

Penurunan Motivasi Belajar: Analisis Studi Kepustakaan terhadap Faktor, Dampak, dan Strategi Penanganan

Heriyanto Chanra

Magister Teknologi Pendidikan, Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun Bogor

heriyantochanra@gmail.com

Abstrak

Motivasi belajar merupakan faktor psikologis yang sangat menentukan keberhasilan pendidikan. Namun, dalam praktik pendidikan formal di Indonesia maupun di tingkat global, fenomena penurunan motivasi belajar semakin sering muncul, ditandai dengan menurunnya partisipasi aktif, rendahnya keterlibatan dalam pembelajaran, serta berkurangnya ketekunan peserta didik dalam menyelesaikan tugas. Artikel ini bertujuan untuk menelaah secara komprehensif faktor-faktor penyebab penurunan motivasi belajar, dampaknya terhadap proses pendidikan, serta strategi yang dapat dilakukan untuk mengatasinya. Metode penelitian yang digunakan adalah **studi kepustakaan** dengan mengumpulkan literatur akademik berupa buku, artikel jurnal, laporan penelitian, dan dokumen resmi yang membahas motivasi belajar, baik dalam konteks teori maupun praktik. Hasil telaah menunjukkan bahwa penurunan motivasi belajar dipengaruhi oleh faktor internal (self-efficacy rendah, kejenuhan, stres, masalah emosional) dan faktor eksternal (strategi pembelajaran monoton, beban akademik berlebih, kurangnya dukungan orang tua, serta distraksi teknologi digital). Dampak yang ditimbulkan antara lain rendahnya hasil belajar, menurunnya partisipasi, munculnya perilaku pasif, dan terbentuknya sikap apatis terhadap pendidikan.

Artikel ini menyarankan agar pendidik dan pemangku kepentingan pendidikan menerapkan strategi penguatan motivasi berbasis pendekatan humanistik, pembelajaran aktif, dukungan sosial, serta pemanfaatan teknologi edukatif yang terintegrasi dengan kurikulum. Penelitian lanjutan dengan pendekatan empiris masih diperlukan untuk menguji efektivitas strategi tersebut dalam berbagai konteks pembelajaran.

Kata kunci: motivasi belajar, penurunan motivasi, studi kepustakaan, pendidikan

Abstract

Learning motivation is a psychological factor that plays a crucial role in determining educational success. However, within formal education practices in Indonesia as well as globally, the phenomenon of declining learning motivation has become increasingly prevalent. This trend is reflected in reduced active participation, lower engagement in learning activities, and decreased persistence among students in completing academic tasks. This article aims to comprehensively examine the factors contributing to the decline in learning motivation, its impact on the educational process, and the strategies that can be employed to address the issue. The research method applied is library research, involving the collection of academic literature such as books, journal articles, research reports, and official documents that discuss learning motivation from both theoretical and practical perspectives. The findings indicate that the decline in motivation is influenced by internal factors (low self-efficacy, boredom, stress, emotional difficulties) and external factors (monotonous instructional strategies, excessive academic workload, limited parental support, and distractions from digital technology). The consequences include lower academic achievement, reduced participation, passive behavior, and the development of apathetic attitudes toward education. This article recommends that educators and educational stakeholders adopt motivation-enhancing strategies grounded in humanistic approaches, active learning methods, social support, and the integration of educational technology into the curriculum. Further empirical studies are required to test the effectiveness of these strategies across diverse learning contexts.

Keywords: learning motivation, motivational decline, library research, education

Pendahuluan

Motivasi belajar merupakan salah satu aspek fundamental dalam proses pendidikan yang berfungsi sebagai penggerak utama peserta didik dalam mencapai tujuan akademik. Tanpa adanya motivasi, seluruh potensi kognitif, afektif, maupun psikomotor yang dimiliki siswa tidak dapat berkembang secara optimal. Sardiman (2018) menjelaskan bahwa motivasi belajar dapat dipahami sebagai kekuatan psikis yang menimbulkan semangat, mengarahkan perilaku, serta menentukan intensitas usaha seseorang dalam proses belajar. Dengan kata lain, motivasi adalah energi yang menggerakkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku belajar agar individu dapat bertahan menghadapi berbagai tantangan akademik.

Motivasi belajar tidak hanya berperan dalam meningkatkan pencapaian akademik, tetapi juga memengaruhi daya tahan siswa ketika menghadapi kesulitan. Peserta didik dengan motivasi tinggi cenderung memiliki strategi belajar yang lebih baik, keterampilan regulasi diri yang matang, serta kemampuan untuk menetapkan tujuan jangka panjang. Sebaliknya, peserta didik dengan motivasi rendah cenderung mudah menyerah, kurang tekun, dan mengalami penurunan kualitas hasil belajar. Oleh karena itu, motivasi belajar tidak hanya dipandang sebagai faktor psikologis individual, melainkan sebagai komponen esensial dalam keberhasilan sistem pendidikan secara keseluruhan (Schunk, Pintrich, & Meece, 2014).

Fenomena penurunan motivasi belajar kini menjadi perhatian global. Beberapa hasil survei internasional menunjukkan adanya tren penurunan keterlibatan siswa dalam proses belajar, terutama di era digital yang serba cepat dan penuh distraksi. Laporan *Programme for International Student Assessment* (PISA) misalnya, memperlihatkan bahwa meskipun akses pendidikan semakin meluas, kualitas keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran cenderung stagnan bahkan menurun di sejumlah negara, termasuk Indonesia. Penelitian Schunk et al. (2014) menegaskan bahwa generasi muda saat ini menghadapi tantangan motivasional yang unik, terutama terkait perubahan gaya hidup, paparan teknologi digital, serta meningkatnya tekanan akademik.

Di Indonesia, gejala serupa terlihat dari berbagai indikator. Pertama, rendahnya tingkat literasi siswa yang ditunjukkan oleh hasil PISA 2018, di mana Indonesia menempati peringkat bawah dalam kemampuan membaca, matematika, dan sains. Kedua, tingginya angka ketidakhadiran dan putus sekolah dini pada jenjang menengah yang menunjukkan adanya keterputusan motivasi belajar (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2021). Ketiga, menurunnya minat baca dan aktivitas belajar mandiri di kalangan siswa akibat dominasi media hiburan digital seperti game online dan media sosial (Hidayat & Rohman, 2020). Semua fakta ini memperkuat argumentasi bahwa masalah motivasi belajar bukan sekadar isu psikologis individual, melainkan tantangan struktural dalam dunia pendidikan Indonesia.

Penurunan motivasi belajar merupakan masalah kompleks karena dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait. Dari sisi psikologis, motivasi dipengaruhi oleh faktor internal seperti minat, rasa percaya diri, dan regulasi diri. Peserta didik dengan self-efficacy rendah cenderung memandang tugas belajar sebagai beban, bukan peluang untuk berkembang (Bandura, 1997). Dari sisi pedagogis, metode pengajaran yang monoton dan kurang inovatif

seringkali memperkuat kejenuhan siswa. Guru yang hanya menggunakan pendekatan ceramah, misalnya, membuat siswa sulit terlibat aktif sehingga minat belajar semakin menurun (Uno, 2021). Sementara itu, dari sisi lingkungan sosial, kurangnya dukungan keluarga, keterbatasan fasilitas, serta pengaruh lingkungan pergaulan juga berkontribusi terhadap turunnya semangat belajar.

Selain itu, era digital yang ditandai dengan masifnya penggunaan gawai juga menghadirkan tantangan baru. Peserta didik saat ini menghadapi berbagai distraksi yang bersaing langsung dengan aktivitas belajar, seperti game online, media sosial, dan konten hiburan instan. Distraksi ini sering kali lebih menarik perhatian dibandingkan aktivitas belajar yang membutuhkan konsentrasi jangka panjang. Hidayat & Rohman (2020) menemukan bahwa siswa yang terlalu sering menggunakan media digital non-edukatif cenderung memiliki tingkat konsentrasi rendah, motivasi belajar menurun, serta kecenderungan menunda pekerjaan akademik. Fenomena ini memperlihatkan adanya pergeseran budaya belajar di era digital yang perlu diantisipasi melalui strategi pedagogis yang adaptif.

Masalah penurunan motivasi belajar juga berdampak luas terhadap perkembangan peserta didik. Pertama, dari aspek akademik, rendahnya motivasi mengakibatkan turunnya hasil belajar, kurangnya partisipasi aktif, serta meningkatnya angka ketidakhadiran. Kedua, dari aspek psikologis, peserta didik dengan motivasi rendah cenderung mengalami stres, kecemasan, dan rendah diri. Ketiga, dari aspek sosial, penurunan motivasi belajar dapat menurunkan kualitas interaksi sosial karena siswa menjadi apatis, kurang berkolaborasi, dan cenderung menarik diri dari aktivitas positif. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memengaruhi kesiapan peserta didik dalam menghadapi tantangan dunia kerja dan kehidupan masyarakat modern (Santrock, 2019).

Dengan demikian, penurunan motivasi belajar bukan hanya masalah akademik yang bersifat individual, melainkan masalah multidimensional yang menyangkut kualitas pendidikan nasional. Mengingat pentingnya motivasi belajar sebagai fondasi keberhasilan pendidikan, kajian mendalam terhadap penyebab, dampak, dan strategi penanganannya menjadi sangat relevan. Studi kepustakaan dipilih sebagai pendekatan karena mampu memberikan gambaran komprehensif tentang fenomena ini melalui analisis teori, penelitian empiris, dan praktik pendidikan yang telah dilakukan sebelumnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, makalah ini bertujuan untuk: 1) Mengidentifikasi faktor-faktor penyebab penurunan motivasi belajar dari perspektif psikologis, pedagogis, dan sosial; 2) Menganalisis dampak penurunan motivasi belajar terhadap perkembangan akademik, psikologis, dan sosial peserta didik; dan 3) Merumuskan strategi penanganan yang relevan berdasarkan kajian teoritis dan temuan penelitian terdahulu.

Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam memperkaya literatur mengenai motivasi belajar, sekaligus menjadi rujukan praktis bagi guru, orang tua, dan pembuat kebijakan pendidikan dalam merancang strategi untuk membangkitkan kembali motivasi belajar peserta didik.

Kajian Pustaka

Kajian mengenai motivasi belajar tidak dapat dilepaskan dari berbagai teori yang menjelaskan bagaimana dorongan internal dan eksternal bekerja dalam memengaruhi perilaku belajar seseorang. Salah satu teori yang relevan adalah **Self-Determination Theory** yang dikembangkan oleh Deci dan Ryan (2000). Teori ini menekankan bahwa motivasi manusia dipengaruhi oleh tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Apabila ketiga kebutuhan tersebut terpenuhi, individu akan memiliki motivasi intrinsik yang tinggi. Namun, jika salah satunya terhambat, misalnya peserta didik merasa tidak memiliki kebebasan dalam belajar atau merasa kurang kompeten, maka motivasi belajar mereka akan menurun secara signifikan. Teori ini menegaskan pentingnya menciptakan iklim belajar yang mendukung otonomi siswa, memberikan tantangan sesuai kemampuan, serta membangun relasi positif antara guru dan murid.

Selain itu, **Expectancy-Value Theory** yang dikemukakan oleh Eccles dan Wigfield (2002) juga memberikan perspektif penting dalam memahami motivasi belajar. Menurut teori ini, motivasi siswa muncul ketika mereka meyakini bahwa mereka mampu berhasil dalam tugas yang diberikan (expectancy) dan memandang tugas tersebut sebagai sesuatu yang bernilai (value). Dengan kata lain, apabila siswa merasa bahwa usaha mereka sia-sia atau tugas yang diberikan tidak relevan dengan kebutuhan mereka, maka motivasi belajar akan mengalami penurunan. Teori ini memperlihatkan bahwa keyakinan diri dan persepsi terhadap makna belajar sangat menentukan intensitas usaha yang dilakukan siswa.

Dalam pendekatan lain, teori behavioristik yang dipelopori oleh Skinner (1953) melihat motivasi belajar sebagai hasil dari penguatan (reinforcement) eksternal. Menurut pandangan ini, pemberian hadiah, pujian, maupun hukuman akan berpengaruh besar terhadap tingkat motivasi siswa. Walaupun pendekatan ini sering dianggap mekanistik, teori behavioristik tetap relevan dalam konteks pendidikan karena memberikan pemahaman bahwa perilaku belajar dapat dibentuk melalui stimulus yang tepat. Namun, ketergantungan pada reinforcement eksternal yang berlebihan justru dapat melemahkan motivasi intrinsik apabila tidak diimbangi dengan strategi yang menumbuhkan kesadaran internal siswa.

Lebih jauh lagi, Bandura (1997) melalui **Social-Cognitive Theory** menekankan pentingnya konsep self-efficacy atau keyakinan terhadap kemampuan diri. Peserta didik dengan self-efficacy tinggi cenderung lebih gigih, mampu mengatasi hambatan, dan percaya bahwa usaha mereka akan berbuah hasil. Sebaliknya, siswa dengan self-efficacy rendah lebih mudah menyerah, mengalami kecemasan akademik, dan akhirnya kehilangan motivasi untuk belajar. Teori ini menegaskan bahwa motivasi tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan, tetapi juga oleh cara individu menafsirkan pengalaman dan menilai kemampuan dirinya sendiri.

Berdasarkan temuan dari berbagai teori tersebut, dapat dipahami bahwa penurunan motivasi belajar bersumber dari faktor internal maupun eksternal yang saling berinteraksi. Dari sisi internal, penurunan motivasi dapat terjadi karena kejenuhan belajar, rendahnya rasa percaya diri, kecemasan akademik, masalah kesehatan mental, serta lemahnya regulasi diri. Zimmerman (2000) menegaskan bahwa regulasi diri merupakan kunci utama dalam mempertahankan motivasi, karena siswa yang mampu mengatur tujuan, strategi, dan evaluasi belajar akan lebih

tahan menghadapi tantangan akademik. Apabila regulasi diri lemah, siswa lebih mudah kehilangan arah dan mengalami penurunan semangat belajar.

Sementara itu, faktor eksternal juga berperan besar dalam menurunnya motivasi belajar. Metode pembelajaran yang monoton dan tidak kontekstual membuat siswa merasa bosan, sehingga proses belajar kehilangan relevansinya. Kurangnya inovasi guru dalam memanfaatkan pendekatan pembelajaran aktif memperburuk situasi ini, ditambah lagi dengan beban akademik yang sering kali berlebihan dan tidak seimbang dengan kapasitas siswa. Selain itu, dukungan keluarga yang minim, baik dalam bentuk perhatian maupun fasilitas belajar, turut memperlemah motivasi siswa. Pengaruh kelompok sebaya dan arus budaya populer juga berkontribusi terhadap penurunan semangat belajar. Di era digital, distraksi dari media sosial, game online, dan hiburan instan menjadi faktor eksternal yang semakin memperparah turunnya motivasi (Uno, 2021).

Dampak dari penurunan motivasi belajar sangat luas dan multidimensi. Secara akademik, siswa yang kehilangan motivasi akan menunjukkan keterlibatan rendah dalam pembelajaran, jarang berpartisipasi aktif, dan cenderung mengalami penurunan prestasi. Santrock (2019) menegaskan bahwa keterlibatan dalam pembelajaran merupakan prediktor penting dari keberhasilan akademik, sehingga rendahnya motivasi akan berimplikasi langsung pada hasil belajar. Secara psikologis, siswa yang tidak termotivasi sering kali menunjukkan perilaku pasif, bosan, dan bahkan apatis terhadap pendidikan. Hal ini bukan hanya menghambat pencapaian akademik, tetapi juga dapat mengikis rasa percaya diri dan kesejahteraan emosional. Dari aspek sosial, penurunan motivasi belajar berdampak pada berkurangnya perkembangan keterampilan kolaboratif, kreativitas, serta kemampuan komunikasi. Kondisi ini jelas merugikan dalam jangka panjang, mengingat keterampilan sosial dan kreativitas merupakan tuntutan utama dalam kehidupan abad ke-21.

Dengan demikian, kajian pustaka memperlihatkan bahwa penurunan motivasi belajar merupakan fenomena yang tidak dapat dijelaskan hanya dengan satu teori atau faktor tunggal. Fenomena ini merupakan hasil interaksi kompleks antara aspek psikologis individu, strategi pedagogis yang diterapkan, serta lingkungan sosial dan budaya tempat siswa berkembang. Analisis teoretis ini sekaligus menegaskan pentingnya pendekatan multidisipliner dalam memahami dan mengatasi masalah penurunan motivasi belajar.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan (library research) yang menekankan pada penelusuran, analisis, serta sintesis berbagai sumber literatur yang relevan dengan topik penurunan motivasi belajar. Pendekatan ini dipilih karena masalah motivasi belajar merupakan isu multidimensional yang telah banyak diteliti dari perspektif psikologi, pendidikan, dan sosiologi, sehingga pengumpulan data melalui literatur memungkinkan peneliti untuk mendapatkan gambaran komprehensif tanpa harus melakukan penelitian lapangan secara langsung. Sumber-sumber yang dikaji mencakup buku-buku akademik, jurnal nasional dan internasional, artikel ilmiah, serta laporan penelitian yang terbit dalam rentang waktu 2000 hingga 2025. Pemilihan rentang waktu tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa teori-

teori dasar motivasi mulai berkembang secara signifikan pada awal abad ke-21, sementara perkembangan mutakhir di era digital memberikan konteks baru terhadap penurunan motivasi belajar.

Tahap awal penelitian dilakukan dengan pengumpulan literatur yang berkaitan dengan motivasi belajar, baik dari aspek teoritis maupun empiris. Proses ini dilakukan melalui penelusuran basis data daring seperti Google Scholar, ProQuest, dan DOAJ, serta katalog perpustakaan nasional untuk memperoleh sumber primer maupun sekunder. Literatur yang dikumpulkan kemudian diseleksi dengan menggunakan kriteria tertentu, yakni relevansi terhadap topik penurunan motivasi belajar, kredibilitas penulis atau lembaga penerbit, serta kesesuaian dengan fokus analisis yang hendak dibangun. Dengan demikian, sumber-sumber yang digunakan dalam penelitian ini bukan hanya mencakup teori klasik yang sudah mapan, tetapi juga temuan empiris terkini yang memberikan gambaran kontekstual terhadap fenomena yang sedang diteliti.

Setelah proses seleksi, literatur yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik analisis isi (content analysis). Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola-pola temuan terkait faktor penyebab penurunan motivasi belajar, dampak yang ditimbulkan, serta strategi yang telah ditawarkan dalam berbagai penelitian sebelumnya. Melalui analisis isi, peneliti tidak hanya mengumpulkan informasi deskriptif, tetapi juga menghubungkan gagasan-gagasan kunci antarpeneliti sehingga terbentuk suatu kerangka konseptual yang lebih utuh. Analisis ini juga memungkinkan peneliti untuk menemukan kesenjangan (research gap), misalnya terbatasnya penelitian yang secara spesifik menelaah interaksi antara faktor internal dan eksternal dalam memengaruhi motivasi belajar siswa.

Tahap terakhir dari penelitian ini adalah sintesis hasil kajian pustaka dalam bentuk narasi ilmiah yang disusun sesuai dengan struktur penulisan makalah berstandar jurnal nasional. Sintesis dilakukan dengan cara menyatukan berbagai perspektif teoritis dan temuan empiris ke dalam alur argumentasi yang koheren, sehingga dapat memperkuat analisis dan menghasilkan kesimpulan yang lebih mendalam. Dengan demikian, metode studi kepustakaan yang diterapkan dalam penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga analitis-kritis, karena berusaha menghubungkan teori, data empiris, dan konteks aktual untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai penurunan motivasi belajar.

Hasil dan Pembahasan

Hasil kajian pustaka menunjukkan bahwa faktor internal memainkan peranan penting dalam penurunan motivasi belajar peserta didik. Individu yang memiliki tingkat self-efficacy rendah cenderung mudah menyerah ketika menghadapi tantangan akademik, sebagaimana dijelaskan Bandura (1997) dalam kerangka teori sosial-kognitif. Rendahnya keyakinan diri membuat siswa merasa tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan, sehingga usaha belajar menjadi minimal dan hasil belajar pun menurun. Di samping itu, kejenuhan akibat rutinitas belajar yang monoton dan kurang bervariasi seringkali memunculkan rasa bosan yang berimplikasi pada hilangnya minat mengikuti proses pembelajaran. Tekanan akademik berupa tuntutan nilai tinggi, persaingan antarsiswa, serta ujian yang menekan juga menjadi sumber

stres yang signifikan. Kondisi ini membuat peserta didik mengalami kelelahan emosional sehingga motivasi intrinsik mereka terkikis.

Selain faktor internal, faktor eksternal juga menjadi pemicu utama penurunan motivasi belajar. Praktik pembelajaran yang masih didominasi metode ceramah konvensional kurang mampu menstimulasi keterlibatan aktif siswa, sehingga mereka cenderung pasif dan tidak terlibat secara mendalam dalam proses pembelajaran. Lingkungan keluarga yang minim dukungan emosional maupun keterbatasan ekonomi semakin memperparah kondisi tersebut, karena siswa tidak memperoleh penguatan positif di luar sekolah. Perkembangan teknologi digital juga menjadi distraksi besar bagi siswa, khususnya melalui media sosial dan game online yang seringkali lebih menarik dibandingkan aktivitas akademik. Hidayat dan Rohman (2020) mencatat bahwa penetrasi teknologi tanpa pengawasan yang memadai dapat menggeser prioritas belajar, sehingga waktu dan energi siswa lebih banyak tercurah pada aktivitas hiburan ketimbang aktivitas akademik.

Dampak penurunan motivasi belajar tidak hanya tercermin pada pencapaian akademik, tetapi juga pada aspek sikap sosial peserta didik. Rendahnya motivasi membuat siswa cenderung apatis terhadap pendidikan, menurunkan kepercayaan diri, bahkan dalam beberapa kasus mendorong munculnya keputusan putus sekolah dini. Santrock (2019) menegaskan bahwa motivasi yang melemah akan berimplikasi pada keterbatasan pengembangan keterampilan sosial, kolaborasi, dan kreativitas, yang sejatinya menjadi modal penting dalam menghadapi tantangan abad ke-21. Lebih jauh, apabila kondisi ini terjadi secara masif dan berkelanjutan, maka kualitas sumber daya manusia yang dihasilkan oleh sistem pendidikan juga terancam menurun, sehingga berdampak pada daya saing bangsa di tingkat global.

Strategi untuk meningkatkan motivasi belajar perlu diarahkan pada upaya komprehensif yang menyentuh dimensi psikologis, pedagogis, dan sosial. Pendekatan humanistik yang memberi ruang otonomi, kebebasan berekspresi, serta penghargaan terhadap keunikan setiap peserta didik terbukti mampu menumbuhkan kembali motivasi intrinsik. Pembelajaran yang berbasis aktivitas, seperti project-based learning, problem-based learning, dan kolaborasi kelompok, juga mampu meningkatkan keterlibatan aktif siswa sekaligus menumbuhkan rasa tanggung jawab dalam proses belajar. Dukungan sosial dari orang tua, guru, dan teman sebaya memberikan penguatan eksternal yang mendorong keberlangsungan semangat belajar. Selain itu, integrasi teknologi edukatif dalam bentuk gamifikasi, e-learning interaktif, maupun aplikasi pembelajaran berbasis mobile dapat menghadirkan pengalaman belajar yang lebih menarik dan sesuai dengan dunia digital yang akrab dengan kehidupan siswa. Seluruh strategi ini sejalan dengan tuntutan pembelajaran abad ke-21 yang menekankan pentingnya kreativitas, kolaborasi, komunikasi, dan berpikir kritis sebagai kompetensi utama.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian pustaka, penurunan motivasi belajar dapat dipahami sebagai fenomena yang kompleks dan multidimensi, di mana faktor internal dan eksternal saling berinteraksi membentuk pola penurunan yang berbeda pada setiap peserta didik. Faktor internal seperti kejenuhan akibat rutinitas pembelajaran yang tidak bervariasi, stres akademik yang

ditimbulkan oleh tuntutan nilai dan beban tugas, serta rendahnya self-efficacy yang mengurangi keyakinan diri siswa terbukti melemahkan dorongan intrinsik untuk belajar. Di sisi lain, faktor eksternal seperti metode pembelajaran yang masih bersifat monoton dan minim interaksi, kurangnya dukungan sosial baik dari keluarga maupun lingkungan sekolah, serta hadirnya distraksi teknologi digital melalui media sosial dan game online semakin memperburuk kondisi motivasi belajar. Kombinasi dari faktor-faktor tersebut menjadikan masalah penurunan motivasi tidak dapat diselesaikan hanya dengan satu pendekatan tunggal, melainkan membutuhkan strategi holistik yang menyentuh dimensi psikologis, pedagogis, dan sosial.

Dampak dari penurunan motivasi belajar tidak bisa dipandang remeh karena berimplikasi luas terhadap proses pendidikan dan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Peserta didik yang mengalami penurunan motivasi cenderung menunjukkan hasil akademik yang rendah, perilaku apatis, serta keterlibatan belajar yang minim. Lebih jauh lagi, kondisi tersebut dapat mengarah pada meningkatnya angka putus sekolah, terutama pada kelompok siswa dengan dukungan sosial yang terbatas. Dalam jangka panjang, jika fenomena ini tidak segera ditangani, maka konsekuensinya bukan hanya dirasakan pada individu, melainkan juga pada institusi pendidikan dan masyarakat secara luas, karena menurunnya kualitas generasi muda akan berdampak pada melemahnya daya saing bangsa di era global.

Oleh karena itu, diperlukan strategi yang komprehensif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pendekatan humanistik yang memberi ruang otonomi dan kebebasan berekspresi perlu dipadukan dengan model pembelajaran aktif yang menekankan kolaborasi, pemecahan masalah, serta pengalaman belajar yang bermakna. Dukungan sosial dari guru, orang tua, dan teman sebaya memiliki peranan krusial dalam menciptakan iklim belajar yang positif dan kondusif. Selain itu, pemanfaatan teknologi edukatif perlu diarahkan pada integrasi kreatif yang dapat menarik minat siswa, bukan sekadar menjadi distraksi. Strategi-strategi tersebut, jika diimplementasikan secara konsisten, dapat membantu mengembalikan motivasi belajar sekaligus memperkuat kesiapan siswa dalam menghadapi tantangan pembelajaran abad ke-21.

Meskipun kajian ini memberikan gambaran konseptual yang komprehensif mengenai faktor penyebab, dampak, dan strategi peningkatan motivasi belajar, penelitian lebih lanjut masih diperlukan untuk menguji efektivitas berbagai strategi yang ditawarkan. Studi empiris, baik dengan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif, dapat memberikan bukti yang lebih konkret mengenai sejauh mana strategi tertentu mampu meningkatkan motivasi belajar pada berbagai jenjang pendidikan dan dalam konteks sosial yang beragam. Dengan demikian, hasil penelitian mendatang diharapkan tidak hanya memperkaya literatur akademik, tetapi juga memberikan rekomendasi praktis yang dapat diimplementasikan oleh pendidik, pembuat kebijakan, serta seluruh pemangku kepentingan dalam bidang pendidikan.

Daftar Pustaka

Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 261–271. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261>

- Anderman, E. M., & Maehr, M. L. (1994). Motivation and schooling in the middle grades. *Review of Educational Research*, 64(2), 287–309. <https://doi.org/10.3102/00346543064002287>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Brophy, J. (2010). *Motivating students to learn* (3rd ed.). New York: Routledge.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Dörnyei, Z. (2001). *Motivational strategies in the language classroom*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 109–132. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135153>
- Gottfried, A. E., Fleming, J. S., & Gottfried, A. W. (2001). Continuity of academic intrinsic motivation from childhood through late adolescence: A longitudinal study. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 3–13. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.1.3>
- Guay, F., Ratelle, C. F., & Chantal, J. (2008). Optimal learning in optimal contexts: The role of self-determination in education. *Canadian Psychology*, 49(3), 233–240. <https://doi.org/10.1037/a0012758>
- Hidi, S., & Renninger, K. A. (2006). The four-phase model of interest development. *Educational Psychologist*, 41(2), 111–127. https://doi.org/10.1207/s15326985ep4102_4
- Hidayat, R., & Rohman, M. (2020). Pengaruh media digital terhadap motivasi belajar siswa sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan*, 21(3), 145–156.
- Järvelä, S., & Renninger, K. A. (2014). Designing for learning: Interest, motivation, and engagement. In R. K. Sawyer (Ed.), *The Cambridge handbook of the learning sciences* (2nd ed., pp. 668–685). Cambridge: Cambridge University Press.
- Maehr, M. L., & Meyer, H. A. (1997). Understanding motivation and schooling: Where we've been, where we are, and where we need to go. *Educational Psychology Review*, 9(4), 371–409. <https://doi.org/10.1023/A:1024750807365>
- Pintrich, P. R. (2003). A motivational science perspective on the role of student motivation in learning and teaching contexts. *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 667–686. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.4.667>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford Press.
- Santrock, J. W. (2019). *Educational psychology* (6th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sardiman, A. M. (2018). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning theories: An educational perspective* (6th ed.). Boston: Pearson.

- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in education: Theory, research, and practice* (4th ed.). Boston: Pearson Higher Education.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Macmillan.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2014). Teacher self-efficacy and perceived autonomy: Relations with teacher engagement, job satisfaction, and emotional exhaustion. *Psychological Reports*, 114(1), 68–77. <https://doi.org/10.2466/14.02.PR0.114k14w0>
- Slavin, R. E. (2020). *Educational psychology: Theory and practice* (13th ed.). New York: Pearson.
- Uno, H. B. (2021). *Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wentzel, K. R., & Wigfield, A. (2009). *Handbook of motivation at school*. New York: Routledge.
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2000). Expectancy–value theory of achievement motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 68–81. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1015>
- Woolfolk, A. (2016). *Educational psychology* (13th ed.). Boston: Pearson.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. New York: Routledge.