



## Peran Self-Determination dalam Meningkatkan Ketekunan Belajar Mahasiswa di Era Digital

Siti Badriah<sup>1\*</sup>, Surawan Surawan<sup>2</sup>

Program Studi pendidikan agama islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

<sup>1-2</sup> UIN Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

Email: [sitibadriah2211110076@iain-palangkaraya.ac.id](mailto:sitibadriah2211110076@iain-palangkaraya.ac.id)<sup>1</sup>, [surawan@iain-palangkaraya.ac.id](mailto:surawan@iain-palangkaraya.ac.id)<sup>2</sup>

Alamat: Jl. G. Obos Komplek Islamic Center, Palangka Raya, Kalimantan Tengah.

Korespondensi Penulis: [sitibadriah2211110076@iain-palangkaraya.ac.id](mailto:sitibadriah2211110076@iain-palangkaraya.ac.id)<sup>1\*</sup>

**Abstract:** This study aims to examine the role of Self-Determination in improving students' learning persistence in the digital era. Self-Determination Theory explains that long-lasting learning motivation arises from within the individual, which is influenced by the fulfillment of three basic psychological needs: autonomy, competence, and relatedness. Amidst the challenges of the digital era, such as social media distractions, students are required to have internal motivation to remain diligent in learning. Through a qualitative approach, the researcher interviewed five students in depth. The results showed that students were able to maintain learning persistence because of personal goals, parental support, and previous academic success experiences. The three aspects of Self-Determination have been shown to play an important role in shaping students' learning persistence despite facing digital disruptions. This study shows the importance of strengthening internal motivation to support learning success in the digital era.

**Keywords:** Self-Determination, learning persistence, internal motivation, students, digital era.

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran Self-Determination dalam meningkatkan ketekunan belajar mahasiswa di era digital. Self-Determination Theory menjelaskan bahwa motivasi belajar yang bertahan lama muncul dari dalam diri individu, yang dipengaruhi oleh pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar: otonomi (Autonomy), kompetensi (competence), dan keterkaitan (Relatedness). Di tengah tantangan era digital, seperti distraksi media sosial, mahasiswa dituntut untuk memiliki motivasi internal agar tetap tekun dalam belajar. Melalui pendekatan kualitatif, peneliti mewawancarai lima mahasiswa secara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mempertahankan ketekunan belajar karena dorongan tujuan pribadi, dukungan orang tua, serta pengalaman keberhasilan akademik sebelumnya. Ketiga aspek dalam Self-Determination terbukti berperan penting dalam membentuk ketekunan belajar mahasiswa meski menghadapi gangguan digital. Penelitian ini menunjukkan pentingnya penguatan motivasi internal untuk mendukung keberhasilan belajar di era digital.

Kata Kunci: *Self-Determination*, ketekunan belajar, motivasi internal, mahasiswa, era digital.

### 1. LATAR BELAKANG

Era digital membawa perubahan besar dalam dunia pendidikan, termasuk dalam sistem pembelajaran di perguruan tinggi (Sari et al., 2023). Proses belajar yang dulunya mengandalkan pertemuan tatap muka, kini dapat dilakukan secara daring melalui berbagai platform digital seperti Learning Management System (LMS), video conference, serta aplikasi pembelajaran lainnya (Putro et al., 2023). Mahasiswa memiliki akses yang luas terhadap informasi dan bahan ajar kapan saja dan di mana saja (Anisa, 2022). Kemudahan ini seharusnya menjadi peluang untuk meningkatkan efektivitas dan fleksibilitas dalam proses pembelajaran. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa mampu memanfaatkan perkembangan teknologi tersebut secara optimal. Banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, konsentrasi belajar yang mudah teralihkan oleh media sosial, serta

kurangnya motivasi dalam menyelesaikan tugas secara mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa akses dan fasilitas teknologi saja tidak cukup untuk menjamin keberhasilan proses belajar, melainkan dibutuhkan kemampuan dari dalam diri mahasiswa untuk mengatur, mengarahkan, dan memotivasi dirinya sendiri secara berkelanjutan.

Salah satu kemampuan internal yang sangat penting dalam konteks ini adalah self-determination atau determinasi diri. Self-determination merujuk pada dorongan dari dalam diri individu untuk bertindak berdasarkan kemauan sendiri dan bukan karena tekanan dari luar (Hariyadi et al., 2023). Teori Self-Determination yang dikembangkan oleh Deci dan Ryan menekankan bahwa manusia secara alami memiliki kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan, yang jika terpenuhi akan memunculkan motivasi intrinsik dan mendorong individu untuk bertindak dengan tekun, konsisten, dan penuh tanggung jawab (Arsyad et al., 2025). Self-determination memiliki peran penting dalam proses pembelajaran karena ia memengaruhi bagaimana mahasiswa memandang tugas-tugas akademik, menetapkan tujuan belajar, memilih strategi yang tepat, serta bertahan dalam menghadapi tantangan dan hambatan dalam proses belajar (Wahyuniati, 2024). Mahasiswa yang memiliki tingkat self-determination tinggi akan lebih mampu menjaga ketekunan dalam belajar, memiliki inisiatif, serta mampu menyelesaikan tugas dengan baik meskipun tidak selalu diawasi secara langsung oleh dosen atau lingkungan sekitar (Nugraha, 2022).

Di sisi lain, ketekunan belajar adalah salah satu indikator penting dalam keberhasilan akademik (Ricardo & Meilani, 2017). Ketekunan bukan hanya tentang rajin mengerjakan tugas, tetapi juga berkaitan dengan sikap pantang menyerah, disiplin, dan konsistensi dalam menghadapi proses belajar yang berkelanjutan (Zein & Fatwa, 2023). Ketekunan belajar sangat dibutuhkan di era digital, di mana kebebasan dan fleksibilitas pembelajaran seringkali membuat mahasiswa kurang disiplin jika tidak dibarengi dengan motivasi dari dalam diri (Majid et al., 2019). Namun berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan terhadap mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) angkatan 2022, ditemukan adanya variasi yang cukup mencolok dalam hal ketekunan belajar. Beberapa mahasiswa menunjukkan karakter belajar yang tekun, terorganisir, dan mandiri. Tetapi sebagian lainnya cenderung kurang disiplin, mudah terdistraksi oleh gawai dan media sosial, serta hanya aktif saat menjelang ujian atau tugas besar. Perbedaan ini diduga dipengaruhi oleh sejauh mana mereka memiliki self-determination yang kuat.

Dengan mempertimbangkan fenomena tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui sejauh mana self-determination berperan dalam meningkatkan ketekunan belajar mahasiswa, khususnya di era digital yang penuh distraksi dan tantangan baru. Penelitian ini

akan menggali secara kualitatif bentuk-bentuk determinasi diri mahasiswa, bagaimana mereka memotivasi diri untuk tetap belajar dengan tekun, serta apa saja hambatan dan faktor pendukung dalam mengembangkan self-determination tersebut. Diharapkan melalui penelitian ini, akan ditemukan gambaran yang lebih jelas mengenai hubungan antara self-determination dan ketekunan belajar mahasiswa, sehingga dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi pembelajaran yang tidak hanya fokus pada aspek kognitif, tetapi juga memperhatikan aspek afektif dan motivasional mahasiswa sebagai subjek pembelajaran yang aktif.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk memahami lebih dalam tentang peran Self-Determination dalam meningkatkan ketekunan belajar mahasiswa PAI Angkatan 2022 di era digital. Subjek penelitian dipilih melalui teknik purposive sampling, di mana peneliti menetapkan kriteria-kriteria tertentu untuk memilih subjek yang dianggap relevan dan dapat memberikan informasi yang mendalam tentang topik penelitian (Lutfi et al., 2024). Dalam penelitian ini, subjek yang terlibat adalah lima mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Angkatan 2022 yang aktif di Universitas Islam Negeri (UIN) Palangkaraya, dengan inisial NL, RA, SN, DN, dan MR. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Untuk menjamin validitas data, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber sesuai dengan penelitian (Mazrur, & Surawan, 2023), yang bertujuan untuk memverifikasi keakuratan data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik reduksi data, display data, dan verifikasi data atau penarikan kesimpulan, guna menghasilkan temuan yang valid dan dapat dipercaya.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Psikolog mengenal self determination theory (SDT) sebagai suatu alat psikologis untuk menumbuhkan motivasi internal. Teori ini berasumsi bahwa motivasi internal dalam tercapai melalui pemenuhan kebutuhan dasar pada individu, yaitu otonomi (Autonomy), kompetensi (competence), dan keterkaitan (Relatedness) (Hasanah & Pithaloka, 2024). Dalam konteks mahasiswa, terutama di era digital yang penuh tantangan dan gangguan dari teknologi, teori ini menjadi penting untuk menganalisis bagaimana mereka bisa tetap tekun dalam belajar. Hasil wawancara terhadap lima mahasiswa menunjukkan bahwa ketiganya memainkan peran sentral dalam menjaga ketekunan belajar.

## A. Otonomi (Autonomy)

Menurut Self-Determination Theory (SDT), otonomi adalah kebutuhan dasar yang memungkinkan individu merasakan bahwa tindakan yang mereka ambil berasal dari kehendak sendiri, bukan paksaan dari luar (Rohinsa, 2024). Dalam konteks pembelajaran, mahasiswa yang otonom akan memiliki kendali atas proses belajarnya, menetapkan tujuan sendiri, dan mampu memilih strategi belajar yang sesuai dengan preferensi pribadinya (Tarumasely, 2024). Menurut Adzima & Hisaaniah (2024), Otonomi ini mendorong munculnya motivasi intrinsik, yaitu dorongan untuk melakukan sesuatu karena aktivitas itu bernilai dan bermakna bagi dirinya sendiri, bukan karena tekanan atau imbalan dari luar. Mahasiswa yang belajar secara otonom cenderung merasa bahwa apa yang mereka lakukan adalah bagian dari tujuan hidup mereka. Hal inilah yang membedakan motivasi intrinsik dari motivasi ekstrinsik, yang biasanya bersifat sesaat dan tidak berkelanjutan. Motivasi intrinsik yang tinggi akan menghasilkan ketekunan belajar, yakni kemampuan bertahan dalam aktivitas belajar secara konsisten meskipun menghadapi berbagai distraksi, seperti media sosial, rasa malas, atau kelelahan mental. Salah satu bentuk nyata dari otonomi dalam belajar ditunjukkan oleh RA. RA mengatakan bahwa:

*“Kadang pengen buka TikTok, tapi inget kalau IPK itu buat masa depan dan bikin orang tua bangga. Jadi, semangat lagi deh!”* (Wawancara, 6 Mei 2025)

Pernyataan RA menunjukkan bahwa RA memiliki kesadaran tinggi terhadap konsekuensi jangka panjang dari pilihannya. Meskipun tergoda oleh distraksi seperti TikTok, RA mampu menahan diri dan mengarahkan kembali fokusnya pada tujuan utama: meningkatkan IPK demi masa depan dan membanggakan orang tua. Hal ini mencerminkan bentuk otonomi yang matang, di mana keputusan belajar tidak semata-mata karena disuruh atau dipaksa, melainkan berasal dari kesadaran pribadi dan nilai yang ia anut (Yahya & Warmi, 2021). RA memiliki kemampuan merefleksikan nilai penting dari pendidikan dan menjadikannya sebagai alasan internal untuk tetap tekun. Ini sesuai dengan konsep *identified regulation*, salah satu bentuk regulasi dalam *self-determination theory*, di mana seseorang memahami dan menerima nilai dari aktivitas yang dilakukan (Salma & Mardianawati, 2021). Dalam hal ini, motivasi intrinsik RA menjadi penggerak utama ketekunannya. Ia tidak hanya ingin menyelesaikan tugas, tetapi juga ingin mencapai makna yang lebih dalam dari aktivitas belajarnya, yaitu membanggakan orang tua dan mempersiapkan masa depan. Motivasi semacam ini bersifat tahan lama dan sangat efektif dalam membentuk perilaku belajar yang tekun dan bertanggung jawab. Sementara itu, NH menunjukkan cara berbeda dalam mengatur otonominya saat belajar. NH menyampaikan:

*“Kalau saya sudah lelah mengerjakan tugas saya stop dulu dengan buka TikTok sebentar baru lanjut mengerjakan.”* (Wawancara, 6 Mei 2025)

NH tampaknya memahami ritme dan kapasitas dirinya dalam belajar. Meskipun menggunakan media sosial sebagai selingan, NH tidak melarikan diri sepenuhnya dari tugas. Hal ini menunjukkan adanya self-awareness dan regulasi diri, yang menjadi komponen penting dari otonomi (Ritunga & Rambung, 2020). Strategi ini juga mencerminkan bahwa NH tidak merasa belajar sebagai beban yang harus diselesaikan dengan tekanan, melainkan aktivitas yang bisa dikelola secara fleksibel (Faizul et al., 2022). Dalam hal ini, NH menunjukkan otonomi dalam bentuk kemampuan mengatur waktu dan emosi agar tetap produktif (Anwar & Julia, 2021). Pengelolaan waktu yang fleksibel ini menunjukkan bahwa otonomi tidak selalu berarti disiplin yang kaku, tetapi juga mencakup kemampuan merespons kebutuhan pribadi secara bijak. Hal inilah yang membantu mahasiswa seperti NH tetap tekun belajar meski harus menyesuaikan diri dengan kondisi emosional atau fisik. Selanjutnya, MH mengungkapkan motivasi belajar yang sangat kuat dan bersumber dari dalam dirinya sendiri. MH mengatakan bahwa:

*“Saya ingin mencapai tujuan utama dalam hidup saya yaitu menjadi orang sukses.”* (Wawancara, 6 Mei 2025)

Pernyataan ini memperlihatkan bahwa keinginan MH untuk belajar bukan berasal dari dorongan luar, melainkan dari visi hidupnya sendiri. Ia bahkan menegaskan bahwa dirinya adalah penyemangat utama, yang menunjukkan tingkat motivasi diri yang luar biasa. Ia tidak menunggu orang lain untuk memotivasi, melainkan menciptakan dorongan dari dalam dirinya sendiri (Bastari, 2021). Dalam kerangka self-determination theory, MH telah memenuhi kebutuhan otonomi secara penuh dan berada pada tingkat motivasi intrinsik, bentuk motivasi yang paling kuat dan berkelanjutan (Zahra, 2024). Motivasi yang sepenuhnya terinternalisasi seperti ini menjadikan MH sangat tekun dan ulet dalam belajar. Ketekunan tersebut lahir dari kesadaran akan makna hidup, bukan semata karena kewajiban atau tuntutan eksternal. Berbeda dari MH, DN berada pada tahap awal dalam membangun otonomi belajar. DN mengungkapkan:

*“Biasanya saya buat jadwal, walau kadang masih belum berjalan baik.”* (Wawancara, 6 Mei 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa secara kognitif, DN sudah memahami pentingnya mengatur waktu belajar secara mandiri. Namun, DN mengakui bahwa pelaksanaannya masih belum konsisten. Ini mencerminkan identified regulation, yaitu perilaku yang muncul sebagai pilihan pribadi bukan untuk kepuasan dan kesenangan tetapi untuk mencapai suatu tujuan. Jadi, individu tersebut merasakan dirinya diarahkan dan bertujuan (Imanuha, 2016). Dalam hal ini, DN masih membutuhkan dorongan dari luar atau pembiasaan agar regulasi diri dalam

belajarnya menjadi lebih stabil (Dewi, 2019). Meskipun masih dalam tahap perkembangan, DN menunjukkan bahwa proses membentuk ketekunan juga memerlukan waktu. Otonomi belajar dapat diperkuat melalui latihan konsisten, yang pada akhirnya membentuk motivasi intrinsik dan meningkatkan ketekunan. Terakhir, SN menunjukkan pendekatan yang cukup sistematis terhadap belajarnya. SN mengatakan:

*“Saya biasanya membuat jadwal belajar harian, nargetin jam-jam tertentu untuk belajar supaya lebih konsisten.”* (Wawancara, 6 Mei 2025)

Pernyataan SN menunjukkan adanya usaha konkret untuk mengatur dan mengontrol aktivitas belajar berdasarkan rencana yang dibuat sendiri. Hal ini mencerminkan adanya *identified regulation*, di mana SN menyadari bahwa belajar adalah aktivitas penting yang sejalan dengan tujuannya, dan karena itu, ia berusaha konsisten melaksanakannya (Imanuha, 2016). Meski tidak selalu berjalan mulus, usaha SN menunjukkan bahwa ia memiliki kendali atas keputusan belajarnya dan berupaya menjaga otonomi dalam belajar (Furqon, 2024). Usaha SN menunjukkan bahwa ketika mahasiswa memiliki perencanaan belajar yang jelas dan berasal dari inisiatif sendiri, maka motivasi intrinsik akan muncul dan memperkuat ketekunan. Rencana belajar yang dibentuk dari dalam diri sendiri biasanya lebih mudah dipatuhi karena sejalan dengan nilai dan tujuan pribadi.

Kelima mahasiswa menunjukkan variasi dalam pemenuhan kebutuhan otonomi. MH berada pada tingkat motivasi intrinsik yang tinggi, RA dan SN menunjukkan kemampuan mengatur diri secara konsisten dari dalam dirinya sendiri, NH menunjukkan kemampuan mengatur waktu dan cara belajarnya sendiri dengan baik dan sadar, sementara DN masih dalam tahap penguatan konsistensi belajar. Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa otonomi yang terbentuk secara internal akan melahirkan motivasi intrinsik, dan pada gilirannya akan meningkatkan ketekunan belajar. Di tengah era digital yang penuh tantangan, mahasiswa yang memiliki kesadaran diri dan tujuan hidup yang jelas akan lebih mampu bertahan dan berkembang secara akademik.



Gambar 1. Belajar mandiri sebagai wujud otonomi mahasiswa.

## B. Kompetensi (Competence)

Dalam Self-Determination Theory, kompetensi merujuk pada kebutuhan dasar individu untuk merasa mampu dan efektif dalam berinteraksi dengan lingkungan serta menguasai tantangan yang dihadapi (Hamzah, 2020). Rasa kompeten mendorong individu untuk terus berkembang, menyelesaikan tugas-tugas, dan mencari pengalaman belajar yang bermakna. Ketika mahasiswa merasa mampu dan percaya diri dalam kemampuan akademiknya, maka motivasi belajar akan semakin meningkat (Rahman, 2022). Salah satu konsep penting yang menjadi bagian dari kompetensi adalah self-efficacy atau efikasi diri, yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan tertentu (Fauziana, 2022). Self-efficacy yang tinggi membuat mahasiswa percaya bahwa ia bisa mengatasi tantangan belajar dan menyelesaikan tugas akademik secara efektif. Keyakinan inilah yang berkontribusi besar pada ketekunan belajar, sebab mahasiswa yang yakin pada kemampuannya akan cenderung lebih gigih, tidak mudah menyerah, dan terus berusaha meski menghadapi hambatan. Mahasiswa RA menunjukkan rasa percaya diri terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas, meskipun tetap menghadapi tantangan dari gangguan digital. RA mengungkapkan:

*“Saya berusaha semaksimal mungkin, karena IPK itu penting. Kalau ngerasa capek, saya istirahat sebentar tapi setelah itu kembali belajar.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

Pernyataan ini memperlihatkan bahwa RA memiliki efikasi diri yang cukup baik. RA yakin bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas dengan maksimal. Strategi istirahat yang RA lakukan juga menjadi bentuk kesadaran akan kapasitas dirinya, bukan bentuk kemalasan. Ini memperlihatkan adanya regulasi kompetensi yang sehat, yaitu keseimbangan antara usaha dan kebutuhan untuk memulihkan energi demi mencapai hasil belajar optimal (Rahman, 2022). RA telah membangun persepsi positif terhadap dirinya sendiri (self-efficacy) dan ini membuatnya tetap tekun belajar, meskipun ada rasa lelah atau godaan untuk berhenti. Ketekunan RA bukan karena tekanan dari luar, melainkan karena kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri. Sementara itu, NH juga menunjukkan kesadaran akan kapasitas dan batas dirinya. NH mengatakan:

*“Kalau saya sudah lelah mengerjakan tugas saya stop dulu dengan buka TikTok sebentar baru lanjut mengerjakan.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

Ini memperlihatkan bahwa NH tidak merasa frustrasi terhadap proses belajar (Sarnoto, 2024). NH mengelola emosinya agar tetap bisa kembali ke aktivitas akademik setelah istirahat. Menurut Self-Determination Theory (SDT), kemampuan mengatur ritme belajar dan tidak mudah menyerah merupakan bagian dari pemenuhan kompetensi (Mamahit & Situmorang, 2016). NH tidak merasa gagal saat istirahat, sebaliknya ia menjaga kemampuannya agar tetap optimal saat belajar kembali (Floristia et al., 2020). Pengelolaan belajar yang dilakukan NH

menunjukkan bahwa ia memiliki keyakinan bahwa ia bisa kembali produktif setelah jeda. Ini adalah bentuk efikasi diri dalam menghadapi kelelahan, percaya bahwa dirinya masih bisa menyelesaikan tugas setelah istirahat. Keyakinan semacam ini penting dalam membangun ketekunan jangka panjang. Mahasiswa MH mengungkapkan kepercayaan diri yang kuat terhadap masa depannya:

*“Saya percaya kalau terus belajar pasti bisa sukses. Saya selalu merasa semangat kalau belajar, walaupun kadang banyak godaan.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

Pernyataan ini mencerminkan motivasi mastery goal orientation, di mana MH berorientasi pada pengembangan diri dan pencapaian jangka panjang (Pradhata & Muhid, 2021). MH menyadari tantangan yang ada, namun tidak kehilangan kepercayaan pada kemampuannya (Amri, 2018). Dalam kerangka kompetensi, MH telah membangun fondasi yang kokoh. Self-efficacy MH tampak sangat tinggi, ia yakin bahwa dirinya bisa sukses melalui proses belajar. Keyakinan ini menjadi fondasi kuat bagi ketekunan, sebab mahasiswa seperti MH tidak mudah goyah oleh kegagalan kecil atau distraksi digital. DN tampak masih berjuang dalam menjaga konsistensi belajar, namun tetap memiliki niat untuk menyusun strategi. Ia menyampaikan:

*“Saya punya jadwal belajar, tapi kadang masih susah ngikutinnya. Tapi saya coba terus biar terbiasa.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

Meskipun belum konsisten, DN tidak menyerah. Ia menyadari pentingnya pembiasaan dan terus mencoba. Ini merupakan tanda bahwa DN berada dalam proses mengembangkan kompetensinya. Dalam perspektif SDT, fase ini penting karena individu belajar dari pengalaman dan membangun kepercayaan diri secara bertahap (Hamzah, 2020). DN mulai menumbuhkan self-efficacy meskipun masih belum stabil. Ketekunannya muncul dari kesadaran bahwa ia masih bisa berkembang. Ini menunjukkan bahwa efikasi diri tidak bersifat tetap, tetapi bisa dibentuk seiring waktu melalui usaha terus-menerus. Terakhir, SN menunjukkan sikap yang cukup matang dalam merencanakan dan menilai kemampuannya. SN berkata:

*“Saya biasanya buat target belajar. Kadang nggak tercapai, tapi saya evaluasi kenapa bisa begitu, dan coba perbaiki di hari berikutnya.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

Pernyataan ini memperlihatkan bahwa SN tidak hanya belajar, tapi juga melakukan evaluasi diri. Ini adalah ciri dari kompetensi yang tinggi (Ranti et al., 2017). SN mampu menilai efektivitas usahanya, mengenali kekurangan, dan memperbaiki kesalahan. Kemampuan untuk melakukan refleksi diri seperti ini adalah bagian dari self-efficacy. SN tidak hanya percaya bahwa ia mampu belajar, tetapi juga bahwa ia mampu memperbaiki kesalahan dan terus meningkat. Keyakinan ini merupakan modal penting untuk terus tekun belajar, bahkan saat hasil belum sesuai harapan.

Kelima mahasiswa menunjukkan upaya yang berbeda dalam memenuhi kebutuhan kompetensi. MH dan SN menunjukkan rasa percaya diri yang tinggi dan evaluatif terhadap kemampuannya. RA dan NH memiliki strategi regulasi yang sehat untuk menjaga performa belajar, sedangkan DN sedang membangun kebiasaan belajar agar kompetensinya semakin berkembang. Hasil wawancara ini mendukung asumsi Self-Determination Theory bahwa kompetensi yang dibarengi dengan self-efficacy akan memperkuat motivasi internal dan mendukung ketekunan belajar mahasiswa. Semakin mahasiswa yakin pada kemampuan dirinya sendiri, semakin besar kemungkinannya untuk tetap bertahan dan tekun dalam proses belajar di era digital.



Gambar 2. Mahasiswa belajar di rumah dengan tekun.

### C. Keterkaitan (Relatedness)

Dalam Self-Determination Theory, keterkaitan merupakan kebutuhan psikologis untuk merasa terhubung secara emosional dengan orang lain, baik itu teman, keluarga, maupun lingkungan belajar (Aresti et al., 2023). Ketika individu merasa dihargai dan didukung secara sosial, mereka cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi dan ketekunan yang lebih kuat (Martiza & Indriyani, 2024). Dalam konteks pembelajaran mahasiswa, keterkaitan erat kaitannya dengan keberadaan support system, yaitu lingkungan sosial yang memberikan dukungan emosional, motivasional, dan bahkan praktis selama proses akademik berlangsung. Support system ini bisa berupa orang tua, teman, dosen, atau komunitas yang membuat mahasiswa merasa didukung dan tidak sendiri. Kehadiran support system terbukti secara signifikan meningkatkan ketekunan belajar, karena mahasiswa merasa diperhatikan dan memiliki tempat untuk kembali ketika mengalami kesulitan. Mahasiswa RA menunjukkan bahwa hubungan dengan orang tua menjadi sumber utama motivasi belajarnya:

*“Saya ingin membanggakan orang tua, jadi walaupun terdoda buka media sosial, saya ingat tujuan saya.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

Dari pernyataan tersebut terlihat bahwa RA merasa terhubung secara emosional dengan keluarganya, khususnya orang tua. Hubungan ini menjadi sumber dorongan yang kuat untuk tetap fokus dalam belajar (Nasution, 2023). Dalam pandangan Self-Determination Theory

(SDT), keterkaitan sosial semacam ini bisa menjadi fondasi kuat untuk membangun motivasi internal karena individu merasa didukung dan dihargai oleh orang yang bermakna baginya (Zulkarnaen & Ruli, 2023). RA memandang orang tua sebagai bagian dari support system yang penting. Keinginan untuk membanggakan orang tua memunculkan motivasi dari dalam diri dan memperkuat ketekunan saat menghadapi godaan digital. Support system keluarga seperti ini bukan hanya menenangkan secara emosional, tetapi juga mendorong mahasiswa untuk tetap konsisten dalam mengejar tujuan akademiknya. Sementara itu, NH mengungkapkan pentingnya interaksi sosial yang sehat:

*“Kalau belajar bareng teman kadang jadi semangat, tapi kalau teman ngajak main terus kadang tergoda.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

NH menunjukkan adanya kebutuhan untuk berelasi dengan teman, yang menjadi salah satu bentuk pemenuhan relatedness (Marsya et al., 2022). Namun, NH juga menyadari bahwa hubungan sosial dapat menjadi pedang bermata dua seperti bisa memotivasi atau malah mengalihkan fokus. Kesadaran ini menunjukkan bahwa NH sedang membangun strategi untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan sosial dan tujuan akademik (Nadhiroh & Masykur, 2025). Dalam konteks support system, teman sebaya bisa menjadi kekuatan besar jika hubungan tersebut sehat dan produktif. Ketika mahasiswa dikelilingi oleh teman-teman yang juga fokus belajar, mereka akan lebih termotivasi dan tekun. Namun jika tidak terkontrol, support system yang negatif bisa menurunkan ketekunan. Maka, membentuk jaringan pertemanan yang sehat sangat penting bagi ketekunan akademik. Mahasiswa MH menyampaikan motivasi yang juga berasal dari pengaruh lingkungan sekitar:

*“Lihat teman-teman rajin belajar, saya juga jadi termotivasi.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial memberikan dukungan tidak langsung melalui pengaruh positif (Pakaya et al., 2021). MH merasa menjadi bagian dari komunitas yang mendukung nilai belajar, dan keterhubungan dengan komunitas ini membuatnya ingin ikut berkembang. Ini sejalan dengan pendapat Sri karyono (2018), bahwa individu akan lebih gigih dalam mencapai tujuan bila berada di lingkungan yang mengakui dan memotivasi mereka. Dukungan teman dalam bentuk role model (teladan) merupakan salah satu bentuk support system yang efektif. Saat mahasiswa merasa menjadi bagian dari kelompok yang menghargai proses belajar, mereka cenderung menunjukkan ketekunan lebih tinggi karena tidak ingin tertinggal atau keluar dari ‘ritme’ kelompok tersebut. Sementara itu, DN menyampaikan bahwa ia sering mendapat semangat dari keluarga:

*“Orang tua saya selalu kasih semangat kalau saya mulai malas belajar.”* (Wawancara Selasa 6 Mei 2025)

Pernyataan ini memperlihatkan bahwa DN tidak hanya memiliki dorongan internal, tetapi juga mendapatkan dukungan emosional dari keluarga. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam mempertahankan semangat belajarnya (Fauziah & Mujiburohman, 2023). Dalam SDT, bentuk keterkaitan semacam ini sangat penting karena dapat memperkuat rasa aman, dihargai, dan diterima (Hamzanwadi & Mukminin, 2024). Semangat yang diberikan orang tua menjadi penyemangat eksternal yang berdampak positif terhadap ketekunan DN. Ketika mahasiswa merasa bahwa keluarganya percaya pada potensinya, mereka akan lebih terdorong untuk menunjukkan hasil yang maksimal. Terakhir, SN menunjukkan perasaan tanggung jawab terhadap orang tua dan masa depannya:

*“Saya merasa harus berjuang karena orang tua sudah berjuang untuk saya. Saya ingin membalasnya dengan hasil belajar yang baik.”* (Wawancara 6 Mei 2025)

SN tidak hanya merasa terhubung, tetapi juga menunjukkan empati dan kesadaran sosial terhadap perjuangan keluarganya. Ini memperkuat komitmennya untuk tetap tekun dalam belajar. Dalam SDT, pengalaman keterkaitan yang kuat seperti ini membentuk rasa memiliki dan keinginan untuk berkontribusi secara positif (Zulkarnaen & Ruli, 2023). Support system SN bersifat emosional dan spiritual. Ia tidak sekadar belajar untuk nilai, tetapi ingin membalas perjuangan orang tuanya. Komitmen seperti ini membuat ketekunan yang dibangun bersifat jangka panjang, karena memiliki makna yang mendalam.

Kelima mahasiswa menunjukkan bahwa kebutuhan akan keterkaitan sosial sangat memengaruhi semangat dan ketekunan belajar mereka. Baik melalui dukungan orang tua, pengaruh teman, maupun kesadaran akan perjuangan keluarga, semua responden merasa bahwa mereka tidak sendirian dalam perjuangan akademiknya. Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa keterkaitan yang dibangun melalui support system yang sehat mampu meningkatkan motivasi intrinsik dan memperkuat ketekunan belajar. Mahasiswa yang merasa diterima, dihargai, dan didukung secara emosional lebih mampu menghadapi tantangan akademik dengan tekun dan penuh semangat.



Gambar 3. Mahasiswa sedang kerja kelompok membentuk support system yang bisa memperkuat motivasi dan semangat belajar mahasiswa.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa Self-Determination memiliki peran penting dalam membentuk ketekunan belajar mahasiswa di era digital. Ketiga aspek utama dalam teori ini yaitu otonomi, kompetensi, dan keterkaitan terlihat nyata dalam pengalaman mahasiswa. Mahasiswa menunjukkan otonomi melalui kemampuan mengatur waktu belajar dan menetapkan tujuan pribadi, menunjukkan kompetensi melalui keyakinan pada kemampuan menyelesaikan tugas dengan baik, serta merasakan keterkaitan melalui dukungan orang tua, teman, dan lingkungan sekitar. Walaupun tantangan seperti gangguan media sosial kerap muncul, mahasiswa tetap berusaha menjaga motivasi internal dan semangat belajar. Hal ini membuktikan bahwa ketika kebutuhan dasar psikologis terpenuhi, mahasiswa mampu bertahan dan konsisten dalam menjalani proses akademik mereka.

#### DAFTAR REFERENSI

- Adzima, F., & Hisaaniah, K. (2024). Mengatasi krisis identitas dan tekanan akademik pada remaja: Peran pendekatan Qur'ani dan motivasi belajar. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 6(2). <https://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/jbpi/index>
- Amri, S. (2018). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis ekstrakurikuler pramuka terhadap prestasi belajar matematika siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), 159. <https://doi.org/10.33369/jpmr.v3i2.7520>
- Anisa, Y. (2022). Peran channel YouTube sebagai media alternatif untuk membantu proses pembelajaran matematika dan media informasi pada tingkat perguruan tinggi. *JPMR (Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia)*, 7(1), 13–26. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jpmr>
- Anwar, F., & Julia, P. (2021). Analisis strategi pembinaan kesehatan mental oleh guru pengasuh sekolah berasrama di Aceh Besar pada masa pandemi. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(1), 64–83. <http://dx.doi.org/10.22373/je.v7i1.10905>
- Aresti, N. G., Lukmantoro, T., & Ulfa, N. S. (2023). Pengaruh tingkat fear of missing out (FoMO) dan tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja. *Jurnal Interaksi Online*, 11(3), 272–284. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/39961>
- Arsyad, M., Suprayogi, M. N., Siregar, N. R., Maysara, Syuhud, Bahri, S., Chodijah, S., Napitupulu, M. H., Saswati, R., & Sitorus, N. (2025). *Teori belajar dan pembelajaran* (April Issue). Yayasan Pendidikan Hidayatun Nihayah (HN Publishing).
- Bastari, K. (2021). Belajar mandiri dan merdeka belajar bagi peserta didik, antara tuntutan dan tantangan. *Academia: Jurnal Inovasi Riset Akademik*, 1(1), 68–77. <https://doi.org/10.51878/academia.v1i1.430>
- Dewi, F. I. R. (2019). *Intervensi kemampuan regulasi diri*. Andi.
- Faizul, A., Dina, H., & Julhadi, J. (2022). Homeschooling sebagai pendidikan alternatif.

*Mauizhah: Jurnal Kajian Keislaman*, 12(1), 1–15.  
<https://doi.org/10.55936/mauizhah.v12i1.84>

- Fauziah, D. F., & Mujiburohman, D. A. (2023). Pentingnya peran support system dalam perkuliahan terhadap proses belajar. *Jurnal Kajian Pembelajaran dan Keilmuan*, 7(2), 187. <https://doi.org/10.26418/jurnalkpk.v7i2.68153>
- Fauziana. (2022). Pengaruh self-efficacy terhadap kemampuan memecahkan masalah IPA. *Pionir: Jurnal Pendidikan*, 11(1). <http://dx.doi.org/10.22373/pjp.v11i1.13138>
- Furqon, M. (2024). *Minat belajar* (A. Febryanti & A. Asari, Eds.). PT Mafy Media Literasi Indonesia.
- Hamzah, I. F. (2020). Aplikasi self-determination theory pada kebijakan publik era industri 4.0. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 1, 66–73. <https://doi.org/10.30659/psisula.v1i0.7691>
- Hamzanwadi, H., & Mukminin, E. Z. (2024). Dukungan interpersonal untuk kebutuhan psikologis dasar dan hubungannya dengan motivasi, kesejahteraan, dan kinerja: Analisis meta. *Harapan: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Psikologi*, 1(2), 18–27. <https://ejournal.ahs-edu.org/index.php/harapan/article/download/217/180/1107>
- Hariyadi, Misnawati, & Yusrizal. (2023). Mewujudkan kemandirian belajar: Merdeka belajar sebagai kunci sukses mahasiswa jarak jauh. *Badan Penerbit Stiepari Press*.
- Hasanah, U., & Pithaloka, D. (2024). Analisis self-determination dalam melanjutkan pendidikan strata satu (S1) pada alumni SMAN 1 Rantau Kopar. *Seminar Nasional Universitas Negeri Surabaya*.
- Lutfi, S., Surawan, S., & Zanuba, A. A. (2024). Self-regulation learning: Upaya membangun kemandirian belajar Al-Qur'an di kalangan remaja. *Anterior Jurnal*, 23(1), 75–80.
- Majid, M. F. A. F., Nalva, M. F., & Baharuddin, B. (2019). Self control dalam meningkatkan konsistensi belajar akademik. *Konseling: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 41–48. <https://doi.org/10.31960/konseling.v1i1.339>
- Mamahit, H. C., & Situmorang, D. D. B. (2016). Hubungan self-determination dan motivasi berprestasi dengan kemampuan pengambilan keputusan siswa SMA. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 9(2). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v9i2.459>
- Marsya, T., Brigitta, A. P., & Handayani, P. (2022). Hubungan fear of missing out dengan subjective well-being pengguna sosial media dewasa awal. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 10(2), 319–334. <https://online-journal.unja.ac.id/kedokteran/article/view/19248>
- Martiza, N. S., & Indriyani, D. (2024). Studi kasus: Dampak keharmonisan keluarga terhadap motivasi belajar mahasiswa Politeknik STIA LAN Jakarta. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(11). <https://jurnal.intekom.id/index.php/njm>