



Kesepian dan motivasi akademik mahasiswa

Rafli Sodiq Bagaskara ^{a,1*}, Fathul Laili Khoirun Nisa ^{b,2}

^aJurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta

^bJurusan Pendidikan Kewarganegaraan dan Hukum, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta

¹raflisodiq@gmail.com; ²fathullaili.2019@student.uny.ac.id

*Correspondent Author

Received: 21-10-2022

Revised: 04-06-2023

Accepted: 13-06-2023

KATAKUNCI

kesepian;
motivasi akademik;
mahasiswa

ABSTRAK

Kebijakan *physical distancing* yang diterapkan pemerintah tempo waktu rupanya masih berdampak pada kondisi kesepian di masa kini. Perasaan terisolasi dan terasing pasca pandemi Covid-19 berisiko menyebabkan siswa mengalami kesepian. Banyak studi telah menunjukkan bahwa kesepian membahayakan kesehatan fisik maupun mental. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesepian dengan motivasi berakademik mahasiswa UNY. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode penelitian korelasional. Jumlah sampel yang didapat sebesar 132 mahasiswa, dengan 35 laki-laki dan 97 perempuan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pearson correlation*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima. Kesepian memiliki hubungan sebesar -0,297 ($p < 0,01$) dengan motivasi intrinsik, -0,315 ($p < 0,01$) pada motivasi ekstrinsik, dan -0,377 ($p < 0,01$) pada amotivasi akademik. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa ditemukan hubungan yang signifikan antara kesepian mahasiswa dengan motivasi akademik, baik dalam dimensi intrinsik, ekstrinsik maupun amotivasi. Ditemukan pula bahwa kesepian mahasiswa terpusat pada kategori kesepian sedang, motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada kategori sangat tinggi, serta amotivasi pada kategori sangat rendah.

Loneliness and student academic motivation

KEYWORDS

academic motivation;
loneliness;
students

The physical distancing policy that was implemented by the government seems to have an impact on the current lonely condition. Feelings of isolation and alienation after the Covid-19 pandemic risk causing students to experience loneliness. Many studies have shown that loneliness harms both physical and mental health. The purpose of this study was to determine the relationship of loneliness to the academic motivation of UNY students. This study was using a quantitative correlational approach. The number of samples obtained was 132 students, with 35 males and 97 females. The data analysis technique used in this study is Pearson correlation. The results of the study show that the study hypothesis was accepted. Loneliness has a relationship of -0.297 ($p < 0.01$) to intrinsic motivation, -0.315 ($p < 0.01$) to extrinsic motivation, and -0.377 ($p < 0.01$) to academic amotivation. Therefore, it can be concluded that a significant relationship was found between the level of student loneliness and academic motivation, both in the intrinsic, extrinsic, and amotivation dimensions. It was also found that student loneliness was centered in the medium loneliness category, intrinsic and

extrinsic motivation in the very high category, and amotivation in the very low category.

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](#) license.



Pendahuluan

Motivasi adalah dorongan yang menggerakkan seseorang untuk berperilaku, berpikir ataupun merasakan sesuatu (King, 2017). Pada konteks pendidikan, motivasi memegang peran penting dalam mendorong siswa agar terlibat aktif di dalam kegiatan pembelajaran. Individu yang memiliki motivasi akademik yang tinggi lebih mampu menerima materi di dalam kelas, mengimplementasikannya di dunia nyata serta lebih berprestasi dibanding individu yang kurang termotivasi. Motivasi akademik menjadi faktor penting guna menentukan baik atau tidaknya siswa dalam menempuh pendidikan (Marvianto, & Widhiarso, 2018). Oleh karena itu, tidak mengherankan bahwa motivasi akademik telah berulang kali diperhitungkan sebagai aspek dalam mengevaluasi kualitas pembelajaran (Hui *et al.*, 2011).

Konstrak teori akademik mendasari motivasi atas tiga dimensi, yakni motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik dan amotivasi (Natalya, 2018). Motivasi intrinsik berkaitan dengan dorongan yang bersumber secara internal untuk bergerak dan beraktivitas. Individu dengan motivasi intrinsik umumnya memperoleh kepuasan secara personal melalui keterlibatan aktif dalam pembelajaran. Sementara, motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang didapat melalui penghargaan eksternal. Individu yang termotivasi secara ekstrinsik cenderung terlibat aktif dikarenakan ingin mendapatkan pujian atau hadiah dari lingkungan sosial. Terakhir, yakni amotivasi adalah bentuk paling rendah dari rangkaian dimensi motivasi (Legault *et al.*, 2006). Amotivasi merupakan kondisi yang merefleksikan ketiadaan motivasi intrinsik maupun ekstrinsik. Siswa yang mengalami amotivasi akademik kurang mendapat dorongan untuk terlibat dalam aktivitas pembelajaran. Individu dengan amotivasi diindikasikan memiliki perasaan mudah bosan, masalah konsentrasi, hambatan dalam aspek psikososial, kerentanan terhadap stres, hingga keinginan untuk putus sekolah sampai dengan *dropout* (Hui *et al.*, 2011).

Teori dasar dari motivasi akademik sesungguhnya bermuara pada *self-determination theory* (SDT) (Hui *et al.*, 2011). *Self-determination* sendiri mengacu pada kemampuan individu untuk menentukan secara mandiri pilihan-pilihan hidupnya, termasuk di dalam konteks akademik. Individu dengan *self-determination* mampu untuk melakukan kontrol diri, mampu meregulasi diri untuk belajar secara rutin serta menghindari perilaku-perilaku yang tidak bermanfaat yang berpotensi menghambat proses pendidikannya. Hal ini sesungguhnya sesuai dengan perspektif agama Islam dalam melihat motivasi akademik (Lenggono & Yuzarion, 2020). Perspektif agama Islam percaya bahwa individu mampu menentukan nasibnya sendiri dalam membuat pilihan dan mengelola hidup, sebagaimana yang tertuang dalam Al-Quran surat Ar-Ra'd ayat 11, "*Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.*" Hal ini menunjukkan bahwa pada akhirnya, baik motivasi intrinsik, ekstrinsik dan amotivasi sesungguhnya ditentukan pada determinasi diri. Namun demikian, tidak dapat ditampik bahwa terdapat faktor-faktor yang dapat menghambat motivasi akademik. Salah satu faktor yang berisiko mempengaruhi motivasi akademik adalah kondisi kesepian akibat masa *post-pandemi* Covid-19.

Pada tahun 2020 lalu, Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 telah mengatur Satuan Pendidikan dengan Nomor 36963/MPK.A/HK/2020 (Kementerian Pendidikan & Kebudayaan, 2020) tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat *Coronavirus Disease* (Covid-19), pemerintah menetapkan kebijakan *physical distancing* (Setyorini, 2020). Oleh karena itu, pembatasan yang telah dilakukan sebelumnya berdampak pada banyak hal. Sesuai dengan

yang disampaikan Loades *et al.* (2020) bahwa keterputusan kontak sosial dari kebijakan pembelajaran daring berisiko menimbulkan perasaan terisolasi, terasing dan kesepian bagi siswa. Perasaan terisolasi dan terasing ini terindikasi masih menetap meskipun pandemi Covid-19 telah usai (Lal *et al.*, 2022). Lal *et al.* (2022) mengungkapkan bahwa individu remaja dan dewasa awal (yang sebagian besar merupakan usia pelajar) rupanya menjadi kelompok yang paling terdampak terhadap *long-term loneliness*, *post pandemic loneliness* dan *fresh loneliness* dibanding usia dewasa madya dan dewasa akhir (Mental Health Foundation, 2010; Barreto dkk, 2020).

Fenomena tersebut di atas tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga seluruh dunia seperti Inggris dan Amerika (Peltzer & Pengpid, 2017). Mahasiswa juga merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap kesepian (Diehl *et al.*, 2018). Hal tersebut terutama disebabkan karena mahasiswa harus menempuh masa transisi dari lingkungan sekolah ke lingkungan universitas. Transisi ini berupa perubahan dari segi sosial, struktural serta perilaku. Di Indonesia, sekitar 9,6% pelajar dan mahasiswa melaporkan mengalami kesepian sepanjang setahun terakhir (Peltzer & Pengpid, 2017). Akibat dari kondisi tersebut, motivasi akademik pun terancam. Sesuai dengan studi yang dilakukan oleh Bek (2017), kesepian berkorelasi negatif dengan partisipasi mahasiswa di dalam kelas. Semakin tinggi tingkat kesepian, maka mahasiswa akan semakin jarang berpartisipasi. Begitu pula sebaliknya. sementara partisipasi mahasiswa di kelas merupakan salah satu indikator penting agar kegiatan pembelajaran dapat terjalin dengan baik.

Perlu diketahui bahwa kesepian merupakan kondisi yang tidak dapat dipisahkan dari setiap aspek kehidupan. Kesepian merupakan sebuah bentuk permasalahan emosional yang dapat dialami oleh semua orang dan merupakan kejadian yang berkembang dari persepsi individu terhadap kemampuan diri dalam merespons suatu situasi atau peristiwa (Sagita & Hermawan, 2020). Menurut Banerjee dan Rai (2020), kesepian dapat dideskripsikan sebagai keadaan tanpa teman atau perasaan terisolasi dari lingkungan sosial. Perasaan ini digambarkan sebagai perasaan yang gelap dan menyedihkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan keterhubungan sosial. Banyak studi telah menunjukkan bahwa kesepian dapat membahayakan baik bagi kesehatan fisiologis maupun psikologis. Kesepian terbukti menjadi faktor risiko pada banyak gangguan mental seperti depresi, kecemasan, stres kronis, insomnia hingga demensia (Marmot, 2018; Wilson *et al.*, 2007). Oleh karenanya, apabila tidak segera ditangani, kesepian dapat mendorong seseorang kepada tindakan-tindakan maladaptif, patologi hingga bunuh diri (Maslow, 2018; Stickley & Koyanagi, 2016). Sementara pada ranah pendidikan, kesepian berisiko menurunkan motivasi berakademik serta menimbulkan amotivasi.

Motivasi akademik yang terancam oleh kondisi kesepian pasca-pandemi Covid-19 penting untuk ditilik lebih jauh. Namun hal yang disayangkan bahwa masih sangat sedikit referensi mengenai bagaimana hubungan antara kesepian dengan masing-masing dimensi motivasi akademik. Pengetahuan mengenai hubungan tersebut memberikan pemahaman mengenai dimensi manakah yang paling terancam dari kondisi kesepian, sehingga langkah-langkah preventif dapat dilakukan. Dengan demikian diperlukan penelitian lanjutan terkait dengan bagaimana kesepian memiliki hubungan dengan seluruh dimensi motivasi akademik mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kesepian dan motivasi akademik mahasiswa.

Adapun manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian teori dari motivasi akademik yang bermuara pada *self-determination* terkait dengan hubungannya dengan kesepian. Sementara manfaat praktisnya adalah memberikan pemahaman berkaitan dengan masalah kesepian yang dialami oleh mahasiswa di dalam kaitannya dengan tingkat motivasi berakademik. Berdasarkan pemahaman tersebut diharap dapat memberikan gambaran dinamika kelas pada para pengajar dan akademisi, terutama dalam merumuskan kebijakan pembelajaran.

Metode

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode penelitian korelasional. Pendekatan kuantitatif dipilih sebagai pendekatan yang mampu untuk menganalisis data numerik yang telah dikumpulkan peneliti menggunakan metode analisis statistik. Sementara metode penelitian korelasional merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antara variabel-variabel yang diteliti (Azwar, 2019). Di dalam konteks ini, arah kekuatan dan arah hubungan yang dicari adalah kesepian dengan motivasi akademik intrinsik, ekstrinsik dan amotivasi.

Partisipan pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Negeri Yogyakarta Angkatan 2015-2020. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* melalui tautan *Google Form* yang disebar pada grup *WhatsApp* di masing-masing fakultas di tiap angkatan. Adapun persyaratan yang ditentukan peneliti yakni partisipan merupakan mahasiswa aktif UNY tahun ajaran 2020/2021. Jumlah sampel yang didapat oleh peneliti sebesar 132 mahasiswa, dengan 35 laki-laki dan 97 perempuan.

Peneliti menggunakan dua instrumen dalam penelitian ini. Instrumen pertama adalah *UCLA Loneliness Scale Version 3* edisi bahasa Indonesia. *UCLA Loneliness Scale version 3* merupakan skala unidimensi yang berisi 20 aitem yang digunakan untuk mengukur tingkat kesepian, dengan 12 pertanyaan *favourable* dan 8 pertanyaan *unfavourable* (Cacioppo & Patrick, 2008). Partisipan menjawab pertanyaan sesuai dengan kondisi yang mereka rasakan berdasarkan skala *likert*. Instrumen kedua yang digunakan adalah *Academic Motivation Scale (AMS): Short Indonesian Language Version* yang digunakan untuk mengukur motivasi akademik mahasiswa. Instrumen ini berisi 15 pertanyaan yang terbagi menjadi tiga dimensi: tujuh pertanyaan mewakili dimensi motivasi intrinsik, enam pertanyaan mewakili dimensi motivasi ekstrinsik dan dua pertanyaan mewakili dimensi amotivasi (Natalya, 2018).

Sebelum melakukan analisis data lebih lanjut, peneliti menguji terlebih dahulu reliabilitas pada masing-masing instrumen. Berdasarkan uji konsistensi internal *Cronbach's Alpha*, didapat bahwa *UCLA Loneliness Scale* versi 3 memiliki koefisien reliabilitas sebesar $\alpha=0,91$. Sementara *AMS: Short Indonesian Language Version* memiliki koefisien reliabilitas sebesar $\alpha=0,87$ pada dimensi motivasi intrinsik, $\alpha=0,82$ pada dimensi motivasi ekstrinsik dan $\alpha=0,71$ pada dimensi amotivasi. Oleh karena koefisien reliabilitas kedua alat ukur berada di atas 0,70 maka dapat dikatakan bahwa instrumen cukup reliabel (Furr & Bacharach, 2014).

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah *pearson correlation* dengan bantuan *bootstrapping* sebanyak 5.000 *resampling*. Teknik analisis ini memungkinkan peneliti untuk mengetahui besar kekuatan dan arah dari korelasi masing-masing variabel melalui prediksi *bias-corrected and accelerated (BCa)* paling rendah (*lower*) hingga tertinggi (*upper*). Teknik analisis juga memungkinkan peneliti untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara variabel melalui nilai *p significance*. Peneliti mengelola dan menganalisis data yang telah dikumpulkan melalui aplikasi IBM SPSS Statistics 26.

Hasil

Penyebaran data dilakukan terhadap 132 mahasiswa UNY. Adapun karakteristik partisipan pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1. Berdasarkan hasil analisis pada tabel 1 di bawah, diketahui bahwa sebagian besar partisipan berjenis kelamin perempuan (72,2%), berasal dari Fakultas Ilmu Pendidikan (35,6%) dan sedang menempuh semester 4 (38,6%).

Tabel 1.
Deskripsi Subjek Penelitian

	<i>Tidak Kesepian</i>	<i>Kesepian Rendah</i>	<i>Kesepian Sedang</i>	<i>Kesepian Berat</i>
	UCLA <35 N=5	35<UCLA<50 N=54	50<UCLA<65 N=65	UCLA >65 N=8
<i>Gender</i>				
Laki-laki (36)	1	12	21	2
Perempuan (96)	4	42	44	6
<i>Fakultas</i>				
FIP (47)	2	23	21	1
FIS (31)	3	9	16	3
FE (9)	0	4	4	1
FIK (4)	0	1	3	0
FT (9)	0	1	6	2
FBS (23)	0	11	12	0
FMIPA (9)	0	5	3	1
<i>Semester</i>				
Semester 2 (50)	2	20	24	4
Semester 4 (51)	2	19	26	4
Semester 6 (22)	0	11	11	0
Semester 8 (8)	1	4	3	0
Semester 10 (1)	0	0	1	0
<i>Motivasi Akademik</i>				
Motivasi Intrinsik	34,40 (SD=5,22)	33,31 (SD=4,84)	31,03 (SD=6,03)	28,88 (SD=10,49)
Motivasi Ekstrinsik	33,00 (SD=2,55)	30,52 (SD=4,23)	29,12 (SD=4,52)	24,87 (SD=9,47)
Amotivasi	2,80 (SD=1,09)	4,13 (SD=2,03)	5,52 (SD=2,54)	6,12 (SD=2,85)

Berikutnya, sebelum melakukan uji analisis *pearson correlation*, maka diperlukan uji pra syarat analisis yakni normalitas dan linearitas. Pada tabel 2 berikut merupakan hasil analisis dari uji normalitas menggunakan teknik *Shapiro-Wilk* yang telah dilakukan.

Tabel 2.
Hasil Uji Normalitas

	<i>Shapiro-Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>Df</i>	<i>Sig.</i>
Kesepian	0,993	132	0,776
Motivasi Akademik Internal	0,945	132	0,000**
Motivasi Akademik Eksternal	0,919	132	0,000**
Amotivasi Akademik	0,912	132	0,000**

**p<0,01, *p<0,05

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa data kesepian memiliki distribusi yang normal ($p>0,05$). Namun demikian, motivasi akademik baik secara internal, eksternal maupun amotivasi tidak menunjukkan distribusi data yang normal ($P<0,05$). Hasil ini sesuai dengan prediksi dari skor *Skewness* dan grafik histogram yang telah ditunjukkan di atas. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data tidak terdistribusi normal. Uji asumsi selanjutnya adalah uji linearitas yang ditunjukkan melalui tabel 3 berikut:

Tabel 3.
Hasil Uji Linearitas

	<i>Sig. Linearity</i>	<i>Sig. Deviation from Linearity</i>
Motivasi Intrinsik*Kesepian	0,001	0,839
Motivasi Ekstrinsik*Kesepian	0,000	0,859
Amotivasi*Kesepian	0,000	0,794

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kesepian (sebagai variabel *independent*) dengan seluruh motivasi akademik (variabel *dependen*). Hasil tersebut ditunjukkan dengan besar nilai *sig. linearity* <0,05 yang menunjukkan adanya garis linear antara dua variabel. Selain itu, uji linearitas juga ditunjukkan dengan nilai *sig. deviation from linearity* >0,05 yang memiliki makna bahwa persebaran data yang terdapat pada garis linearitas cenderung rapat. Berdasarkan hasil analisis normalitas dan linearitas, maka dapat disimpulkan bahwa data dapat dilakukan analisis *pearson correlation* dengan syarat melakukan *bootstrapping*. *Bootstrapping* sebanyak 5.000 *re-sampling* dilakukan sehingga menghasilkan analisis sebagaimana yang tertuang dalam tabel 4 berikut:

Tabel 4.
Korelasi Antar Variabel

	<i>R</i>	Kesepian		
		<i>Sig.</i>	<i>BCa 95% CI</i>	
			<i>Upper</i>	<i>Lower</i>
Motivasi Intrinsik	-0,297	0,001**	-0,122	-0,457
Motivasi Ekstrinsik	-0,315	0,000**	-0,156	-0,456
Amotivasi	-0,377	0,000**	0,218	0,519

**p<0,01

*p<0,05

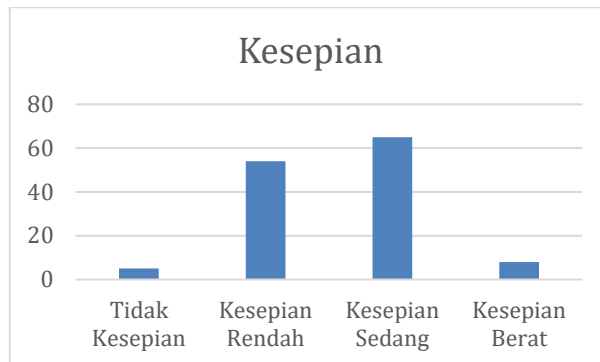
Hasil uji *pearson correlation* di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan setiap dimensi motivasi akademik ($P<0,01$). Kekuatan hubungan paling besar ditunjukkan oleh dimensi amotivasi, di mana amotivasi memiliki hubungan positif sebesar -0,377 ($CI_{95\%}=0,218-0,519$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin besar kesepian maka semakin besar pula amotivasi yang dirasakan oleh mahasiswa. Sementara hubungan negatif ditunjukkan antara kesepian dengan dimensi motivasi ekstrinsik sebesar -0,315 ($CI_{95\%}=-0,156-0,456$). Korelasi negatif juga ditunjukkan antara kesepian dengan motivasi intrinsik sebesar -0,297 ($CI_{95\%}=-0,122-0,457$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin besar kesepian, maka akan semakin menurun motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang dirasakan oleh mahasiswa. Ada pun untuk menilik persebaran data lebih lanjut dilakukan analisis deskriptif. Analisis deskriptif tercantum dalam tabel 5 di bawah:

Tabel 5.
Analisis Deskriptif

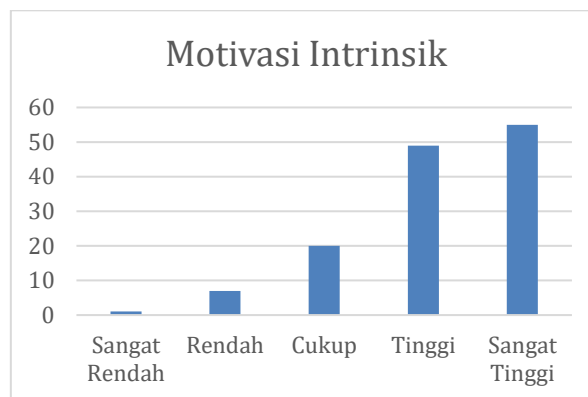
	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Skew</i>	<i>Kurt</i>
Kesepian	50,10	9,68	-0,02	-0,03
Motivasi Akademik Internal	32,00	6,02	-0,86	0,49
Motivasi Akademik Eksternal	29,58	4,95	-1,15	2,05
Amotivasi Akademik	4,88	2,44	0,80	0,16

Berdasarkan tabel 5 mengenai analisis deskriptif di atas, diketahui bahwa nilai *Skewness* kesepian memiliki nilai distribusi data yang cenderung normal. Sementara motivasi akademik internal dan motivasi akademik eksternal menunjukkan kecenderungan data yang juling ke

kanan (skor ekstrem tinggi). Sementara amotivasi akademik menunjukkan kecenderungan data yang juling ke kiri (skor ekstrem rendah). Guna memberikan visualisasi data yang lebih konkret, dicantumkan pula hasil kategorisasi data melalui histogram berikut:



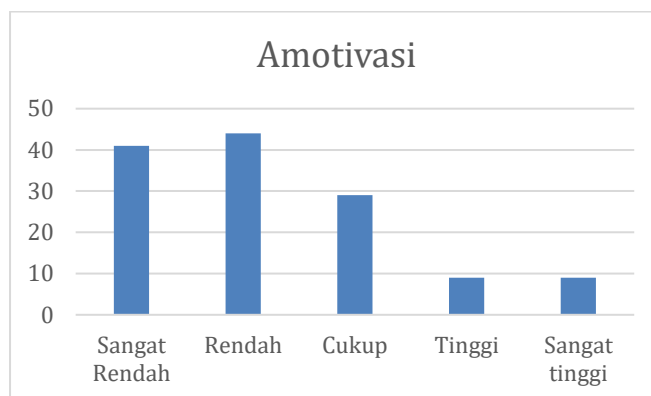
Gambar 1. Kategorisasi Data Kesepian



Gambar 2. Kategorisasi Data Motivasi Intrinsik



Gambar 3. Kategorisasi Data Motivasi Ekstrinsik



Gambar 4. Kategorisasi Data Amotivasi

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa data terpusat pada kategori kesepian sedang. Sementara pada data motivasi, persebaran data terpusat pada kategori sangat tinggi untuk motivasi intrinsik dan ekstrinsik, serta kategori rendah pada amotivasi.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kesepian mahasiswa dengan motivasi akademik, baik pada dimensi motivasi intrinsik, ekstrinsik maupun amotivasi. Hasil temuan ini sesuai dengan penelitian Bek (2017) yang menjelaskan bahwa kesepian memiliki peranan terhadap partisipasi dan capaian belajar siswa. Umumnya, siswa tipikal memiliki orientasi cita-cita di masa depan sehingga berpartisipasi aktif di kelas. Namun pada siswa yang merasa kesepian, orientasi terhadap cita-cita tergolong rendah (Bek, 2017). Siswa yang mengalami kesepian cenderung tidak mampu menjalin hubungan dengan lingkungan akademiknya sehingga motivasi yang dimilikipun cenderung rendah.

Stoliker dan Lafreniere (2015) menjelaskan bahwa perasaan kesepian siswa diiringi *burnout* berpengaruh terhadap beban stres yang diterima. Hal ini boleh jadi disebabkan karena siswa yang kesepian cenderung merasa tidak memiliki teman untuk bercerita mengenai masalah yang dihadapinya (Benner, 2011). Akibatnya, stres semakin menumpuk sehingga siswa rentan mengalami masalah-masalah psikologis yang mengganggu performa akademiknya. Turunnya performa ini tidak terlepas pula dari menurunnya motivasi akademik yang dimiliki siswa.

Berdasarkan temuan penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif antara kesepian dengan motivasi intrinsik (-0,297) dan ekstrinsik (-0,315). Temuan tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi kesepian maka akan semakin rendah motivasi intrinsik dan ekstrinsik mahasiswa untuk terlibat dalam aktivitas akademik. Sementara pada dimensi amotivasi menunjukkan adanya korelasi positif dengan kesepian (0,377). Semakin tinggi kesepian, maka makin tinggi pula perasaan kekosongan motivasi untuk berakademik. Sesuai dengan pernyataan Everitt (2001), tingkat korelasi ini dapat dikatakan rendah.

Penelitian Ahmadi dkk (2021) menunjukkan bahwa motivasi akademik lebih dipengaruhi oleh *academic alienation* dibanding perasaan teralienasi secara sosial (kesepian). *Academic alienation* adalah perasaan terasing dari studi akademik yang dijalani (Long, 1977). Perasaan ini disebabkan karena tiga hal, yakni: (1) ketidakberdayaan terhadap keputusan instansi pendidikan yang tidak sesuai dengan preferensi individu; (2), ketidaktahuan terhadap tujuan dari proses akademik yang dijalani, dan; (3) perasaan terasing dari seluruh komponen dan komunitas akademik secara menyeluruh.

Ahmadi *et al.* (2021) turut mengungkapkan bahwa motivasi akademik dipengaruhi pula oleh jenis kepribadian tertentu, khususnya individu dengan tipe *extraversion*, *openness* dan *conscientiousness* yang tinggi. Beberapa variabel lain yang turut mempengaruhi motivasi akademik seperti *self-efficacy*, *social support* (Bahmani *et al.*, 2017), proses kognitif dan

emosional (Pervez, 2018), serta tuntutan dan ekspektasi sosial yang mendorong siswa untuk memiliki status karir yang baik (Natalya, 2018). Pada penelitian ini pula, hasil analisis data turut mengungkap tingkat kesepian mahasiswa yang berpusat pada kategori kesepian sedang dengan rata-rata total 50,10. Bahmani *et al.* (2017) menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kesepian dengan simtom depresi. Dapat diindikasikan bahwa simtom-simtom depresi inilah yang membuat mahasiswa tidak dapat beraktivitas secara normal sehingga motivasi akademik pun menurun.

Pada saat bersamaan, meski sebagian besar mahasiswa mengalami kesepian pada kategori sedang, data motivasi intrinsik dan ekstrinsik justru cenderung berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini semakin menguatkan pernyataan bahwa permasalahan psikologis dapat dialami siapa saja tanpa memandang status pendidikan (Barreto, 2020; Luppá *et al.*, 2012; Cacioppo & Patrick, 2008). Tingginya motivasi dapat diasumsikan karena usia mahasiswa yang sudah beranjak pada masa dewasa awal, sehingga mulai memperhatikan karir masa mendatang (Santrock, 2007). Selain itu, Universitas Negeri Yogyakarta berada pada jajaran 20 perguruan tinggi terbaik di Indonesia (Itjen Kemendikbud, 2021), sehingga mahasiswa yang terdaftar adalah mahasiswa-mahasiswa cerdas yang sedari awal memiliki motivasi akademik yang cenderung tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, masih terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Beberapa diantaranya seperti kurangnya representasi data dari partisipan yang memiliki motivasi akademik yang rendah, sehingga data menjadi tidak berdistribusi normal. Selain itu, kesepian dalam penelitian ini didefinisikan sebagai perasaan isolasi sosial yang bersifat general, dan belum menspesifikasikan diri pada *academic alienation*. Penelitian selanjutnya diharap dapat mengeksplorasi topik mengenai kesepian yang lebih spesifik seperti *academic alienation*, kesepian emosional ataupun kesepian sosial dalam mempengaruhi motivasi berakademik.

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perasaan kesepian mahasiswa dengan motivasi akademik, baik dalam dimensi intrinsik, ekstrinsik maupun amotivasi. Hasil penelitian ini juga menyimpulkan bahwa kesepian mahasiswa terpusat pada kesepian di kategori sedang, motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada kategori sangat tinggi, serta amotivasi pada kategori rendah.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada UKM Penelitian UNY atas dana hibah yang membantu proses penelitian pada pelaksanaan *Research Competition* tahun 2021. Tidak lupa kami turut berterima kasih kepada seluruh mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta, serta berbagai pihak yang telah berpartisipasi aktif dalam penelitian kami.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, A., Ziapour, A., Irbani, J. Y., & Mehedi, N. (2021). Prediction of academic motivation based on variables of personality traits, academic self-efficacy, academic alienation and social support in paramedical students. *International Quarterly of Community Health Education* 43 (2), 195-201. <https://doi.org/10.1177/0272684X211004948>
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bahmani, D., Faraji, R., Faraji, P., Holsboer-Trachsler, E., & Brand, S. (2017). Depression and loneliness did not affect academic achievement among university students. *European Psychiatry*, 41(S1), S541-S541. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.750>

- Banerjee, D., & Rai M. (2020). Social isolation in covid-19: The impact of loneliness. *International Journal of Social Psychiatry*, Vol. 66(6) 525-527. <https://doi.org/10.1177/0020764020922269>
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M., & Qualter, P. (2020). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>
- Bek, H. (2017). Understanding the effect of loneliness on academic participation and success among international university students. *Journal of Education and Practice*, 8(14), 46-50. <http://iiste.org/Journals/index.php/JEP>
- Benner, A. D. (2011). Latino adolescents' loneliness, academic performance, and the buffering nature of friendships. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(5), 556-567. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9561-2>
- Cacioppo, J., & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. New York: W W Norton & Company.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: Determinants of emotional and social loneliness among students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1865. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- Everitt, B.S. (2001). *Statistics for psychologist: An intermediate course*. Lawrence Erlbaum Association, Inc
- Furr, R. M., & Bacharach, V. R. (2014). *Psychometrics: An introduction*. Second edition. SAGE
- Hui, E. K. P., Sun, R. C. F., Chow, S. S., & Chu, M. H. (2011). Explaining Chinese students' academic motivation: Filial piety and self-determination. *Educational Psychology*, 31(3), 377-392. <https://doi.org/10.1080/01443410.2011.559309>
- Kemendikbud. (2020). SE mendikbud: Pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah untuk mencegah penyebaran Covid-19. Diakses Desember 2022, dari <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pembelajaran-secara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19>
- Itjen Kemendikbud. (2021). *100 kampus terbaik di indonesia saat ini*. Diakses Januari 2023, dari <https://itjen.kemdikbud.go.id/public/post/detail/100-kampus-terbaik-di-indonesia-saat-ini>
- King. L. A. (2017). *The Science of Psychology an Appreciative View*. New York: Mc Graw Hill.
- Lal, S., Nguyen, T. X. T., Sulemana, A. S., Yuktadatta, P., Khan, M. S. R., & Kadoya, Y. (2022). A longitudinal study on loneliness during the covid-19 pandemic in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), 11248. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811248>
- Legault, L., Green-Demers, I., & Pelletier, L. (2006). Why do high school students lack motivation in the classroom? Toward an understanding of academic amotivation and the role of social support. *Journal of educational psychology*, 98(3), 567-582. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.98.3.567>
- Lenggono, B., & Yuzarion, Y. (2020). Motivasi berprestasi pada siswa SMA dalam perspektif Islam. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 2 (1), 31-40. <https://doi.org/10.26555/jptp.v2i2.18094>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., ... & Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: The impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of covid-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(11),1218-1239. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Long, S. (1977). University excellence: Students' academic reform beliefs. *Research in Higher Education*, 6(4), 289-312. <http://www.jstor.org/stable/40195239>
- Luppa, M., Sikorski, C., Luck, T., Ehreke, L., Konnopka, A., Wiese, B., ... Riedel-Heller, S. G. (2012). Age and gender-specific prevalence of depression in latest-life-systematic review and

- meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 212–221. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.11.033>
- Marmot, M. (2018) *The health gap: The challenge of an unequal world*. Bloomsbury, London, UK.
- Marvianto, R. D., & Widhiarso, W. (2018). Adaptasi academic motivation scale (AMS) versi Bahasa Indonesia. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(1), 87-95. <https://doi.org/10.22146/gamajop.45785>
- Maslow, H. (2018). *Motivation and personality* (diterjemahkan oleh Achmad Fawaid & Maufur). Yogyakarta: Cantrik Pustaka. (Original work published 1954)
- Mental Health Foundation. (2010). *The lonely society report*. Diakses Juni 2022, dari https://www.mentalhealth.org.uk/sites/default/files/the_lonely_society_report.pdf
- Natalya, L. (2018). Validation of academic motivation scale: Short Indonesian language version. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 34(1), 43-53. <https://doi.org/10.24123/aipj.v34i1.2025>
- PDPT. (2019). *Infografis*. Diakses November 2019, dari <https://pdpt.uny.ac.id/foto/infografis>
- Peltzer K, & Pengpid S. (2017) Loneliness and health risk behaviors among ASEAN adolescents. *Iran J Psychiatry Behav Sci*;1(3). <https://doi.org/10.5812/ijpbs.7691>.
- Pervez, S. (2018). The relationship between loneliness and academic achievement: a study on under graduate level students. *International Journal of Creative Research Thoughts* 6(1), 1302-1305. Retrieved from <https://ijcrt.org/papers/IJCRT1705426.pdf>
- Sagita, D. D., & Hermawan, D. (2020). Kesepian ramaja pada masa pandemi covid-19. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 122-130. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v3i1.1892>.
- Santrock, J.W. (2007). *Adolescence*. Boston: McGraw-Hill.
- Setiawati, F. (2017). *Statistika terapan untuk penelitian pendidikan dan sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Setyorini, I. (2020). Pandemi covid-19 dan online learning: Apakah berpengaruh terhadap proses pembelajaran pada kurikulum 13. *Journal of Industrial Engineering & Management Research (JIEMAR) volume: 01 no 01, pages 95-101*. <https://doi.org/10.7777/jiemar.v1i1>
- Stickley, A., & Koyanagi, A. (2016). Loneliness, common mental disorders and suicidal behavior: Findings from a general population survey. *Journal of Affective Disorders*, 197, 81–87. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.02.054>
- Stoliker, B., & Lafreniere, K. (2015). The influence of perceived stress, loneliness, and learning burnout on university students' educational experience. *College Student Journal* 49(1):146-159
- Wilson, R. S., Krueger, K. R., Arnold, S. E., Schneider, J. A., Kelly, J. F., Barnes, L. L., ... & Bennett, D. A. (2007). Loneliness and risk of alzheimer disease. *Archives of General Psychiatry*, 64(2), 234–240. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.64.2.234>