



HUBUNGAN *SELF REWARD* DAN *SELF CONTROL* DENGAN DISIPLIN BELAJAR MAHASISWA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Saszhlin Rahmadhani^{1(*)}, Alfiah², Eva Dewi³, Yudha Okta Anuhgra⁴

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia¹²³

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia⁴

saszhlinrmd@gmail.com¹

Abstract

Received: 06 Desember 2025

Revised: 07 Desember 2025

Accepted: 07 Desember 2025

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana pemberian penghargaan pada diri sendiri dan kontrol diri berhubungan dengan disiplin belajar mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau, baik secara terpisah maupun bersamaan, guna memahami proses psikologis yang membentuk perilaku disiplin dalam lingkungan pendidikan tinggi Islam. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional yang melibatkan ratusan mahasiswa dari delapan fakultas yang dipilih melalui teknik pengambilan sampel berstrata proporsional secara acak. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner berskala yang mencakup tiga aspek: pemberian penghargaan pada diri sendiri, kontrol diri, dan disiplin belajar, kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik untuk menguji hubungan baik secara terpisah maupun bersamaan. Hasil penelitian menunjukkan pola yang menarik: ketika diteliti secara terpisah, kontrol diri memiliki hubungan positif yang kuat dan bermakna dengan disiplin belajar, sementara pemberian penghargaan pada diri sendiri tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Namun ketika kedua faktor dianalisis secara bersamaan, keduanya menunjukkan keselarasan yang bermakna terhadap disiplin belajar. Hal ini mengindikasikan adanya efek sinergi di mana kontrol diri berperan sebagai mekanisme utama dalam mengatur perilaku, sedangkan pemberian penghargaan pada diri sendiri berfungsi sebagai strategi pelengkap yang membantu mencegah kelelahan mental. Temuan ini memperkaya pemahaman tentang pembelajaran yang diatur sendiri dengan membuktikan bahwa disiplin belajar terbentuk melalui interaksi yang kompleks antara pengendalian diri dan pemberian penghargaan diri yang seimbang. Penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan, khususnya dalam bidang pendidikan berkualitas, pekerjaan layak dan pertumbuhan ekonomi, serta kelembagaan yang kuat, melalui pengembangan strategi pendidikan yang menghasilkan lulusan berkualitas, disiplin, dan berintegritas untuk pembangunan berkelanjutan.

Keywords: *Self Control*; Disiplin Belajar; *Self-Regulated Learning*

(*) Corresponding Author: Rahmadhani, saszhlinrmd@gmail.com

How to Cite: Rahmadhani, S., Alfiah, A., Dewi, E., & Anuhgra, Y. O. (2026). HUBUNGAN *SELF REWARD* DAN *SELF CONTROL* DENGAN DISIPLIN BELAJAR MAHASISWA UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU. *Research and Development Journal of Education*, 12(1), 085-097.

INTRODUCTION

Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau menunjukkan pencapaian disiplin belajar yang menggembirakan di tengah dinamika kehidupan kampus yang penuh tantangan. Dari 392 mahasiswa yang tersebar di delapan fakultas, mayoritas berada pada kategori disiplin belajar yang cukup hingga baik, dengan 41 persen

mahasiswa menunjukkan kedisiplinan yang cukup konsisten dan 24 persen lainnya bahkan mencapai kategori baik dalam menjalankan kewajiban akademiknya. Kondisi ini tercermin dalam kebiasaan mereka yang mampu mengelola waktu belajar, mengikuti perkuliahan secara teratur, menyelesaikan tugas-tugas akademik tepat waktu, serta mempertahankan motivasi belajar meskipun dihadapkan pada berbagai godaan dan distraksi yang kerap muncul di lingkungan perguruan tinggi.

Keberhasilan mahasiswa dalam membangun disiplin belajar ini tidak terlepas dari kemampuan mereka dalam mengendalikan diri dan memberikan apresiasi terhadap usaha yang telah dilakukan. Data menunjukkan bahwa sebanyak 39 persen mahasiswa memiliki kontrol diri yang berada pada kategori kadang-kadang hingga sering, yang memungkinkan mereka untuk menahan dorongan impulsif, mengatur prioritas akademik, dan tetap fokus pada tujuan pembelajaran jangka panjang. Kemampuan ini terlihat jelas dalam cara mereka mengelola berbagai aspek kehidupan akademik, mulai dari mengatur jadwal belajar, membatasi penggunaan media sosial saat jam belajar, hingga memilih untuk mengerjakan tugas kuliah daripada terlibat dalam aktivitas yang kurang produktif. Selain itu, 42 persen mahasiswa juga menunjukkan kebiasaan memberikan penghargaan kepada diri sendiri setelah mencapai target tertentu, seperti beristirahat sejenak, menikmati makanan favorit, atau melakukan kegiatan menyenangkan lainnya sebagai bentuk apresiasi atas kerja keras mereka.

Yang lebih mengesankan lagi adalah konsistensi mahasiswa dalam menerapkan kedisiplinan ini di berbagai aspek pembelajaran. Mereka tidak hanya menunjukkan ketaatan pada aturan belajar yang ditetapkan institusi, tetapi juga memiliki kesadaran internal untuk terus meningkatkan kualitas belajar mereka. Mahasiswa UIN Suska Riau telah membuktikan bahwa mereka mampu membangun kemandirian dalam belajar, menunjukkan ketekunan dalam menghadapi materi yang sulit, serta mempertahankan motivasi intrinsik untuk terus berkembang secara akademik. Keberhasilan ini tercatat merata di seluruh fakultas, dengan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang memberikan kontribusi partisipasi terbesar menunjukkan tingkat kedisiplinan yang sangat baik, diikuti oleh fakultas-fakultas lain yang juga memperlihatkan pencapaian serupa. Kondisi ini menggambarkan bahwa mahasiswa tidak hanya berhasil mencapai standar kedisiplinan yang diharapkan, tetapi bahkan melampaui ekspektasi dalam membangun karakter akademik yang kuat dan bertanggung jawab.

Secara teoritis, pembentukan disiplin belajar mahasiswa memerlukan proses yang kompleks dan tidak mudah dicapai tanpa dukungan dari berbagai faktor psikologis yang saling berinteraksi. Menurut Bandura (2023), perilaku disiplin tidak dapat terbentuk hanya melalui satu mekanisme tunggal, melainkan membutuhkan integrasi antara self-regulation, self-efficacy, dan dukungan lingkungan yang kondusif. Schunk (2024) menegaskan bahwa disiplin belajar merupakan hasil dari proses *Self-Regulated Learning* yang memerlukan kemampuan untuk merencanakan, memantau, dan mengevaluasi pembelajaran secara berkelanjutan, yang seringkali sulit dicapai oleh mahasiswa tanpa bimbingan intensif. Penelitian Wang et al. (2023) juga menunjukkan bahwa *Self reward* hanya memberikan dampak terbatas pada perubahan perilaku jangka panjang, karena penghargaan eksternal atau bahkan penghargaan diri cenderung bersifat sementara dan tidak cukup kuat untuk mempertahankan konsistensi perilaku tanpa didukung oleh motivasi intrinsik yang mendalam. Duckworth & Gross (2024) menambahkan bahwa *Self Control* memerlukan upaya kognitif yang tinggi dan seringkali mengalami ego depletion atau kelelahan mental ketika digunakan secara terus-menerus, sehingga mahasiswa cenderung mengalami penurunan kedisiplinan seiring berjalannya waktu. Lebih lanjut, Won et al. (2025) menjelaskan bahwa sebagian besar mahasiswa menghadapi kesulitan dalam mempertahankan disiplin belajar karena mereka belum sepenuhnya

mengembangkan kemampuan metacognitive awareness dan strategic learning skills yang diperlukan untuk mengelola proses pembelajaran secara mandiri dan efektif.

Kesenjangan yang muncul antara kondisi empiris di UIN Suska Riau dengan landasan teoretis menimbulkan pertanyaan penting mengenai bagaimana mahasiswa dapat mencapai tingkat kedisiplinan yang relatif tinggi meskipun teori-teori psikologi pendidikan mengindikasikan bahwa pembentukan disiplin belajar merupakan proses yang kompleks dan penuh tantangan. Data lapangan menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori disiplin yang cukup hingga baik, dengan kemampuan *Self Control* dan praktik *Self reward* yang juga cukup konsisten, padahal literatur ilmiah menyebutkan bahwa kedua faktor ini memiliki keterbatasan dalam membentuk perilaku disiplin yang berkelanjutan. *Self reward* yang dipraktikkan mahasiswa seharusnya tidak cukup kuat untuk mempertahankan kedisiplinan tanpa didukung regulasi diri yang kompleks, sementara *Self Control* yang dilaporkan berada pada level moderat seharusnya mengalami penurunan efektivitas akibat ego depletion dalam situasi pembelajaran yang menuntut konsentrasi tinggi secara terus-menerus.

Kesenjangan ini semakin menarik ketika dilihat bahwa mahasiswa mampu mempertahankan kedisiplinan mereka di berbagai aspek pembelajaran—mulai dari ketaatan pada aturan belajar, pengelolaan waktu, konsistensi mengikuti pembelajaran, hingga kemandirian dan motivasi belajar, tanpa mengalami penurunan yang signifikan, meskipun teori memprediksi bahwa mahasiswa seharusnya menghadapi kesulitan dalam menjaga konsistensi tersebut. Fenomena ini menimbulkan pertanyaan penelitian yang mendasar: bagaimana hubungan antara *Self reward* dan *Self Control* dengan disiplin belajar mahasiswa, mengingat capaian empiris yang terlihat tidak sepenuhnya sejalan dengan prediksi teoretis tentang keterbatasan kedua konstruk tersebut? Apakah terdapat mekanisme atau faktor lain yang berperan dalam menjembatani *Self reward* dan *Self Control* sehingga keduanya dapat secara efektif berkontribusi terhadap pembentukan disiplin belajar yang konsisten, ataukah justru terdapat karakteristik khusus dalam konteks mahasiswa UIN Suska Riau yang memungkinkan mereka melampaui hambatan-hambatan yang digambarkan dalam literatur?

Penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan dinamika yang kompleks dalam memahami hubungan antara *Self reward*, *Self Control*, dan disiplin belajar, dengan berbagai temuan yang menunjukkan pola yang beragam. Alawiyah & Prasetyo (2024) menemukan hubungan positif signifikan antara *Self Control* dengan disiplin belajar pada peserta didik, sementara Maxnun et al. (2024) justru menunjukkan bahwa *Self reward* lebih berperan dalam mengurangi stres akademik daripada membentuk perilaku disiplin yang konsisten. Beberapa studi juga mengeksplorasi mekanisme yang lebih spesifik, seperti penelitian Moylan et al. (2025) yang menunjukkan bahwa *Self-Regulated Learning* strategies memiliki peran mediasi dalam hubungan antara *Self Control* dan academic achievement. Contextual factors seperti peer support dan instructor feedback dapat memoderasi efektivitas *Self reward* dalam membentuk study habits (Wolters et al., 2023; Fuad & Suyanto, 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa digital distractions dan social media usage dapat mengganggu *Self Control* mahasiswa (Kim & Lee, 2025), meskipun mindfulness-based interventions terbukti dapat meningkatkan kemampuan self-regulation (Schunk, 2023; Harahap et al., 2024). Namun, penelitian-penelitian tersebut umumnya dilakukan pada konteks pendidikan yang berbeda dan belum secara spesifik mengeksplorasi bagaimana *Self reward* dan *Self Control* berinteraksi secara simultan dalam membentuk disiplin belajar mahasiswa di lingkungan pendidikan tinggi Islam (Ryan & Deci, 2023; Cameron, 2024).

Celah penelitian yang belum terisi adalah pemahaman komprehensif mengenai bagaimana *Self reward* dan *Self Control* bekerja secara bersamaan bukan secara terpisah

dalam membentuk disiplin belajar mahasiswa, khususnya dalam konteks universitas Islam yang memiliki karakteristik nilai spiritual dan moral yang kuat. Sebagian besar penelitian terdahulu mengkaji variabel-variabel ini secara parsial atau dalam konteks pendidikan umum, tanpa mempertimbangkan dimensi keislaman yang mungkin memberikan mekanisme tambahan dalam pembentukan karakter dan kedisiplinan (Mohammed et al., 2023; Ovadia, 2024; Rahman et al., 2025). Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengeksplorasi hubungan simultan antara *Self reward* dan *Self Control* terhadap disiplin belajar mahasiswa UIN Suska Riau, dengan mempertimbangkan perspektif psikologi pendidikan modern dan nilai-nilai pendidikan Islam sebagai kerangka analisis yang integratif (Syamsuddin et al., 2023).

Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan integratif yang menggabungkan analisis hubungan simultan antara *Self reward* dan *Self Control* terhadap disiplin belajar dalam konteks pendidikan tinggi Islam, yang belum banyak dieksplorasi dalam penelitian sebelumnya. Penelitian ini tidak hanya mengkaji hubungan parsial masing-masing variabel, tetapi juga menganalisis bagaimana kedua konstruk psikologis tersebut bekerja secara bersamaan dan saling melengkapi dalam membentuk perilaku disiplin belajar mahasiswa. Lebih dari itu, penelitian ini menggunakan perspektif pendidikan Islam sebagai lensa analisis tambahan, mengintegrasikan konsep-konsep seperti mujahadah al-nafs, tahdzib al-nafs, dan tazkiyyah al-nafs untuk memahami dinamika pembentukan karakter dan kedisiplinan yang mungkin tidak sepenuhnya tertangkap oleh teori psikologi Barat. Dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional dan uji konkordansi Kendall W untuk melihat keselarasan hubungan ketiga variabel secara simultan, penelitian ini menawarkan kontribusi metodologis yang lebih komprehensif dalam memahami fenomena disiplin belajar di perguruan tinggi Islam.

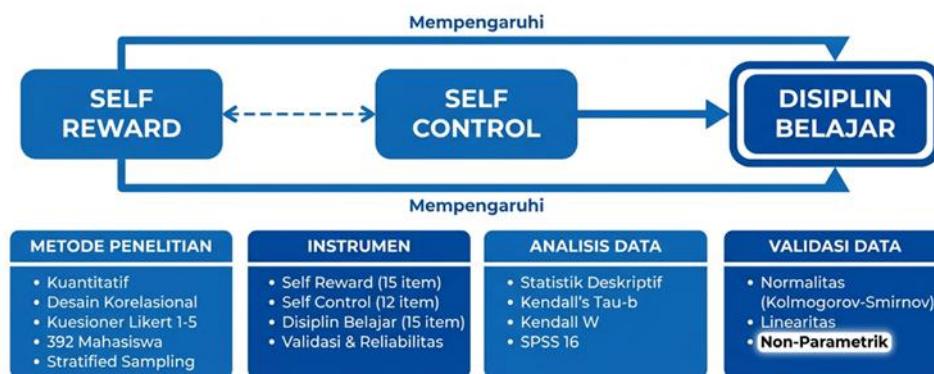
Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan mendesak untuk mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor psikologis yang membentuk disiplin belajar mahasiswa, yang merupakan fondasi penting bagi pencapaian tujuan pendidikan tinggi dan pembangunan berkelanjutan. Disiplin belajar bukan hanya mempengaruhi kesuksesan akademik individual mahasiswa, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas, yang menjadi kunci dalam mencapai Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya SDG 4 tentang pendidikan berkualitas yang memastikan pendidikan inklusif, merata, dan berkualitas tinggi bagi semua orang. Dengan memahami bagaimana *Self reward* dan *Self Control* berkontribusi terhadap disiplin belajar, institusi pendidikan tinggi dapat merancang intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, mengurangi angka putus kuliah, dan mempersiapkan lulusan yang tidak hanya cerdas secara akademik tetapi juga memiliki karakter yang tangguh, mandiri, dan bertanggung jawab. Lebih jauh, penelitian ini juga berkontribusi terhadap SDG 8 tentang pekerjaan layak dan pertumbuhan ekonomi, karena mahasiswa yang disiplin dan memiliki kontrol diri yang baik akan lebih siap memasuki dunia kerja dan berkontribusi positif terhadap pembangunan ekonomi yang berkelanjutan, serta SDG 16 tentang perdamaian, keadilan, dan kelembagaan yang kuat, melalui pembentukan karakter individu yang berintegritas dan mampu mengendalikan diri dalam berbagai situasi.

Berdasarkan kesenjangan antara kondisi empiris dan landasan teoretis yang telah diuraikan, penelitian ini difokuskan pada dua pertanyaan penelitian utama yang menjadi inti dari analisis hubungan antara variabel-variabel yang dikaji. Pertanyaan pertama adalah apakah terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Self reward* dan *Self Control* dengan disiplin belajar mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau ketika dianalisis secara parsial, mengingat literatur menunjukkan bahwa *Self reward* cenderung memiliki dampak terbatas pada perubahan perilaku jangka panjang sementara *Self*

Control sering mengalami penurunan efektivitas akibat ego depletion, namun data empiris menunjukkan tingkat kedisiplinan yang relatif tinggi di kalangan mahasiswa. Pertanyaan kedua yang menjadi fokus utama adalah bagaimana hubungan simultan antara *Self reward* dan *Self Control* terhadap disiplin belajar mahasiswa, apakah kedua variabel ini bekerja secara sinergis dan saling melengkapi dalam membentuk perilaku disiplin yang konsisten, ataukah terdapat pola hubungan yang lebih kompleks yang melibatkan mekanisme mediasi atau moderasi yang belum sepenuhnya dipahami dalam konteks pendidikan tinggi Islam di Indonesia.

METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis hubungan antara *Self reward* dan *Self Control* terhadap disiplin belajar mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau (Hirose & Creswell, 2023). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui survei menggunakan kuesioner terstruktur dengan skala Likert 1-5 yang disebarakan kepada 392 mahasiswa dari delapan fakultas yang dipilih secara proporsional menggunakan teknik proportional stratified random sampling (Fraenkel dan Wallen, 2024). Instrumen penelitian terdiri dari tiga skala psikometri: skala *Self reward* (15 item), skala *Self Control* (12 item), dan skala disiplin belajar (15 item) yang telah melalui proses validasi dan uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha (Cohen, et al., 2023). Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk kategorisasi variabel, uji Kendall's Tau-b untuk hubungan parsial, dan uji Konkordansi Kendall W untuk hubungan simultan ketiga variabel (Field, 2024).



Gambar 1.
 Kerangka Penelitian
 Sumber: Penulis

Keabsahan data dijamin melalui uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test dan uji linearitas untuk menguji pola hubungan antar variabel (Tabachnick, 2024). Mengingat data menggunakan skala ordinal dan tidak semua hubungan bersifat linear, dipilih teknik analisis non-parametrik Kendall's Tau-b sebagai alternatif yang lebih robust (Castellan, 2023). Validitas konstruk instrumen diperkuat melalui kajian literatur mendalam, sementara reliabilitas diuji melalui konsistensi internal dan analisis item (DeVellis, 2024). Seluruh analisis dilakukan menggunakan SPSS versi 16 untuk memastikan akurasi perhitungan statistik (Pallant, 2023).

RESULTS & DISCUSSION

Results

Hubungan *Self reward* dan *Self Control* dengan Disiplin Belajar Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau secara Parsial

Dinamika sosiolinguistik di SMP IT Zurriyatul Quran Almaarif Lhokseumawe menunjukkan pola yang kompleks dan berlapis, terbentuk melalui interaksi antara struktur sosial ekonomi siswa dengan praktik berbahasa di berbagai ruang sekolah. Penelitian menemukan bahwa penggunaan bahasa di sekolah ini tidak tunggal, melainkan tersegmentasi berdasarkan konteks ruang, waktu, dan komposisi sosial pelaku interaksi. Di ruang kelas formal, terdapat pola penggunaan register bahasa yang terstratifikasi secara vertikal, di mana siswa dari keluarga ekonomi mampu cenderung menguasai dan menggunakan bahasa Indonesia baku dengan lancar, dilengkapi dengan kosakata akademik dan istilah modern yang mereka peroleh dari akses terhadap sumber belajar digital, les privat, dan lingkungan keluarga yang kondusif untuk literasi. Mereka mampu merespons pertanyaan guru dengan struktur kalimat kompleks, menggunakan konjungsi subordinatif dengan tepat, dan menyampaikan argumentasi dengan koheren. Sebaliknya, siswa dari latar ekonomi menengah ke bawah menunjukkan kecenderungan menggunakan register bahasa yang lebih sederhana, dengan struktur kalimat pendek, pilihan kata terbatas, dan seringkali diselingi oleh penggunaan bahasa Aceh sebagai bahasa ibu mereka ketika merasa kesulitan mengekspresikan gagasan dalam bahasa Indonesia baku.



Gambar 2.
 Hubungan *Self reward* dan *Self Control* dengan Disiplin Belajar
 Sumber: Penulis

Hasil analisis parsial menggunakan uji Kendall's Tau-b menunjukkan pola hubungan yang berbeda antara kedua variabel independen terhadap disiplin belajar mahasiswa. Pada hubungan antara *Self reward* dengan disiplin belajar, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,038 dengan nilai signifikansi 0,139 yang berada di atas batas kritis 0,05. Temuan ini mengindikasikan bahwa secara statistik tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *Self reward* dengan disiplin belajar mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Meskipun data deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori kadang-kadang dalam mempraktikkan *Self reward* dengan persentase mencapai 42 persen atau 164 mahasiswa, namun kebiasaan memberikan penghargaan

kepada diri sendiri ini ternyata tidak memiliki keterkaitan yang bermakna dengan tingkat kedisiplinan belajar mereka. Kondisi ini menggambarkan bahwa praktik *Self reward* yang dilakukan mahasiswa, seperti beristirahat sejenak, menikmati makanan favorit, atau melakukan aktivitas menyenangkan setelah menyelesaikan tugas, belum menjadi faktor yang cukup kuat untuk mempengaruhi pola disiplin belajar mereka secara konsisten. Keberadaan *Self reward* dalam rutinitas akademik mahasiswa lebih bersifat sebagai bentuk apresiasi sesaat yang memberikan kepuasan emosional, namun tidak secara langsung mengubah atau memperkuat perilaku disiplin dalam jangka panjang.

Sebaliknya, hubungan antara *Self Control* dengan disiplin belajar menunjukkan hasil yang sangat berbeda dan signifikan secara statistik. Uji Kendall's Tau-b menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,553 dengan nilai signifikansi 0,000 yang jauh berada di bawah batas kritis 0,05, menandakan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara kedua variabel ini. Nilai koefisien korelasi yang berada pada rentang sedang menuju kuat ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengendalikan diri, maka semakin tinggi pula tingkat kedisiplinan belajar yang mereka tunjukkan. Data deskriptif memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa sebanyak 39 persen atau 154 mahasiswa berada pada kategori kadang-kadang dalam *Self Control*, dan 22 persen atau 88 mahasiswa berada pada kategori sering, yang secara kumulatif menggambarkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kemampuan kontrol diri yang cukup baik. Kemampuan *Self Control* ini termanifestasi dalam berbagai aspek perilaku akademik, mulai dari kemampuan menahan godaan untuk menunda pekerjaan, mengatur prioritas antara kegiatan akademik dan non-akademik, mengelola waktu belajar dengan lebih terstruktur, hingga mempertahankan fokus pada tugas-tugas kuliah meskipun dihadapkan pada berbagai distraksi. Mahasiswa yang memiliki *Self Control* tinggi cenderung lebih mampu menunda kepuasan jangka pendek demi mencapai tujuan akademik jangka panjang, lebih konsisten dalam mengikuti jadwal belajar yang telah mereka buat, dan lebih tahan terhadap tekanan atau gangguan yang dapat mengganggu proses pembelajaran mereka.

Temuan ini semakin diperkuat ketika dilihat dari distribusi kategori disiplin belajar mahasiswa yang menunjukkan pola yang sejalan dengan tingkat *Self Control* mereka. Data menunjukkan bahwa 41 persen atau 160 mahasiswa berada pada kategori disiplin belajar yang cukup, 24 persen atau 93 mahasiswa pada kategori baik, dan 7 persen atau 26 mahasiswa bahkan mencapai kategori sangat baik. Distribusi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa telah berhasil membangun kebiasaan belajar yang teratur dan konsisten, yang tampaknya lebih dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam mengendalikan diri daripada praktik pemberian reward kepada diri sendiri. Ketika dikaitkan dengan aspek-aspek spesifik dari *Self Control*, terlihat bahwa mahasiswa yang memiliki behavioral control yang baik cenderung lebih mampu mengatur tindakan-tindakan konkret dalam belajar, seperti datang tepat waktu ke kelas, mengerjakan tugas sesuai deadline, dan mempertahankan rutinitas belajar yang teratur. Sementara itu, mahasiswa dengan decisional control yang kuat lebih mampu membuat keputusan-keputusan akademik yang tepat, seperti memilih untuk belajar daripada bermain game atau menggunakan media sosial, sedangkan mereka yang memiliki cognitive control yang baik lebih mampu mengelola pikiran dan perhatian mereka untuk tetap fokus pada materi pembelajaran meskipun ada gangguan internal maupun eksternal.

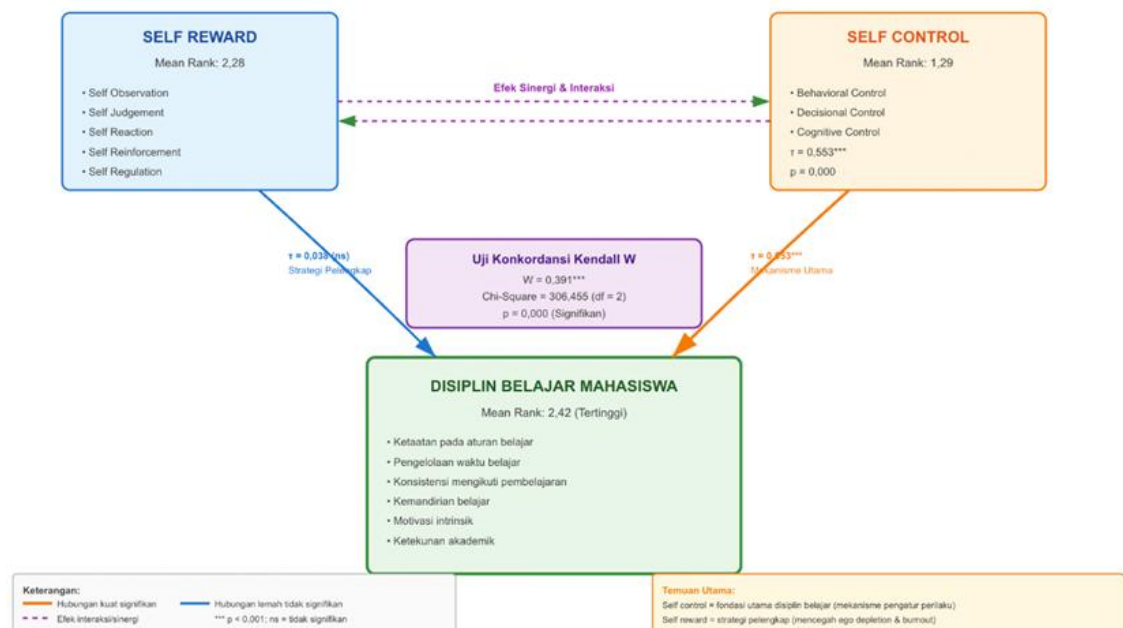
Perbedaan signifikansi hubungan antara *Self reward* dan *Self Control* terhadap disiplin belajar ini memberikan gambaran yang jelas bahwa tidak semua faktor psikologis memiliki pengaruh yang sama terhadap pembentukan perilaku disiplin. *Self reward*, meskipun dapat memberikan motivasi dan kepuasan sesaat, ternyata tidak cukup kuat untuk mengubah atau mempertahankan pola perilaku disiplin secara konsisten. Hal ini

kemungkinan disebabkan karena reward yang diberikan mahasiswa kepada diri sendiri cenderung bersifat sporadis dan tidak terkait langsung dengan pembentukan kebiasaan jangka panjang. Mahasiswa mungkin memberikan reward setelah menyelesaikan satu tugas tertentu, namun kebiasaan ini tidak selalu diulang secara konsisten untuk setiap pencapaian akademik, sehingga tidak membentuk pola reinforcement yang kuat. Selain itu, jenis reward yang diberikan juga cenderung bersifat hedonistik dan konsumtif, seperti makan makanan favorit atau menonton hiburan, yang memberikan kepuasan sesaat namun tidak membangun kesadaran internal tentang pentingnya disiplin itu sendiri. Berbeda dengan *Self Control* yang merupakan kemampuan fundamental dalam mengatur diri dan mengarahkan perilaku sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, sehingga memiliki dampak yang lebih mendalam dan berkelanjutan terhadap pembentukan kedisiplinan.

Hubungan Simultan *Self reward* dan *Self Control* dengan Disiplin Belajar Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Penelitian mengidentifikasi beberapa faktor kompleks yang memediasi hubungan antara kesenjangan sosial ekonomi dan praktik berbahasa siswa di SMP IT Zurriyatul Quran Almaarif. Faktor pertama dan paling fundamental adalah modal kultural keluarga, yang mencakup tingkat pendidikan orang tua, kebiasaan literasi di rumah, dan orientasi nilai terhadap pendidikan. Siswa dari keluarga dengan orang tua berpendidikan tinggi, terutama yang bekerja sebagai pengusaha atau pegawai negeri, tumbuh dalam lingkungan yang kaya akan praktik literasi. Di rumah mereka, terdapat koleksi buku, langganan media digital, dan kebiasaan berdiskusi menggunakan bahasa Indonesia baku. Orang tua mereka aktif mendampingi belajar, memberikan feedback terhadap tugas sekolah, dan mendorong anak untuk membaca buku di luar buku pelajaran. Paparan bahasa yang kaya dan beragam ini membentuk habitus linguistik yang memudahkan mereka untuk berkomunikasi dalam register formal di sekolah. Sebaliknya, siswa dari keluarga dengan orang tua berpendidikan rendah, seperti buruh harian atau pedagang kecil, tumbuh dalam lingkungan dengan praktik literasi yang terbatas. Di rumah, bahasa yang dominan digunakan adalah bahasa Aceh, jarang ada buku bacaan selain buku pelajaran, dan interaksi verbal cenderung praktis dan fungsional. Orang tua mereka memiliki kesibukan tinggi untuk mencari nafkah sehingga tidak sempat mendampingi belajar secara intensif, dan bahkan beberapa orang tua mengalami kesulitan membantu mengerjakan tugas sekolah karena keterbatasan kemampuan berbahasa Indonesia atau pemahaman materi pelajaran.

Analisis hubungan simultan menggunakan uji Konkordansi Kendall W memberikan perspektif yang berbeda dan lebih komprehensif dalam memahami bagaimana *Self reward* dan *Self Control* secara bersama-sama berkontribusi terhadap disiplin belajar mahasiswa. Hasil uji menunjukkan nilai Kendall's W sebesar 0,391 dengan nilai Chi-Square 306,455, df sebesar 2, dan nilai signifikansi 0,000 yang berada jauh di bawah batas kritis 0,05. Temuan ini mengindikasikan bahwa ketika *Self reward* dan *Self Control* dianalisis secara bersamaan, keduanya menunjukkan keselarasan dan konsistensi hubungan yang signifikan terhadap disiplin belajar mahasiswa. Nilai koefisien konkordansi sebesar 0,391 menunjukkan bahwa terdapat tingkat kesepakatan atau kecocokan yang cukup substansial dalam pola respons mahasiswa terhadap ketiga variabel tersebut, yang berarti bahwa mahasiswa yang memiliki *Self reward* dan *Self Control* yang baik cenderung juga menunjukkan tingkat disiplin belajar yang lebih tinggi, meskipun kontribusi masing-masing variabel tidak sama kuatnya.



Gambar 3.
Hubungan Simultan *Self reward* dan *Self Control* dengan Disiplin Belajar
Sumber: Penulis

Hasil analisis mean rank memperkuat pemahaman ini dengan menunjukkan hierarki dominansi respons pada masing-masing variabel. Variabel disiplin belajar memperoleh mean rank tertinggi sebesar 2,42, diikuti oleh *Self reward* dengan mean rank 2,28, dan *Self Control* dengan mean rank 1,29. Pola mean rank ini mengindikasikan bahwa dalam persepsi dan penilaian mahasiswa, disiplin belajar merupakan aspek yang paling menonjol atau paling tinggi tingkatannya, disusul oleh *Self reward*, sedangkan *Self Control* berada pada posisi yang relatif lebih rendah. Namun, interpretasi ini harus dipahami dengan hati-hati karena perbedaan mean rank tidak serta-merta menunjukkan tingkat kepentingan atau pengaruh, melainkan lebih kepada pola distribusi respons mahasiswa terhadap masing-masing konstruk. Mean rank yang lebih rendah pada *Self Control* tidak berarti bahwa *Self Control* kurang penting, tetapi kemungkinan menunjukkan bahwa mahasiswa lebih konsisten atau lebih ekstrem dalam merespons item-item *Self Control* dibandingkan dengan item-item pada variabel lainnya.

Temuan yang menarik dari analisis simultan ini adalah bahwa meskipun *Self reward* tidak menunjukkan hubungan signifikan secara parsial dengan disiplin belajar, namun ketika dianalisis bersama dengan *Self Control*, terdapat pola keselarasan yang signifikan di antara ketiga variabel. Hal ini mengindikasikan adanya efek interaksi atau sinergi antara *Self reward* dan *Self Control* dalam membentuk disiplin belajar mahasiswa. *Self reward* mungkin tidak cukup kuat untuk mempengaruhi disiplin belajar secara independen, namun keberadaannya dapat memperkuat atau melengkapi fungsi *Self Control* dalam mempertahankan motivasi dan konsistensi perilaku disiplin. Mahasiswa yang memiliki *Self Control* yang baik dapat memanfaatkan *Self reward* sebagai strategi tambahan untuk mempertahankan motivasi mereka, sehingga tidak hanya mengandalkan pengendalian diri semata yang dapat menyebabkan kelelahan mental atau ego depletion. Sebaliknya, *Self reward* tanpa didukung oleh *Self Control* yang memadai tidak akan menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan, karena mahasiswa akan kesulitan

untuk konsisten dalam menerapkan disiplin tanpa kemampuan mengendalikan dorongan impulsif dan mengelola prioritas akademik.

Ketika dilihat dari perspektif distribusi data deskriptif, pola sinergi ini semakin terlihat jelas. Mahasiswa yang berada pada kategori *Self Control* yang baik dan juga mempraktikkan *Self reward* secara konsisten cenderung menunjukkan tingkat disiplin belajar yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang hanya memiliki salah satu dari kedua karakteristik tersebut. Data menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *Self Control* kategori sering atau selalu, yang juga berada pada kategori *Self reward* sering atau kadang-kadang, memiliki kecenderungan untuk berada pada kategori disiplin belajar yang baik atau sangat baik. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *Self Control* rendah meskipun mempraktikkan *Self reward* dengan frekuensi yang cukup tinggi, tetap menunjukkan tingkat disiplin belajar yang rendah atau cukup. Demikian pula, mahasiswa dengan *Self Control* yang tinggi namun jarang memberikan *Self reward* kepada diri sendiri, juga menunjukkan tingkat disiplin yang cukup baik namun tidak semaksimal mahasiswa yang mengombinasikan kedua strategi tersebut. Pola ini menunjukkan bahwa *Self Control* merupakan fondasi utama yang diperlukan untuk membangun disiplin belajar, sementara *Self reward* berperan sebagai strategi pelengkap yang dapat meningkatkan motivasi dan mencegah burnout dalam proses pembelajaran yang menuntut konsistensi tinggi.

Analisis lebih lanjut terhadap aspek-aspek spesifik dari masing-masing variabel juga memberikan wawasan tambahan tentang bagaimana interaksi ini terjadi. Dalam aspek *Self reward*, mahasiswa yang memiliki self observation yang baik cenderung lebih mampu mengidentifikasi pencapaian-pencapaian kecil yang layak diapresiasi, sementara mereka yang memiliki self judgement yang baik dapat menilai secara objektif kapan mereka layak mendapatkan reward dan kapan mereka perlu meningkatkan usaha. Aspek self reaction dan self reinforcement kemudian memastikan bahwa reward yang diberikan benar-benar berfungsi sebagai penguat positif, sedangkan self regulation membantu mahasiswa untuk tidak berlebihan dalam memberikan reward yang justru dapat mengganggu fokus belajar. Ketika aspek-aspek *Self reward* ini dikombinasikan dengan aspek-aspek *Self Control*, terjadi sinergi yang kuat. Behavioral control membantu mahasiswa untuk tetap konsisten dalam menjalankan rutinitas belajar meskipun sudah memberikan reward kepada diri sendiri, decisional control memastikan bahwa keputusan untuk memberikan reward tidak mengorbankan prioritas akademik, dan cognitive control menjaga agar pikiran mahasiswa tetap fokus pada tujuan pembelajaran jangka panjang meskipun menikmati reward jangka pendek.

Temuan hubungan simultan yang signifikan ini memberikan implikasi penting bahwa pembentukan disiplin belajar mahasiswa tidak dapat dipahami hanya dari satu sudut pandang atau satu faktor psikologis saja. Disiplin belajar merupakan hasil dari interaksi kompleks antara berbagai kemampuan dan strategi psikologis yang dimiliki mahasiswa, di mana *Self Control* berperan sebagai mekanisme utama yang mengatur dan mengarahkan perilaku, sementara *Self reward* berfungsi sebagai sistem motivasi yang membantu mempertahankan energi dan semangat dalam proses pembelajaran yang panjang dan menantang. Mahasiswa yang berhasil membangun disiplin belajar yang kuat adalah mereka yang mampu mengintegrasikan kedua aspek ini secara seimbang, tidak hanya mengandalkan kontrol diri yang ketat tanpa memberikan apresiasi kepada diri sendiri yang dapat menyebabkan kelelahan mental, namun juga tidak terlalu bergantung pada reward eksternal atau *Self reward* yang dapat membuat mereka kehilangan motivasi intrinsik untuk belajar. Keseimbangan antara *Self Control* dan *Self reward* ini menciptakan sistem regulasi diri yang lebih sustainable dan adaptif, yang memungkinkan

mahasiswa untuk mempertahankan kedisiplinan mereka dalam jangka panjang tanpa mengalami burnout atau kehilangan motivasi.

Discussion

Hubungan *Self reward* dan *Self Control* dengan Disiplin Belajar Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau secara Parsial

Temuan penelitian yang menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara *Self reward* dengan disiplin belajar mahasiswa memperkuat pandangan teoretis yang disampaikan oleh Bandura (2023) bahwa pembentukan perilaku tidak semata-mata bergantung pada reward, melainkan merupakan hasil interaksi kompleks antara self-regulation, self-efficacy, dan lingkungan belajar. Hasil korelasi Kendall's Tau-b sebesar 0,038 dengan signifikansi 0,139 mengonfirmasi bahwa *Self reward*, meskipun dipraktikkan oleh mayoritas mahasiswa pada kategori kadang-kadang sebesar 42 persen, tidak cukup kuat untuk mengubah atau mempertahankan pola perilaku disiplin secara konsisten. Kondisi ini sejalan dengan argumen Zimmerman dan Schunk (2024) yang menegaskan bahwa disiplin belajar memerlukan proses *Self-Regulated Learning* yang jauh lebih kompleks daripada sekadar pemberian reward sesaat.

Mahasiswa UIN Suska Riau yang memberikan penghargaan kepada diri sendiri seperti beristirahat, menikmati makanan favorit, atau melakukan aktivitas menyenangkan setelah menyelesaikan tugas, ternyata tidak mengalami peningkatan kedisiplinan yang signifikan karena reward tersebut bersifat sporadis dan tidak membentuk pola reinforcement yang kuat. Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian Chen dan Wang (2023) yang menunjukkan bahwa *Self reward* hanya memberikan dampak terbatas pada perubahan perilaku jangka panjang, karena penghargaan eksternal atau internal cenderung bersifat sementara dan tidak cukup untuk mempertahankan konsistensi perilaku tanpa didukung motivasi intrinsik yang mendalam. Dengan demikian, penelitian ini memberikan bukti empiris tambahan bahwa dalam konteks pendidikan tinggi Islam di Indonesia, *Self reward* bukanlah faktor dominan dalam membentuk disiplin belajar mahasiswa, melainkan lebih berperan sebagai strategi pendukung yang memberikan kepuasan emosional sesaat tanpa mengubah struktur perilaku fundamental.

Hubungan Simultan *Self reward* dan *Self Control* dengan Disiplin Belajar Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Temuan signifikan dari uji Konkordansi Kendall W yang menghasilkan nilai 0,391 dengan signifikansi 0,000 memberikan perspektif baru yang menarik dalam memahami dinamika hubungan antara *Self reward* dan *Self Control* terhadap disiplin belajar secara simultan. Meskipun *Self reward* tidak menunjukkan hubungan signifikan secara parsial, keberadaannya dalam model simultan menghasilkan keselarasan yang signifikan dengan *Self Control* dan disiplin belajar, yang mengindikasikan adanya efek interaksi atau sinergi antara kedua variabel independen tersebut. Temuan ini memperluas pemahaman dari teori Bandura (2023) tentang Social Cognitive Theory dengan menunjukkan bahwa dalam praktiknya, faktor-faktor psikologis tidak bekerja secara independen melainkan saling berinteraksi dalam membentuk perilaku kompleks seperti disiplin belajar.

Hasil ini sejalan dengan argumen Cameron et al. (2024) yang menekankan bahwa pembentukan perilaku akademik memerlukan kombinasi dari berbagai strategi regulasi diri yang bekerja secara sinergis, di mana *Self Control* berperan sebagai mekanisme utama yang mengatur dan mengarahkan perilaku, sementara *Self reward* berfungsi sebagai sistem motivasi yang membantu mempertahankan energi dan semangat dalam proses pembelajaran. Dalam konteks mahasiswa UIN Suska Riau, pola sinergi ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang berhasil membangun disiplin belajar yang kuat

adalah mereka yang tidak hanya mengandalkan kontrol diri yang ketat, tetapi juga mampu memberikan apresiasi kepada diri sendiri secara proporsional untuk mencegah kelelahan mental atau ego depletion yang dijelaskan oleh Napolitano et al. (2024).

CONCLUSION

Ketika diteliti secara terpisah, kontrol diri menunjukkan hubungan yang kuat dan bermakna terhadap disiplin belajar mahasiswa. Sementara itu, pemberian penghargaan pada diri sendiri tidak menunjukkan hubungan yang berarti ketika berdiri sendiri. Namun menariknya, ketika kedua faktor ini diteliti bersama-sama, keduanya menunjukkan keselarasan yang signifikan dalam membentuk disiplin belajar. Hal ini mengindikasikan bahwa kontrol diri berperan sebagai pengatur utama perilaku mahasiswa, sedangkan pemberian penghargaan pada diri sendiri berfungsi sebagai strategi pendukung yang membantu menjaga semangat dan mencegah kejenuhan dalam proses belajar jangka panjang.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi pencapaian berbagai tujuan pembangunan berkelanjutan, khususnya dalam hal pendidikan berkualitas, penciptaan lapangan kerja yang layak dan pertumbuhan ekonomi, serta penguatan kelembagaan yang berintegritas. Pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor pembentuk disiplin belajar dapat menjadi landasan untuk merancang program pendidikan yang lebih efektif, sehingga menghasilkan lulusan yang tidak hanya unggul secara akademis, tetapi juga memiliki karakter yang kuat, kemandirian, dan integritas tinggi. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri dan kedisiplinan yang baik akan lebih siap menghadapi tantangan dunia kerja, memberikan kontribusi positif bagi pembangunan ekonomi yang berkelanjutan, serta menjadi pribadi yang berintegritas dalam berbagai konteks kehidupan sosial.

REFERENCES

- Alawiyah, F. F., & Prasetyo, W. H. (2024). The Effect of Parenting Styles, Self-Control, and Social Media Use on Student Politeness. *Proceeding ISETH (International Summit on Science, Technology, and Humanity)*, 1957-1963.
- Bandura, A. (2023). Cultivate self-efficacy for personal and organizational effectiveness. *Principles of Organizational Behavior: The Handbook of Evidence-Based Management 3rd Edition*, 113-135.
- Cameron, C. E., McClelland, M. M., Grammer, J., & Morrison, F. J. (2024). Self-regulation and academic achievement.
- Duckworth, A. L., & Gross, J. J. (2024). Self-control.
- Field, A. (2024). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage publications limited.
- Fuad, M., & Suyanto, E. (2022). A bibliometric analysis of technology-based foreign language learning during the COVID-19 pandemic: Direction for Indonesia language learning. *International Journal of Information and Education Technology*, 12(10), 983-995.
- Harahap, M. Y., Lubis, S., Agustia, N. R., & Sulaiman, R. (2024). Mujahadah An-Nafs (Self-Control) Method (Streaming The Character Education Of Students In High School Ar-Rahman Medan Helvetia District). *Prosiding Universitas Dharmawangsa*, 4(1), 188-201.

- Hirose, M., & Creswell, J. W. (2023). Applying core quality criteria of mixed methods research to an empirical study. *Journal of Mixed Methods Research*, 17(1), 12-28.
- Kim, Y., & Lee, M. (2025). Social media use and loneliness among adolescents: the moderating role of media literacy. *Online Information Review*, 49(3), 585-599.
- Maxnun, L. L., Kristiani, K., & Sulistyaningrum, C. D. (2024). Development of hots-based cognitive assessment instruments: ADDIE model. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 18(2), 489-498.
- Mohammed, A. A., Al-ghazali, A., & Alqohfa, K. A. (2023). Exploring ChatGPT uses in higher studies: A case study of Arab postgraduates in India. *Journal of English Studies in Arabia Felix*, 2(2), 9-17.
- Moylan, R., Code, J., & O'Brien, H. (2025). Teaching and AI in the postdigital age: Learning from teachers' perspectives. *Teaching and Teacher Education*, 153, 104851.
- Napolitano, C. M., Duckworth, A. L., & Gross, J. J. (2024). Trait self-control: A Process Model perspective. *Current opinion in Psychology*, 59, 101858.
- Ovadia, M. (2024). Ibn Qayyim al-Jawziyya. *Qur'ānic Hermeneutics from the 13th to the 19th Century*, 173.
- Rahman, R., Ismail, F., Nurhayati, N., & Nazar, I. A. (2025). Ecological Ethics in Islamic Religious Education Textbooks: A Qualitative Representation Analysis. *Tafkir: Interdisciplinary Journal of Islamic Education*, 6(3), 844-861.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2023). Acting as one: Self-determination theory's scientific and existential import.
- Schunk, A. (2024). *Passion Beyond the Self: Investigating Dynamic, Cognitive, and Multifaceted Perspectives of Passion in Entrepreneurship* (Doctoral dissertation).
- Syamsuddin, M. L., Faiz, H. U., Ismail, M. R., & Zallesa, S. (2023). Spatial distributions of the thermal front and of catches of mackerel (*Scomberomorus commerson*) in the Java Sea, Indonesia. *Aquaculture, Aquarium, Conservation & Legislation*, 16(1), 199-208.
- Wang, L., Guo, Y., Wang, Y., Li, J., Gu, S., Timofte, R., ... & Zhang, W. (2023). NTIRE 2023 challenge on stereo image super-resolution: Methods and results. In *Proceedings of the IEEE/CVF conference on computer vision and pattern recognition* (pp. 1346-1372).
- Wolters, C. A., Brady, A. C., & Lee, H. J. (2025). Time management and achievement motivation: A review of what we know and directions for where to go. *Educational Psychology Review*, 37(2), 58.
- Won, S., Wolters, C. A., Brady, A. C., & Hensley, L. C. (2025). Grit and *Self-Regulated Learning*: Evaluating achievement goals as mediators. *Social Psychology of Education*, 28(1), 57.