

**HUBUNGAN FLOW AKADEMIK DENGAN SELF-EFFICACY
PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER ANGKATAN
2016 UIN MALANG YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI**

SKRIPSI



Oleh:

Ar Rizal Fikri Firdaus

NIM. 16410043

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
TAHUN 2020**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN FLOW AKADEMIK DENGAN SELF-EFFICACY PADA
MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN DOKTER ANGKATAN 2016 UIN
MALANG YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

SKIRIPSI

Oleh:

Ar Rizal Fikri Firdaus

NIM. 16410043

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing



Hilda Halida, M.Psi

NIP. 19910512 20191120 2 273

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 19671029 199403 2 001

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

**HUBUNGAN FLOW AKADEMIK DENGAN SELF-EFFICACY PADA
MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN DOKTER YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI ANGKATAN 2016 UIN MALANG**

SKRIPSI

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Hilda Halida, M.Psi

NIP. 1991051220191120 2 273

Anggota Penguji Lain

Ketua Penguji



Dr. Elok Halimatus Sakdiah, M.Si

NIP. 19740518200501 2 002

Penguji Utama



Muhammad Jamaluddin, M.Si

NIP. 19801108200801 1 007

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi pada tanggal

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 19671029 199403 2001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ar Rizal Fikri Firdaus

NIM : 16410043

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan *Flow* Akademik Dengan *Self-efficacy* Pada

Mahasiswa Jurusan Pendidikan Dokter Angkatan 2016 UIN Malang yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah karya peneliti sendiri dan bukan karya orang lain sebagian atau keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka peneliti bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Malang, 10 Desember 2020

Peneliti,

A handwritten signature in black ink is written over a green 6000 Rupiah postage stamp. The stamp features the text 'METERAI TEMPEL', '6000', and 'LEMBANG RUPAH'. A purple floral emblem is visible on the right side of the stamp.

Ar Rizal Fikri Firdaus

NIM. 16410043

MOTTO

Sebaik-baik manusia adalah mereka yang mampu mengendalikan dirinya kepada hal yang bermanfaat.

HALAMAN PERSEMBAHAN

1. Allah SWT, yang telah memberikan kesehatan dan akal yang sehat sehingga saya bisa mengerjakan skripsi dengan lancar.
2. Terima kasih kepada kedua orang tua dan tante saya yang selalu mendukung dari pertama masuk kuliah sampai akhirnya dapat menyelesaikan tugas akhir ini terimakasih atas semangat, kasih sayang serta dukungan baik materi maupun moral yang telah diberikan selama ini terima kasih atas doa yang diberikan kepadaku sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini, semoga kelak saya bisa menjadi anak yang bisa dibanggakan dan berguna bagi kalian sekali lagi terimakasih banyak
3. Saya juga mengucapkan terima kasih sebanyak banyaknya kepada Ibu Hilda Halida.M.Psi selaku dosen pembimbing saya tanpa bimbingan beliau saya tidak bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik terimakasih telah membimbing dengan serius, semangat, ceria, dan tidak pernah marah sekalipun waktu bimbingan walau bimbingan dilakukan secara online.
4. Terimah kasih juga kepada Bapak Dr. Mohammad Mahpur, M.Si selaku dosen wali saya yang selalu peduli ketika saya menanyakan saran, nasihat serta ilmunya.
5. Keluarga paguyuban duta anti narkoba yang menjadi tempat belajar cara bersosialisasi dan menemani baik suka maupun duka.
6. Keluarga asisten laboratorium yang selalu kompak, berbagi ilmu, dan memberikan pengalaman yang luar biasa.
7. Seluruh teman-teman angkatan 2016, yang berjuang bersama-sama untuk meraih mimpi masing-masing.


KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan hidayah sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terimakasih setinggi tingginya kepada:

1. Prof. Dr Abdul Haris, M.Ag, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Hilda Halida, M.Psi dan Dr. Yulia Sholichatun, M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan nasihat, motivasi.
4. Dr. Mohammad Mahpur, M.Si selaku dosen penasehat akademik yang membimbing dari semester satu hingga akhir.
5. Muhammad Jamaluddin, M.Si selaku kepala jurusan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
6. Semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan penelitian ini baik secara moril maupun materil.

Semoga Allah memberikan imbalan yang setimpal atas segala bantuan dan jerih payah terhadap apa yang diberikan kepada penulis, penulis berharap semoga penelitian ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Malang, 7 Desember 2020

Penulis,


Ar Rizal Fikri Firdaus

DAFTAR ISI

| | |
|--------------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI..... | iii |
| MOTTO | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| KATA PENGANTAR..... | vi |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| ABSTRAK | xiv |
| ABSTRACT | xv |
| مستخلص البحث | xvi |
| | |
| BAB I..... | 1 |
| PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1. Latar Belakang | 1 |
| 2. Rumusan Masalah..... | 7 |
| 3. Tujuan Penelitian | 7 |
| 4. Manfaat Penelitian | 8 |
| | |
| BAB II | 9 |
| KAJIAN TEORI | 9 |

| | |
|---|-----------|
| 1. <i>Flow</i> Akademik | 10 |
| 1.1. Pengertian <i>Flow</i> Akademik..... | 10 |
| 1.2. Aspek-Aspek <i>Flow</i> Akademik..... | 14 |
| 1.3. Dimensi <i>Flow</i> | 15 |
| 1.4. Prasyarat Mencapai Kondisi <i>Flow</i> | 18 |
| 1.5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Flow</i>..... | 20 |
| 1.6. <i>Flow</i> Akademik Dalam Perspektif Islam | 20 |
| 2. Efikasi Diri (<i>Self-Efficacy</i>)..... | 26 |
| 2.1. Pengetian <i>Self-Efficacy</i> | 26 |
| 2.2. Aspek <i>Self-Efficacy</i>..... | 26 |
| 2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Efficacy</i>..... | 28 |
| 2.4. Fungsi <i>Self-Efficacy</i>..... | 32 |
| 2.5. Konsep <i>Sel-Efficacy</i> Menurut Islam..... | 34 |
| 3. Hubungan <i>Flow</i> akademik dengan <i>Self-Efficacy</i> | 34 |
| 4. Perumusan Hipotesis | 43 |
| BAB III..... | 44 |
| METODE PENELITIAN | 45 |
| 1. Identifikasi Variabel Penelitian | 44 |
| 2. Definisi Operasional Variabel Penelitian..... | 45 |
| 3. Subjek Penelitian..... | 46 |
| 4. Teknik Sampling | 48 |
| 5. Teknik Pengumpulan Data | 48 |
| 5.1. Skala <i>Flow</i> Akademik..... | 49 |
| 5.2. Skala <i>Self-Efficacy</i>..... | 51 |
| 6. Uji Validitas dan Reabilitas | 54 |
| 6.1. Uji Validitas | 54 |
| 6.2. Uji Reabilitas | 55 |
| 7. Metode Analisis Data | 55 |
| 7.1. Analisis Deskriptif..... | 57 |

| | |
|---|-----------|
| BAB IV | 60 |
| HASIL DAN PEMBAHASAN | 60 |
| 1. Pelaksanaan Penelitian | 60 |
| 1.1. Waktu dan Tempat | 60 |
| 1.2. Jumlah Subjek Penelitian..... | 60 |
| 1.3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data..... | 60 |
| 2. Hasil Penelitian..... | 61 |
| 2.1. Analisis Deskripsi | 61 |
| 2.2. Uji Asumsi | 67 |
| 2.3. Uji Hipotesis..... | 68 |
| 3. PEMBAHASAN | 69 |
| 3.1. Tingkat <i>Flow</i> Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan Dokter Angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang Sedang Mengerjakan Skripsi | 73 |
| 3.2. Tingkat <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa Jurusan Pendidikan Dokter Angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang Sedang Mengerjakan Skripsi | 76 |
| 3.3. Hubungan <i>Flow</i> Akademik dengan <i>Self-Efficacy</i> | 82 |
| BAB V..... | 82 |
| PENUTUPAN | 82 |
| 1. Kesimpulan | 82 |
| 2. Saran | 84 |
| DAFTAR PUSTAKA | 85 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2. 1 Skema Hubungan <i>Self-Efficacy</i> dengan <i>flow</i> akademik..... | 40 |
| Tabel 2. 2 Skema Kerangka Teoritik <i>Self-Efficacy</i> dan <i>flow</i> akademik..... | 43 |
| Tabel 3. 1 Penilaian Persyaratan <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> | 49 |
| Tabel 3. 2 Blueprint skala <i>Flow</i> Akademik | 51 |
| Tabel 3. 3 Blueprint skala <i>Self-Efficacy</i> | 53 |
| Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas..... | 57 |
| Tabel 3. 5 Norma Kategorisasi..... | 57 |
| Tabel 3.6 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi | 58 |
| Tabel 4. 1 Deskripsi Skor Hipotetik dan Empirik..... | 62 |
| Tabel 4. 2 Norma Kategorisasi..... | 63 |
| Tabel 4. 3 Kategorisasi <i>Flow</i> Akademik..... | 63 |
| Tabel 4. 4 Presentase Setiap Aspek <i>Flow</i> Akademik..... | 64 |
| Tabel 4. 5 Kategorisasi <i>Self-Efficacy</i> | 65 |
| Tabel 4. 6 Aspek Pembentuk Variabel <i>Self-Efficacy</i> | 65 |
| Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas | 67 |
| Tabel 4. 8 Uji Linieritas <i>Flow</i> Akademik terhadap <i>Self-Efficacy</i> | 68 |
| Tabel 4. 9 Hasil Uji Korelasi Hubungan <i>Flow</i> Akademik terhadap <i>Self-Efficacy</i> | 69 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 4. 1 Kategorisasi <i>Flow Akademik</i> | 64 |
| Gambar 4. 2 Kategorisasi <i>Self-Efficacy</i> | 66 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1 Kuisisioner Penelitian | 90 |
| Lampiran 2 Uji Validitas dan Reabilitas | 95 |
| Lampiran 3 Deskripsi Subjek..... | 97 |
| Lampiran 4 Tabulasi | 99 |
| Lampiran 5 Uji Asumsi..... | 101 |
| Lampiran 6 Uji Hipotesis | 102 |

ABSTRAK

Firdaus, Ar Rizal Fikri. 2020. Hubungan *Flow* Akademik dengan *Self-Efficacy* Terhadap Mahasiswa Pendidikan Dokter Angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Hilda Halida, M.Psi

Flow akademik adalah suatu kondisi dimana individu merasakan kenyamanan, mampu untuk berkonsentrasi, memiliki motivasi dari diri sendiri, dan menikmati kegiatan akademik. *Self-efficacy* adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk memutuskan perilaku yang sesuai untuk mencapai keberhasilan yang di inginkan.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Sampel yang diambil adalah keseluruhan populasi yaitu sebanyak 48 orang. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel terikat *flow* akademi dan variabel bebas *self-efficacy*.

Hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tingkat *flow* akademik pada mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang sedang mengerjakan skripsi dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 52%. Tingkat *self-efficacy* juga berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 90%. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya korelasi yang agak lemah terhadap *flow* akademik dengan *self-efficacy* pada mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang sedang mengerjakan skripsi sebesar 0,466 dengan skor signifikansi 0,001 ($p < 0,05$).

Kata Kunci : *Flow Akademik, Self-Efficac, Pendidikan Dokter*

ABSTRAK

Firdaus, Ar Rizal Fikri. 2020. The Relationship between Academic Flow and Self-Efficacy for Students of 2016 Medical Education at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University who are Working on Thesis. Essay. Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Hilda Halida, M.Psi

Academic flow is a condition in which individuals feel comfortable, able to concentrate, have self-motivation, and enjoy academic activities. Self-efficacy is the belief that an individual has that he has the ability to decide the appropriate behavior to achieve the desired success.

This research was conducted with a quantitative approach. The samples taken were the entire population as many as 48 people. There are two variables in this study, namely the dependent variable academic flow and the independent variable self-efficacy.

The results of the analysis that have been carried out show that the level of academic flow in medical education students class of 2016, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University who is working on their thesis is in the medium category with a percentage of 52%. The level of self-efficacy is also in the medium category with a percentage of 90%. The results of the hypothesis test show that there is a rather weak correlation with academic flow with self-efficacy in 2016 students of medical education at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University who are working on their thesis of 0.466 with a significance score of 0.001 ($p < 0.05$).

Keywords : Academic Flow, Self-Efficacy, Medical Education

مستخلص البحث

فردوس، رزال فكري. 2020. علاقة التدفق الأكاديمي مع الفعالية الذاتية لطلاب التعليم الدكتور من فئة 2016 جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية الذين يعملون على البحث الجامعي. البحث الجامعي. كلية علوم النفس جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

المشرف : هيلدا هاليدا، الماجستير

التدفق الأكاديمي هو حالة يشعر فيها الأفراد بالراحة والإطمئنان والقدرة على التركيز والتحفيز الذاتي والاستمتاع بالأنشطة الأكاديمية. الكفاءة الذاتية هي الاعتقاد بأن الفرد لديه القدرة على تحديد السلوك المناسب لتحقيق النجاح المنشود.

تم إجراء هذا البحث مع نُهج كمي. كانت العينات المأخوذة من جميع السكان تصل إلى 48 شخصًا. هناك متغيرين في هذا البحث العلمي ، وهما المتغيرات تدفق منضم أكاديمية والمتغيرات الخالية ذاتية الفعالية.

تظهر نتائج التحليل الذي تم إجراؤه أن مستوى التدفق الأكاديمي لطلبة التعليم الطبي دفعة 2016 ، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية الذين يعملون على بحث العلمي في الفئة المتوسطة بنسبة 52٪. كما أن مستوى الكفاءة الذاتية يقع في الفئة المتوسطة بنسبة 90٪. أظهرت نتائج اختبار الفرضية نعرف أن هناك علاقة ضعيفة نوعًا ما مع التدفق الأكاديمي والكفاءة الذاتية في عام 2016 لطلاب التعليم الطبي في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية الذين كانوا يعملون على بحث العلمي من 0.466 وبدرجة معنوية 0.001 ($p < 0.05$).

الكلمات الرئيسية : التدفق الأكاديمي ، الكفاءة الذاتية ، التعليم الطبي

BAB 1

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Setiap mahasiswa pastinya memiliki keinginan untuk bisa menyelesaikan kegiatan perkuliahan di perguruan tinggi, dengan mendapatkan gelar diploma ataupun sarjana. Akan tetapi pada kenyataannya tidak sedikit pula mahasiswa yang gagal dalam menyelesaikan kegiatan belajarnya di perguruan tinggi. Hal tersebut dapat terjadi karena adanya beberapa hambatan, seperti kesulitan memahami materi dan mengerjakan tugas perkuliahan, serta tidak terjalinya komunikasi yang baik antara mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan dosen pembimbing.

Penelitian yang dilakukan oleh Widarto (2017) pada saat meneliti mengenai faktor penghambat studi mahasiswa yang tidak dapat lulus tepat waktu. Menunjukkan bahwa beberapa faktor kendala tidak lulus tepat waktu adalah karena jarak yang jauh untuk pergi ke kampus untuk melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing, masih memiliki kegiatan perkuliahan, sudah mendapatkan pekerjaan sebelum lulus, dosen pembimbing yang kurang responsif, tempat tinggal yang kurang kondusif untuk mengerjakan skripsi, dan bimbingan yang dilakukan tidak intensif dengan dosen pembimbing.

Skripsi sendiri merupakan karya tulis ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa jenjang S1 untuk bisa mendapatkan gelar sarjana. Karya tulis ilmiah yang dimaksud adalah sebuah penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dibawah bimbingan dosen, yang disebut dosen pembimbing skripsi. Menurut Miftahul Huda (2011)

skripsi adalah karya tulis ilmiah yang dibuat atau ditulis oleh mahasiswa program S1 yang membahas mengenai sebuah topik berdasarkan hasil kajian pustaka yang ditulis oleh para ahli, hasil penelitian yang didapatkan dari lapangan, maupun penelitian hasil pengembangan (eksperimen).

Kamus Besar Bahasa Indonesia (2019) skripsi merupakan karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian persyaratan akhir Pendidikan akademisnya. Masnur Muslich Maryaeni menyatakan penulisan skripsi merupakan bagian dari kegiatan pendisiplinan ilmu dalam kegiatan tulis-menulis yang dilakukan oleh mahasiswa program S1, karena skripsi adalah karya akhir yang dianggap mampu memberikan indikator pemahaman pada disiplin ilmu yang diambil oleh mahasiswa yang bersangkutan.

Mahasiswa yang sedang maupun sudah mengambil mata kuliah skripsi, sering kali merasakan kesulitan dalam mengerjakan skripsi tersebut. Beberapa mahasiswa memiliki keyakinan akan mampu menyelesaikan skripsi dalam waktu tepat dan mendapatkan hasil yang baik serta memuaskan. Meskipun terdapat juga beberapa mahasiswa yang kurang yakin dalam proses pengerjaan skripsinya dan hanya bisa berharap menyelesaikannya dalam waktu yang tepat.

Penulisan skripsi yang baik dan berkualitas perlu memiliki tata tulis yang sesuai dengan standar buku (Hon, 2007). Serta harus memiliki penggunaan metode penelitian yang tepat (Hensel, 2012). Idealnya dalam mengerjakan skripsi mahasiswa tidak lebih dari 2 semester, oleh karena itu mahasiswa membutuhkan manajemen waktu yang baik (Chandraseekar, 2008). Namun, berdasarkan data

tidak sedikit pula mahasiswa yang mengambil skripsi lebih dari 2 semester. Adanya halangan seperti rasa malas, menyepelekan, memiliki aktivitas yang lebih menjadi prioritas, dan rendahnya peran keterlibatan mahasiswa dalam pengerjaan skripsi (*flow* akademik) (Yuwanto, 2011).

Flow adalah keadaan dimana seseorang merasa atau menjadi sangat tenggelam dalam melakukan aktivitas maupun kegiatan dengan keterampilan dan tantangan didalamnya (Csikzentmihalyi, 2009). Ghani dan Dhespande (1994) mengungkapkan bahwasanya *flow* adalah perhatian penuh pada saat seseorang menjalani kegiatan tertentu dan akan muncul kenikmatan pada saat menjalani kegiatan tersebut. Seseorang dengan *flow* yang tinggi akan bisa mendapatkan perasaan nikmat, fokus, dan nyaman ketika menjalani kegiatan yang dilakukannya. (Csikzentmihalyi, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Yuwanto (2011) menunjukkan bahwa stress akademik berkorelasi secara negatif terhadap *flow* akademik, Yuwanto (2011) berpendapat bahwa *flow* mampu memberikan manfaat kepada kalangan mahasiswa untuk bisa dapat lebih fokus, kreatif, dan lebih cepat untuk menangkap materi pada saat pembelajaran berlangsung. Oleh karena itu *flow* akademik sangat perlu dimiliki oleh pelajar untuk bisa meraih prestasi akademik yang optimal.

Mengenai ini tentunya seluruh mahasiswa diharapkan untuk memiliki *flow* yang tinggi dalam mengerjakan tugas, salah satunya seperti skripsi. *Flow* berfungsi agar mahasiswa terhindar dari rasa jenuh selama mengerjakan tugas, sehingga tugas yang dihasilkan bisa berkualitas dan tidak hanya sembarang dikerjakan. *Flow*

juga membuat mahasiswa untuk terus termotivasi dalam mengerjakan tugasnya dan agar terhindar dari penundaan dalam mengerjakannya.

Flow memang erat kaitannya dengan kemampuan ketahanan diri seseorang, hal tersebut dikarenakan adanya dua faktor yang membuat seseorang dalam kondisi *flow* yaitu faktor individu dan faktor lingkungan, faktor individu terkait pada kemampuan yang dimiliki individu untuk berkreasi dalam mengerjakan tugas atau pekerjaannya sedangkan faktor lingkungan merupakan seberapa sulit/besar tantangan yang diberikan kepada individu tersebut.

Ketika individu mengetahui ketahanan dirinya dan kemampuan dirinya akan dapat mengukur serta menikmati aktivitas maupun pekerjaan yang dilakukannya, hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Melisa Santoso (2014) tentang *self-efficacy* dan *flow* akademik yang ditinjau dari *Temporal Motivation Theory* (TMT) terhadap mahasiswa psikologi dimana dalam penelitian yang dilakukannya memberikan hasil bahwa kemampuan ketahanan diri seseorang akan dapat meningkatkan motivasi internal seseorang dalam mengerjakan tugas,

Ketahanan diri (*streght*) dapat berguna dalam menilai seberapa bagus dan fungsional ketika sedang menyelesaikan pekerjaan ataupun tugas. Ketika seseorang memiliki ketahanan diri yang baik maka akan semakin mudah mencapai kondisi *flow* karena akan menambah dan memperbanyak motivasi internal dalam diri individu tersebut.

Individu dalam mengerjakan skripsi merupakan perilaku yang maladaptif dilakukan oleh mahasiswa yang berkaitan dengan penyelesaian tugas akademik dari

universitas (Ferrari & Phycycl, 2012). Ketahanan diri dari individu adalah bagian dari *self-efficacy*

Peneliti melakukan survey kepada dua mahasiswa angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi dari setiap fakultas yang terdapat di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, antara lain fakultas ilmu tarbiyah dan keguruan, fakultas syari'ah, fakultas humaniora, fakultas psikologi, fakultas ekonomi, fakultas sains dan teknologi, serta fakultas kedokteran dan Ilmu kesehatan. Hasil survey yang juga dilakukan secara personal bertanya langsung kepada dua mahasiswa yang mewakili dari berbagai fakultas di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi, menyatakan bahwa dalam penyusunan skripsi dilakukan tidak konstan.

Kebanyakan dari mereka memberikan alasan tidak meluangkan waktunya untuk mengerjakan skripsi, melakukan kegiatan yang lebih menghasilkan seperti bekerja, kesulitan untuk menemui dosen pembimbing, dan merasa susah untuk konsentrasi saat mengerjakan skripsi. Pernyataan dari mahasiswa tersebut memberikan indikasi bahwa masih terdapat mahasiswa yang memiliki *flow* rendah, dengan dibuktikannya pernyataan tidak memprioritaskan skripsi dan kurang konsentrasi yang berarti belum memenuhi aspek *flow* itu sendiri.

Setelah melakukan perbandingan dari setiap fakultas untuk mencari fenomena yang paling menarik untuk diteliti, maka peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian terhadap jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

Malang. Hal ini dikarenakan mahasiswa angkatan 2016 jurusan kedokteran yang sedang mengerjakan skripsi adalah angkatan pertama, dan yang pasti mereka tidak memiliki alumni dari jurusan tersebut sebelumnya. Hal ini berpengaruh terhadap performa mereka saat mengerjakan skripsi, seperti pernyataan dari beberapa mahasiswa yang menyatakan bahwa mereka kesulitan dan kebingungan mengerjakan skripsi karena tidak memiliki kakak tingkat yang mana hal tersebut berpengaruh refrensi penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, saran dalam menghadapi seminar proposal dan dalam seminar hasil. Beberapa juga mengeluh karena dosen pembimbing langsung ditentukan oleh fakultas, sehingga berakibat pada beberapa penelitian harus merubah penelitian awal kedalam penelitian yang sesuai dengan spesialisasi dosen pembimbing. Kemudian terdapat beberapa mahasiswa yang harus melakukan penelitiannya jauh dari tempat tinggal, dimana mereka dituntut untuk mengatur manajemen waktu dan tenaga yang baik karena juga masih harus menyelesaikan beberapa mata kuliah dan ujian akhir.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat *flow* dari setiap individu, salah satunya adalah efikasi diri. Csikzentmihalyi (1991) menyatakan bahwasanya efikasi diri mempunyai peran penting untuk bisa menentukan tinggi-rendahnya *flow* seseorang. Pernyataan tersebut senada dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Eni Purwanti dan Mahukbatul Amaliyah (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan *flow* akademik, efikasi diri yang tinggi mapu untuk mengontrol perilaku seseorang untuk bisa tetap fokus mengerjakan tugas akademik dan akan lebih besar kesempatanya untuk mencapai dalam kondisi *flow* akademik.

Penelitian lain mengenai efikasi diri yang dilakukan oleh Melisa Santoso (2014) menunjukkan adanya hubungan yang positif antara efikasi diri akademik mahasiswa dan *flow* akademik terhadap mahasiswa. Sebaliknya ketika seseorang yang dalam dirinya memiliki efikasi diri yang rendah akan cenderung merasa cemas sehingga mengakibatkan kondisi *flow* dalam dirinya rendah. Czikszenmihalyi dan Nakamura (2002) menyatakan apabila seseorang melakukan aktivitas dengan makna dan tujuan yang jelas, seseorang tersebut memiliki *flow* yang tinggi. Pernyataan tersebut sesuai dengan skripsi yang dikerjakan oleh mahasiswa yang merupakan syarat untuk bisa lulus dari perguruan tinggi. Meskipun demikian, temuan studi awal yang dilakukan bahwasanya masih terdapat mahasiswa yang memiliki *flow* rendah ketika mengerjakan skripsi. Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti ingin menguji apakah terdapat hubungan *flow* akademik terhadap *self-efficacy* mahasiswa fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, jurusan kedokteran angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *flow* akademik pada mahasiswa jurusan pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi?
2. Bagaimana tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan,

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi?

3. Apakah terdapat hubungan *flow* akademik dengan *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi?

3. Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan *flow* akademik terhadap *self-efficacy* mahasiswa jurusan pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi.

4. Manfaat Penelitian

4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kajian dalam perkembangan psikologi positif yaitu mengenai *flow* dan efikasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu karya ilmiah yang bermanfaat sebagai bahan rujukan dalam penelitian lain terutama pada kajian bidang psikologi positif dan psikologi pendidikan.

4.2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya. Juga bagi mahasiswa khususnya yang sedang mengerjakan skripsi, penelitian ini dapat memberikan informasi terkait

dengan *flow* akademik dan efikasi diri dan menambah ilmu pengetahuan mengenai hubungan antar kedua variabel tersebut.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

1. *Flow* akademik

1.1. Pengertian *Flow* Akademik

Menurut Setiadi (2016) *flow* merupakan momen besar dalam diri seseorang yang membuat dirinya mendapatkan kenikmatan luar biasa saat melakukan aktivitasnya dengan mengerahkan seluruh pikiran dan tenaga untuk melakukan itu hingga melampaui waktu yang sebenarnya, meskipun permasalahan dan persoalan juga turut hadir dalam proses seseorang tersebut melakukan pekerjaan tersebut.

Flow adalah keadaan psikologis seseorang yang mengacu dan mengarah pada rasa senang serta perasaan menyatu terhadap aktivitas maupun pekerjaan yang sedang di jalani. Pada saat individu masuk kedalam kondisi *flow* akan tenggelam kedalam aktivitas yang sedang dikerjakan dan individu menganggap hal-hal yang sedang tidak menjadi fokus berarti tidak penting, Karena merasa apa yang sedang dikerjakan memiliki banyak kesenangan dan penuh motivasi dalam melakukannya (1975b: 36, dalam smolej, 2007).

Daniel Goelman (2015) menyatakan bahwasanya *flow* merupakan keadaan seseorang yang terserap dalam apa yang sedang dikerjakannya, tenaga dan perhatiannya hanya akan terfokus terhadap pekerjaan yang sedang dilakukan. Seseorang yang mampu mencapai kedalam keadaan *flow* berarti ia dapat mencapai tingkat tertinggi kecerdasan emosional, dimana dalam hal ini dapat menumbuhkan perasaan yang menyenangkan dan kebahagiaan untuk dirinya sendiri. Seseorang yang berada dalam kondisi *flow* emosinya tidak hanya akan tertampung dan

mengendap, namun emosi tersebut dapat tersalurkan dalam bentuk dukungan dan tenaga yang selaras dengan tujuan yang ingin dicapai dari pekerjaan yang sedang dilakukan.

Konsep *flow* sendiri pertama kali dikemukakan oleh Csizenmihalyi. Pendapat Csizenmihalyi dan moneta (dalam Csizenmihalyi 1990) definisi *flow* adalah sebuah kondisi psikologis seseorang ketika didalam situasi kognitif yang efisien, memiliki rasa senang yang penuh dan termotivasi. Dalam hal ini digambarkan perasaan bahagia ketika melakukan sesuatu pekerjaan dengan adanya keterlibatan, kesenangan, dan konsentrasi secara total saat mengerjakan pekerjaan tersebut. Fokus dengan apa yang sedang dikerjakan juga merupakan bagian dari *flow* (Arif, 2003). Ketika seseorang sedang mengalami *flow*, ia akan merasa dalam mengerjakan pekerjaannya waktu akan cepat berlalu. Hal tersebut dapat terjadi karena adanya rasa nyaman dan konsentrasi yang mendalam dengan pekerjaan yang sedang dilakukan.

Flow merupakan kenikmatan luar biasa dan momen sukacita yang besar terhadap individu yang sedang menyelesaikan pekerjaannya, dimana ketika banyak orang yang bergumul sulit dengan pekerjaan yang menuntutnya memberikan seluruh keterampilan dan upaya menyelesaikan pekerjaan dalam bidangnya masing-masing (Setiadi, 2016). *Flow* merupakan kondisi dalam diri seseorang yang memunculkan bentuk rasa senang yang selaras dengan pengalaman positif yang dilalui dan dimiliki oleh seseorang tersebut, sehingga orang tersebut memiliki kemampuan untuk mengendalikan dirinya ketika diharuskan mengerjakan sesuatu pekerjaan yang harus diselesaikan (Lee, dalam Santoso, 2014).

Keadaan *flow* juga intens terhadap terhadap gairah dan minat terhadap penyelesaian tugas, berorientasi terhadap pengalaman-pengalaman yang positif, memiliki kesadaran terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas maupun pekerjaan yang sedang di hadapi. Keseimbangan dari keadaan *flow* melibatkan keterampilan yang dimiliki individu dan tantangan tugas, dimana seringkali dilihat sebagai syarat terjadinya kondisi *flow*. Kepercayaan diri ketika menyelesaikan pekerjaan maupun aktivitas juga menjadi salah satu hal penting dalam diri individu untuk mencapai kondisi *flow* (Csikzentmihalyi, 1990).

Area dari *flow* sendiri sangatlah besar, tidak hanya terdapat dalam lingkungan kerja ataupun organisasi, akan tetapi konsep dari *flow* ikut hadir dan dapat diaplikasikan dalam lingkungan pendidikan dan aktivitas dalam menjalani kehidupan sehari-hari. *Flow* dapat menggambarkan pengalaman subjektif ketika seseorang berhasil dapat menyelesaikan suatu pekerjaan dengan baik, walaupun tidak bisa dipungkiri energi fisik dan psikis juga banyak digunakan (Husna & Dewi, 2014).

Ghani & Dhespande (2013) *flow* merupakan konsentrasi yang menyeluruh terhadap seseorang ketika ia menjalani kegiatan dan merasakan rasa senang dengan apa yang ia lakukan. Konsep *flow* juga termasuk kedalam bagian penting dari konsep belajar, dikarenakan siswa/mahasiswa yang sedang dalam kondisi *flow* akan terbantu untuk bisa fokus dan merasa nyaman ketika melakukan aktivitas akademik yang sedang dilakukan. *Flow* akademik dibutuhkan oleh setiap orang terutama siswa/mahasiswa karena memiliki manfaat dan mendapatkan hasil positif, seperti

mengurangi stres akademik dan juga dapat meningkatkan *well-being* siswa/mahasiswa itu sendiri (Rupayana dalam Santoso, 2014)

Pengertian *flow* akademik (Ingnatius 2013) merupakan keadaan dari seseorang yang mampu untuk berkonsentrasi secara penuh, cepat tanggap, fokus, nyaman, motivasi muncul dari diri sendiri, dan menikmati seluruh kegiatan akademik seperti mempelajari materi dan mengerjakan tugas. Individu dalam pengaruh *flow* akan terlibat pada suasana intens dengan kegiatan/pekerjaan yang sedang dilakukan, sehingga individu tersebut cenderung akan melupakan waktu yang terus berjalan. (Schunk, dkk, 2008, dalam Husna & Dewi 2014).

Hal itu juga didukung oleh pernyataan dari ahli psikologi Howard Gardner (dalam Daniel Goleman, 2015) yang menyatakan bahwa *flow* serta keadaan-keadaan positif lainnya, adalah salah satu cara yang sehat untuk mengajar anak-anak, menumbuhkan motivasi dalam diri mereka, dan menumbuhkan minat untuk dapat tertarik terhadap bidang yang mereka minati untuk mengembangkan keahliannya. Secara garis besar *flow* mengisyaratkan individu untuk memiliki kemampuan terhadap keterampilan, ketika individu tertarik pada bidang yang dianggapnya seru dan mengasikan akan muncul rasa ketertarikan yang merupakan awal untuk bisa mencapai tingkat tertinggi.

Berdasarkan pengertian yang sudah dipaparkan diatas dapat disimpulkan bahwasanya yang dimaksud *flow* akademik adalah suatu kondisi dimana individu dapat merasa nyaman, mampu berkonsentarsi terhadap apa yang sedang dikerjakan,

adanya motivasi internal, dan merasa menikmati proses dari setiap aktivitas akademik yang sedang dilalui.

1.2. Aspek-aspek Flow Akademik

Dalam teori flow terdapat dua aspek penting yaitu : dimana flow diartikan sebagai dua perubahan eksperimental yang subjektif, yaitu perubahan tantangan (*challenge*) dan perubahan keterampilan (*skill*) (Husna & Dewi, 2014). Namun pendapat lain dari Bakker (2005) menyebutkan terdapat tiga aspek dalam *flow* antara lain *absortion*, *enjoyment*, dan *intrinsic motivation*. Ketiga aspek tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Absortion

Merupakan kemampuan individu untuk mampu berkonsentrasi secara penuh terhadap hal maupun aktivitas yang sedang dikerjakan, serta pekerjaan yang sedang dikerjakan tersebut dapat dinikmati prosesnya. Individu merasa mampu untuk melakukan dan menyelesaikan tugas/aktivitas dengan menikmatinya sampai tidak sadar akan waktu yang berlalu.

2. Enjoyment

Merupakan perasaan nyaman yang dirasakan individu ketika melakukan proses penyelesaian tugas. Tugas/pekerjaan akan dinilai sebagai hal yang positif dan bermanfaat bagi dirinya sendiri, perasaan nyaman yang dirasakan oleh individu tersebut membantu dalam proses penyelesaian, dimana individu merasa tidak bosan meski melakukannya dalam kurun waktu yang lama.

3. *Intrinsic Motivation*

Merupakan penggerak yang berasal dari dorongan dalam diri individu. Dorongan ini dapat muncul dikarenakan harapan yang kuat dari diri individu pada saat sedang menjalani aktivitas, hal tersebut dilakukan untuk mendapatkan rasa senang dan kepuasan dari setiap proses penyelesaian tugas/aktivitas meski tidak mendapatkan penghargaan dari orang lain.

1.3. Dimensi Flow

Csikszentmihalyi (1990, dalam Akmaliah, 2016) melakukan identifikasi terhadap beberapa dimensi yang berbeda-beda dalam keterlibatan upaya berada pada kondisi *flow*:

1. Terdapat tujuan yang jelas setiap langkah

Mempunyai tujuan yang jelas mengenai perilaku yang seharusnya dilakukan oleh individu untuk menggapai tujuan yang diinginkan. Dilakukan dengan cara identifikasi masalah maupun hambatan dan juga kesulitan yang kemungkinan akan didapatkan, sebuah kejelasan dalam melakukan aktivitas dapat menghasilkan hasil yang positif dan baik terhadap individu tersebut. Dalam hal ini tujuan dengan kemampuan individu berjalan beriringan.

2. Terdapat umpan balik langsung ke tindakan

Ketersediaan sebuah informasi yang tidak berubah-ubah dimana informasi tersebut memiliki ketertarikan terhadap kinerja individu. Dalam hal ini umpan balik (*feedback*) dilakukan secara langsung/segera, umpan balik yang dilakukan meliputi dari hasil kejelasan keberhasilan dan juga kegagalan dalam proses aktivitas yang

dilakukan. Hal tersebut berfungsi untuk dapat menndapatkan kinerja yang baik dan memahami alternative-alternatif yang bisa dilakukan untuk dapat meningkatkan kualitas kerja agar hasil yang didapatkan bisa memuaskan.

3. Terdapat keseimbangan antara tantangan dan keterampilan

keseimbangan dari kemampuan yang dimiliki diri sendiri dan juga tantangan yang didapatkan dari aktivitas yang sedang dihadapi/dikerjakan. Melalui keseimbangan dari tantangan yang dihadapi dan kemampuan yang dimiliki dapat membuat gairah produktif dan perasaan menyenangkan. Disisi diri sendiri juga dapat termotivasi oleh tantangan, dan diri kita akan berusaha menaklukkan tantangan tersebut.

4. Kesatuan antara kewaspadaan dan tindakan

Peran yang dilakukan individu secara penuh pada saat melakukan aktivitas dan juga tindakan yang dapat menimbulkan adanya penyerapan aktivitas serta penyempitan fokus kesadaran dalam kegiatan yang dilakukan. Akan tetapi, perilaku yang dilakukan dengan kesadaran akan semakin hilang seiring berjalanya waktu dalam proses tindakan/aktivitas yang sedang dilakukan.

5. Konsentrasi yang fokus

Berfokus terhadap *feeling focused* dan tidak memiliki sebuah ruang yang dapat merasa terganggu/mengganggu. *Felling focused* merupakan kondisi individu yang terfokus terhadap satu hal yang sedang dilakukan, dalam konsentrasi sendiri memiliki tingkat yang tinggi pada batas perhatian yang berlaku. Ketika individu berhasil mencapainya dan berperan dalam kegiatan ini mempunyai kemampuan

untuk bisa fokus dan juga mampu untuk menelusuri sesuatu yang sedang dikerjakan secara mendalam.

6. Rasa kontrol

Keadaan dalam diri yang dapat mengontrol keputusan dari situasi/kegiatan aktivitasnya secara pribadi, sesuatu hal yang dinikmati oleh individu adalah bukan perasaan yang sedang dikontrol. Akan tetapi, merupakan perasaan dari latihan-latihan control diri yang diperuntukan untuk situasi yang sulit.

7. Hilangnya *self consciousness*

Hilangnya kesadaran dalam diri individu dan penggabungan dari sebuah aktivitas yang dilakukan dan kesadaran individu. Sebuah perhatian dalam diri individu akan membuat dirinya merasa hilang, dikarenakan seseorang menyatu dengan aktivitas yang dilakukannya.

8. Terjadi distorsi waktu

Ketidaksadaran mengenai waktu yang berjalan pada individu mendalami dan masuk kepada sebuah tantangan sedang dihadapi/dilakukan. Mengakibatkan individu tidak menyadari akan waktu yang berjalan pada saat kita melakukan aktivitas yang sedang digeluti, rasa larut ini dirasakan individu dikarenakan benar-benar fokus dan menyukai aktivitas yang dilakukan.

9. Adanya penghargaan diri atau pengalaman autentik

Individu memiliki tujuan akan suatu pekerjaan/aktivitas dikarenakan memiliki kepentingannya sendiri, bukan karena harapan maupun ekspektasi yang akan di dapatkan dimasa mendatang seperti penghargaan.

1.4 Prasyarat Mencapai Kondisi Flow

Terdapat beberapa prasyarat individu untuk mendapat mengalami *flow*, adalah sebagai berikut (Setiadi,2016). :

a. *Goal*

Individu yang memiliki tujuan dapat memberikan rasa/energi untuk bergerak untuk mengarahkan kemampuan yang dimiliki dalam berupaya menuju tujuan yang ingin dicapai. Sebuah tujuan yang memiliki makna dapat menjadi penggerak yang efektif dan aktif, bahkan pada saat individu mengalami banyak permasalahan saat proses mencapai tujuan.

b. *Feedback*

Feedback dapat didapatkan melalui diri sendiri maupun dari lingkungan sekitar, *feedback* yang baik adalah dapat ditangkap langsung oleh pribadi individu. Hal tersebut dapat membuat individu bertahan/mengubah aktivitas yang dilakukan untuk memperbaiki dan menyesuaikan diri dari *feedback* yang diterima. Ketika individu melakukan aktivitas yang jelas dan bermakna, juga ditambahi dari *feedback* yang diperoleh akan semakin dekat untuk bisa mencapai *flow* dalam aktivitasnya.

c. *High skill*

Semakin baik dan tinggi keterampilan yang dimiliki oleh individu terhadap sebuah bidang, akan memunculkan berbagai kemungkinan baru dan kreativitas individu dapat meningkat. Kreativitas yang semakin baik dapat membuat aktivitas yang sedang dikerjakan senantiasa *eksploratif*, karena berbagai hal seperti pemikiran/inovasi yang menarik senantiasa muncul. Semakin baik kemampuan kreativitas individu yang melakukannya, akan lebih menarik dan mudah untuk bisa mengeksplorasi kemampuan yang dimiliki oleh individu tersebut. Selain itu, kreativitas dapat membuat individu larut dalam aktivitas dan tidak sadarkan diri.

d. *Optimal challenge*

Tantangan luar dengan kesulitan yang cukup sukar untuk dilakukan, tidak bisa dilakukan dengan mudah dan juga tidak terlalu sulit merupakan keharusan individu untuk dapat mengeluarkan seluruh kemampuan dan keterampilan yang dimiliki individu. Pada saat menghadapi sebuah tantangan individu baru akan dapat mereliasasi juga menyadari seluruh keterampilan yang bisa memunculkan *emerging skill*. *Emerging skill* sendiri merupakan momen individu sedang menyentuh dan melewati batasan-batasan dari diri sendiri, momen tersebut sering kali disebut momen bertumbuh (*growth momen*).

I.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi flow

Menurut Csikszentmihalyi (dalam Bauman dan Scheffer, 2010) terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi flow. Kedua faktor itu adalah faktor dari individu dan faktor dari lingkungan.

- a. Faktor individu (*person factor*) merupakan kemampuan/keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam mampu melakukan suatu aktivitas.
- b. Faktor lingkungan (*environment factor*) adalah hal yang terkait dari seberapa besar tantangan/tugas yang dihadapi oleh individu.

I.6 Flow Akademik Dalam Perspektif Islam

Flow akademik merupakan kondisi dalam diri individu yang menghasilkan rasa nyaman, mampu untuk fokus, mampu memotivasi diri sendiri, dan dapat menikmati proses akademik yang sedang dijalani saat ini. Individu yang mampu menjalani aktivitas secara menyeluruh dan penuh dapat menggapai sebuah kebahagiaan dalam kehidupannya. Dalam Al-Qur'an kata yang tepat untuk menggambarkan *flow* adalah kebahagiaan, kenyamanan, kenikmatan, dan keadaan kehidupan seseorang yang senantiasa berada pada jalan kebaikan dan keberkahan. Beberapa orang akan mampu mendapatkan keberhasilan ketika mereka dapat menyelesaikan aktivitas/tugas dengan memaksimalkan kemampuan yang dimiliki. Sebagaimana dalam QS. Al-Ankabut ayat 69 yang berbunyi :

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا ۗ وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

Artinya : “Dan orang-orang yang berjuang untuk (mencari keridhaan) kami, benar-benar akan kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan kami. Dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik.

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwasanya Allah akan membantu hambanya menuntun kejalan-jalan yang benar bagi hambanya yang memang berusaha untuk menuju kebaikan, umat islam dianjurkan untuk selalau berusaha dan berbuat baik dan untuk senantiasa menghadapi permasalahan/tantangan dengan usaha sebaik mungkin yang bisa dilakukan. Ketika individu mampu untuk bertahan/mengatasi permasalahannya Allah akan memberikan kenikmatan dan jalan baik sesuai dengan apa usaha kebaikan yang hambanya lakukan. Seluruh umat islam di bumi ini baik laki-laki maupun perempuan akan dapat memperoleh kenikmatan dengan apa yang telah mereka usahakan.

Dan juga dalam Q.S. an-Nisa’ ayat 32 :

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا اكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ
نَصِيبٌ مِّمَّا اكْتَسَبْنَ وَاسْأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا

Artinya : “Dan janganlah kamu iri hati terdada apa yang dikaruniakan oleh Allah kepada sebahagian kamu lebih banyak dari sebahagian yang lain. (Karena) bagi orang laki-laki bagian dari pada apa yang mereka usahakan, dan mohonlah kepada Allah sebahagian dari karunianya. Sesungguhnya Allah maha mengetahui segala sesuatu”.

Rasa nikmat yang kita peroleh tidak akan selalu kita rasakan, kenikmatan akan dapat hilang kapan saja dengan kuasa Allah. Seperti apa yang dijelaskan dalam QS. Ash-Shaffat ayat 148 :

فَأَمَّنُوا فَمَرَّغْتَهُمْ إِلَىٰ حِينٍ

Artinya : “ Lalu mereka beriman, karena itu kami anugerahkan kenikmatan hidup kepada mereka hingga waktu yang tertentu”.

Allah sudah sangat banyak memberikan banyak kebahagiaan dan peduli terhadap umat manusia dimuka bumi ini. Dalam kehidupan manusia Allah memerintahkan manusia untuk mencari kebahagiaan, yakni kebahagiaan duniawi (di dunia) dan kebahagiaan ukhrowi (di akhirat). Kebahagiaan yang seutuhnya/hakiki adalah kebahagiaan akhirat. Kebahagiaan duniawi juga perlu didapatkan agar mampu lebih tenang pada saat menjalani kehidupan di dunia, kebahagiaan tidak bisa dicapai oleh seseorang tanpa melakukan usaha dari dirinya. Sebagaimana tercantum pada surat al-Qashash ayat 77 :

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

Artinya : “ Dan carilah pada apa yang dianugerahkan kepada Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan kebahagiaanmu (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah berbuat baik kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.

Dari ayat yang sudah disebutkan diatas, bisa dipahami bahwasanya agama Islam memerintahkan kita sebagai manusia untuk dapat mencari kebahagiaan hidup, kebahagiaan hidup dunia dan juga kebahagiaan hidup di akhirat. Namun untuk mendapatkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat dibutuhkan usaha yang maksimal, dalam ayat tersebut pula dikatakan sebelum kita mendapatkan kebahagiaan akan terdapat cobaan. Hal tersebut sama halnya masalah-maalah yang dating ketika kita sedang menyelesaikan pekerjaan/aktivitas.

Seperti halnya mahasiswa, setiap mahasiswa pastinya memiliki kemampuan dan permasalahan masing-masing. Oleh karena itu mereka harus dapat mengatasi

cobaan/permasalahan dengan usaha dalam dirinya untuk meraih kenyamanan, dan memperoleh kebahagiaan hidup.

Setiap individu yang melakukan sesuatu dengan kemampuan yang dimiliki dan usaha penuh yang dilakukan akan dapat menyelesaikan aktivitas/pekerjaan yang sedang dijalani. Setelahnya individu di masa mendatang akan menjadi semangat, mempunyai motivasi dalam diri, optimis, dan siap untuk aktivitas/pekerjaan selanjutnya. Dengan individu dalam flow saat mengawali sampai menyelesaikan aktivitas/pekerjaan akan merasakan kenyamanan, termotivasi dalam prosesnya. Pada saat dapat menyelesaikan aktivitas/pekerjaan akan merasa lega, puas, serta siap menjadi pribadi yang lebih baik lagi untuk kedepannya.

2. Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

2.1. Pengertian *Self-Efficacy*

Konsep *self-efficacy* merupakan pengertian dari sebuah teori social cognitive yang merupakan pemikiran dari Albert Bandura, pemikiran tersebut fokus kepada peran belajar observasional, pengalaman sosial, dan determinisme timbal balik dalam pengembangan kepribadian. Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010:212) *self-efficacy* adalah individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya sendiri untuk dapat melakukan sesuatu hal/aktivitas dalam bentuk kontrol, fungsi kontrol tersebut digunakan untuk diri sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Bandura juga menyatakan bahwa *self-efficacy* adalah penentu untuk bagaimana seseorang untuk merasa, berpikir, motivasi diri, dan dalam berperilaku (Bandura,1994:2).

Alwisol (2009) menyatakan *self-efficacy* adalah perilaku dari individu di terhadap situasi yang saling memiliki hubungan antara kondisi kognitif dan keadaan lingkungan. Terutama dalam faktor kognitif yang memiliki hubungan dan keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan ataupun tidak dalam melakukan tindakan yang bisa memuaskan. Efikasi sendiri menurut Alwisol (2009) merupakan penilaian diri, penilaian tersebut adalah kemampuan diri dalam melakukan tindakan yang baik maupun yang tidak baik.

Self-Efficacy adalah bagian dari aspek pengetahuan tentang diri sendiri (*self knowledge*). Kemampuan memahami diri sendiri merupakan salah satu aspek penting untuk keberlangsungan hidup individu dalam menjalani aktivitas setiap hari, hal ini disebabkan karena *self-efficacy* yang dimiliki individu dapat berpengaruh terhadap penentuan tindakan balasan yang akan dilakukan pada sebuah target. *Self-efficacy* juga merupakan keyakinan bahwasanya seseorang dapat memahami keadaan dan untuk memberikan hasil yang positif bagi dirinya. Bandura (Santrock, 2007) menyatakan bahwasanya *self-efficacy* punya pengaruh signifikan pada aktivitas individu yang dilakukan sehari-hari.

Baron dan Byrne (1997) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi mampu membantu individu mendapatkan prestasi yang lebih baik lagi dalam berbagai bidang. Disisi lain *self-efficacy* dapat mengakibatkan kesadaran yang berubah pada seseorang dengan mengurangi rasa sakit dan juga menurunkan kadar stress.

Self-efficacy merupakan penilaian individu terhadap kemampuannya sendiri dalam menjalankan aktivitas/tugas dan juga melakukan perilaku dengan tujuan yang di inginkan (Ormrod, 2008). Individu dapat ikut serta terhadap aktivitas pada saat individu tersebut percaya memiliki kemampuan untuk menyelesaikannya, mereka yang mampu berhasil dengan baik akan dapat dikatakan individu tersebut memiliki *self-efficacy* yang tinggi.

Schunk (Anwar, 2009:23) menyatakan bahwa *self-efficacy* memiliki sesuatu yang berarti dalam mempengaruhi usaha yang sedang di lakukan, hal tersebut dapat memprediksi tekad dan keinginan untuk memperoleh suatu yang memuaskan. Hal tersebut sejalan pada pemikiran yang dikemukakan oleh Woolfolk (Anwar, 2009:23) menyatakan bahwa *self-efficacy* adalah kemampuan untuk menilai nilai pada dirinya sebagai ukuran kepercayaan diri dan juga kemampuan yang sudah dimiliki untuk mencapai hasil dari tugas/aktivitas yang dilakukan.

Gist dan Mitchell mengungkapkan bahwasanya *self-efficacy* mampu membuat individu memiliki perilaku yang unik jika dibandingkan individu lain yang memiliki kemampuan yang sama, karena seseorang dengan *self-efficacy* akan dapat membantu dalam menentukan sebuah pilihan, tujuan, cara mengatasi permasalahan, dan tekad dalam mencapai sesuatu (Judge dan Erez, dalam Ghufron, 2010:75). Individu yang memiliki *self-efficacy* mempercayai bahwasanya mereka dapat menjalani hal-hal maupun sesuatu untuk dapat mengubah kejadian-kejadian tertentu yang terdapat pada lingkungannya. Sebaliknya, individu yang memiliki *self-efficacy* rendah akan beranggapan bahwa dirinya sudah tidak akan mampu menjalani/mengerjakan segala sesuatu yang datang padanya. Ketika berada dalam

keadaan yang susah/sulit, individu dengan *self-efficacy* cenderung akan tidak melakukan apa-apa dan menyerah sebelum berbuat banyak. Sementara individu yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi individu tersebut akan berusaha lebih dan memiliki tekad untuk dapat menyelesaikan tantangan yang sedang dihadapi.

Berdasarkan pemaparan beberapa dan definisi di atas dapat disimpulkan bahwasanya yang dimaksud dengan *self-efficacy* pada sebuah konteks penelitian ialah keyakinan yang dimiliki seseorang dalam dirinya untuk dapat memutuskan perilaku yang benar/sesuai untuk bisa mendapatkan keberhasilan seperti sudah diharapkan.

2.2. Aspek *Self-Efficacy*

Menurut Bandura (1997) mengemukakan bahwa setiap individu mempunyai *self-efficacy* yang berbeda-beda antara yang satu dengan individu yang lain. Hal tersebut dapat diamati berdasarkan aspek, tiga dimensi itu adalah *Magnitude, strenght, generality*.

1. *Magnitude* (Tingkat)

Dalam aspek *magnitude* berkaitan erat terhadap tingkat kesulitan dari sebuah pekerjaan ketika individu merasa memiliki kemampuan atau merasa dalam mampu untuk melakukannya. Ketika seseorang dihadapkan dalam tugas/pekerjaan yang disusun dengan tingkat kesulitannya, maka efikasi diri seseorang memiliki kemungkinan hanya terfokus dan terbatas terhadap tugas/pekerjaan yang mudah atau sedang saja. Atau bahkan untuk beberapa individu yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi akan mampu meliputi pekerjaan yang sulit, batas-batas tersebut

dapat terjadi dengan menyesuaikan kemampuan diri dan hal tersebut perlu dirasakan untuk dapat memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan terhadap masing-masing tingkat. Aspek *magnitude* mempunyai pengaruh pada seseorang dalam menentukan tindakan mana yang sesuai untuk dapat dilakukan, tingkat juga membantu seseorang untuk menghindari perilaku yang dirasa sulit/tidak dapat mengerjakannya dengan baik.

2. *Strength* (Kekuatan)

Aspek *Strength* erat kaitannya terhadap tingkat ketahanan melalui kepercayaan maupun penghargaan dalam diri individu mengenai kemampuan yang dimilikinya. Seseorang dengan penghargaan diri yang lemah akan mudah goyah terhadap pengalaman maupun hal-hal yang tidak mendukung keadaannya, namun untuk seseorang yang memiliki penghargaan yang kuat akan dirinya dapat mendorong individu tersebut untuk tetap yakin dalam usaha yang sedang dilakukannya. Aspek *strength* pada umumnya memiliki keterkaitan dengan aspek *magnitude*, keterkaitan tersebut berdasarkan semakin tinggi *magnitude* berarti taraf kesulitan tugas/pekerjaan juga tinggi dan akan semakin melemahkan keyakinan untuk dapat menyelesaikan tugas/pekerjaan tersebut.

3. *Generality* (Generalisasi)

Aspek *generality* memiliki kaitan erat terhadap perilaku manusia yang merasakan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, individu dapat memprediksikan dirinya batas minimal dan batas maksimal penggunaan kemampuan yang dimiliki dalam aktivitas dan situasi tertentu.

Sebuah artikel yang ditulis oleh Bandura (2006:307-319) dengan judul “*guide for constructing self-efficacy scales*” menyatakan seluruh dimensi yang ada (tingkat, kekuatan, dan generalisasi) adalah suatu yang akurat dalam menjelaskan *self-efficacy* yang dipunya dalam diri seseorang.

2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Efficacy*

Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010:213-215) *Self-Efficacy* mampu bertumbuh dan ditumbuhkan, serta terbagi dalam empat hal, yaitu:

1. Pengalaman dalam menguasai sesuatu (*Mastery Experience*)

Dalam menguasai keahlian manusia dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu yang dilalui. Secara umum aktivitas/pekerjaan yang dilakukan dengan baik dan berhasil dapat meningkatkan performa *self-efficacy* individu, dan begitu juga sebaliknya pengalaman kegagalan dapat berakibat menurunnya performa *self-efficacy* individu. Ketika *self-efficacy* seseorang bertumbuh dan berkembang menjadi kuat melalui hasil dari keberhasilan-keberhasilan yang dialami, akan menurunkan kadar dampak negatif dari kegagalan yang pernah dialami. Kegagalan-kegagalan yang pernah dialami juga berkaitan dengan cara menambah motivasi dalam diri individu ketika mendapatkan masalah/hambatan sulit yang dilalui dengan usaha terus-menerus.

2. Modelling sosial

Tindakan individu dalam melihat pencapaian/keberhasilan orang lain melalui kemampuan yang tidak berbeda jauh terhadap pekerjaan dapat meningkatkan *self-efficacy* individu untuk melakukan pekerjaan dengan kesulitan

yang sama. Hal tersebut juga berbanding terbalik dengan pengamatan individu terhadap kegagalan yang dialami orang lain dapat membuat individu memberikan penilaian terhadap kemampuan yang dimilikinya, hal itu berakibat individu tidak memiliki semangat pada usaha yang telah dilakukannya.

3. Persuasi sosial

Seseorang menapaki dalam suatu tujuan tertentu dengan dasar saran, nasihat, dan bimbingan yang membuat dirinya memiliki keyakinan penuh akan kemampuan yang dimilikinya untuk dapat mendapat hasil yang diinginkan. Pemberian arahan secara verbal lebih memiliki potensi tinggi untuk berhasil dan pengaruh dari persuasi tidak setinggi pengaruh verbal, hal tersebut dikarenakan tidak adanya pengalaman yang bisa diamati secara langsung. Ketika individu berada posisi tertekan dan mengalami kegagalan secara terus-menerus, dapat mengakibatkan adanya pengalaman buruk yang di dapatkan oleh individu.

4. Kondisi fisik dan emosional

Secara umum emosi yang tinggi dari seseorang dapat melemahkan performanya, ketika seseorang merasakan ketakutan berlebihan, kecemasan berlebihan, stres berlebihan, menandakan seseorang tersebut memiliki *self-efficacy* yang rendah. Tinggi rendahnya *self-efficacy* individu pada setiap keadaan/pekerjaan sangatlah bermacam-macam, hal tersebut dikarenakan adanya tendensi yang memiliki pengaruh terhadap individu dalam membentuk pemikiran atas kemampuan yang dimilikinya. Terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi *self-efficacy*, antara lain (Bandura, dalam Anwar:2009).

1. Budaya

Budaya berperan dan memengaruhi *self-efficacy* seseorang dengan melihat nilai (value), kepercayaan (*beliefs*), dan juga dalam proses pengaturan diri (*self-regulation process*) dimana hal tersebut dapat berfungsi sebagai sumber penilaian *self-efficacy* dan juga bertindak sebagai konsekuensi dari apa yang diyakini dari *self-efficacy*.

2. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin individu turut memiliki pengaruh akan *self-efficacy*, dimana pernyataan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Bandura (1997) yang menyatakan bahwasanya perempuan memiliki *self-efficacy* yang lebih tinggi terhadap mengelola peranya. Dibandingkan dengan laki-laki, perempuan memiliki peran sebagai ibu yang mengurus rumah tangganya dan perempuan memiliki berkarir untuk dirinya akan memiliki *self-efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki yang berkarir.

3. Sifat dari tugas yang dihadapi

Sebuah kerumitan dalam pekerjaan yang menjadi tantangan dari individu dapat membuat individu tersebut menilai akan kemampuan yang dimilikinya, kerumitan dari tugas yang sedang dikerjakan akan membuat individu menilai rendah kemampuan yang dimilikinya. Sebaliknya, ketika individu dalam kondisi menghadapi pekerjaan yang dilakukannya dengan mudah dan sederhana dapat membuat individu lebih percaya diri dan semakin tinggi dalam menilai kemampuan yang dimiliki.

4. Insentif eksternal

Terdapat beberapa hal yang telah terbukti mempengaruhi *self-efficacy* individu adalah insentif yang diterima individu tersebut. Dalam hal ini Bandura menyatakan salah satu faktor yang mampu meningkatkan *self-efficacy* adalah *competen contingens incentive*, insentivitas individu diperoleh dari individu lain dapat mengigatkan dirinya akan pencapaian yang didapatkan oleh individu tersebut.

5. Status atau peran individu dalam lingkungan

Individu yang dipandang dalam sebuah lingkungan tertentu, memiliki kuasa dalam mengontrol sesuatu hal secara penuh yang berarti *self-efficacy* yang dimilikinya memiliki nilai yang tinggi. Dibandingkan dengan individu lain yang tidak mempunyai peran dalam lingkungannya hanya akan mengontrol yang rendah, yang berakibat individu tersebut memiliki *self-efficacy* yang rendah pula.

6. Informasi tentang kemampuan diri

Ketika informasi positif mengenai diri individu dapat membuat individu mempunyai *self-efficacy* yang tinggi, sebaliknya apabila individu mendapatkan informasi negatif akan kualitas dirinya hal ini dapat mengakibatkan individu tersebut memiliki *self-efficacy* yang rendah.

Greenberg dan Baron (Maryati, 2008:51) menyatakan bahwasanya terdapat dua faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* individu, yaitu:

1. Pengalaman langsung

Merupakan hasil pembelajaran individu melalui pengalaman yang pernah dialami dan hal tersebut digunakan untuk aktivitas/pekerjaan masa lampau (pernah melakukan aktivitas/tugas yang sama dan pernah dilakukan masa lalu).

2. Pengalaman tidak langsung

Merupakan pembelajaran yang di dapatkan dari pengalaman orang lain pada saat orang tersebut melakukan aktivitas/pekerjaan yang sama, ketika seseorang berhasil menyelesaikan pekerjaan dan mampu untuk mengetahui bagaimana cara menyelesaikan pekerjaan tersebut.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dikatakan bahwasanya faktor penting dalam *self-efficacy* dan memiliki pengaruh adalah pengalaman positif maupun memuaskan (*master experience*), ilmu dari pengalaman orang lain (*vicarious experience*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), dan juga keadaan fisiologis dan emosi seseorang (*psychological and affective state*).

2.4. Fungsi *Self-Efficacy*

Efikasi diri yang sudah terbentuk dapat berpengaruh dan memberikan fungsi terhadap aktivitas individu. (Bandura (1994:4-7) menyatakan mengenai pengaruh dan fungsi tersebut, yaitu:

a. Fungsi kognitif

Bandura menyatakan bahwasanya pengaruh efikasi diri terhadap proses kognitif seseorang sangatlah bervariasi. Pertama, efikasi diri yang kuat dimiliki

individu dapat mempengaruhi tujuan pribadinya. Semakin baik dan kuat efikasi diri yang dimiliki, akan semakin tinggi tujuan yang ingin dicapai untuk dirinya sendiri dan adanya komitmen yang memperkuat tujuan tersebut. Individu yang memiliki efikasi diri yang kuat dan baik akan memiliki cita-cita yang tinggi, mampu mengatur rencana dan berkomitmen akan dirinya untuk dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Kedua, individu yang memiliki efikasi diri yang baik dan kuat dapat berpengaruh terhadap cara bagaimana individu tersebut menyiapkan pergerakan antisipasi bila usaha pertama gagal dilakukannya.

b. Fungsi motivasi

Efikasi diri memiliki peran yang penting dalam diri manusia untuk memainkan motivasi diri, secara umum motivasi manusia dibangkitkan melalui kognitif. Individu mampu untuk memotivasi dirinya dan dapat menuntun tindakan yang dilakukan melalui tindakan-tindakan yang dilakukan dengan menggunakan pemikiran-pemikiran mengenai masa depan, sehingga individu dapat menyusun dan membentuk kepercayaan dari apa yang dirinya mampu lakukan. Individu juga mampu untuk mengantisipasi hasil dari tindakan-tindakan yang propektif, membuat tujuan untuk diri sendiri dan merencanakan merupakan bagian dari sebuah tindakan untuk dapat merealisasikan masa depan yang baik dan berharga. Efikasi diri dapat mendukung motivasi melalui berbagai cara dalam menentukan tujuan-tujuan yang dibuat oleh individu untuk dirinya sendiri, melalui seberapa besar kemampuan bertahan individu akan kegagalan/kesulitan pada saat menghadapinya. Individu yang memiliki keraguan

2.5. Konsep *Self-Efficacy* Menurut Islam

Self-efficacy berkaitan terhadap persepsi individu akan kemampuannya dalam menyelesaikan suatu aktivitas/tugas dalam mencapai tujuan yang ditentukan, memiliki pengaruh dalam munculnya motivasi seseorang yang dapat mendorong individu untuk berusaha lebih keras. Allah SWT berfirman dalam surat Ar-Ra'ad ayat 11 :

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ، مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya :

Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka bumi dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Seseungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan akan suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung dari mereka selain dia (Allah).

Dalam ayat ini Allah SWT mengisyaratkan kepada manusia diberikan kesempatan kesempatan mengubah kondisinya sekarang dengan cara mengubah keadaan yang terdapat dalam diri mereka. Kekuatan energy dan kemampuan akal budi yang dianugerahkan kepada manusia untuk mampu bertindak sendiri dengan menggunakan dan menegndalikan dirinya dibawah naungan Allah SWT. Dalam hal ini berarti manusia memiliki kuasa akan dirinya selama yang dilakukanya masih dalam batas-batas ketentuan Allah SWT dengan menggunakan akal budi yang dimiliki.

Dalam ayat ini juga dijelaskan perubahan dimulai dalam diri manusia itu sendiri dan perubahan dapat berbentuk dalam berbagai hal, dapat berupa perubahan hal yang positif menjadi negatif dan begitu pula sebaliknya. Mengenai hal tersebut,

juga sesuai dengan pernyataan Bandura dimana *self-efficacy* yang dimiliki oleh individu dapat menentukan seseorang akan menampilkan perilaku tertentu ataupun tidak, kinerja pencapaian yang dilakukan oleh seseorang dipengaruhi oleh tingkat keyakinan yang dimiliki. Individu tanpa *self-efficacy* akan enggan dan malas untuk mencoba berkreaitivitas maupun melakukan sesuatu, karena individu tersebut sudah yakin akan kemampuan yang dimilikinya.

Meskipun perubahan yang dimaksud dalam surah al-Ra'ad merupakan perubahan sosial yang menuju pada suatu kelompok masyarakat, akan tetapi perubahan sosial yang terjadi dapat dimulai individu didalam masyarakat yang menyebar luaskan ide-ide maupun gagasan yang disampaikan. Sesuatu hal yang dimulai dari satu orang dapat menular kedalam masyarakat lingkungannya dalam bentuk pola pikir dan sikap, artinya perubahan masyarakat diawali oleh pola pikir perseorangan yang akhirnya menyebar luaskannya.

Surat Al-Imran ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.

Dalam ayat ini Allah menghendaki untuk kaum muslimin tidak bersifat lemah dan bersedih hati, meskipun dalam mengerjakan sesuatu mendapatkan kekalahan dan juga penderitaan yang pahit pada perang Uhud. Karena menang atau kalah dalam sebuah peperangan ialah soal biasa terjadi yang juga termasuk kedalam ketentuan Allah. Hal tersebut hendaklah dijadikan sebagai pembelajaran, kaum

muslimin yang berpartisipasi pada peperangan mempunyai kekuatan mental dan semangat yang kuat, jika mereka benar-benar meyakini dan berserah diri kepada Allah.

Dalam ayat ini dijelaskan bahwa Allah menciptakan manusia di dunia dengan kelebihan yang lebih baik dan sempurna dibandingkan makhluk lain yang diciptakan Allah, hal tersebut menuntut manusia harus yakin dan mampu menyelesaikan dan menghadapi segala permasalahan yang terjadi menimpa dirinya. Manusia harus memiliki pemikiran positif menjalani kehidupan dengan keyakinan karena masalah hanyalah ujian dalam kehidupan, dan mereka mampu untuk bisa berpikir serta bertindak lebih baik lagi kedepannya.

Individu yang mempunyai *self-efficacy* tinggi akan memiliki usaha dalam dirinya untuk selalu dapat mampu menyelesaikan permasalahan yang dimiliki atau sedang dihadapi, dan tidak putus asa ketika seseorang sedang berada dalam permasalahan/kesulitan. Allah memerintahkan umat Islam untuk tidak bersifat lemah dan jangan bersedih hati, meskipun kehidupan mereka mengalami masalah dan penderitaan yang berat dan meyakini bahwa rahmat Allah selalu ada dan datang pada makhluknya.

Hal ini memiliki hubungan dan kesesuaian yang tercantum pada QS. Yusuf ayat 87:

يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيَاسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ
رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

Artinya : Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir

Dalam ayat tersebut kita dituntut untuk senantiasa tidak berputus asa dengan segala sesuatu yang telah Allah berikan, karena segala sesuatu yang diberikan Allah adalah bukti belas kasih terhadap umatnya.

3. Hubungan *Flow Akademik* dengan *Self Efficacy*

Hal yang penting harus dimiliki oleh mahasiswa dalam melakukan aktivitas akademik adalah dengan mempunyai fokus, memiliki rasa nyaman, dan mempunyai motivasi ketika mengikuti aktivitas akademik. Begitu juga dengan mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi, dimana dituntut untuk memiliki konsentrasi secara penuh, memiliki motivasi dalam mengerjakannya, dan harus nyaman dalam mengerjakannya. Kondisi seperti inilah yang disebut sebagai *flow akademik*. *Flow* adalah salah satu jalan yang dapat mengakibatkan mahasiswa mampu untuk fokus, memiliki kreatifitas, mampu cepat dalam menyerap hal sedang dipelajari, dan juga dapat mengurangi stres akademik sehingga dapat berdampak terhadap hasil belajar sesuai yang diinginkan. Secara umum individu yang sedang mengalami *flow* terlibat secara intens terhadap kegiatan yang dilakukan sehingga mereka tidak sadar akan waktu dan tempat dalam mengerjakan sesuatu hal (Schunk, dkk, 2008, dalam Husna, 2014:575). Agar mahasiswa akhir mampu untuk menyelesaikan tugas

skripsi adalah dengan kesetaraan antara kemampuan dan tugas yang sedang dikerjakan, setara dan tidaknya dengan kemampuan yang dimiliki dan kesulitan yang di hadapi ditentukan oleh individu itu sendiri.

Kesadaran mahasiswa dengan kemampuannya sendiri disebut *self-efficacy*. *Self-efficacy* di definisikan sebagai evaluasi pada diri seseorang akan kemampuan dan kompetensinya pada saat proses menghadapi pekerjaan/tugas, mencapai tujuan tertentu, maupun dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi (Bandura 1997, dalam Baron & Byrne, 2003: 183). Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa dapat memberikan penilaian dan penghargaan terhadap dirinya akan semakin baik, yang mana hal tersebut mengakibatkan banyak aktivitas akademik yang menjadi kapasitasnya.

Self efficacy sendiri terdiri tiga aspek, antara lain *magnitude*, *streght*, dan *generality*. *Magnitude* atau level merupakan keyakinan dalam diri individu untuk dapat mengerjakan pekerjaan/tugas yang sulit. Dengan memiliki keyakinan seperti ini mahasiswa dapat sepenuhnya fokus dan juga konsentrasi dapat tidak mudah teralihkan dan tuntutan tugas-tugas yang membutuhkan pola pikir dapat terselaikan dengan proses yang baik dan mendapatkan hasil maksimal.

Kemudian *intrinsic motivation* adalah aspek dari flow yang mempunyai koneksi terhadap *stregngth* dalam dimensi *self-efficacy* yang berarti memiliki kepercayaan diri akan kompetensi yang dimiliki, hal tersebut mengakibatkan individu tidak mudah mengeluh dan menyepelkan pada saat menghadapi masalah/rintangan serta memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi. Dengan

memiliki keyakinan seperti ini mahasiswa mampu termotivasi secara internal dalam mengambil suatu keputusan dalam dirinya dan untuk melakukan kegiatan untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan ketika menjalani aktivitas tersebut.

Aspek ketiga dari *self-efficacy* adalah *generality* yang diartikan seseorang yang memiliki kemampuan untuk menilai keyakinan yang dimiliki untuk dapat difungsikan dalam berbagai kegiatan yang diikuti. Dengan memiliki keyakinan seperti ini mahasiswa mampu untuk memunculkan perasaan yang nyaman (*enjoyment*) ketika seseorang beraktualisasi, karena dengan mampu menilai kemampuan diri individu itu sendiri dapat beraktualisasi dalam skala yang terukur dan dapat bertanggung jawab akan hal tersebut.

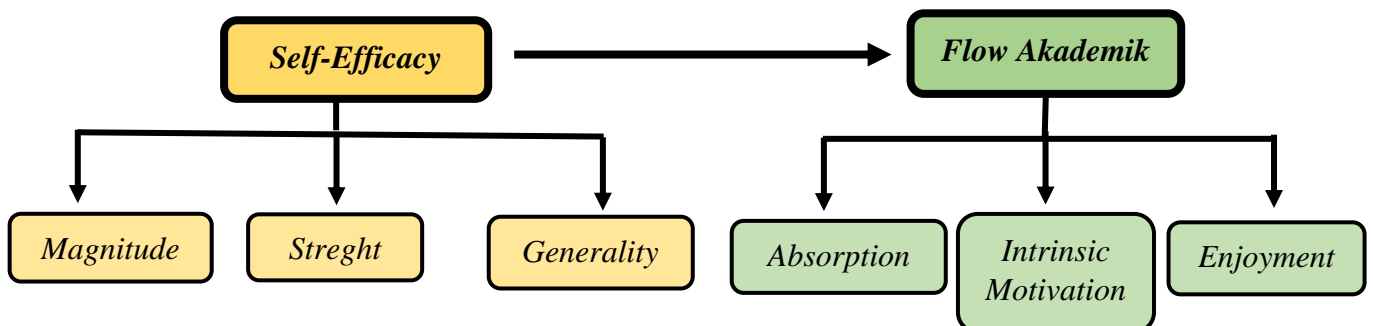
Ketiga aspek *self-efficacy* ini (*magnitude, generality, strenght*) memiliki tujuan secara umum sama, yaitu adalah mendorong dan menuntut individu untuk memahami kemampuan yang dimilikinya. Dimana dalam hal ini kemampuan yang dimiliki oleh individu memiliki peran penting karena individu dapat mengerti tingkat kesulitasn aktivitas/pekerjaan yang akan maupun sedang dihaapi, sehingga individu dapat menentukan keputusan yang tepat dalam sebuah pilihan keputusan.

Dalam agama Islam sendiri dijelaskan bahwasanya setiap individu yang hidup dimuka bumi diberikan masalah oleh Allah SWT, dimana cobaan tersebut diberikan merupakan cobaan yang berbeda-beda namun sesuai porsi masing-masing individu. Agama Islam sendiri memerintahkan manusia untuk memiliki sebuah keyakinan, hal ini dimaksudkan untuk manusia mampu percaya akan kemampuan yang dimiikinya dalam menyelesaikan pekerjaan maupun

permasalahan dalam hidup. Ketika individu mampu untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya dapat membuat individu tersebut merasa tenang dan puas

Hal ini juga diperkuat dengan dilakukanya penelitian oleh Melisa Santoso (2014: 9) mengenai *self-efficacy* dan *flow* akademik yang ditinjau dengan *Temporal Motivation Theory* terhadap mahasiswa Psikologi. Pada penelitian ini pula memberikan hasil bahwa adanya hubungan positif antara *self-efficacy* dan *flow* akademik terhadap mahasiswa psikologi. Dari hubungan aspek ini dan dari hasil penelitian terdahulu dapat diyatakan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan dengan *flow* akademik, karena dengan meningkatnya *self-efficacy* dapat meningkatkan kecenderungan untuk dapat terjadi *flow* akademik.

Tabel 2.1 Skema Hubungan *Self-efficacy* dan *Flow Akademik*



Flow akademik (Ignatius, 2013) merupakan kondisi dimana individu yang berkonsentrasi terhadap memunculkan fokus dalam diri, memunculkan rasa nyaman dalam diri, motivasi yang berasal dalam diri sendiri, dan mampu menikmati keadaan pada saat melakukan kegiatan pembelajaran (belajar dan mengerjakan tugas). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *flow* akademik adalah *self-efficacy* hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Melisa Santoso (2014).

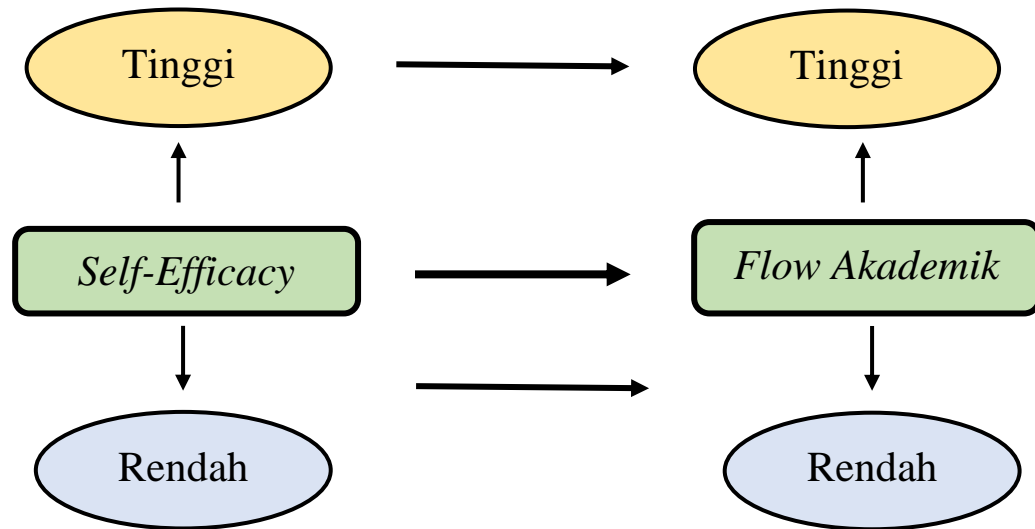
Melisa santoso (2014) menyatakan bahwasanya *self-efficacy* memiliki hubungan dengan *flow* akademik karena dengan meningkatnya *self-efficacy* seseorang akan memicu terjadinya *flow* akademik. Kemampuan penilaian terhadap diri dapat membuat mahasiswa menikmati secara penuh ketika melakukan suatu aktivitas/pekerjaan, dan pada saat individu memiliki penilaian yang tinggi terhadap dirinya akan meningkatkan motivasi internal dalam melakukan suatu aktivitas/pekerjaan. Dengan meningkatnya penilaian diri akan kemampuan yang dimiliki mengakibatkan mahasiswa lebih berkonsentrasi terhadap aktivitas/pekerjaan yang saat ini sedang dijalani. Menurut Bakker (dalam Rupayana, 2008) dengan individu mengalami peningkatan dalam perasaan menikmati, mampu berkonsentrasi penuh, dan mampu memunculkan motivasi internal berarti individu tersebut telah memenuhi semua aspek dalam *flow* akademik. Sehingga dalam hal ini dapat dikatakan terdapat korelasi antara aspek *flow* akademi dengan *self-efficacy* akademik, meningkatnya *self-efficacy* akademik dapat meningkatkan terjadinya *flow* akademik pada diri seseorang.

Self-efficacy merupakan keyakinan yang tertanam pada diri individu dimana individu tersebut memiliki kemampuan berpikir dalam menentukan perilaku maupun tindakan yang tepat, hal ini dilakukan dengan harapan dapat mencapai keberhasilan dalam setiap aktivitas/pekerjaan seperti yang individu harapkan. Individu yang tidak memiliki *self-efficacy* akan merasakan kesulitan dalam memulai dan mengerjakan aktivitas/tugas yang diembanya, salah satu upaya yang dapat dilakukan individu untuk mencapai kondisi *flow* akademik adalah dengan cara memiliki *self-efficacy* yang baik. Dengan kondisi seperti ini mahasiswa

diharapkan memiliki *self-efficacy* yang baik yang berguna dalam meminimalisir perilaku negatif yang dapat berakibat menghambatnya proses belajar, dan diharapkan mampu melahirkan pribadi yang kuat, rajin, semangat, serta mampu mencapai kondisi *flow* akademik.

Tanda-tanda seseorang sedang berada pada kondisi *flow* akademik adalah mampu merasakan kenyamanan pada saat melakukan/mengerjakan aktivitas dan mengikuti secara penuh aktivitas tersebut, sehingga pekerjaan/tugas yang menyertai aktivitas tersebut dapat dikerjakan dengan sempurna. Dalam beberapa teori menunjukkan hasil bahwa *self-efficacy* sangat berarti untuk menekan kecenderungan berperilaku negatif dan *self-efficacy* mampu mendorong mahasiswa untuk berada dalam kondisi *flow akademik*. Dengan hal ini bisa dikatakan bahwa *self-efficacy* dapat dijadikan sebagai pendorong untuk berperilaku secara positif, berfungsi sebagai pengendalian diri terhadap perilaku-perilaku negatif, dan lain-lain yang menghantarkan individu mencapai kondisi *flow akademik*.

Melalui uraian yang telah dijelaskan diatas maka dapat diketahui bahwasanya semakin tinggi *self-efficacy* pada mahasiswa maka akan memiliki kemungkinan semakin tinggi pula kemampuan mencapai kondisi *flow akademik*, dan sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* pada mahasiswa maka akan semakin rendah pula kemampuan mahasiswa untuk mencapai kondisi *flow akademik*.

Tabel 2.2 Skema Kerangka Teoritik *Self-Efficacy* dan *Flow Akademik*

4. Hipotesis

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka hipotesis yang dapat diajukan oleh penulis dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis alternatif (H_a)

Terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *flow akademik* pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi jurusan pendidikan dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim angkatan 2016.

2. Hipotesis nol (H_0)

Tidak terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *flow akademik* pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi jurusan pendidikan dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim angkatan 2016.

BAB III

METODE PENELITIAN

1. Identifikasi Variabel Penelitian

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dimana dalam penelitian ini menekankan analisis terhadap data-data numerik dan akan diolah dengan metode statistika serta juga dilakukan pada penelitian inferensial atau digunakan dalam rangka pengujian hipotesis, sehingga nantinya diperoleh signifikansi antar variabel penelitian yang dilakukan (Azwar, 1998).

Metode penelitian kuantitatif yang digunakan oleh penulis adalah penelitian korelasional dimana hal ini ditunjukkan agar mengetahui hubungan dari variabel dengan variabel yang lain (Sukmadinata, 2013). Variabel sendiri merupakan segala sesuatu yang nantinya akan menjadi objek penelitian (Suryabrata, 1998). Sedangkan menurut (Turmudi, 2008) variabel merupakan sesuatu yang dapat berubah-ubah dan memiliki nilai-nilai yang berbeda pula. Variabel yang muncul dalam sebuah penelitian terjadi karena adanya landasan teori dan juga ditegaskan dari hipotesis penelitian.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yang pertama adalah variabel terikat (*dependent variabel*) dan variabel bebas (*independent variabel*). Keduanya memiliki kedudukan masing-masing dan kedudukan kedua variabel tersebut dalam penelitian yang dilakukan ini adalah sebagai berikut :

- a. Variabel terikat (Y) : *Flow Akademik*
- b. Variabel bebas (X) : *Self-Efficacy*

2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel merupakan suatu definisi dalam variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik dalam sebuah variabel yang bisa diamati (Azwar, 2004). Definisi operasional sendiri merujuk terhadap peneliti atas caranya untuk mengukur suatu variabel. Dalam penelitian yang dilakukan ini, peneliti mengoperasionalkan *flow* akademik dan *self-efficacy* yang digunakan sebagai variabel alat ukur. Dalam masing variabel-variabel yang telah ditentukan tersebut, dapat dijelaskan sebagai berikut ini:

Flow akademik dalam penelitian ini dilihat melalui kondisi individu yang dapat melakukan dan menikmati aktivitas akademik yang sekarang sedang dijalani. Adapun, dalam penelitian ini yang peneliti gunakan untuk pedoman pengukuran meliputi konsentrasi penuh, perasaan yang nyaman, dan motivasi dalam diri pada saat melakukan kegiatan akademik.

Sedangkan dari *self-efficacy* yang dilihat adalah dari kemampuan individu untuk dapat menentukan perilaku yang sesuai agar mampu mencapai keberhasilan seperti apa yang sudah diinginkan. Adapun, dalam penelitian ini yang peneliti gunakan untuk pedoman pengukuran meliputi kemampuan mengatasi kesulitan tugas, keyakinan yang ada dalam diri individu, dan keyakinan diri yang melahirkan fungsi dalam berbagai aktivitas.

3. Subjek Penelitian

Populasi adalah subjek penelitian, kata populasi digunakan sebagai penyebutan elemen/anggota dari dalam wilayah yang dijadikan sebagai sasaran penelitian atau merupakan keseluruhan (universum) dari objek penelitian itu sendiri (Noor, 2011). Sugiyono (2011) menyatakan bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang didirikan atas obyek maupun subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik sesuai dengan apa yang diterapkan oleh peneliti dengan tujuan untuk dipelajari dan ditarik kesimpulanya. Sukmadinata (2013) menyatakan bahwa populasi merupakan kelompok besar dan sebuah wilayah yang menjadi tempat penelitian dilakukan.

Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang menempuh skripsi. Adapun jumlah mahasiswa jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 yaitu 48 mahasiswa, dan memiliki karakteristik sebagai mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2016 dan sedang mengerjakan skripsi. Peneliti mengambil populasi ini dikarenakan mahasiswa yang sedang menempuh skripsi kadang kala tertimpa masalah yang mengakibatkan skripsi yang sedang dikerjakan terganggu, akan tetapi tidak jarang juga ada mahasiswa yang mampu menikmati dan tetap tenang mengerjakan skripsinya meskipun tertimpa masalah atau menanggung beban yang lain.

Dari 48 mahasiswa jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi, semuanya akan dijadikan responden dalam penelitian ini karena subjek kurang dari 100 sebagaimana diutarakan oleh Arikunto (1998) sedangkan jika responden lebih dari 100, maka pengambilan sampel yang dapat digunakan sebanyak 10%-15% atau 20%-25% atau lebih, maupun keadaan yang setidaknya:

1. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga, dan dana.
2. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena dalam hal ini menyangkut banyak dan sedikitnya data.
3. Besar dan kecilnya resiko yang akan ditanggung peneliti. Dalam penelitian memiliki resiko besar yang digunakan, dan tentu jikalau sampel yang digunakan besar, hasilnya yang didapatkan akan lebih baik.

Sehingga dari kaidah yang disebutkan diatas, dirasa perlu untuk mengambil seluruh populasi sebagai subjek penelitian. Dimana cara pengambilan subjek penelitian tanpa menggunakan karakteristik tertentu dan seluruh mahasiswa fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang yang sudah menempuh skripsi.

4. Teknik Sampling

Penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *purposive* sampling. Arinkunto (2006) menyatakan bahwa teknik *purposive* sampling adalah teknik mengambil sampel dengan tidak random, daerah maupun strata, melainkan didasari pada adanya pertimbangan yang memiliki karakteristik pada tujuan tertentu. Adapun kriteria subjek yang diambil adalah mahasiswa fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah salah satu cara yang digunakan oleh peneliti untuk bisa mendapatkan data yang diteliti. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk mendapatkan adalah menggunakan skala yang dapat digunakan dalam mendapatkan data jenis kuantitatif. Umumnya, skala merupakan alat pengumpulan data yang digunakan dalam menunjukkan data berupa pertanyaan yang harus dijawab oleh oleh subjek yang sudah menjadi sasaran maupun kepada responden penelitian. Sederhananya, skala merupakan prosedur dimana penempatan atribut atau karakteristik sebuah objek pada titik-titik tertentu sepanjang suatu kontinum (Azwar, 2013).

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode skala, yaitu skala *flow* akademik dan *self-efficacy*. Model skala menggunakan skala Likert yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap,

pendapat, dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial (Darmawan, 2013: 169). Tingkatan yang dipilih peneliti dalam skala likert yakni SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Pada penelitian ini skala likert menggunakan pilihan jawaban 4,3,2,1 untuk pernyataan positif dan 1,2,3,4 untuk pernyataan negatif.

Adapun ada dua pertanyaan yang digunakan dalam skala atau kuesioner ini yaitu favorable dan unfavorable. Favorable yaitu pernyataan yang mengarah pada aspek serta bersifat positif terhadap objek sikap yang akan diungkap. Sedangkan unfavorable yaitu pernyataan yang menjauhi aspek dan bersifat negatif terhadap objek sikap yang akan di ungkap.

Tabel 3.1 Penilaian Pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable*

| Kategori Jawaban | Favorable | Unfavorable |
|------------------------------------|------------------|--------------------|
| Sangat Tidak Sesuai (STS) | 1 | 4 |
| Tidak Sesuai (TS) | 2 | 3 |
| Antara Sesuai dan Tidak Sesuai (N) | 3 | 2 |
| Sangat Sesuai (SS) | 4 | 1 |

5.1. Skala *Flow* Akademik

Skala *flow* akademik dalam hal ini menggunakan tiga aspek seperti yang telah diungkapkan oleh Bakker (2005) yaitu:

1. *Absortion*

Absortion berfokus terhadap keadaan konsentrasi secara total, dimana semua perhatian, kewaspadaan, dan juga konsentrasi penuh dalam kegiatan yang dilakukan,

sehingga individu tersebut larut terhadap kegiatannya dan tidak menyadari kejadian yang terjadi di lingkungan sekitarnya. Individu yang mampu menikmati dalam pekerjaan yang sedang dilakukannya akan merasa senang dan dapat membuat penilaian positif mengenai kualitas aktivitas individu tersebut.

2. *Enjoyment*

Enjoyment merupakan hasil dari evaluasi kognitif dan afektif yang dihasilkan dari pengalaman *flow* individu. Individu dapat merasakan perasaan nyaman yang muncul pada saat individu melakukan aktivitas yang sedang dijalani dalam waktu lama mampu menjalani aktivitas tersebut.

3. *Intrinsic Motivation*

Intrinsic motivation mengacu terhadap kebutuhan untuk dapat melakukan kegiatan dengan memiliki tujuan untuk memperoleh kesenangan dan kepuasan dalam aktivitas yang sedang dijalani. Motivasi intrinsik muncul pada diri seseorang untuk dapat melakukan sebuah aktivitas meskipun tidak mendapatkan penghargaan dari orang lain.

Tabel 3.2 Blueprint skala *Flow* Akademik

| Variabel | Aspek | Indikator | No.Aitem | | Jumlah |
|-------------------------|-----------------------------|--|-----------|-------------|----------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| <i>Flow</i> akademik | <i>Absortion</i> | a. Individu memiliki konsentrasi penuh | 1, 2 | 4 | 3 |
| | | b. Individu menikmati aktivitas yang sedang dilakukan | 3, 5 | 7 | 3 |
| | <i>Enjoyment</i> | a. Individu merasa nyaman dalam melakukan aktivitas dengan kurun waktu yang lama | 6 | 8 | 2 |
| | <i>Intrinsic Motivation</i> | a. Individu Melakukan kegiatan dengan tujuan mencapai kepuasan diri | 9, 10, 11 | 13 | 4 |
| | | b. Melakukan aktivitas atas kemauan sendiri. | 12, 14 | 16 | 3 |
| | Jumlah | | | 10 | 5 |

5.2. Skala *Self-efficacy*

Untuk dapat mngungkap data variabel self-efficacy digunakan skala self-efficacy. Self-efficacy merupakan sebuah keyakinan individu dimana dirinya dapat

melakukan tindakan-tindakan yang dikehendaki pada situasi tertentu dengan harapan akan mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. Apabila diuraikan lebih mendalam skala self-efficacy diciptakan berdasarkan dimensi-dimensi seperti yang sudah diungkapkan oleh Bandura (1997, dalam Ghufron & Rini, 2011) yaitu:

1. *Magnitude*

Magnitude merupakan hal yang merujuk terhadap tingkat kesulitan tugas yang dipikirkan oleh individu, dan individu tersebut meyakini kesulitan tersebut dapat terselesaikan.

2. *Strenght*

Strenght menunjukkan terhadap hal yang kuat maupun lemah pada keyakinan individu pada kesulitan sebuah tugas yang sedang atau akan dikerjakan, *strenght* yang lemah umumnya didasari terhadap pengalaman yang kurang menyenangkan. Sedangkan, individu yang memiliki *strenght* yang kuat dalam sebuah kegiatan maupun kompetensi akan memilih memperjuangkannya meskipun menghadapi kesulitan pada saat melakukannya.

3. *Generality*

Generality menunjukkan apakah sebuah keyakinan *efficacy* dimana hanya berlangsung dalam sebuah domain tertentu atau dapat dikatakan berlaku dalam berbagai macam aktivitas dan situasi yang dihadapi oleh individu.

Tabel 3.3 Blueprint skala *Self-Efficacy*

| Variabel | Aspek | Indikator | No.Aitem | | Jumlah |
|----------------------|-------------------|--|-----------|-------------|-----------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| <i>Self-Efficacy</i> | <i>Level</i> | a. Individu mampu mengukur kesulitan tugas yang dihadapi | 15, 17 | 19 | 5 |
| | | b. Individu mampu menyelesaikan bergai tingkat kesulitan tugas | 18 | 20 | |
| | <i>Strenght</i> | a. Individu memiliki keyakinan yang kuat untuk bertahan dalam situasi yang sulit | 21, 22 | 23 | 6 |
| | | b. Individu memiliki keyakinan akan potensi yang dimiliki | 24, 25 | 26 | |
| | <i>Generality</i> | a. Memiliki keyakinan untuk melaksanakan tugas dalam berbagai aktivitas yang diberikan | 27, 29 | 28 | 3 |
| Jumlah | | | 9 | 5 | 14 |

6. Validitas dan Reabilitas

6.1 Uji Validitas

Validitas merupakan suatu kemampuan instrumen pengumpulan data dalam memperoleh data yang relevan dengan apa yang sedang diukur dan tujuan penelitian yang hendak dicapai (Kuntjojo, 2009). Artinya bahwa instrumen dengan validitas tinggi memiliki peluang besar untuk membantu peneliti mengumpulkan data secara tepat dan akurat sehingga dapat digunakan sebagai alat. Uji validitas skala *flow* akademik dan *self-efficacy*, dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor aitem dan skor totalnya, yang biasa disebut dengan *aitem validity* (validitas soal) yang menggunakan kriteria *internal consistency*.

Azwar (1998) menyatakan bahawasanya uji validitas dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut dapat menjalankan fungsi ukurnya maupun memberikan hasil yang tepat dan juga akurat. Syarat minimum untuk dapat dianggap memenuhi syarat validitas adalah apabila nilai daya diskriminasi aitem sama dengan atau lebih dari 0,3. Sehingga korelasi antara butir dengan skor total mendapatkan hasil kurang dari 0,3, maka butir dalam instrumen tersebut dapat dinyatakan gugur dan tidak dapat digunakan sebagai instrumen pengumpul data. Nantinya pengumpulan data akan dilakukan pada mahasiswa fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi.

6.2 Uji Reliabilitas

Istilah realibitas sendiri sering kali disamakan dengan consistency, stability, dan dependability. Dimana dalam prinsip pengukuran itu dapat memberikan hasil relatif yang tidak berbeda jika dilakukan pengukuran kembali terhadap subjek penelitian yang sama (Azwar, 1996).

Reliabilitas merupakan sebuah indeks yang dapat menunjukkan sejauh mana alat ukur, mampu dipercaya dan juga diandalkan. Dalam hal ini berarti dapat menunjukkan sejauh mana alat ukur dapat konsisten, jika pengukuran dilakukan dua kali ataupun lebih terhadap gejala yang sama (Noor, 2011).

Muhammad (2008), realibilitas dalam sebuah penelitian dimaksudkan untuk dapat mengukur sebuah instrumen berulang laki dan dapat menghasilkan data yang sesuai atau sama. Reliabilitas dapat menunjukkan adanya konsistensi dan stabilitas dalam hasil dari pengukuran yang dilakukan, dan setiap pengukuran dilakukan terhadap subjek yang sama. Pengujian realibitas dalam pengukuran ini menggunakan rumus *cronbach alpha*, yang akan reliable apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai yang sama maupun lebih besar dari 0,6. Pengujian realibilitas dilakukan dengan bantuan program SPSS *for Windows* versi 16.00.

7. Analisis Data

Sugiyono (2009: 147) Analisis data adalah serangkaian kegiatan setelah data dari seluruh subjek atau sumber data yang lain terkumpul. Teknik yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan teknik korelasi berganda dengan menggunakan bantuan analisis program IBM SPSS *statistic* versi 23.

Teknik ini digunakan untuk mengetahui sejauhmana hubungan dua variabel, seberapa besar dan arah hubungannya. Jika korelasi >5 maka terdapat hubungan variabel bebas dengan variabel terikat tersebut.

Adapun rumus untuk menguji korelasi antara dua variabel adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n(\sum X^2) - (\sum X)^2][N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi dalam hitungan

n : Jumlah responden atau sampel

$\sum X$: jumlah skor aitem

$\sum Y$: jumlah skor total

$\sum xy$: jumlah skor “X” dikali “Y”

$\sum X^2$: jumlah skor “X” yang telah dikuadratkan

$\sum Y^2$: jumlah skor “Y” yang telah dikuadratkan

Adapun data yang sudah diperoleh kemudian di uji dengan beberapa analisis. Uraian tentang analisis, sebagai berikut:

7.1 Analisis Deskriptif

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas

| Variabel | Nomor Aitem | |
|----------------------|--|-----------------|
| | Valid | Gugur |
| <i>Flow akademik</i> | 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 15, 17 | 1, 2, 8, 13, 14 |
| <i>Self-efficacy</i> | 16, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 29 | 18, 23, 28 |

Analisis deskriptif ini digunakan untuk mengetahui nilai maximum, nilai minimum, rata-rata(*mean*), nilai tengah (*median*), dan standar deviasi pada masing-masing variabel. Kemudian data tersebut dikategorisasikan dengan rentang tiga kelompok diantaranya tinggi, sedang rendah sesuai dengan acuan norma kategorisasi. Berikut norma yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 3.5 Norma Kategorisasi

| Kategorisasi | Norma |
|---------------|-----------------------------------|
| Tinggi | $X > (M + 1SD)$ |
| Sedang | $(M - 1SD) \geq X \leq (M + 1SD)$ |
| Rendah | $X < (M - 1SD)$ |

1. Uji Normalitas

Uji normalitas ini bertujuan mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data (Sarjono & Julianita, 2011: 53). Uji normalitas ini menggunakan metode kolmogorov-smirnov dengan taraf signifikansi 5% artinya bila $p > 0,05$ data normal begitu sebaliknya jika $p < 0,05$ maka tidak normal.

2. Uji Linieritas

Pengujian linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang kita miliki sesuai dengan garis linear atau tidak (Sarjono & Julianita, 2011: 74). Bisa juga untuk mengetahui seberapa pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Uji linieritas menggunakan nilai signifikan $p > 0,05$ maka variabel bebas dan variabel terikat linier, bila $p < 0,05$ maka variabel bebas dan terikat tidak linier.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji korelasi *product moment*. Uji korelasi berganda digunakan untuk mengetahui sejauh mana ada hubungan dua variabel bebas terhadap variabel terikat. Karena skala atau angket yang berupa *google form* berbentuk interval, maka uji yang paling tepat adalah menggunakan uji korelasi berganda. Adapun tabel berikut sebagai acuan untuk menginterpretasi seberapa kuat tidaknya hubungan koefisien terhadap variabel yang diteliti sebagai berikut (Arikunto, 288: 2006).

Tabel 3.6 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

| Nilai | Keterangan |
|----------------------|---------------|
| 0.800 – 1.00 | Tinggi |
| 0.600 - 0.800 | Cukup |

| | |
|----------------------|--|
| 0.400 - 0.600 | Agak Rendah |
| 0.200 - 0.400 | Rendah |
| 0.000 – 0.200 | Sangat Rendah (Tidak berkorelasi) |

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Penelitian

1.1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilakukan secara online dengan menggunakan media Google Form sehingga dikerjakan di tempat masing-masing subjek penelitian. Penelitian ini dilaksanakan pada 15 Oktober – 18 November 2020.

1.2. Deskripsi Subjek Penelitian

Sesuai dengan kepentingan penelitian, populasi pada penelitian ini merupakan mahasiswa jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 di UIN Maulana Malik Ibrahim yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim adalah angkatan pertama dari jurusan pendidikan dokter. Jumlah populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa jurusan pendidikan dokter UIN Maulana Malik Ibrahim angkatan 2016 yang berjumlah 48 orang. Data ini didapatkan dari bagian akademik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim, ketentuan tersebut mengacu pada pendapat Arikunto (1998) jika subjek kurang dari 100 maka semuanya akan dijadikan responden.

1.3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Pengambilan data dilakukan secara online melalui program Google Form. Google form merupakan aplikasi administrasi survei yang dapat mengumpulkan data dari subjek penelitian yang mengisi form yang telah dibuat, dengan cara mengirimkan tautan Google Form yang sudah disiapkan kepada masing-masing subjek penelitian.

Penelitian dilakukan pada 15-19 Oktober 2020. Adapun tahapan pengambilan data adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti memasukkan kuisioner ke dalam Program Google Form.
- b. Pada skala penelitian, peneliti memperkenalkan identitas diri dan menjelaskan tujuan penelitian.
- c. Peneliti menjelaskan bagaimana cara pengisian skala.
- d. Peneliti mengirimkan tautan Google Form dengan menggunakan aplikasi whatsapp kepada masing-masing subjek.
- e. Peneliti memberikan batasan waktu kepada subjek selama 20 menit untuk mengisi form dan pengumpulan data dilakukan selama 4 hari.
- f. Peneliti melakukan rekap data dan olah data menggunakan program Microsoft Exel dan program IBM SPSS *statistic versi 23*.

2. Hasil Penelitian

2.1. Analisi Deskripsi

2.1.1. Skor Hipotetik dan Empirik

Penggunaan skor hipotetik dan skor empirik adalah skor untuk mengetahui kategorisasi masing-masing variabel. Oleh karena itu *mean* hipotetik dan standar deviasi hipotetik yang di dapatkan akan dibandingkan dengan *mean* dan standar deviasi empirik. Berikut adalah rincian skor hipotetik dan empirik.

Tabel 4.1 Deskripsi Skor Hipotetik dan Empirik

| Variabel | Skor Hipotetik | | | Skor Empirik | | |
|------------------------|----------------|----------|------|--------------|----------|------|
| | Tertinggi | Terendah | Mean | Tertinggi | Terendah | Mean |
| <i>Flow Akademik</i> | 68 | 17 | 42,5 | 42 | 22 | 33,5 |
| <i>Self - Efficacy</i> | 48 | 12 | 30 | 39 | 22 | 29,7 |

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Skala *flow akademik* terdiri dari 15 item yang masing-masing memiliki rentang skor 1-4. Maka skor tertinggi untuk skala *flow akademik* adalah 68 dan skor terendahnya adalah 17 dengan mean hipotetik sebesar 42,5. Kemudian setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil skor empirik dengan jumlah skor tertinggi adalah 42 dan skor terendah adalah 22 dengan mean sebesar 33,5. Berdasarkan hasil tersebut didapatkan bahwasanya mean empirik lebih rendah jika dibandingkan mean hipotetik yang berarti tingkat *flow akademik* cenderung rendah.
- b. Skala *self-efficacy* terdiri dari 14 item yang masing-masing memiliki rentang skor 1-4. Maka skor tertinggi untuk skala *self-efficacy* adalah 48 dan skor terendahnya adalah 12 dengan mean hipotetik sebesar 30. Kemudian setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil skor empirik dengan jumlah skor tertinggi adalah 39 dan skor

terendah adalah 22 dengan mean sebesar 29,7. Berdasarkan hasil tersebut didapatkan bahwasanya mean empirik lebih rendah jika dibandingkan mean hipotetik yang berarti tingkat *self efficacy* cenderung rendah.

2.1.2. Kategorisasi Data

Dalam melakukan kategorisasi data skor yang digunakan adalah skor hipotetik. Dimana masing-masing variabel akan dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan norma sebagai berikut:

Tabel 4.2 Norma Kategorisasi

| Kategorisasi | Norma |
|--------------|-----------------------------------|
| Tinggi | $X > (M + 1SD)$ |
| Sedang | $(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$ |
| Rendah | $X < (M - 1SD)$ |

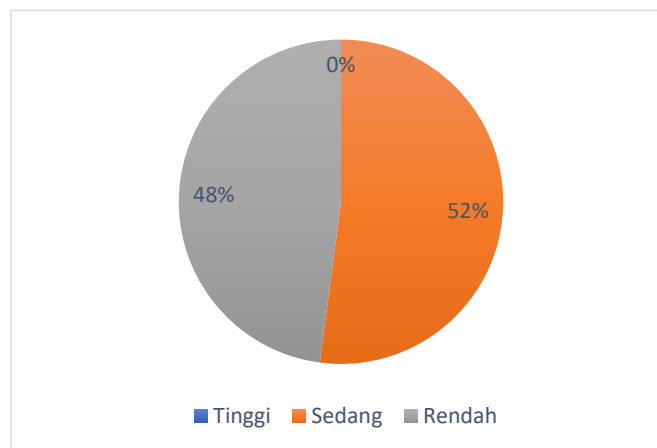
a. *Flow Akademik*

Tabel 4.3 Kategorisasi *flow* akademik

| Kategori | Norma | Frekuensi | Presentase |
|---------------|-------|-----------|------------|
| Tinggi | 52-68 | 0 | 0% |
| Sedang | 34-51 | 25 | 52% |
| Rendah | 17-33 | 23 | 48% |

Berdasarkan data yang telah didapatkan di atas menyatakan bahwa 48% atau 23 responden termasuk dalam kategori rendah, kemudian sebanyak 52% atau 25 responden termasuk dalam kategori sedang, dan tidak responden yang masuk dalam kategori tinggi.

Gambar 4.1 Kategorisasi *flow* akademik



Berdasarkan data diagram di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden masuk kedalam kategori sedang, sehingga dapat dikatakan bahwa responden memiliki *flow* akademik yang sedang.

Dalam variabel *flow* akademik terdapat 3 bentuk aspek yang membentuk variabel *flow* akademik. *Intrinsic motivation* adalah bentuk aspek tertinggi pembentuk variabel dengan presentase sebesar 61% sedangkan bentuk aspek terkecil adalah *enjoyment* dengan presentase 7%.

Tabel 4.4 Presentase Setiap Aspek *flow* akademik

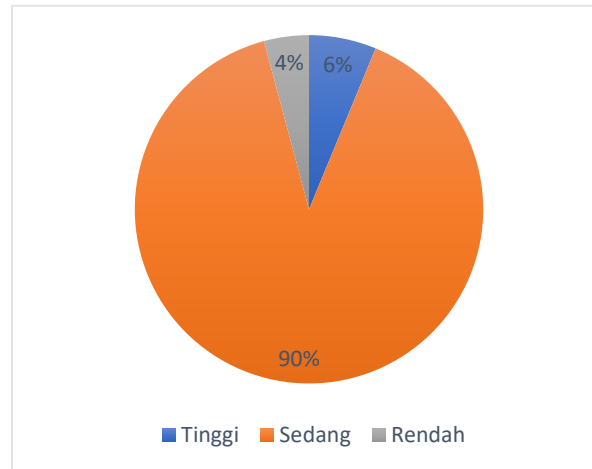
| Aspek | Skor total bentuk aspek | Skor total variable | Presentase |
|-----------------------------|-------------------------|---------------------|------------|
| <i>Absortion</i> | 510 | 1610 | 32% |
| <i>Enjoyment</i> | 114 | 1610 | 7% |
| <i>Intrinsic Motivation</i> | 986 | 1610 | 61% |

b. *Self-Efficacy*Tabel 4.5 Kategorisasi *self-efficacy*

| Kategori | Norma | Frekuensi | Presentase |
|---------------|-------|-----------|------------|
| Tinggi | 37-48 | 3 | 6% |
| Sedang | 24-36 | 43 | 90% |
| Rendah | 12-23 | 2 | 4% |

Berdasarkan data yang telah didapatkan di atas menyatakan bahwa 4% atau 2 responden termasuk dalam kategori rendah, kemudian sebanyak 90% atau 43 responden termasuk dalam kategori sedang, dan sebanyak 6% atau 3 responden dalam kategori tinggi.

Gambar 4.2 Kategorisasi *self-efficacy*



Berdasarkan diagram di atas menunjukkan mayoritas responden masuk ke dalam kategori sedang, sehingga dapat dikatakan bahwa responden memiliki *self-efficacy* yang sedang.

Dalam variabel *self-efficacy* terdapat 3 aspek yang membentuk variabel. Aspek terbesar adalah *strenght* dengan presentase 49%, sedangkan aspek terkecil adalah *generality* dengan presentase 11%

Tabel 4.6 Aspek Pembentuk Variabel *self-efficacy*

| Aspek | Skor total aspek | Skor total variabel | Presentase |
|-------------------|------------------|---------------------|------------|
| <i>Level</i> | 572 | 1426 | 40% |
| <i>Strenght</i> | 702 | 1426 | 49% |
| <i>Generality</i> | 152 | 1426 | 11% |

2.2. Uji Asumsi

2.2.1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk dapat mengetahui distribusi skor variabel. Uji normalitas ini didasarkan pada teknik *kolmogrov-smirnov*. Model korelasi dapat dikatakan baik jika data terdistribusi normal yaitu signifikansi $(p) > 0,05$. Bila $(p) < 0,05$ maka data tersebut dapat dikatakan tidak normal. Berikut ini merupakan hasil dari uji normalitas.

Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | Unstandardized Predicted Value |
|---|----------------|-----------------------------------|
| N | | 48 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 29.7083333 |
| | Std. Deviation | 1.89862501 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .100 |
| | Positive | .094 |
| | Negative | -.100 |
| Test Statistic | | .100 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas didapatkan nilai signifikansi sebesar, 0,200 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,05. Maka dapat dikatakan nilai distribusinya normal.

2.2.2. Uji Linieritas

Uji linieritas memiliki fungsi untuk mengetahui linear atau tidaknya sebuah distribusi data penelitian. Uji linieritas digunakan untuk mengetahui adanya hubungan linear antara variabel bebas dengan variabel terikat. Berikut adalah hasil dari uji linieritas:

Tabel 4.8 Uji Linearitas *flow* akademik terhadap *self-efficacy*

| | | | Sum of | | | | |
|----------------------|----------------|--------------------------|---------|----|-------------|--------|------|
| | | | Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
| Self Efficacy * Flow | Between Groups | (Combined) | 448.417 | 13 | 34.494 | 3.538 | .002 |
| | | Linearity | 169.425 | 1 | 169.425 | 17.377 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 278.992 | 12 | 23.249 | 2.385 | .023 |
| | Within Groups | | 331.500 | 34 | 9.750 | | |
| Total | | | 779.917 | 47 | | | |

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan skor signifikansi sebesar 0,023 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,05. Maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linier antara *flow* akademik terhadap *self-efficacy*.

3.3 Uji Hipotesis

3.3.1 Uji Korelasi

Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi Hubungan *flow* akademik terhadap *self-efficacy*

| | | Flow | Self Efficacy |
|---------------|---------------------|--------|---------------|
| Flow | Pearson Correlation | 1 | .466** |
| | Sig. (2-tailed) | | .001 |
| | N | 48 | 48 |
| Self Efficacy | Pearson Correlation | .466** | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .001 | |
| | N | 48 | 48 |

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa skor signifikansi yang didapatkan sebesar 0,001 artinya skor tersebut lebih kecil dari 0,05. Maka dapat dikatakan bahwa terdapat korelasi antara *flow* akademik terhadap *self-efficacy* mahasiswa pendidikan dokter UIN Maulana Malik Ibrahim angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi. Skor korelasi yang didapat adalah 0,466 yang mana sedikit lebih kecil dari 0,5. Artinya korelasi antara variabel *flow* akademik dengan *self-efficacy* cenderung agak lemah.

4. Pembahasan

4.1. Tingkat *Flow* Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan dokter Angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Dalam penelitian ini didapatkan presentase sebesar 52% atau sebanyak 25 orang termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 48% atau sebanyak 23 orang termasuk dalam kategori rendah, dan 0% atau tidak ada orang yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa dalam mahasiswa pendidikan dokter UIN Malang angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi mempunyai *flow* akademik yang sedang, dari data tersebut dapat dikatakan bahwa mahasiswa pendidikan dokter UIN Malang yang sedang mengerjakan skripsi cukup fokus, kreatif, dan menikmati proses dalam mengerjakan skripsi. Meskipun demikian masih ada 48% atau sebanyak 23 orang yang memiliki *flow* akademik yang rendah dan tidak ada satupun yang masuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *flow* akademik dalam mengerjakan skripsi harus ditingkatkan lagi, dengan harapan semakin banyak mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi yang memiliki nilai *flow* akademik tinggi, semakin banyak pula mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2016 dalam mengerjakan skripsi yang *self-efficacy*nya meningkat.

Variabel *flow* akademik yang digunakan dalam penelitian ini memiliki 3 aspek yaitu aspek *absortion*, *enjoyment*, dan *intrinsic motivation*. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan oleh peneliti menghasilkan data bahwa aspek *intrinsic motivation* adalah aspek yang paling dominan dengan presentase sebesar 61%. Hal ini menunjukkan

bahwa untuk membuat individu dapat merasakan konsentrasi secara penuh, termotivasi, dan berada pada kondisi kognitif yang efisien ketika mengerjakan suatu pekerjaan. Hal yang paling diutamakan adalah membuat orang tersebut memiliki dorongan internal, dimana dorongan tersebut muncul dari keinginan yang kuat dalam diri individu ketika sedang melakukan aktivitas/pekerjaan. Tentunya hal ini dilakukan oleh individu tersebut untuk dapat mendapatkan rasa senang, serta untuk menikmati setiap proses yang dilakukan pada saat menyelesaikan pekerjaan/aktivitas yang sedang dikerjakan. Meski nantinya tidak mendapatkan penghargaan dari orang lain, setidaknya individu tersebut merasa mendapatkan penghargaan dari dirinya sendiri.

Ketiga aspek *flow* di atas merupakan aspek yang di kemukakan oleh Bekker (2005). Ketiga aspek tersebut dapat muncul terpisah maupun bersamaan dalam diri individu. *Flow* akademik yang berada pada mahasiswa pendidikan dokter UIN Maulana Malik Ibrahim angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi, dapat dikatakan cukup merata karena dari data yang didapatkan menunjukkan hasil “sedang”. *Flow* akademik memberikan individu manfaat dalam bentuk kesenangan yang melibatkan pengalaman positif sehingga individu tersebut dapat mengendalikan diri untuk tetap fokus dengan apa yang sedang dikerjakan. *Absortion* memberikan manfaat konsentrasi penuh yang dialami oleh individu dan menikmati aktivitas yang sedang dilakukannya, individu juga tenggelam dengan apa yang sedang di kerjakan sampai melupakan pergantian waktu yang sedang berlangsung. *Enjoyment* memberikan manfaat pemberian nilai positif pada diri individu ketika melakuka suatu

pekerjaan/aktivitas, perasaan yang nyaman tersebut menjadikan individu bekerja/beraktivitas lebih tenang dan lebih lama. *Intrinsic motivation* memberikan manfaat dorongan internal, dimana dorongan tersebut merupakan salah satu bentuk keinginan yang muncul dari individu dengan tujuan mendapatkan kesenangan dan kepuasan dari aktivitas/pekerjaan yang dilakukannya.

Manfaat lain dari adanya *flow* akademik yang dirasakan adalah dapat meningkatkan religiusitas individu (Arbi Alfarabi, 2017). Menyebutkan bahwa manfaat dari *flow* akademik memiliki pengaruh pada religiusitas dari diri individu, meskipun setiap agama memiliki ritualnya masing-masing tapi ketika penganut agama memiliki keseriusan dalam ritualnya maka ia akan tenggelam dan menikmati dalam kegiatan keagamaanya masing-masing.

Flow akademik pada mahasiswa jurusan pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi masuk dalam kategori sedang. Hal tersebut di dapatkan dari data penelitian yang telah dilakukan, hal tersebut berarti bahwa dalam mengerjakan skripsi mereka cukup fokus dan menikmati apa yang sedang dikerjakan meskipun ada beberapa hal yang membuat mereka terdistraksi pada saat mengerjakan skripsi.

3.2. Tingkat *Self-efficacy* Mahasiswa Jurusan Pendidikan dokter Angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa mahasiswa jurusan pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi berada pada tingkat yang sedang. Hal ini didasari dengan presentase sebesar 90% atau 43 orang termasuk dalam kategori sedang, kemudian sebanyak 6% atau 3 orang masuk dalam kategori tinggi dan 4% atau 2 orang masuk dalam kategori rendah. Kemampuan *self-efficacy* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi tentunya sangat bermanfaat dan memiliki arti yang penting, dimana ketika mereka memiliki *self-efficacy* yang tinggi maka akan lebih mudah untuk berproses dalam mengerjakan skripsinya. Namun pada data yang didapatkan hampir seluruh mahasiswa memiliki tingkat *self-efficacy* yang sedang, artinya mereka masih memerlukan bantuan supaya dapat memiliki *self-efficacy* dengan lebih baik.

Variable dari *self-efficacy* yang digunakan dalam penelitian ini terbentuk dari 3 aspek yaitu *level*, *strenght*, dan *generality*. Dari analisis yang telah dilakukan didapatkan data bahwa aspek yang paling dominan yang membentuk *self-efficacy* adalah aspek *strenght* dengan presentase sebesar 90%. Dari hasil yang telah didapatkan dapat dikatakan bahwa untuk mendapatkan *self-efficacy* yang baik pertama kali yang dilakukan atau diutamakan adalah dengan mengukur serta memahami ketahanan diri sendiri ketika mengerjakan suatu pekerjaan atau aktivitas tertentu. Setelah mampu

mengukur dan memahami kemampuan diri sendiri akan lebih mudah untuk memberikan performa terbaik pada aktivitas atau pekerjaan yang dilakukan.

Dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti ditemukan beberapa permasalahan yang mengakibatkan adanya permasalahan dalam penyusunan skripsi, akan tetapi mereka juga mengerti bagaimana cara mengatasi permasalahan tersebut. Misalnya, karena mereka adalah angkatan pertama dan tidak mempunyai kakak tingkat atau alumni yang ada pada jurusan. Mereka mengalami kesulitan untuk mendapatkan tips dan referensi yang dapat didapatkan dari kakak tingkat atau alumni, namun mereka dapat mengatasinya dengan cara menambah usaha dalam mengerjakan skripsi dan tidak putus asa.

Ketiga aspek *self-efficacy* di atas dikemukakan oleh (Bandura 1997). Ketiga aspek tersebut dapat muncul terpisah maupun bersamaan dalam diri individu. *Self-efficacy* yang berada pada mahasiswa pendidikan dokter UIN Maulana Malik Ibrahim angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi, dapat dikatakan cukup merata karena dari data yang didapatkan menunjukkan hasil “sedang”. *Self-efficacy* dapat membuat individu menjadi lebih percaya diri dan menganggap dirinya mampu untuk menyelesaikan pekerjaan atau aktivitas dengan baik, serta *self-efficacy* juga dapat membuat individu tidak mudah untuk putus asa dan mempertinggi usaha dalam menyelesaikan suatu permasalahan saat sedang berada pada pekerjaan/aktivitas yang di lakukan.

Tinggi, sedang, dan rendahnya tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa pendidikan dokter UIN Maulana Malik Ibrahim angkatan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi di pengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Bandura (1994:79), *self-efficacy* pada individu dapat dikembangkan, dan juga dapat diturunkan melalui 4 sumber yaitu: pengalaman-pengalaman dari masa lalu yang pernah dilalui (*mastery experience*), pengalaman yang didapatkan dari orang lain (*vicarious experience*), persuasi sosial (*verbal persuasion*), dan kondisi fisik serta emosi (*psychological and affective states*).

- a. *Mastery experience*, merupakan pengalaman hal baik yang didapatkan pada masa lalu seperti prestasi yang pernah didapatkan. Pengalaman masa lalu yang positif dapat menjadi penyulut perubahan *self-efficacy* yang paling berpengaruh. Pengalaman yang positif di masa lalu dapat meningkatkan *self-efficacy* dan pengalaman negative di masa lalu dapat menurunkan *self-efficacy*.
- b. *Vicarious experience*, pengamatan terhadap lingkungan dapat mempengaruhi naik turunnya *self-efficacy*, ketika individu mengamati seseorang yang memiliki kemampuan yang sama dengan dirinya dan berhasil menyelesaikan sesuatu yang dikerjakan *self-efficacy* dapat meningkat. Sebaliknya, jika orang tersebut gagal maka *self-efficacy* dapat menurun.
- c. *Verbal Persuasion*, merupakan penguatan positif yang didapatkan dari orang lain, akan tetapi kekurangan dari hal ini adalah sumbernya yang

terbatas. Pada kondisi yang baik dan tepat persuasi dari orang lain atau sekitar dapat mempengaruhi tingkat *self-efficacy*, kondisi tersebut merupakan rasa percaya kepada lawan bicara atau pemberi nasehat.

- d. *Psychological and affective states*, keadaan emosi seseorang menjadi salah satu faktor penting perubahan perilaku seseorang.

3.3 Hubungan *flow* akademik dengan *self-efficacy* pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Kedokteran Angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Hasil analisa data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *flow* akademik mempunyai hubungan terhadap *self-efficacy*, data tersebut didapatkan setelah melakukan uji korelasi yang menunjukkan skor signifikansi 0,001 dimana lebih kecil dari 0,05. Artinya terdapat korelasi antara variable *flow* akademik dengan *self-efficacy*. Skor korelasi yang didapat adalah 0,466 dimana sedikit lebih kecil dari 0,5. Dari data tersebut diketahui bahwa korelasi antara kedua variabel cenderung agak lemah, *flow* akademik dan *self-efficacy* memiliki hubungan positif dimana semakin tinggi *flow* akademik individu maka akan semakin tinggi *self-efficacy* begitu juga sebaliknya.

Flow akademik (Ignatius, 2003) merupakan sebuah kondisi dimana seseorang mampu untuk fokus, berkonsentrasi, memiliki motivasi dalam diri sendiri, dan rasa nyaman ketika mengerjakan sesuatu hal yang berhubungan dengan akademik (ketika belajar dan ketika mengerjakan tugas). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan subjek penelitian yang mampu berkonsentrasi terhadap aktivitas akademik

(mengerjakan skripsi), dapat memunculkan perasaan nyaman dan motivasi dalam diri sendiri pada saat mengerjakan suatu hal yang berhubungan dengan akademik.

Ciri-ciri dari *flow* akademik sendiri adalah rasa nyaman ketika seseorang mengerjakan aktivitas-aktivitas akademik dan masuk lebih dalam secara total, sehingga tugas-tugas yang didapatkan dan sedang dikerjakan menjadi menyenangkan dan mudah. *Flow* juga memiliki manfaat positif kepada mahasiswa antara lain dapat membuat mahasiswa lebih kreatif, fokus, menyerap pembelajaran lebih baik, dan juga dapat mengurangi stress akademik sehingga dapat menghasilkan hasil dari pembelajaran yang maksimal.

Hal ini juga selaras dengan penelitian terdahulu yaitu penelitian Melisa Santoso (2014), yang menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara *self-efficacy* dan *flow* akademik. Penelitian Karolina Alif (2013) tentang hubungan antara motivasi berprestasi dan *flow* akademik. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan motivasi berprestasi dan *flow* akademik secara empiris memiliki korelasi positif yang significant kepada individu yang memiliki motivasi intrinsic. Menurut Bekker (dalam Rupayana, 2008) meningkatnya perasaan untuk menikmati suatu hal yang dikerjakan, mampu berkonsentrasi penuh, dan munculnya motivasi dalam diri sendiri berarti sudah memenuhi aspek *flow* akademik. Sehingga korelasi antara aspek *flow* akademik dengan *self-efficacy* akademik, saling berkaitan ketika salah satu dari dua aspek tersebut meningkat.

Penelitian Robin Ignatius (2013) mengenai *go with the flow*: dukungan sosial dengan *flow* akademik pada mahasiswa. Penelitian yang dilakukan tersebut

menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial terhadap *flow* akademik, dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial akan merasakan perasaan nyaman dan senang pada saat terlibat dalam kegiatan akademik.

Namun dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai Hubungan *flow* akademik dengan *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Memiliki perbedaan dengan penelitian yang disebutkan diatas, hal tersebut dikarenakan beberapa hal seperti variable yang digunakan oleh peneliti, perbedaan subjek, tingkat usia, jenis kelamin, dan juga status dari subjek tersebut, serta tingkat dari kesulitan tugas yang dihadapi subjek.

Perbedaan keterampilan yang dimiliki, tuntutan mahasiswa atas pekerjaan yang sedang dihadapi, kemampuan yang dimiliki, dan niat yang kuat dari setiap individu dapat mempengaruhi tingkat *self-efficacy* dari subjek penelitian. Pada penelitian terdahulu menunjukkan hasil bahwasanya persepsi dan tuntutan atau kewajiban (tugas) dapat menjadi salah satu faktor yang menentukan, hal lainnya terdapat temuan-temuan terdahulu menunjukkan bahwa faktor juga juga memiliki ikatan kemampuan individu dalam masuk area *flow*. Oleh karena itu untuk individu dapat mencapai kondisi *flow* diperlukan adanya keseimbangan dari tantangan tugas dengan keterampilan atau kemampuan yang dimiliki individu, karena jika tugas yang diberikan terlalu tinggi atau sulit maka dapat mengakibatkan kecemasan ketika individu tersebut tidak memiliki

kemampuan yang sepadan. Hal tersebut juga berlaku ketika tugas yang diberikan lebih mudah jika dibandingkan dengan kemampuan yang dimiliki, maka individu dapat mengalami kejenuhan karena merasa tugas yang dikerjakannya tidak memiliki manfaat.

Sebagaimana telah dipaparkan oleh Csikzentmihalyi (dalam Bauman dan Scheffer, 2010) berpendapat bahwasanya ada dua faktor yang dapat mempengaruhi *flow*, yaitu faktor dari individu dan juga faktor dari lingkungan.

1. Faktor dari individu (*person factor*), adalah kemampuan maupun keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam hal aktivitas yang dikerjakannya. Salah satu dari aktivitas tersebut adalah *self-efficacy*.
2. Faktor dari lingkungan (*environment factor*), adalah kemampuan yang berkaitan dengan seberapa besar atau seberapa sulit tantangan tugas yang diberikan kepada individu.

Ketika individu ingin mencapai kondisi *flow* akademik, individu tersebut harus memiliki *self-efficacy*. *Self-efficacy* sendiri merupakan penilaian individu mengenai kemampuan yang dimiliki dalam menjalankan perilaku tertentu dalam mencapai tujuan tertentu pula (Ormrod, 2008). Individu akan dapat masuk dan lebih terlibat dalam sebuah perilaku tertentu apabila mereka memiliki keyakinan bahwa mereka dapat melakukannya dengan baik, hal tersebut berlaku terhadap individu yang memiliki *self-efficacy*. Dari hasil penelitian lapangan yang didapatkan (mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi).

Menunjukkan bahwa setiap subjek penelitian memiliki kemampuan serta kompetensi dalam mengerjakan skripsi yang merupakan kewajiban akademik yang harus di lalui, setiap subjek penelitian juga memiliki tujuan yang jelas dalam menentukan target dari pekerjaan yang sedang di hadapi, dengan demikian dapat dikatakan bahwa setiap subjek mampu untuk mengatasi masalahnya sendiri. Hambatan yang dimaksudkan disini adalah tuntutan menyelesaikan skripsi disamping dengan hal seperti adanya mata kuliah yang masih diambil, tidak memiliki kakak tingkat, dan berkurangnya waktu luang.

Dari pemaparan tersebut tentunya diperlukan usaha lebih agar dapat mencapai kondisi *flow* akademik, bentuk-bentuk usaha yang dapat dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Memiliki niat dan juga mempunyai tujuan yang jelas, dan menyerahkan hasil kepada Allah SWT setelah berusaha.
2. Mewujudkan tujuan dari target dengan melakukan perencanaan perilaku, hal ini perlu dikakukan untuk menjadikan perilaku kita lebih terarah.
3. Melaksanakan perilaku dengan tujuan yang jelas diimbangi keyakinan dan usaha maksimal, hal tersebut dilakukan dengan harapan mendapatkan hasil yang positif.

Dengan melukan hal-hal yang telah disebutkan diatas maka akan terlihat kemampuan dari individu dalam menghadapi dan menyelesaikan tantangan yang sedang maupun akan dihadapi.

Hal yang dapat dilihat juga adalah apabila mahasiswa sudah memiliki minat untuk menyelesaikan kewajibannya di bidang akademik, memiliki kemampuan terhadap kontrol diri dalam mempertahankan usaha menyelesaikan kewajiban tersebut, akan membuat individu mudah dalam berkonsentrasi dan tenggelam penuh pada tugas yang dikerjakannya. Oleh karena itu *self-efficacy* menjadi penggerak yang digunakan untuk mendorong aktivitas akademik individu hingga nantinya mengalami kondisi *flow*.

Dari korelasi tersebut dapat disimpulkan bahwa penilaian individu akan kemampuan yang dimilikinya dapat menjadikan mahasiswa semakin menikmati kegiatan yang sedang dilakukan, semakin tinggi penilaian individu terhadap kemampuan dirinya juga dapat meningkatkan motivasi internal individu dalam mengerjakan suatu hal. Meningkatnya penilaian individu dalam kemampuan yang dimiliki juga dapat membuat mahasiswa lebih berkonsentrasi terhadap kegiatan yang sedang dilakukan, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi maka semakin tinggi pula kemampuan untuk dapat mencapai kondisi *flow* akademik.

Sebaliknya jika semakin rendah *self-efficacy* terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi maka semakin rendah pula kemampuan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mencapai dalam kondisi *flow* akademik, dari paparan yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa *flow* akademik berhubungan dengan *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi.

BAB V

PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan proses pengolahan data yang sudah dilakukan mengenai hubungan *flow* akademik dengan *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi, telah didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- a. Tingkat *flow* akademik pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi terbagi menjadi tiga kategori. Kategori rendah, kategori sedang, kategori tinggi. Sebanyak 48% atau 23 mahasiswa masuk kedalam kategori rendah, sebanyak 52% atau 25 mahasiswa masuk kedalam kategori sedang, dan 0% atau tidak ada mahasiswa yang masuk kedalam kategori tinggi, maka dari pernyataan tersebut dapat dikatakan tingkat *flow akademik* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi cenderung sedang.
- b. Tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi terbagi menjadi tiga kategori. Kategori rendah, kategori sedang, kategori tinggi. Sebanyak 4% atau 2 mahasiswa masuk kedalam kategori rendah, sebanyak 90% atau 43 mahasiswa masuk kedalam kategori sedang, sebanyak 6% atau 3 mahasiswa masuk kedalam kategori tinggi, maka dari pernyataan tersebut dapat

dikatakan tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi cenderung sedang.

- c. Terdapat hubungan *flow* akademik dengan *self-efficacy* pada mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Hal irtu dibuktikan dengan hasil uji korelasi yang menunjukkan skor signifikansi 0,001 yang mana lebih kecil dari 0,05.

2. Saran

a. Bagi subjek penelitian

Berdasarkan hasil penelitian di atas ditemukan bahwa kedua variabel yang diukur menunjukkan hasil dengan kategori sedang, maka dari itu mahasiswa jurusan Pendidikan kedokteran angkatan 2016 fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi dapat meningkatkan lagi *flow* akademik dan *self-efficacy*. Ketika mahasiswa memiliki *flow* akademik yang tinggi diharapkan dapat segera menyelesaikan perkuliahan dan segera mencapai jenjang berikutnya, sehingga dapat memaksimalkan kemampuan seseorang dalam bidang akademik.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Terdapat beberapa saran yang dapat menjadi pertimbangan untuk meneliti mengenai *flow*, yaitu sebagai berikut:

- a. Menaruh perhatian kepada subjek pada program seperti kelas akselerasi, komunitas tertentu, dan lain-lain. Tentunya ini perlu untuk mengungkap aspek psikologis lain.
- b. Peneliti selanjutnya disarankan agar mencermati faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap *flow* akademik seperti kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu serta besar tantangan tugas yang diberikan.

Daftar Pustaka

- Alwisol, 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Arif, Karolina. (2013). *Hubungan antara Motivasi Berprestasi dan Flow Akademik*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, Vol. 2 No. 1, 112.
- Akmaliyah. Mashubatul. 2016. *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Flow Akademik pada Siswa Akselerasi SMP Negeri 1 Sidoarjo*. Skripsi. Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (1996). *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (1998). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1994). *Bandura Self-efficacy defined*. *Encyclopedia of Human Behavior*. Retrieved from <http://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/BanEncy.html>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy – the exercise of control* (Fifth Printing, 2002). New York: W.H. Freeman & Company.
- Bandura, A. (2006). *Article of guide for Constructing Self Efficacy Scales*. by Information Age Publishing.
- Bakker, Arnold. (2005). *Flow Among Music Teachers and Their Students: The Crossover of Peak Experience*. *Journal of Vocational Behavior* 66, 26-44.
- Baron & Byrne. (2003). *Psikologi Sosial Jilid I*. Jakarta: Erlangga.

- Bauman dan Scheffer. (2010). *Seeking Flow in The Achievement Domain: The Achievement Flow Motive Behind Flow Experience*. Springer Science + Business Media.
- Csikszentmihalyi, M. (1988). *Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness*. Cambridge: University Press. Csikszentmihalyi, M. & LeFevre, J.
- Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper Collins.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding Flow: The Psychology of Engagement with Everyday Life*. New York: Basic Books.
- Csikszentmihalyi, M. (2009). *The Promise of Positive Psychology*. Claremont Graduate University, 18(2), 203-211.
- Feist, J. & Gregory J. Feist. (2010). *Teori Kepribadian (Edisi ketujuh)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Ferrari, J.R., & Phycyl, T.A. (2012). *Conscientiousness as a Mediator in The Relation of Academic Procrastination and Perceived Social Loafing*. North American Journal of Psychology, 14(1), 13-24.
- Ghufron, M. Nur dan Risnawita S, Rini. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hussain, I., & Sultan, S. (2010). *Analysis of procrastination among university students*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1897–1904. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.385>.

- Hensel, N. (2012). *Characteristics of Excellence in Undergraduate Research*. Washington: Council on Undergraduate Research.
- Husna & Dewi. (2014). *Hubungan Social Support dengan Flow pada Mahasiswa Fakultas Psikologi*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Islam Bandung*, 574579.
- Ormrod, Jeanne Elish. (2008) *Psikologi Pendidikan Jilid I*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Ignatissus, Robin. (2013). *Go With the Flow: Dukungan Sosial dan Flow Akademik Pada Mahasiswa*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol. 2 No. 1, 1-19.
- John W. Santrock (2007). *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta : PT. Erlangga.
- Lee, Eunju. (2005). *The Relationship of Motivation and Flow Experience to Academic Procrastination in University Students*. *Journal of Genetic Psychology*, 166 (1), 514.
- Rupayana, D.D. (2008). *Flow and Engangement : Different Degrees of The Same?* Retrived March 8, 2011, from <http://krex.k-state.edu/dspace/bitstream/2079/721/1/DishaRupayana2008.pdf>.
- Ursia, Nela. Regar., Ide, Bagus. Siaputra, & Nadia, Susanto. (2013). *Prokrastinasi Akademik dan Self Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya*. *Jurnal Makara Seri Sosial Humaniora*. 17(I). 1-18.
- Widarto, (2017). *Faktor Penghambat Studi Mahasiswa yang Tidak Lulus Tepat Waktu di Jurusan Pendidikan Teknik Mesin FT UNY*. *Jurnal Dinamika Vokasional Teknik Mesin*, 2, 127-138.

- Yuwanto, L. (2011). *Stres akademik dan flow akademik*. Naskah tidak dipublikasikan. Universitas Pelita Harapan, Jakarta
- Yuwanto, L. (2012). *Flow akademik dan prokrastinasi akademik*. Naskah tidak dipublikasikan, Universitas Surabaya, Surabaya.
- _____.(2019). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Diunduh dai <http://www.kbbi.kemdikbud.go.id> tanggal 29 November 2019.
- Miftahul Huda, Jurnal Dialogia, Vol. 9, No.2, 2011, h.111
- Sarjono, H. Julianita, D. *SPSS vs LISREL: sebuah pengantar aplikasi untuk riset*. Jakarta: Salemba Empat.
- Santoso, Melisa. (2014). *Self Efficacy dan Flow Akademik Ditinjau dari Temporal Motivation Theory pada Mahasiswa Fakultas Psikologi*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, Vol. 3 No. 1, 1-12.
- Santoso, Singgih. 2002. *Buku Latihan SPSS Statistik Parametrik*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Setiadi, Iman. (2016). *Psikologi Positif: Pendekatan Sainifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Smolej, B & Avsec, A. (2007). *The Experience of Flow and Subjective WellBeing of Music Students*. Horizons of psychology, 16, 2, 5-17
- Sugiyono, 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

- Sukmadinata, Nana. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Suryabrata, Sumadi. (1998). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Goleman, Daniel. (2015). *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ghani, J.A., & Dhespande, S.P. (1994). *Task characteristics and the experience of optimal flow in human-computer interaction*. *The Journal of Psychology Interdisciplinary and Applied*, 128, 381-391.
- Puspita, R.D.(2014.) *Hubungan Antara Flow dan Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Temporal Motivation Theory*. Thesis. Tidak diterbitkan.
- Nakamura, J. & Csikszentmihalyi, M. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York US: Oxford University Press.
- Permatasari, A.I. (2016). *Hubungan Antara Prokrastinasi Kerja dengan Stres Kerja pada PNS*. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putri, E. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Flow Akademik dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA*. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5(1),1-21
- Wolters, C.A. (2003). *Understanding Procrastination from a Self-Regulated Learning Perspective*. *Journal of Educational Psychology*, 9,179-187

Lampiran 1 Kuisisioner Penelitian

Identitas Diri

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Petunjuk Pengisian

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jujur sesuai yang anda rasakan. Pertanyaan-pertanyaan di bawah ini ditujukan hanya untuk mahasiswa jurusan pendidikan dokter angkatan 2016 UIN Mulana Malik Ibrahim yang sedang mengerjakan skripsi saja. Jika anda menemukan kata-kata seperti "Teman-teman" atau "Lingkungan" maka yang dimaksud adalah teman-teman atau lingkungan di dalam angkatan 2016.

SEMUA JAWABAN BENAR

Berilah tanda centang () pada jawaban yang anda pilih

STS : Sangat Tidak Setuju

TS :Tidak Setuju

S :Setuju

SS :Sangat Setuju

| No | Pertanyaan | STS | TS | S | SS |
|----|---|-----|----|---|----|
| 1. | Saya dapat mengerjakan skripsi meskipun mendapatkan gangguan dari luar | | | | |
| 2. | Ketika saya mengerjakan skripsi saya tidak memperhatikan hal yang lain | | | | |
| 3. | Saya mendapatkan kesenangan diri ketika saya mengerjakan skripsi | | | | |
| 4. | Ketika saya mengerjakan skripsi perhatian saya sering teralihkan | | | | |
| 5. | Pada saat mengerjakan skripsi saya merasa fokus dan tidak memikirkan hal lain yang saya sukai | | | | |
| 6. | Saya sering merasa lupa waktu ketika mengerjakan skripsi | | | | |
| 7. | Ketika mengerjakan skripsi saya memikirkan hal lain dan ingin segera mengakhirinya | | | | |
| 8. | saya tidak nyaman ketika harus mengerjakan skripsi dalam kurun waktu yang lama | | | | |
| 9. | Saya merasakan kepuasan setelah mengerjakan skripsi dari bab per bab | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 10. | Dalam mengerjakan skripsi saya merasakan kepuasan dalam setiap prosesnya | | | | |
| 11. | Saya memiliki tujuan yang jelas ketika mengerjakan skripsi | | | | |
| 12. | Saya mendapatkan dorongan untuk mengerjakan skripsi dari diri sendiri | | | | |
| 13. | Saya mengerjakan skripsi karena melihat teman saya sedang mengerjakan skripsi | | | | |
| 14. | Saya merasa tidak memerlukan orang lain untuk mengingatkan saya dalam mengerjakan skripsi | | | | |
| 15. | Saya yakin dapat menyelesaikan skripsi, meskipun dalam prosesnya terdapat banyak permasalahan | | | | |
| 16. | Ketika menonton video motivasi saya terdorong untuk segera menyelesaikan skripsi | | | | |
| 17. | Saya yakin dapat menyelesaikan skripsi meskipun saya berada dalam keadaan yang kurang baik | | | | |
| 18. | Saya percaya diri dapat menyelesaikan skripsi dengan potensi yang saya miliki | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 19. | Saya merasa skripsi yang saya kerjakan terlalu menguras pikiran dan tenaga saya | | | | |
| 20. | Saya tidak yakin dapat menyelesaikan skripsi dengan kemampuan saya sendiri | | | | |
| 21. | Saya mengetahui tingkat kesulitan dalam mengerjakan skripsi | | | | |
| 22. | Saya merasa mampu menyelesaikan skripsi meski masih ada tugas yang lain | | | | |
| 23. | Saya kesulitan untuk mengetahui tantangan yang saya hadapi dalam mengerjakan skripsi | | | | |
| 24. | Saya merasa mampu menyelesaikan masalah yang muncul dalam mengerjakan skripsi | | | | |
| 25. | Saya yakin dapat menyelesaikan skripsi meskipun dalam aktivitas yang padat | | | | |
| 26. | Saya merasa kesulitan dalam menyelesaikan masalah yang muncul dalam pengerjaan skripsi | | | | |
| 27. | Saya yakin dapat menyelesaikan skripsi meskipun berada dalam situasi tertekan | | | | |
| 28. | Saya hanya dapat menyelesaikan skripsi jika berada pada situasi yang kondusif | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 29. | Saya mengetahui tantangan yang akan saya hadapi dalam mengerjakan skripsi | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|

Lampiran 2 Uji Validitas dan Reabilitas

1. *Flow* Akademik

Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|---------------------|------------|
| .722 | 11 |

Item-Total Statistics

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item- Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|----------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--|
| VAR00003 | 30.94 | 13.549 | .366 | .702 |
| VAR00004 | 31.06 | 12.656 | .446 | .689 |
| VAR00005 | 30.92 | 13.355 | .414 | .696 |
| VAR00006 | 30.63 | 12.920 | .280 | .723 |
| VAR00007 | 31.17 | 13.035 | .340 | .707 |
| VAR00009 | 29.92 | 13.270 | .468 | .690 |
| VAR00010 | 30.31 | 13.624 | .364 | .703 |
| VAR00011 | 30.17 | 13.589 | .426 | .696 |
| VAR00012 | 30.23 | 13.117 | .423 | .694 |
| VAR00015 | 29.94 | 13.719 | .328 | .707 |
| VAR00017 | 30.15 | 13.872 | .272 | .715 |

2. *Self-Efficacy*

Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|---------------------|------------|
| .792 | 10 |

Item-Total Statistics

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item- Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--|
| it17 | 26.58 | 13.567 | .461 | .774 |
| it19 | 27.38 | 14.622 | .261 | .799 |
| it20 | 26.54 | 13.956 | .348 | .790 |
| it21 | 26.42 | 14.972 | .351 | .786 |
| it22 | 26.79 | 12.381 | .671 | .745 |
| it24 | 26.52 | 13.914 | .604 | .762 |
| it25 | 26.79 | 12.254 | .667 | .745 |
| it26 | 27.08 | 13.993 | .400 | .782 |
| it27 | 26.73 | 13.648 | .448 | .776 |
| it29 | 26.54 | 14.211 | .492 | .772 |

Lampiran 3 Deskripsi Subjek

| No | Nama | Usia | Jenis Kelamin |
|-----|-----------------------------------|------|---------------|
| 1. | Safira Dita Arviana | 22 | Perempuan |
| 2. | Rido Angger Kurniawan | 22 | Laki-laki |
| 3. | Galih indra purlistyarini | 23 | Perempuan |
| 4. | Siti Roziah Ria Famuji | 23 | Perempuan |
| 5. | Tsalsa Dzikria Savira | 23 | Perempuan |
| 6. | Rithio Chandraca Islamy | 24 | Laki-laki |
| 7. | Nimas Eka Firdaningrum | 20 | Perempuan |
| 8. | Norma Hanifah Sumarta | 21 | Perempuan |
| 9. | Hanif Devara Amal Hisyam Tisyanda | 22 | Laki-laki |
| 10. | Yumna | 22 | Perempuan |
| 11. | Alif Raudhah Husnul Khotimah | 23 | Perempuan |
| 12. | Hafshah Yasmina Abidah | 22 | Perempuan |
| 13. | Ira resmi melani | 22 | Perempuan |
| 14. | Aldita Husna V | 21 | Perempuan |
| 15. | Nurlita Fianti Mala | 22 | Perempuan |
| 16. | Faiza Shema Salsabila | 21 | Perempuan |
| 17. | Ricko Arie Jatmiko | 22 | Laki-laki |
| 18. | Silvia Dewi Maransisca | 22 | Perempuan |
| 19. | Shanaz h | 22 | Perempuan |
| 20. | Tiara yudha puspita | 22 | Perempuan |
| 21. | Ach. Guntur Hermawan S.A | 22 | Laki-laki |
| 22. | Pandu Bagas Ramadhan S. | 23 | Laki-laki |
| 23. | Ai | 22 | Perempuan |
| 24. | Mohammad Reza Riandinata | 22 | Laki-laki |
| 25. | Aathifah | 22 | Perempuan |

| | | | |
|-----|---------------------------|----|-----------|
| 26. | Nike Aprilia | 22 | Perempuan |
| 27. | Basyar Adnani | 24 | Laki-laki |
| 28. | Nadiya Putri H | 24 | Perempuan |
| 29. | Andi Firdha Restuwati | 22 | Perempuan |
| 30. | Shanaz h | 22 | Perempuan |
| 31. | Tsalsa Dzikria Savira | 23 | Perempuan |
| 32. | Silvia Dewi Maransisca | 22 | Perempuan |
| 33. | Fahrurozi Hari Purnomo | 24 | Laki-laki |
| 34. | Rislan Faiz Muhammad | 22 | Laki-laki |
| 35. | Ade Wildan Rizky Fachry | 23 | Laki-laki |
| 36. | Rizka Nurul Hidayah | 22 | Perempuan |
| 37. | Dzulmanira Syafni Siregar | 22 | Perempuan |
| 38. | Dzulmanira Syafni Siregar | 22 | Perempuan |
| 39. | Muhammad Farid Wafi | 22 | Laki-laki |
| 40. | Vicki Andrean | 23 | Laki-laki |
| 41. | Indriana Mukhtar | 22 | Perempuan |
| 42. | Andi Marwan Zulkhaidir | 24 | Laki-laki |
| 43. | Vicki Andrean | 23 | Laki-laki |
| 44. | M Dicky Wahyu I | 20 | Laki-laki |
| 45. | Firnanda Salza A | 22 | Laki-laki |
| 46. | Nila aisyah | 22 | Perempuan |
| 47. | M. Nur Kholis | 22 | Laki-laki |
| 48. | Wawan Singgih Prasetyo | 22 | Laki-laki |

Lampiran 4 Tabulasi

Flow Akademik

| Item 1 | Item 2 | Item 3 | Item 4 | Item 5 | Item 6 | Item 7 | Item 8 | Item 9 | Item 10 | Item 11 | Item 12 | Item 13 | Item 14 | Item 15 | Item 16 | Item 18 | Total | Skor Valid | Kategori | |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-------|------------|----------|--------|
| 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 51 | 36 | sedang | |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 47 | 32 | rendah | |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 50 | 35 | sedang | |
| 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 44 | 31 | rendah | |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 46 | 31 | rendah | |
| 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 50 | 33 | rendah | |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 52 | 39 | sedang | |
| 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 45 | 30 | rendah | |
| 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 35 | 22 | rendah | |
| 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 44 | 31 | rendah | |
| 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 4 | 1 | 4 | 50 | 37 | sedang | |
| 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 50 | 36 | sedang | |
| 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 49 | 34 | sedang | |
| 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 53 | 38 | sedang | |
| 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 46 | 31 | rendah | |
| 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 51 | 36 | sedang | |
| 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 42 | 29 | rendah | |
| 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 52 | 39 | sedang | |
| 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 43 | 30 | rendah | |
| 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 53 | 35 | sedang | |
| 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 47 | 33 | rendah | |
| 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 47 | 33 | rendah | |
| 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 45 | 30 | rendah | |
| 1 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 49 | 32 | rendah | |
| 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 41 | 27 | rendah | |
| 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 49 | 34 | sedang | |
| 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 41 | 30 | rendah | |
| 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 46 | 31 | rendah | |
| 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 50 | 35 | sedang | |
| 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 44 | 31 | rendah | |
| 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 44 | 29 | rendah | |
| 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 52 | 39 | sedang | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 49 | 34 | sedang | |
| 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 50 | 34 | sedang | |
| 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 4 | 1 | 4 | 51 | 38 | sedang | |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 42 | 29 | rendah | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 4 | 51 | 37 | sedang | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 4 | 51 | 37 | sedang |
| 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 50 | 37 | sedang | |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 52 | 38 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 50 | 35 | sedang | |
| 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 40 | 27 | rendah | |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 52 | 38 | sedang | |
| 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 46 | 32 | rendah | |
| 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 1 | 3 | 43 | 29 | rendah | |
| 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 58 | 42 | sedang | |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 52 | 37 | sedang | |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 54 | 37 | sedang | |

Self-Efficacy

| Item 17 | Item 19 | Item 20 | Item 21 | Item 22 | Item 23 | Item 24 | Item 25 | Item 26 | Item 27 | Item 28 | Item 29 | Total | Skor Valid | Kategori |
|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-------|------------|----------|
| 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 4 | 42 | 38 | tinggi |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 35 | 29 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 35 | 31 | sedang |
| 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 40 | 35 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 36 | 30 | sedang |
| 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 33 | 29 | sedang |
| 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 38 | 33 | sedang |
| 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 29 | 24 | sedang |
| 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 28 | 24 | sedang |
| 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 29 | 24 | sedang |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 30 | 27 | sedang |
| 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 36 | 31 | sedang |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 34 | 29 | sedang |
| 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 34 | 29 | sedang |
| 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 34 | 30 | sedang |
| 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 28 | 24 | sedang |
| 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 35 | 30 | sedang |
| 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 40 | 36 | sedang |
| 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 33 | 28 | sedang |
| 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 46 | 39 | tinggi |
| 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 31 | 25 | sedang |
| 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 27 | 24 | sedang |
| 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 26 | 22 | rendah |
| 4 | 1 | 4 | 4 | 1 | 2 | 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 33 | 28 | sedang |
| 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 28 | 24 | sedang |
| 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 38 | 32 | sedang |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 33 | 28 | sedang |
| 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 42 | 35 | sedang |
| 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 38 | 32 | sedang |
| 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 34 | 29 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 36 | 30 | sedang |
| 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 40 | 36 | sedang |
| 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 38 | 33 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 34 | 29 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 1 | 4 | 1 | 4 | 34 | 32 | sedang |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 33 | 28 | sedang |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 33 | 28 | sedang |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 33 | 28 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 4 | 34 | 31 | sedang |
| 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 36 | 31 | sedang |
| 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 37 | 31 | sedang |
| 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 27 | 23 | rendah |
| 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 36 | 31 | sedang |
| 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 32 | 29 | sedang |
| 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 37 | 35 | sedang |
| 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 42 | 37 | tinggi |
| 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 31 | 27 | sedang |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 32 | 28 | sedang |

Lampiran 5 Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Unstandardized Predicted Value |
|----------------------------------|----------------|-----------------------------------|
| N | | 48 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 29.7083333 |
| | Std. Deviation | 1.89862501 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .100 |
| | Positive | .094 |
| | Negative | -.100 |
| Test Statistic | | .100 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

2. Uji Linieritas

ANOVA Table

| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-----------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|----|----------------|--------|------|
| Self Efficacy * | Between Groups | (Combined) | 448.417 | 13 | 34.494 | 3.538 | .002 |
| | | Linearity | 169.425 | 1 | 169.425 | 17.377 | .000 |
| Flow | Groups | Deviation from Linearity | 278.992 | 12 | 23.249 | 2.385 | .023 |
| | | Within Groups | 331.500 | 34 | 9.750 | | |
| Total | | | 779.917 | 47 | | | |

Lampiran 6 Uji Hipotesis

Uji Korelasi

| | | Flow | Self Efficacy |
|---------------|---------------------|--------|---------------|
| Flow | Pearson Correlation | 1 | .466** |
| | Sig. (2-tailed) | | .001 |
| | N | 48 | 48 |
| Self Efficacy | Pearson Correlation | .466** | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .001 | |
| | N | 48 | 48 |

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).