendeteksi peningkatan atau perubahan signifikan dalam tingkat rasa memiliki anggota terhadap Fordis. Tahapan penelitian meliputi analisis kebutuhan komunitas, perancangan model program revitalisasi, pelaksanaan pretest, implementasi intervensi, pelaksanaan posttest, validasi rancangan dan hasil bersama dosen pembina serta pengurus, serta refleksi akhir guna merumuskan rekomendasi pengembangan program berkelanjutan. Keseluruhan proses merepresentasikan siklus reflektif PAR yang diperkaya dengan pengukuran kuantitatif, dengan fokus utama pada penguatan partisipasi anggota, keberlanjutan organisasi, peningkatan Sense of Belonging, serta penguatan nilai-nilai keislaman dalam komunitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas *family gathering* untuk meningkatkan *sense of belonging* pada komunitas forum diskusi islam (FORDIS) di kampus V UNP Bukittinggi. Berdasarkan *pretest* dan *posttest* yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Rata-rata *Pretest* dan *Posttest*

	Pretest	*Posttest*
Rata-rata	60.56	78.28

Dari hasil mean atau rata-rata *pretest* dan *posttest,* maka terlihat bahwa terdapat peningkatan *sense of belonging* pada komunitas forum diskusi islam (FORDIS) di kampus V UNP Bukittinggi. Hasil *pretest* sebelum dilaksanakan *family gathering* menunjukkan rata-rata skor anggota fordis adalah 60,56. Namun, setelah dilaksanakan *family gathering*, rata-rata skor *posttest* anggota fordis mengalami peningkatan menjadi 78,28.

Tabel 2. Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov			*Shapiro-Wilk*		
	Statistic	*df*	*Sig*	*Statistic*	*df*	*Sig.*
Pretest	.289	32	<.001	.827	32	<.001

Posttest	.116	32	.200*	.972	32	.546

Sebelum melakukan analisis yang lebih mendalam, langkah pertama yang diambil adalah menguji apakah data pretest dan posttest berdistribusi normal. Pengujian normalitas adalah syarat penting dalam menerapkan analisis statistik parametrik, seperti uji *t-test.* Dalam studi ini, normalitas diuji menggunakan dua pendekatan, yaitu *Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk. Uji Kolmogorov-Smirnov* biasanya digunakan untuk sampel yang lebih besar, sedangkan *Shapiro-Wilk* lebih cocok untuk sampel yang kecil karena lebih sensitif dalam menemukan penyimpangan dari distribusi normal (Razali & Wah, 2011).

Dari hasil yang ditampilkan pada Tabel 2, terlihat bahwa nilai signifikansi (Sig). dalam uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk data pretest adalah <0,001 dan untuk posttest adalah 0,200. Di sisi lain, uji *Shapiro-Wilk* memberikan nilai signifikansi sebesar <0,001 untuk *pretest* dan 0,245 untuk *posttest.* Semua nilai signifikansi ini lebih tinggi daripada batas 0,546, yang menunjukkan bahwa data *pretest* tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas tidak terpenuhi dan data dapat dianalisis lebih lanjut dengan metode statistik non parametrik.

Tabel 3. Uji Wilcoxon Ranks

			Mean Rank	*Sum of Ranks*
Posttest Sense of Belonging – Prettest Sense of Belonging	*Negative Ranks*	4[a]	8.00	32.00
	Positive Ranks	28[b]	17.71	496.00
	Ties	0[c]		
	Total	32		

Tabel 4. Uji Wilcoxon Statistic

	Posttest Sense of Belonging - Pretest Sense of Belonging
Z	-4.340[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

Berdasarkan hasil uji normalitas, diketahui bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga pengujian hipotesis dilanjutkan menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* untuk mengetahui perbedaan antara skor *pretest* dan *posttest sense of belonging*. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa terdapat 28 subjek yang mengalami peningkatan skor (positive ranks), 4 subjek yang mengalami penurunan skor (negative ranks), dan tidak terdapat skor yang sama antara *pretest* dan *posttest* (ties = 0). Jumlah peringkat positif (Sum of Ranks = 496,00) jauh lebih besar dibandingkan jumlah peringkat negatif (Sum of Ranks = 32,00), yang mengindikasikan bahwa secara umum skor *sense of belonging* pada posttest lebih tinggi dibandingkan *pretest*. Selanjutnya, hasil uji statistik menunjukkan nilai Z = -4,340 dengan nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed) < 0,001. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 (p < 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor *pretest* dan *posttest sense of belonging*.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *family gathering* yang diberikan efektif secara statistik dalam meningkatkan *sense of belonging* pada anggota komunitas forum diskusi islam (FORDIS) kampus V UNP Bukittinggi. Peningkatan ini tidak hanya ditunjukkan oleh signifikansi statistik, tetapi juga oleh dominasi peringkat positif yang mencerminkan perubahan skor ke arah yang lebih baik pada sebagian besar peserta.

Hasil penelitian ini selaras dengan temuan Zakaria (2023) yang menyatakan bahwa kegiatan family gathering dapat memperkuat interaksi sosial, kebersamaan, dan ikatan emosional antaranggota kelompok. Penguatan hubungan tersebut berkontribusi pada terbentuknya sense of belonging, yakni perasaan diterima dan menjadi bagian dari suatu komunitas. Sejalan dengan hal tersebut, Muhaeminah (2015) menjelaskan bahwa aktivitas kelompok yang melibatkan partisipasi aktif dan interaksi sosial efektif dalam meningkatkan sense of belonging individu. Melalui pelaksanaan family gathering, anggota komunitas memiliki kesempatan untuk membangun kedekatan emosional, memperkuat rasa memiliki, serta meningkatkan identifikasi diri terhadap kelompok. Namun demikian, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh family gathering terhadap peningkatan sense of belonging, sehingga penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan kajian tersebut.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kegiatan *family gathering* efektif dalam meningkatkan sense of belonging anggota Forum Diskusi Islam (FORDIS) Kampus V Universitas Negeri Padang Bukittinggi. Interaksi sosial non-formal yang terbangun melalui kegiatan ini mampu memperkuat hubungan interpersonal dan keterikatan emosional anggota komunitas.

Disarankan agar *family gathering* dijadikan program rutin komunitas untuk menjaga keberlanjutan partisipasi anggota. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji dampak jangka panjang intervensi serupa serta mengintegrasikan variabel psikologis lain yang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

Baum, F., MacDougall, C., & Smith, D. (2006). Participatory action research. *Journal of Epidemiology & Community Health, 60*(10), 854–857. https://jech.bmj.com/content/60/10/854

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. Psychological Bulletin, 117(3), 497–529. https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497

Hagerty, B. M., Lynch-Sauer, J., Patusky, K. L., Bouwsema, M., & Collier, P. (1992). Sense of belonging: A vital mental health concept. *Archives of Psychiatric Nursing, 6*(3), 172–177. https://doi.org/10.1016/0883-9417(92)90028-H

Kamilah, W. (2025). *Pengaruh sense of belonging dan dukungan sosial terhadap homesickness mahasiswa baru Fakultas Psikologi angkatan 2024* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). URL: http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/80227

Muhaeminah, M. (2015). Game therapy untuk meningkatkan sense of belonging anak panti asuhan. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 3(1), 32-53. https://share.google/HgFSPbdTpT8Y4p6u5

Nadifah, N., Nainggolan, E. E., & Muslikah, E. D. (2025). Sense of belongingness dan academic engagement pada mahasiswa: Peran psychological well-being sebagai mediator. JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia, 3(1). https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa/article/download/12725/7440?utm_source=chatgpt.com

Nurmayunita, H., & Zakaria, A. (2023). The effect of family gathering on increasing the psychological well being of the elderly in nursing home: pengaruh family gathering

terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis lansia di pondok lansia. Jurnal Keperawatan Malang, 8(1), 244-254. https://share.google/iUXyISH9AixEF6Mr8

Rahma, U. H., Hadi, C., & Alfian, I. N. (2025). Appreciative inquiry untuk meningkatkan sense of community dan partisipasi pada anggota komunitas Ikatan Pemuda Pemudi Kampung Tengah di Sumbermanjingkulon. Jurnal Psikologi TALENTA, 6(2). https://ojs.unm.ac.id/talenta/article/view/19167/0?utm_source=chatgpt.com

Walton, G. M., & Cohen, G. L. (2011). A brief social-belonging intervention improves academic and health outcomes. *Science, 331*(6023), 1447–1451. https://science.sciencemag.org/content/331/6023/1447

Zakaria, A. (2023)., & Nurmayunita, H.The Effect of Family Gathering on Increasing the Psychological Well-Being of the Elderly in Nursing Home. Jurnal Keperawatan Malang (JKM), 8(1), 244–254. https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW/article/view/199