

Pemenuhan Kebutuhan Psikologis Dasar Dalam Motivasi Jamaah Umrah Mandiri

Laila Denianti*, Kurnia Muhajarah

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

*2101056047@student.walisongo.ac.id

Abstract

This study aims to identify how the fulfillment of basic psychological needs, namely competence, independence, and relatedness can increase and shape pilgrims' motivation to perform Umrah independently. With the increasing public interest in performing Umrah independently, it is important to understand how these three basic psychological needs affect pilgrims' motivation. This study uses a qualitative research method with a psychological approach. Data were collected through interviews with pilgrims who have performed Umrah independently and observation. This study involved five participants who have performed Umrah independently. The results showed that pilgrims will fulfill and satisfy their three basic psychological needs such as competence, autonomy and relatedness with the help of several factors such as previous experience, technological advances, access to information, and the existence of a community. These three needs together increase and shape their motivation in performing Umrah independently so that pilgrims can undergo worship with more confidence and meaning. Motivation that increases and is formed after the fulfillment of basic psychological needs includes intrinsic motivation and extrinsic motivation. In addition, intrinsic motivation is more dominant in developing and increasing during the implementation of independent Umrah.

Keywords: *Basic Psychological Needs; Motivation; Umrah*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana pemenuhan kebutuhan psikologis dasar yaitu kompetensi, kemandirian, dan keterkaitan dapat meningkatkan dan membentuk motivasi jamaah dalam melaksanakan umrah secara mandiri. Dengan meningkatnya minat masyarakat untuk melaksanakan umrah secara mandiri, penting untuk memahami bagaimana ketiga kebutuhan psikologis dasar ini mempengaruhi motivasi jamaah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan psikologi. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan jamaah yang telah melaksanakan umrah secara mandiri serta observasi. Penelitian ini melibatkan lima partisipan yang telah melaksanakan ibadah umrah secara mandiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jamaah akan memenuhi dan memuaskan tiga kebutuhan psikologis dasar mereka seperti kompetensi (*competence*), kemandirian (*autonomy*) dan keterkaitan (*relatedness*) dengan dibantu oleh beberapa faktor seperti pengalaman sebelumnya, kemajuan teknologi, akses informasi, dan adanya komunitas. Ketiga kebutuhan ini secara bersama-sama meningkatkan dan membentuk motivasi mereka dalam melaksanakan umrah secara mandiri sehingga jamaah dapat menjalani ibadah dengan lebih percaya diri dan bermakna. Motivasi yang meningkat dan terbentuk setelah pemenuhan kebutuhan psikologis dasar meliputi motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Selain itu, motivasi intrinsik lebih dominan dalam berkembang dan meningkat selama pelaksanaan umrah mandiri.

Kata Kunci: *Kebutuhan Psikologis Dasar; Motivasi; Umrah*

Pendahuluan

Berdasarkan data kementerian dalam negeri pada tahun 2024 jumlah penduduk Indonesia yang menganut agama islam sebesar 87,08% dari total penduduk Indonesia di dalam negeri atau mencapai 249,93 juta jiwa. Sebagai negara dengan populasi muslim yang besar, jumlah jamaah haji dan umrah selalu meningkat setiap tahunnya. Dalam laporan kinerja Direktur jenderal penyelenggaraan haji dan umrah tahun 2023, total jamaah yang berangkat umrah pada tahun 2023 mencapai 1,2 juta jamaah, dan pada tahun 2024, kementerian agama mencatat hingga bulan September 2024 jumlah jamaah umrah hampir mencapai 2 juta jamaah. Dilihat dari data yang diuraikan dapat diambil kesimpulan bahwa bisnis haji dan umrah di Indonesia memiliki peluang yang cukup baik. Hal tersebut yang menjadi alasan banyak ditemui agen perjalanan haji dan umrah di Indonesia. Tetapi di tengah maraknya penawaran jasa agen perjalanan haji dan umrah, banyak masyarakat yang memilih untuk melakukan perjalanan ibadah umrah secara mandiri.

Dalam beberapa tahun belakangan ini terjadi peningkatan jumlah jamaah yang memilih melakukan umrah secara mandiri terutama setelah pemerintah arab Saudi mengizinkan pelaksanaan umrah menggunakan visa turis. Fenomena ini muncul sejalan dengan perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang memungkinkan jamaah untuk memperoleh informasi, dan mengatur perjalanan secara mandiri. Namun, Kementerian Agama Republik Indonesia menegaskan bahwa umrah mandiri memerlukan pemahaman yang baik tentang ibadah dan regulasi Arab Saudi. Selain itu, larangan lebih ditekankan bagi pihak yang tidak memiliki izin sebagai Penyelenggara Perjalanan Ibadah Umrah (PPIU) dalam mengumpulkan, memberangkatkan dan menerima setoran biaya umrah. penting bagi calon jamaah untuk mempertimbangkan aspek keamanan, pemahaman terhadap regulasi, dan potensi risiko yang mungkin timbul selama melakukan umrah secara mandiri. Umrah mandiri adalah pelaksanaan ibadah umrah yang segala aspek perjalanannya dilakukan sendiri tanpa bantuan agen perjalanan, mulai dari dokumen-dokumen perjalanan, penerbangan, akomodasi serta kebutuhan lainnya. Memilih melaksanakan ibadah umrah secara mandiri memiliki kelebihan tersendiri namun juga membawa tantangan bagi jamaah yang melaksanakannya.

Penelitian tentang umrah mandiri masih tergolong terbatas, terutama dalam kajian yang menyoroti aspek psikologis jamaah. Penelitian yang ada berfokus pada aspek ekonomi, manajerial dan pengalaman perjalanan jamaah tanpa secara spesifik mengkaji bagaimana motivasi jamaah terbentuk dalam konteks umrah mandiri. penelitian yang mengkaji mengenai umrah mandiri dilakukan oleh Pitaya, menyatakan bahwa terdapat dorongan lain diluar biaya yang kecil, yaitu dorongan dalam gaya hidup, juga pemilihan jenis umrah yang tidak terikat pada jadwal yang dapat memberikan pengalaman ibadah yang lebih khushyuk (Pitaya, Makhasi, & Hanafiah, 2021). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Amirah, menunjukkan bahwa fenomena umrah *backpacker* tidak sepenuhnya dilakukan secara mandiri, melainkan terkait dengan waktu pelaksanaan dan biaya yang lebih rendah dibandingkan umrah paket. Namun, ada juga sejumlah *mudharat* yang dapat muncul, seperti masalah keamanan, pengelolaan fasilitas yang memakan waktu, makanan yang tidak terjamin, dan risiko tersesat bagi mereka yang baru pertama kali melakukan umrah secara mandiri (Amirah, Bonjol, & Bonjol), 2023).

Penelitian yang mengkaji perihal motivasi umrah mandiri oleh Atikah yang meneliti motivasi pelaku umrah mandiri pada masyarakat Malaysia, menunjukkan bahwa fleksibilitas, spiritualitas, dan anggaran mempunyai dampak penting pada motivasi perjalanan. selain itu, temuan ini menunjukkan bahwa sumber informasi, kualitas perjalanan, persahabatan atau pertemanan baru dan keakbaran memfasilitasi pilihan perjalanan umrah *Do-it Yourself* (Atikah, Tan, Trupp, & Arni, 2022). Penelitian lainnya mengenai motivasi jamaah, menunjukkan terdapat tiga dimensi motivasi jamaah dalam

perjalanan ibadah ke Mekkah: keagamaan, sosial dan budaya, serta belanja. Ketiga dimensi tersebut memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kepuasan dan loyalitas. Selain itu, motivasi keagamaan terbukti menjadi faktor yang paling berpengaruh dalam memprediksi kepuasan dan loyalitas dalam perilaku jamaah ke kota suci (Hassan, Carvache-Franco, Carvache-Franco, & Carvache-Franco, 2024). Sedangkan dalam penelitian lainnya oleh Stiawan menyatakan bahwa faktor yang memengaruhi motivasi masyarakat dalam pelaksanaan ibadah haji dan umrah meliputi faktor kebudayaan, sosial, psikologis dan individu (Stiawan & Yarmunida, 2019).

Penelitian mengenai motivasi jamaah umrah juga masih terbatas dan belum mengaitkannya dengan teori kebutuhan psikologis dasar. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan menelaah peran kebutuhan psikologis dasar dalam membentuk motivasi jamaah umrah mandiri. Kebutuhan psikologis dasar merupakan aspek utama dalam psikologi yang berhubungan dengan kesejahteraan individu, motivasi dan perkembangan manusia. Lingkungan sosial dan perbedaan individu mendukung pemenuhan kebutuhan psikologis dasar yang berperan dalam memfasilitasi perkembangan alami, termasuk munculnya perilaku yang didorong oleh motivasi intrinsik serta proses integrasi dari motivasi ekstrinsik (Deci & Ryan, 2000). Pendekatan ini menawarkan perspektif baru dengan menyoroti bagaimana kebutuhan psikologis dasar yang sebelum ini lebih banyak dikaji dalam konteks pendidikan dan pekerjaan namun dapat berperan dalam keputusan religius, pendekatan ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana faktor kemandirian, kompetensi dan keterkaitan mampu meningkatkan dan membentuk motivasi jamaah untuk melaksanakan ibadah umrah secara mandiri.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana jamaah umrah mandiri memenuhi kebutuhan psikologis dasar mereka dan mengidentifikasi peningkatan dan pembentukan motivasi jamaah setelah terpenuhinya kebutuhan psikologis dasar jamaah dalam pelaksanaan ibadah umrah secara mandiri.

Metode

Metode penelitian kualitatif digunakan dalam penelitian dengan tujuan untuk mendapatkan pemahaman yang kuat mengenai masalah sosial dan manusia (Walidin, Saifullah, & Tabrani, 2015). Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang bertujuan mendapatkan pemahaman yang kuat mengenai umrah mandiri dan pengalaman jamaah dengan pendekatan psikologis untuk memahami pengalaman dan motivasi jamaah umrah mandiri dalam memenuhi kebutuhan psikologis dasar. Sumber data utama dalam penelitian ini adalah data primer, yang diperoleh melalui observasi di media sosial serta wawancara melalui *direct messenger* instagram dengan teknik penentuan partisipan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana partisipan ditentukan dengan menyesuaikan pada tujuan penelitian (Abdussamad, 2021). Penelitian ini melibatkan lima partisipan yang telah melaksanakan perjalanan umrah secara mandiri, minimalnya satu kali. Peneliti memilih partisipan berdasarkan hasil observasi di media sosial dengan mempertimbangkan tingkat keterlibatan partisipan dalam pelaksanaan umrah mandiri. Wawancara dilakukan secara terstruktur, dimulai dengan pertanyaan mengenai data diri partisipan, diikuti oleh motivasi jamaah dalam memilih umrah mandiri, serta pengalaman mereka selama pelaksanaan ibadah, yang mencakup tahap persiapan, pelaksanaan, hingga kepulangan. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan analisis deskriptif, yang bertujuan untuk mengidentifikasi makna yang muncul dari pengalaman partisipan dalam menjalankan umrah mandiri.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan lima partisipan yang telah melakukan perjalanan umrah secara mandiri dengan rentang usia 24 hingga 30 tahun. Partisipan P1 berusia 30 tahun dengan latar belakang Pendidikan S1 dan pekerjaan saat ini adalah Wirausaha. Partisipan P1 tidak memiliki pengalaman sebelumnya dalam melakukan umrah mandiri namun memiliki beberapa pengalaman perjalanan ke beberapa negara yang ada di Eropa secara mandiri. Partisipan P1 melaksanakan umrah secara mandiri pada Desember 2023. Partisipan P2 berusia 27 tahun dengan latar belakang Pendidikan Sekolah Menengah dan pekerjaan saat ini adalah Wirausaha. Partisipan P2 memiliki pengalaman umrah sebelumnya menggunakan agen perjalanan. Partisipan J2 melaksanakan ibadah umrah secara mandiri pada bulan Oktober 2023. Partisipan P3 berusia 30 tahun dengan latar belakang Pendidikan S1 dan pekerjaan saat ini adalah Desainer Interior. Partisipan P3 memiliki beberapa pengalaman sebelumnya dalam melaksanakan ibadah umrah secara mandiri dan pengalaman pelaksanaan umrah terdekat ini dilakukan selama 30 hari pada bulan Maret-April 2024. Partisipan P4 berusia 28 tahun dengan latar belakang Pendidikan sarjana dan pekerjaan saat ini adalah karyawan swasta. Partisipan J4 tidak memiliki pengalaman sebelumnya dalam melaksanakan ibadah umrah. Partisipan P5 merupakan partisipan termuda dengan usia 24 tahun dengan latar belakang Pendidikan D1 dan pekerjaan saat ini adalah Pegawai Negeri Sipil. Partisipan P5 tidak memiliki pengalaman sebelumnya dalam perjalanan sendiri maupun perjalanan luar negeri lainnya.

1. Kebutuhan Psikologis Dasar dalam Pelaksanaan Umrah Mandiri

Penelitian ini menggunakan *Self-Determination theory* yang berfokus pada teori kebutuhan psikologis dasar. Teori ini relevan dalam konteks umrah mandiri, dan dapat menjelaskan bagaimana pemenuhan kebutuhan psikologis dasar seperti kompetensi, kemandirian dan keterkaitan mendorong motivasi jamaah untuk menjalankan ibadah dengan kesadaran penuh. Teori *Self-Determination* atau SDT adalah teori psikologi yang mengemukakan bahwa setiap orang memiliki kebutuhan dasar yang mendorong perilaku dan motivasi. Menurut teori determinasi diri oleh Edward L. Deci dan Richard M. Ryan ada tiga kebutuhan dasar yang perlu dipenuhi oleh individu, kebutuhan tersebut adalah kebutuhan kompetensi (*competence*), keterkaitan (*relatedness*) dan kemandirian (*autonomy*) (Ryan & Deci, 2000). Ketiga kebutuhan tersebut akan menentukan adanya motivasi intrinsik dalam diri seseorang. Dengan demikian, teori *Self-Determination* memberikan kerangka yang kuat untuk memahami bagaimana pemenuhan kebutuhan psikologis dasar dapat meningkatkan dan membentuk motivasi jamaah umrah mandiri, sekaligus menciptakan pengalaman ibadah yang lebih bermakna.

Tabel 1. Hasil Wawancara Kebutuhan Psikologis Dasar

Kebutuhan Psikologis Dasar	Kompetensi (<i>Competence</i>)	Kemandirian (<i>Autonomy</i>)	Keterkaitan (<i>Relatedness</i>)
P1	Sudah terbiasa melakukan perjalanan keluar negeri hanya butuh belajar mengenai ritual ibadah.	Merasa bebas dalam menentukan jadwal, akomodasi, <i>itinerary</i> perjalanan, dan anggaran perjalanan.	Terdorong dari teman komunitas umrah mandiri dan belajar melalui komunitas menjalin hubungan sosial dan mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar.

P2	Mampu menjalankan ibadah mandiri dan merasa terbantu dengan teknologi dan kemudahan akses informasi.	dalam ibadah dan	Merasa bebas dan lebih fokus dalam beribadah.	Banyak terbantu dengan bergabung komunitas umrah mandiri dan mendapatkan dukungan dari keluarga serta lingkungan sekitar.
P3	Sudah melaksanakan umrah secara mandiri.	terbiasa umrah	Merasa bebas dalam menentukan jadwal, akomodasi, <i>itinerary</i> perjalanan, dan pelaksanaan ibadah.	Menjalin hubungan sosial di komunitas umrah mandiri dan beberapa warga Indonesia yang menetap di Arab Saudi.
P4	Merasa mampu melaksanakan umrah mandiri karena suami pernah menetap di Arab Saudi dan banyak belajar dari suami.	mampu umrah	Merasa bebas dalam menentukan jadwal, akomodasi, <i>itinerary</i> perjalanan, penentuan anggaran perjalanan dan pelaksanaan ibadah.	Mendapatkan dukungan dari keluarga, teman dan lingkungan sekitar.
P5	Merasa mampu setelah banyak observasi dan belajar lewat media sosial dan beberapa buku.	setelah observasi dan belajar	Merasa bebas dalam menentukan jadwal, akomodasi, <i>itinerary</i> perjalanan, dan anggaran perjalanan.	Kurang mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar.

(Sumber: Data Riset)

a. Kebutuhan Kompetensi

Kebutuhan terhadap kompetensi mendorong ketekunan, usaha berkelanjutan, serta tekad untuk memperkuat motivasi. Saat individu menghadapi tantangan yang sesuai dan terlibat dalam aktivitas yang kompleks, bakat serta keterampilan mereka terstimulasi sesuai dengan tahap perkembangan mereka (Rahmayanthi, Kurniawati, & Nurseto, 2022). Jika seseorang memenuhi kebutuhan kompetensinya, mereka akan merasa mampu menyelesaikan tugas-tugasnya (Puspitasari, Rohinsa, Pattipawaej, & Kadiyono, 2020). Pemenuhan kebutuhan kompetensi tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri, tetapi juga mendorong individu untuk terus berkembang mencapai potensi terbaiknya. Pemenuhan kebutuhan kompetensi jamaah didorong oleh beberapa faktor diantaranya, pengalaman sebelumnya, kemajuan teknologi dan kemudahan akses informasi. P2 dan P3 merasa mampu melaksanakan umrah mandiri karena sebelumnya memiliki pengalaman dalam melaksanakan ibadah umrah. mereka melakukan refleksi pada perjalanan sebelumnya dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman dan proses pembelajaran. Refleksi merupakan bentuk respon seseorang terhadap suatu pengalaman (Lestari, 2019). Sedangkan P1 merasa mampu dan kompeten dalam melaksanakan umrah mandiri karena sebelumnya telah melakukan perjalanan ke luar negeri secara mandiri, menurutnya melaksanakan umrah mandiri sama saja dengan perjalanan keluar negeri lainnya.

Faktor lainnya dalam meningkatkan dan pemenuhan kebutuhan kompetensi pada jamaah adalah kemajuan teknologi dan kemudahan akses informasi. Dalam faktor kemajuan teknologi, seluruh partisipan merasa terbantu dengan adanya aplikasi penyedia layanan dan aplikasi lainnya yang menunjang perjalanan mandiri mereka. hal ini sejalan

dengan yang dinyatakan oleh Yoo dan lainnya bahwa jaringan komputer dan teknologi informasi memainkan memiliki peran penting dalam sektor pariwisata (Yoo, Goo, Huang, Nam, & Woo, 2017). Dengan aplikasi penyedia layanan jamaah dapat berinteraksi dan terhubung langsung dengan penyedia layanan dimana jamaah dapat reservasi hotel untuk di tanah suci meski jamaah masih berada di tanah air. Salah satu aplikasi yang populer di kalangan jamaah umrah mandiri adalah aplikasi *nusuk*. *Nusuk* adalah aplikasi penyediaan resmi yang dibuat oleh kerajaan Arab Saudi dengan tujuan untuk mengeluarkan izin umrah, dan izin untuk memasuki dua masjid suci untuk melaksanakan umrah, tawaf dan salat di Raudhah sesuai dengan yang disetujui oleh otoritas terkait. P4 dan P5 merasa terbantu dengan kemudahan mengakses informasi dan kekayaan informasi di media sosial dan media lainnya yang memfasilitasi mereka untuk belajar dan mengeksplorasi mengenai umrah mandiri dan pengamatan perilaku orang lain yang bisa dijadikan model atau acuan diri. Seperti yang dikemukakan oleh Reisberg (2012) bahwa pengamat ingin belajar bagaimana cara mencapai suatu keberhasilan dengan melihat model-model sukses yang merekomendasikan sesuatu yang mereka pikir memberikan manfaat bagi mereka (Reisberg, H.Barlow, & Zelazo, 2012). hal ini menunjukkan bahwa P1, P2 dan P3 telah memenuhi kebutuhan kompetensi mereka dengan adanya kemajuan teknologi dan kemudahan akses informasi. Pemenuhan kebutuhan kompetensi juga berkaitan dengan *isti'thaah* jamaah. *Istitha'ah* merupakan kemampuan atau kesanggupan seseorang untuk menunaikan ibadah di Mekkah dengan prinsip kemampuan dalam kesehatan, keamanan, dan finansial (Hasana, 2018; Huda & Haeba, 2021). Jamaah umrah mandiri yang memenuhi kebutuhan kompetensi pastinya mampu dan sanggup menunaikan ibadah umrah mereka dari aspek fisik, keamanan dan finansial.

b. Kebutuhan Kemandirian

Richard M. Ryan dan Edward L. Deci (2000) mendefinisikan kemandirian sebagai keinginan organismik untuk mengatur sendiri pengalaman dan perilaku dan memiliki aktivitas yang selaras dengan perasaan diri yang terintegrasi. Kemandirian merupakan aspek kebutuhan psikologis dasar yang berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mengatur dirinya sendiri, mencakup kehendak, pengambilan keputusan, serta tanggung jawab pribadi dalam suatu kegiatan (Rahmayanthi et al., 2022). Seseorang akan merasa mandiri ketika melakukan kegiatan yang mereka sukai. Kemandirian berperan penting dalam membentuk individu yang mampu mengambil keputusan secara sadar, bertanggung jawab atas tindakannya, dan menjalani aktivitas yang selaras dengan nilai serta tujuan pribadinya.

Kebutuhan kemandirian jamaah terletak pada kebebasan dalam menentukan segala aspek perjalanan dan dalam pelaksanaan ibadah. Jamaah merasa bebas dalam menentukan segala aspek perjalanan seperti jadwal, maskapai, hotel yang akan ditempati, berapa lama melaksanakan perjalanan, hingga *itenarary* perjalanan sesuai dengan keinginan atau referensi mereka karena pada esensinya umrah mandiri itu memberikan tawaran perjalanan sesuai dengan kebutuhan dan keinginan seseorang (Kusumaningtyas, 2018; Fakhruddin & Ubaidillah, 2021). Wisatawan mandiri lebih sering membuat keputusan yang fleksibel dan memilih perjalanan yang mencerminkan kebutuhan mereka sendiri dibandingkan wisatawan yang berpergian secara kelompok (Carles, Araújo-Vila, & Fraiz-Brea, 2022). Kebebasan lain yang dirasakan oleh jamaah adalah kebebasan dalam beribadah, sejalan dengan teori *Self-Determination*, yaitu kemampuan seseorang dalam menentukan dan mengatur perilakunya sendiri, dalam pelaksanaan umrah mandiri beberapa jamaah merasa bebas dalam menentukan dan mengatur pelaksanaan ibadah mereka selama di tanah suci. Seperti yang diungkapkan oleh salah satu partisipan: “Saya merasa bebas dalam menentynkan waktu dan durasi ibadah serta lebih khuyuk dalam melaksanakan ibadah tanpa terikat dengan jadwal rombongan,” (Wawancara, P4, 2024).

Dengan melaksanakan ibadah umrah secara mandiri dan jamaah tidak terikat oleh kelompok atau orang lain, mereka merasa lebih bebas juga lebih khuyuik melaksanakan ibadah baik ibadah umrah maupun ibadah lainnya. Jamaah fokus dan memusatkan diri hanya untuk beribadah untuk meningkatkan pengalaman spiritual mereka (Hakim & Muhajarah, 2024). Jamaah juga melaksanakan ibadah secara sendiri tanpa bantuan orang lain atau pembimbing ibadah seperti yang biasa dilakukan oleh jamaah umrah kelompok. Jamaah mandiri ialah jamaah yang mampu melakukan serangkaian ibadah secara mandiri tanpa ketergantungan kepada orang lain maupun kelompok (Anasom & Hasanah, 2021). Jamaah juga lebih fokus dan khuyuik dalam beribadah untuk menciptakan pengalaman spiritual yang mendalam.

Kemandirian lain yang disebutkan oleh jamaah adalah kemandirian dalam mengatur anggaran yang dikeluarkan. Pada dasarnya, umrah mandiri mengeluarkan budget lebih murah dibandingkan umrah melalui agen perjalanan. karena biaya yang dikeluarkan biasanya sebanding dengan fasilitas yang diterima. Namun, seorang partisipan menyampaikan: “Umrah mandiri umumnya lebih murah dibandingkan umrah melalui biro travel. Tetapi, tidak menutup kemungkinan bahwa biaya umrah mandiri bisa lebih tinggi, karena anggaran bersifat relatif dan bergantung pada kebutuhan serta preferensi masing-masing individu” (Wawancara. P2, 2024). Pernyataan P4 sejalan dengan penelitian Leslie yang menyatakan bahwa pengeluaran untuk perjalanan tergantung pada jenis aktivitas yang dilakukan (Leslie & Wilson, 2006). Rasa kebebasan dan mandiri tersebut mampu mendorong pengalaman perjalanan umrah mandiri jauh lebih memuaskan jamaah dibanding dengan perjalanan berkelompok.

c. Kebutuhan Keterkaitan

Keterkaitan mencerminkan perasaan kedekatan dan keterhubungan dalam interaksi sehari-hari (Deci & Ryan, 2000). Keterkaitan menekankan pentingnya hubungan sosial dan hubungan yang bermakna dengan orang lain. Interaksi positif dan lingkungan yang mendukung menumbuhkan motivasi intrinsik dan kesejahteraan. Dalam islam, Allah memerintah untuk menjaga silaturahmi antar individu maupun kelompok. Sosialisasi yang harmonis, efektif dan baik sangat penting untuk seseorang dan juga penting dalam menyebarkan kebaikan (Setyani & Masyithoh, 2024). Sebaliknya, pengasingan sosial atau kurangnya dukungan dapat menghambat motivasi intrinsik, menciptakan perasaan terasing (Compare, Rivero, Vargas Moniz, & Albanesi, 2024). Dengan kata lain, kebutuhan keterkaitan ialah dorongan untuk memiliki hubungan dengan orang lain dan merasa terhubung dengan lingkungan sosial dan berperan penting dalam membangun hubungan sosial yang bermakna, menumbuhkan rasa kebersamaan, serta memperkuat motivasi kesejahteraan individu dalam kehidupan sehari-hari. Meski biasanya merujuk pada hubungan sosial dengan orang lain, kebutuhan keterkaitan dapat diperluas menjadi hubungan antara manusia dan Allah Sang Pencipta. Bagi jamaah umrah mandiri, hubungan dengan Allah menjadi aspek utama atau dorongan utama dalam perjalanan mereka.

Kebutuhan keterkaitan dalam perjalanan umrah mandiri adalah interaksi sosial yang terjadi dalam perencanaan hingga pelaksanaan, diantaranya terkait dukungan emosional terhadap keputusan jamaah seperti dukungan keluarga, teman dan lingkungan sekitar. P1, P2, P3, dan P4 mendapatkan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar dengan begitu pola pikir dan emosional mereka mengarah kepada hal yang positif karena adanya dukungan sosial tersebut, namun berbeda dengan P5 yang kurang mendapatkan dukungan emosional dari lingkungan sekitar bahkan diragukan oleh lingkungan sekitar, namun hal tersebut tidak memberikan dampak negatif bagi J5 dalam melaksanakan umrah secara mandiri dengan artian bahwa pengaturan emosional dilakukan melalui pola pikir dan keyakinan individu. Seseorang yang mempunyai

determinasi diri kuat, cenderung mampu membuat pilihan sesuai dengan keinginan dan nilai-nilai pribadi mereka, meskipun tanpa dukungan dari lingkungan.

Selain itu, dalam pemenuhan kebutuhan keterkaitan P1, P2 dan P3 juga tergabung dalam komunitas umrah mandiri. mereka tergabung dalam komunitas online yang ada dalam platform *WhatsApp*, komunitas tersebut dinamai dengan ‘KUMAN (Komunitas Umrah Mandiri)’. Komunitas umrah mandiri memberikan ruang bagi anggotanya untuk berbagi pengalaman, tips dan membantu penyelesaian masalah terkait pelaksanaan umrah secara mandiri. proses berbagi dalam komunitas mampu menciptakan perasaan saling mendukung dan keterlibatan emosional. Selain itu, keterhubungan dalam komunitas juga dapat diperkuat melalui pembentukan relasi yang asli, seperti menjadi teman perjalanan yang saling membantu dalam perjalanan umrah secara mandiri.

Dalam pemenuhan kebutuhan psikologis dasar, P1, dan P3 lebih fokus memenuhi kebutuhan kemandirian dan keterkaitan, mereka merasa kebutuhan kompetensi mereka sudah terpenuhi karena mereka memiliki pengalaman sebelumnya. Hal tersebut berbanding terbalik dengan P4 dan P5 yang lebih fokus memenuhi kebutuhan kemandirian dan kompetensi daripada kebutuhan keterkaitan. Belum memiliki pengalaman sebelumnya dalam melaksanakan ibadah umrah secara mandiri membuat mereka berupaya dalam memenuhi kebutuhan kompetensi dengan pembelajaran dan observasi. Sedangkan P2 fokus dalam memenuhi seluruh kebutuhan psikologis dasar, meski sudah pernah melaksanakan umrah menggunakan jasa agen perjalanan, P2 merasa butuh banyak belajar dan menjalin hubungan dalam komunitas untuk persiapan dalam melaksanakan umrah secara mandiri karena seluruh aspek perjalanan harus dia atur secara mandiri. Dari hasil wawancara partisipan, menunjukkan bahwa jamaah akan fokus untuk memenuhi kebutuhan psikologis dasar yang menurut mereka masih belum terpenuhi. Ketika kebutuhan psikologis seseorang terpenuhi, mereka tidak hanya memiliki motivasi intrinsik, tetapi mereka juga lebih tangguh dalam menghadapi tantangan (Puspitasari et al., 2020).

2. Pembentukan dan Peningkatan Motivasi Setelah Pemenuhan Kebutuhan Psikologis Dasar

Menurut James O. Whitter (Soemanto, 2006), motivasi adalah situasi yang membangkitkan atau memberikan rangsangan kepada individu untuk berperilaku dalam meraih suatu tujuan. Dalam *Self-Determination Theory* (SDT), motivasi didefinisikan sebagai motivasi yang bersumber dari dalam diri seseorang untuk melakukan suatu aktivitas yang dipengaruhi oleh pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar, jenis motivasi ada dua yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik (Ryan & Deci, 2020). Dalam psikologi islam, motivasi mencakup kebahagiaan dunia dan akhirat, dengan catatan bahwa kebahagiaan dunia harus diimbangi dengan ketaatan kepada Allah SWT. Motivasi membimbing seseorang untuk menggali kesenangan yang bersifat abadi (Azimi, 2024).

Motivasi intrinsik merupakan dorongan dari dalam diri seseorang yang merujuk pada gagasan bahwa seseorang terdorong oleh kesenangan dan perasaan puas yang didapatkan dari perilaku berdasarkan kebutuhan psikologis dasar (Ryan & Deci, 2000). Motivasi intrinsik bisa berasal dari proses kognitif maupun proses spiritual seseorang (Robaiyadi & Mahmud, 2024). Motivasi intrinsik seseorang bisa berupa kecintaan kepada Allah, mengharap kepada Allah, takut serta rasa malu terhadap Allah (Rois, 2019). Sedangkan motivasi ekstrinsik ialah melakukan tindakan yang didasarkan pada pemenuhan kebutuhan karena tekanan dari orang lain dan bergantung pada imbalan dan sanksi atau perilaku yang dilandasi oleh faktor-faktor yang tidak terkait dengan kepuasan internal (Ryan & Deci, 2020). Dalam psikologi islam, motivasi eksternal terbagi dua bagian, yaitu motivasi eksternal positif dan motivasi eksternal negatif. motivasi eksternal

positif diraih dengan melakukan banyak kebaikan dan mengurangi keburukan, sedangkan motivasi eksternal negatif seperti dengan keberadaan ancaman siksa neraka di akhirat dan perasaan takut akan azab Allah SWT.

Motivasi perjalanan umrah mandiri jamaah akan terbentuk dan meningkat ketika jamaah merasa terpenuhinya seluruh kebutuhan psikologis dasar mereka. berikut tabel yang memaparkan peningkatan motivasi dan motivasi yang muncul ketika terpenuhinya kebutuhan psikologis dasar jamaah umrah mandiri:

Tabel 2 Motivasi Teridentifikasi

Kebutuhan Psikologis Dasar	Motivasi Intrinsik	Motivasi Ekstrinsik
Kompetensi (<i>Competence</i>)	Meningkatkan kemampuan dalam mengatur perjalanan umrah mandiri	Keinginan untuk dianggap lebih kompeten atau berpengalaman
	Merasa puas dan bangga setelah berhasil menyelesaikan ibadah secara mandiri.	
Kemandirian (<i>Autonomy</i>)	Kepuasan dalam mengambil keputusan sendiri (jadwal, akomodasi, anggaran)	Menghindari ketergantungan pada agen perjalanan yang kurang fleksibel
	Merasa bebas dan fokus pada pengalaman spiritual	
Keterkaitan (<i>Relatedness</i>)	Meningkatnya keterhubungan spiritual atau hubungan jamaah dengan Allah.	Dorongan untuk berbagi pengalaman di media sosial atau komunitas
	Menguatkan hubungan dalam komunitas umrah mandiri	Keinginan untuk mendapatkan status sosial di lingkungan sekitar
	Menjalin hubungan dengan Keluarga, teman dan lingkungan sekitar	

(Sumber: Data Riset)

Motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang teridentifikasi setelah pemenuhan kebutuhan psikologi dasar seperti yang terlihat pada tabel 2. Motivasi intrinsik yang dimiliki oleh seluruh partisipan adalah meningkatnya kemampuan dalam mengatur perjalanan umrah mandiri, kepuasan dalam mengambil keputusan sendiri mulai dari jadwal, akomodasi, anggaran, dan *itenarary*, merasa bebas dan fokus pada pengalaman spiritual, meningkatnya keterhubungan spiritual atau hubungan dengan Sang Pencipta karena bisa lebih nyaman dan fokus dalam ritual ibadah, motivasi ini merupakan dorongan utama jamaah dalam melaksanakan umrah mandiri yang kemudian meningkat ketika terpenuhinya kebutuhan psikologis dasar mereka. Sedangkan untuk motivasi membangun hubungan dengan keluarga, teman, serta lingkungan sekitarnya, motivasi ini dimiliki oleh P1, P2, dan P3 dan motivasi merasa puas serta bangga setelah berhasil menyelesaikan ibadah secara mandiri hanya P3 yang tidak memiliki motivasi tersebut.

Motivasi ekstrinsik yang dirasakan oleh seluruh partisipan adalah motivasi untuk menghindari ketergantungan pada agen perjalanan, sedangkan motivasi ekstrinsik lainnya hanya dirasakan oleh beberapa orang saja seperti keinginan untuk dianggap lebih kompeten, yang dirasakan oleh P1 dan P5, dorongan untuk berbagi pengalaman di media sosial atau komunitas, motivasi ini dirasakan oleh P1, keinginan untuk mendapatkan status sosial di lingkungan sekitar, yang dirasakan oleh P1 dan P5. Dari pemaparan motivasi jamaah dapat dilihat bahwa motivasi intrinsik lebih mendominasi daripada

motivasi ekstrinsik, hal ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis dasar dapat meningkatkan dan membentuk motivasi jamaah umrah mandiri.

Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis dasar memiliki peran penting bagi jamaah atau calon jamaah umrah mandiri agar lebih siap dan kompeten dalam menjalankan ibadah. Dengan kebutuhan psikologis yang terpenuhi, jamaah dapat lebih percaya diri, mandiri, serta mampu mengatasi tantangan selama perjalanan ibadah. Sedangkan bagi travel perjalanan umrah, temuan ini dapat menjadi dasar dalam merancang layanan yang lebih fleksibel dan responsive terhadap kebutuhan jamaah mandiri. Travel perjalanan umrah dapat menyediakan layanan seperti konsultasi perjalanan yang lebih personal, bantuan dalam pengurusan dokumen seperti visa, serta panduan perjalanan digital yang memudahkan jamaah dalam merencanakan dan menjalankan ibadah umrah secara mandiri. Dengan demikian, travel perjalanan umrah tidak hanya berperan sebagai penyedia layanan perjalanan, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu jamaah mencapai pengalaman yang lebih nyaman dan fleksibel.

Kesimpulan

Umrah mandiri memberikan tawaran perjalanan sesuai dengan kebutuhan dan referensi pribadi seseorang, namun juga memberikan tantangan bagi yang melaksanakannya. Sebelum pelaksanaan umrah mandiri jamaah berupaya untuk memenuhi dan memuaskan kebutuhan psikologis dasar mereka seperti kompetensi (*competence*), kemandirian (*autonomy*) dan keterkaitan (*relatedness*) dengan dibantu oleh beberapa faktor seperti pengalaman sebelumnya, kemajuan teknologi, akses informasi, dan adanya komunitas. Jamaah akan fokus untuk memenuhi kebutuhan psikologis dasar yang menurut mereka masih belum terpenuhi. Terpenuhinya ketiga kebutuhan psikologis ini secara bersama-sama meningkatkan dan membentuk motivasi mereka dalam melaksanakan umrah secara mandiri sehingga jamaah dapat menjalani ibadah dengan lebih percaya diri dan bermakna.

Daftar Pustaka

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif* (P. Rapanna, Ed.). Makassar: Syakir Media Press.
- Amirah, N. (UIN I. B., Bonjol), S. (UIN I., & Bonjol), H. R. (UIN I. (2023). Fenomena Umrah Backpacker Perempuan Tanpa Mahram Perspektif Masalah. *Tazkir: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial Dan Keislaman*, 09(2), 348–362.
- Anasom, & Hasanah, H. (2021). *Guiding Manasik Haji-Sertifikasi Pembimbing Profesional*. Semarang: Fatawa Publishing.
- Atikah, R. S., Tan, A. L., Trupp, A., & Arni, A. G. (2022). The Emergence Of A New Religious Travel Segment : Umrah Do It Yourself Travellers (DIY). *GeoJournal of Tourism and Geosites*, 40(1), 37–48.
- Azimi, Z. (2024). Motivasi Dalam Islam. *Jurnal Tahqiqat : Jurnal Ilmiah Pemikiran Hukum Islam*, 18(1), 61–69.
- Carles, A. O., Araújo-Vila, N., & Fraiz-Brea, J. A. (2022). Solo Travel Research and Its Gender Perspective: A Critical Bibliometric Review. *Tourism and Hospitality*, 3(3), 733–751.
- Compare, C., Rivero, C., Vargas Moniz, M. J., & Albanesi, C. (2024). Autonomy, competence, and relatedness: unpacking faculty motivation in service-learning. *Higher Education Research and Development*, 43(6), 1210–1226.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268. *Chinese Science Bulletin*, 50(22).

- Fakhruddin, M., & Ubaidillah, A. (2021). Phenomenon of Umrah Backpacker Implementation: Case Studies in Bekasi and Bogor. *Proceedings of the 3rd International Symposium on Religious Life (ISRL 2020)*, 2-5 November 2020, Bogor, Indonesia.
- Hakim, L., & Muhajarah, K. (2024). Analysis of the Spiritual Experience of Performing Umrah for Converts to Islam (Phenomenological Study in Muallaf Kita Bersama Semarang City). *JUSPI (Jurnal Sejarah Peradaban Islam)*, 7(2), 165.
- Hasana, N. H. (2018). Istitha'ah dalam Ibadah Haji serta Implikasinya terhadap Penundaan Keberangkatan Jamaah Haji di Sumatera Barat. *Ijtihad: Jurnal Hukum Islam Dan Pranata Sosial*, 34(1), 13–26.
- Hassan, T., Carvache-Franco, M., Carvache-Franco, W., & Carvache-Franco, O. (2024). Motivations as Predictors Of Religious Tourism: the Muslim Pilgrimage to the City of Mecca. *Journal of Cultural Heritage Management and Sustainable Development*, 14(3).
- Huda, Q., & Haeba, I. D. (2021). Hajj, Istitā'ah, and Waiting List Regulation in Indonesia. *Al-'Adalah*, 18, 193–212.
- Kusumaningtyas, M. (2018). Umroh Backpacker: Prospek, Kendala Dan Strategi Pengembangannya. *Media Mahardhika*, 16(2), 230–237.
- Leslie, D., & Wilson, J. (2006). The Backpacker and Scotland: A Market Analysis. *Tourismos*, 1(2).
- Lestari, S. M. P. (2019). Perbedaan Tingkat Refleksi Diri Dalam Pembelajaran Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahun 2019. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(4), 257–263.
- Pitaya, P., Makhasi, G. Y. M., & Hanafiah, M. H. (2021). Not Only About Price but Also Lifestyle: Recent Phenomena of Backpacker Umrah In Indonesia. *Economica: Jurnal Ekonomi Islam*, 12(1), 75–96.
- Puspitasari, I., Rohinsa, M., Pattipawaej, O. C., & Kadiyono, A. L. (2020). *Budaya dan Ketangkasan Belajar* (R. T. Manurung, Ed.). Yogyakarta: Zahir Publishing.
- Rahmayanthi, R., Kurniawati, E., & Nurseto, F. (2022). Analisis Kebutuhan Dasar Psikologis Ditinjau dari Aspek Kompetensi, Keterkaitan, dan kemandirian. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8(1), 1–11.
- Reisberg, D., H. Barlow, D., & Zelazo, P. D. (2012). The Oxford Handbook of Human Motivation. In R. M. Ryan (Ed.), *Oxford University Press, Inc.* (Vol. 49). New York.
- Robaiyadi, & Mahmud, H. (2024). Kajian Motivasi Tematik Perspektif Al Quran. *Hamalatul Qur'an: Jurnal Ilmu-Ilmu Al- Qur'an*, 5(2), 490–498.
- Rois, N. (2019). Konsep Motivasi, Perilaku, dan Pengalaman Puncak Spiritual Manusia dalam Psikologi Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Universitas Wahid Hasyim*, 7(2), 184–198.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Ryan R, Deci E. Self-determination Theory and the Facilitation of Intrinsic motivation, Social Development, and Well-being. The American Psychologist 2000. *American Psychologist*, Vol. 55.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and Extrinsic Motivation from a Self-Determination Theory Perspective: Definitions, Theory, Practices, and Future Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61.
- Setyani, D., & Masyithoh, S. (2024). Kepatuhan Beragama dan Interaksi Sosial Dalam Masyarakat Islam. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 2, 60–69.
- Soemanto, W. (2006). *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan* (V). Jakarta: Pt. Asdi Mahasatya.

- Stiawan, E., & Yarmunida, M. (2019). Analisis Faktor Motivasi Jati Diri Muslim Melaksanakan Haji Dan Umrah. *Jurnal BAABU AL-ILMI: Ekonomi Dan Perbankan Syariah*, 4(1), 144.
- Walidin, W., Saifullah, & Tabrani. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Grounded Theory*. Aceh: FTK Ar-Raniry Press.
- Yoo, C. W., Goo, J., Huang, C. D., Nam, K., & Woo, M. (2017). Improving Travel Decision Support Satisfaction With Smart Tourism Technologies: A Framework Of Tourist Elaboration Likelihood And Self-Efficacy. *Technological Forecasting and Social Change*, 123.