

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan proses kegiatan yang cukup penting dalam upaya pencapaian tujuan pendidikan (Qodir, 2017). Pendidikan sangat berpengaruh untuk membuat individu menjadi terdidik. Individu yang gemar belajar merupakan contoh individu yang terdidik. Kegiatan belajar tidak hanya dilakukan di sekolah saja, tetapi juga dapat dilakukan di rumah, didalam masyarakat, lembaga-lembaga pendidikan dan sebagainya. Belajar adalah kewajiban setiap muslim untuk memperoleh pengetahuan sehingga dapat meningkatkan taraf kehidupan. Hal ini sesuai dengan pandangan islam terkait dengan menuntut ilmu, yaitu sebagai berikut:

“Wahai orang-orang yang beriman, apabila dikatakan kepadamu “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,” lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Apabila dikatakan, “Berdirilah,” (kamu) berdirilah. Allah niscaya akan mengangkat orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Allah Maha teliti terhadap apa yang kamu kerjakan.” (Q.S. Al-Mujadalah:11)

Berdasarkan ayat tersebut, untuk mencapai kewajiban setiap muslim dalam menggapai taraf hidup yang meningkat, maka individu harus menuntut ilmu setinggi-tingginya. Salah satu tempat untuk menuntut ilmu adalah di sekolah. Sekolah merupakan tempat yang memiliki fungsi sebagai

wadah untuk mendapatkan ilmu, pengembangan diri, pembentukan moral, pembentukan karakter, serta pengembangan minat dan bakat yang dimiliki oleh siswa. Didalam dunia pendidikan tugas merupakan hal yang sering ditemui oleh para siswa. Tugas biasanya digunakan oleh guru sebagai penilaian terhadap kemampuan para siswa. Dengan adanya tugas siswa dapat belajar untuk bertanggung jawab, disiplin mengerjakan tugas, dan mendorong kreativitas (Paryontri et al, 2021). Perlu diketahui, bahwa ini semua perlu dilakukan dengan konsentrasi dan kenyamanan yang baik. Perasaan nyaman dalam belajar biasanya disebut juga dengan *academic flow*.

Academic flow merupakan suatu kondisi ketika individu yang sedang melakukan aktivitas akademik dapat merasakan kenyamanan tanpa beban, memiliki konsentrasi yang penuh dan didukung oleh motivasi internal yang sangat tinggi (Putri, 2016). Individu yang memiliki *flow* akan berasumsi bahwa segala aktivitas yang dilakukan sangat berharga dan penting, sehingga individu akan merasa bahwa waktu berjalan dengan cepat dan mengakibatkan munculnya rasa nyaman, serta konsentrasi yang penuh dalam mengerjakan tugas (Nastiti, 2022). *Academic flow* merupakan salah satu hal yang memiliki peran besar dalam pencapaian akademik (Paryontri et al, 2021).

Berdasarkan pengertian di atas, siswa diharapkan dapat mengalami suatu kondisi yang disebut dengan *flow* pada tingkat yang tinggi, yaitu keadaan saat siswa dapat menikmati, merasa nyaman, dan terfokuskan

dengan hal yang berhubungan dengan bidang akademik. Sehingga, siswa dapat mengerjakan tugas akademik dengan merasa bahagia, terhanyut dalam setiap tugas yang diberikan, jauh dari tekanan, serta tidak cepat merasa lelah dalam mengerjakan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik. Hal ini sesuai dengan aspek-aspek *academic flow* yaitu, *absorption, enjoyment, intrinsic motivation* (Bakker & Daniels, 2012; Shernoff & Csikszentmihalyi, 2009).

Flow diketahui mempunyai efek positif bagi kualitas belajar siswa. Siswa yang mengalami *flow* akan menikmati setiap kegiatannya dengan perasaan gembira, fokus terhadap yang sedang dikerjakan, merasa nyaman saat melakukannya, memiliki motivasi yang positif yang berasal dari dalam dirinya, dan merasa waktu cepat berlalu saat melakukan kegiatan tersebut (Wati & Firman, 2018). Hal ini nantinya akan membawa dampak yang baik untuk siswa tersebut. Menurut Aini & Fahriza (2020) terdapat beberapa manfaat *flow* dalam proses pembelajaran yaitu, dapat memicu kreativitas, meningkatkan kebahagiaan, mencapai aktualisasi diri, meningkatkan *student engagement*, dan meningkatkan prestasi belajar. Studi mengenai *flow* sudah banyak dibahas dan dikaitkan dengan tema-tema yang lainnya, salah satunya dukungan sosial (Nastiti, 2022). *Flow* dapat muncul dalam berbagai aktivitas seperti belajar, bekerja, bermain, maupun beribadah. *Flow* dapat menjadi penting dalam proses belajar karena dapat menjadi jembatan untuk memperoleh ilmu pengetahuan secara efektif (Aini & Fahriza, 2020).

Walaupun *flow* memiliki dampak yang positif bagi individu, kenyataannya tidak semua individu dapat merasakan hal tersebut. Fakta yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa masih sedikit siswa yang mengalami *academic flow*. Alfarabi (2017) menemukan bahwa siswa yang mengalami *academic flow* masih berada pada kategori rendah dengan presentasi sebesar 42,8 %. Penelitian lain yang dilakukan pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih memiliki *academic flow* yang rendah dengan presentasi sebesar 70% atau 80 siswa (Paryontri et al., 2021).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2023 terhadap 10 siswa SMP Negeri 8 Yogyakarta, ditemukan bahwa lima siswa memiliki *academic flow* yang cukup tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan siswa yaitu mereka sangat nyaman ketika belajar, mereka dapat fokus saat pembelajaran berlangsung, dan menganggap bahwa aktivitas belajar itu sangat berharga dan penting. Lima siswa lainnya memiliki *academic flow* yang masih rendah. *Flow* tidak terbentuk begitu saja, diperlukan beberapa aspek untuk membentuknya, yaitu *absorption*, *enjoyment* dan *intrinsic motivation* (Bakker & Daniels, 2012; Shernoff & Csikszentmihalyi, 2009).

Absorption merupakan keadaan yang memiliki tingkat konsentrasi yang tinggi, hal ini tidak ditemukan pada lima siswa yang diwawancarai. Mereka mengaku masih sulit untuk berkonsentrasi karena mudah terganggu oleh suasana kelas yang tidak mendukung (berisik). *Enjoyment*

merupakan keadaan yang menyenangkan ketika melakukan aktivitas akademik, hal ini tidak ditemukan karena sebagian siswa masih sering merasa bosan saat pembelajaran berlangsung. *Intrinsic motivation* merupakan aktivitas yang dilakukan dengan tujuan untuk mencapai kebahagiaan dan kenikmatan sendiri dalam menjalankan aktivitasnya, namun hal ini juga belum ditemukan pada sebagian siswa karena beberapa dari mereka masih beranggapan bahwa belajar itu bukanlah hal yang menyenangkan.

Academic flow yang menjadi faktor penting dalam pembelajaran tentunya tidak terlepas dari faktor lain yang saling berhubungan di dalamnya. Faktor-faktor yang diduga dapat berhubungan dengan *academic flow* antara lain, motivasi berprestasi, efikasi diri, metode pembelajaran yang digunakan, dukungan sosial, tingkat religiusitas, dan *self-regulated learning* (Markamad & Khuzaemah, 2019). Berdasarkan berbagai faktor yang ada, penelitian ini difokuskan pada efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya yang diduga kuat berhubungan dengan *academic flow*. Alasan efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dipilih untuk difokuskan di dalam penelitian ini karena berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya banyak yang mengatakan bahwa efikasi diri maupun dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan positif dengan *academic flow* dan efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dipilih karena belum ada penelitian sebelumnya di SMP Negeri 8 Yogyakarta yang mengangkat permasalahan ini.

Menurut Yokoyama (2019) efikasi diri didefinisikan sebagai individu yang mengevaluasi kemampuan dirinya untuk mencapai suatu tujuan atau keyakinan dalam melakukan suatu hal. Misalnya, dalam situasi akademik siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi diharapkan memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, yang mengarah kepada prestasi akademik yang lebih tinggi karena siswa tersebut percaya bahwa mereka dapat mencapai tujuan mereka. Efikasi diri dapat diartikan juga sebagai keyakinan yang dimiliki individu atas kemampuan dirinya, individu yang percaya bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu, memiliki kemampuan untuk mengubah sifat-sifat yang merusak keyakinan diri, lebih menyukai tindakan, dan lebih dekat dengan kesuksesan daripada individu yang memiliki efikasi diri yang rendah (Wulanningtyas et al., 2020). Terdapat penelitian yang sudah pernah dilakukan oleh Santoso (2014) pada mahasiswa psikologi yang hasilnya menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara efikasi diri dan *academic flow* sebesar 0.295. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Purwati & Akmaliyah (2016) juga menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara efikasi diri dan *academic flow*, yang artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi *academic flow*.

Faktor lain yang diduga berperan dalam *academic flow* yaitu dari dukungan sosial teman sebaya. Menurut Nastiti & Cahyani (2022) dukungan sosial teman sebaya adalah suatu proses sosial yang mencakup aspek-aspek seperti pengetahuan, perhatian, emosi,

penghargaan, dan bantuan instrumental yang diterima individu dari kelompok yang memiliki kematangan dan usia yang sama. Pengaruh teman sebaya tentu juga besar, karena setelah dari lingkungan keluarga, lingkungan yang berpengaruh terhadap perilaku yaitu teman sepergaulannya (Yanti & Marimin, 2017). Hal ini terbukti dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nastiti dan Cahyani (2022) yang menyebutkan bahwa ada pengaruh teman sebaya sebesar 33,4% terhadap *academic flow*.

Berdasarkan penjelasan di atas, terlihat bahwa efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya diduga cukup berhubungan dengan *academic flow*. *Flow* mengacu pada konsentrasi total. Hal ini hampir sama dengan konsep khusyu', karena khusyu' merupakan sarana untuk menumbuhkan konsentrasi pikiran yang dapat dengan kuat berhubungan dengan segala aktivitas yang dilakukan, tidak hanya diterapkan dalam konsep ritualitas saja, seperti Firman Allah yang berbunyi:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

Artinya: "Dan mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. dan (shalat) itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu'," (Qs. Al-Baqarah (2): 45).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *academic flow* merupakan perasaan nikmat dan nyaman saat melakukan aktivitas akademik, sehingga memungkinkan individu untuk mendapatkan hasil yang baik pada bidang akademik. Untuk mencapai *flow* itu sendiri individu

akan menghadapi dukungan internal dan eksternal, seperti efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya. Efikasi diri merupakan suatu kemampuan individu dalam mengatur dirinya, seperti mempengaruhi cara berpikir, berperilaku, dan memotivasi dirinya. Tentunya hal ini akan semakin berhubungan apabila menerima bantuan dari dukungan sosial teman sebaya. Menurut riset-riset sebelumnya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya semakin tinggi pula *academic flow* yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah pula *academic flow* yang dimiliki. Begitupun dengan efikasi diri, semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi *academic flow*. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin rendah *academic flow*.

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian mengenai topik *academic flow* sudah banyak dilakukan. Setelah peneliti melakukan identifikasi terdapat berbagai hal yang menjadi pembeda antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang saat ini akan dilakukan. Pada penelitian ini, yang menjadi fokus pembahasan adalah hubungan efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta. Setelah dilakukan *review* pada beberapa jurnal terdapat beberapa perbedaan dalam penelitian, diantaranya pada variabel penelitian, subjek penelitian, metode penelitian, dan lokasi penelitian.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “apakah ada hubungan efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta?”.

B. Keaslian Penelitian

Pada penelitian terdahulu ditemukan beberapa perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan saat ini dan menjadi bukti keaslian penelitian adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nastiti & Cahyani (2022) yang berjudul Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Flow Akademik* pada Mahasiswa Psikologi Universita Muhammadiyah Sidoarjo. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama menggunakan variabel teman sebaya dan *academic flow*. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada subjek penelitian Nastiti dan Cahyani (2022) menggunakan mahasiswa Prodi Psikologi FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sebagai subjek penelitian sedangkan penulis menggunakan siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta sebagai subjek penelitian dan lokasi penelitian Nastiti dan Cahyani (2022) berada di Sidoarjo sedangkan penulis di Yogyakarta.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Budiani, Pandjaitan, dan Yuwanto (2021) yang berjudul Hubungan antara Stres Akademik dan Dukungan Sosial Teman dengan *Flow Akademik* Mahasiswa. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada

variabel bebas kedua yaitu dukungan sosial teman dan variabel tergantung yaitu *academic flow*. Sedangkan, perbedaannya yaitu pada variabel bebas pertama yaitu stres akademik, subjek penelitian Budiani, Pandjaitan, dan Yuwanto (2021) menggunakan Fakultas Psikologi Universitas Surabaya sedangkan penulis menggunakan siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta, dan lokasi penelitian Budiani, Pandjaitan, dan Yuwanto (2021) di Surabaya sedangkan penulis di Yogyakarta.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti, Komalasari, dan Zakiah (2021) dengan judul Pengaruh Efikasi Diri Akademik Terhadap Flow Akademik Mahasiswa di Jakarta pada Masa Pandemi *Covid-19*. Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu memiliki variabel yang sama. Sedangkan perbedaannya terletak pada lokasi penelitian Wijayanti, Komalasari, dan Zakiah (2021) di Jakarta dan penulis di Yogyakarta dan subjek penelitian Wijayanti, Komalasari, dan Zakiah (2021) menggunakan mahasiswa dari perguruan tinggi di wilayah DKI Jakarta sedangkan penulis menggunakan siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Purwati & Akmaliyah (2016) dengan judul Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan *Flow* Akademik pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo. Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu memiliki variabel yang sama yaitu *Self Efficacy* dengan *Flow* Akademik dan subjek

penelitiannya yaitu siswa Sekolah Menengah Pertama. Perbedaannya terletak pada lokasi penelitian Purwati & Akmaliyah (2016) di Sidoarjo dan penulis di Yogyakarta dan subjek penelitiannya Purwati & Akmaliyah (2016) menggunakan siswa akselerasi SMP 1 Sidoarjo sedangkan penulis menggunakan siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadina, Rusli, dan Achmad (2022) dengan judul Hubungan antara Kelekatan Teman Sebaya dengan *Flow* Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas. Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu memiliki variabel yang sama yaitu kelekatan teman sebaya dengan *flow* akademik. Sedangkan, perbedaan pada penelitian ini yaitu terletak pada subjek penelitian Ramadina, Rusli, dan Achmad (2022) menggunakan siswa SMA sedangkan penulis menggunakan siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta dan lokasi penelitian Ramadina, Rusli, dan Achmad (2022) di Kota Martapura sedangkan penulis di Kota Yogyakarta.
6. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2016) dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Flow* Akademik dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA. Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu memiliki variabel tergantung yang sama yaitu *academic flow*. Sedangkan, perbedaan pada penelitian ini yaitu terletak pada variabel bebas yaitu dukungan sosial, subjek

penelitian Putri (2016) menggunakan siswa kelas X dan XI IPA SMA Kristen Petra 2 sedangkan penulis menggunakan siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta, dan lokasi penelitian Putri (2016) di Surabaya sedangkan penulis di Yogyakarta.

Berdasarkan hasil review keenam peneliti di atas dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pada variabel bebas, topik penelitian, subjek penelitian, dan lokasi penelitian yang digunakan. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa penelitian ini memiliki keaslian.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang ingin dicapai yaitu untuk menguji Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Academic Flow* pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang hingga tujuan penelitian, maka diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan membantu mengembangkan pemahaman pengetahuan

dasar atas teori-teori yang ada, serta dapat dimanfaatkan sebagai sumber masukan untuk pengembangan ilmu psikologi dalam bidang psikologi pendidikan khususnya *academic flow*.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengambilan keputusan dan panduan untuk solusi masalah praktis, terutama masalah yang berkaitan dengan *academic flow*.

a. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan acuan oleh guru sebagai solusi untuk meningkatkan *academic flow* pada siswa SMP Negeri 8 Yogyakarta.

b. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan siswa dapat memberikan informasi terkait *academic flow* di SMP Negeri 8 Yogyakarta.