

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIALTEMAN
SEBAYA DENGAN *ACADEMIC FLOW* PADA SISWA
KELAS VIII SMP NEGERI 8 YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

Cindy Cahyani Wulandari

2000013097

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

PENGESAHAN

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIALTEMAN
SEBAYA DENGAN *ACADEMIC FLOW* PADA SISWA
KELAS VIII SMP NEGERI 8 YOGYAKARTA**

Yang disusun oleh :

Cindy Cahyani Wulandari
2000013097

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan dan
Diterima untuk Memenuhi sebagian Syarat
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi


Pada Tanggal

26 Februari 2024

Fakultas Psikologi
Universitas
Ahmad Dahlan

21 Maret 2024

Pembimbing



Dr. Nurul Hidayah, S.Psi., M.Si., Psikolog

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN *ACADEMIC FLOW* PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 8 YOGYAKARTA

Cindy Cahyani Wulandari¹, Nurul Hidayah²

Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan
Jalan Kapas no. 9 Semaki Yogyakarta 55166

¹cindy2000013097@webmail.uad.ac.id

²nurulhidayah@psy.uad.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta. Subjek penelitian ini adalah 153 siswa yang diambil dari jumlah populasinya 321 siswa. Penentuan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan cara menyebarkan tiga skala yaitu, Skala *Academic Flow*, Skala Efikasi Diri, dan Skala Dukungan sosial teman sebaya. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda menggunakan program SPSS 19.00 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow* dengan nilai $R = 0,671$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), 2) terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan *academic flow* dengan nilai $r = 0,499$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi pula *academic flow*. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki maka semakin rendah *academic flow*. 3) terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow* dengan nilai $r = 0,593$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang dimiliki maka akan semakin tinggi pula *academic flow*. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya yang dimiliki maka semakin rendah *academic flow*. Maka, dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta. Efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan sebanyak 45,07% dengan *academic flow*. Adapun sumbangan dari dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow* yaitu sebesar 28,35%.

Kata kunci: *academic flow*, dukungan teman sebaya, efikasi diri.

THE RELATIONSHIP OF SELF-EFFICACY AND PEER SUPPORT TO ACADEMIC FLOW AMONG STUDENTS OF CLASS VIII SMP NEGERI 8 YOGYAKARTA

Cindy Cahyani Wulandari¹, Nurul Hidayah²

Ahmad Dahlan University Faculty of Psychology

Jalan Kapas No. 9 Yogyakarta 55166

¹cindy2000013097@webmail.uad.ac.id

²nurulhidayah@psy.uad.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between self-efficacy and peer social support with academic flow in 8th grade students of SMP Negeri 8 Yogyakarta. The subjects of this study were 153 students who were taken from the total population of 321 students. Sample determination using cluster random sampling technique. This study uses quantitative methods by distributing three scales, namely, Academic Flow Scale, Self-Efficacy Scale, and Peer Social Support Scale. The statistical analysis used is multiple linear regression analysis using the SPSS 19.00 for Windows program. The results showed that: 1) there is a very significant relationship between self-efficacy and peer social support with academic flow with a value of $R = 0.671$ and $p = 0.000$ ($p < 0.01$), 2) there is a very significant positive relationship between self-efficacy and academic flow with a value of $r = 0.499$ and $p = 0.000$ ($p < 0.01$), meaning that the higher the self-efficacy, the higher the academic flow. Conversely, the lower the self-efficacy, the lower the academic flow. 3) There is a highly significant positive relationship between peer social support and academic flow with a value of $r = 0.593$ and $p = 0.000$ ($p < 0.01$). This means that the higher the peer social support you have, the higher the academic flow. Conversely, the lower the peer social support owned, the lower the academic flow. So, it can be concluded that, there is a relationship between self-efficacy and peer social support with academic flow in class VIII students of SMP Negeri 8 Yogyakarta. Self-efficacy and peer social support contributed 45.07% to academic flow. The contribution of peer social support with academic flow is 28.35%.

Keywords: academic flow, peer support, self-efficacy.

PENDAHULUAN

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.

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*. 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).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2023 terhadap 10 siswa SMP Negeri 8 Yogyakarta, ditemukan bahwa sebagian siswa memiliki *academic flow* yang sudah 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. Sebagian siswa lainnya memiliki *academic flow* yang masih rendah. Menurut Bakker (2005) *flow* tidak terbentuk begitu saja, diperlukan beberapa aspek untuk membentuknya, yaitu *absorption*, *enjoyment* dan *intrinsic motivation*.

Absorption merupakan keadaan yang memiliki tingkat konsentrasi yang tinggi, hal ini tidak ditemukan pada beberapa 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.

Csikszentmihalyi (2014), menjelaskan bahwa secara umum terdapat faktor yang memengaruhi *academic flow*, yaitu:

a. Faktor individu (*person factor*)

Faktor ini dapat meliputi berbagai aspek dalam diri individu, misalnya faktor fisik, sehat, kuat, dan tidak mudah lelah. Hal ini akan membuat

individu memiliki energi yang baik dalam melakukan aktivitas. Menurut Yunalis (2020) efikasi diri memiliki kapabilitas yang sangat tinggi dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pada bidang akademik. Individu akan mampu memperlihatkan kapasitas yang ada pada dirinya secara penuh apabila efikasi diri yang ada pada diri dapat menopangnya. Faktor lain yang memberikan pengaruh antara lain, religiusitas (Alfarabi, 2017), *self regulated learning* (Wati & Firman, 2018), determinasi diri (Krisnawati & Hidayah, 2019), dan sebagainya.

a. Faktor lingkungan (*environment factor*)

Faktor lingkungan dapat terkait dengan kondisi lingkungan belajar, metode pembelajaran yang digunakan, dan lingkungan sosial yang ada. Misalnya, dukungan teman sebaya juga termasuk pada faktor lingkungan. Tentunya ini juga akan mempengaruhi tingkat *flow* individu dalam mengerjakan tugas akademik yang ada. Hal ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nastiti & Cahyani (2022) mengenai dukungan sosial teman sebaya dan *academic flow* pada mahasiswa psikologi dengan hasil ditemukannya korelasi positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *academic flow*. Faktor lingkungan lain yang memberikan pengaruh pada *academic flow* yakni, metode pembelajaran (Pebriani & Rosiana, 2015), iklim kelas (Marfungah & Hidayah, 2020), dan *cyberloafing* (Yuwanto, 2018).

Faktor-faktor yang mempunyai korelasi yang positif dengan *academic flow*, yaitu *student engagement*, dukungan sosial, stress akademik, *self-*

esteem, *self-efficacy*, dan motivasi berprestasi (Firman, 2018). Dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting untuk membuat para siswa termotivasi untuk belajar. Dalam lingkungan akademik siswa akan memiliki semangat belajar yang baik saat ada yang mendukung proses akademiknya tersebut. Salah satu hal yang dapat mendukung siswa dalam proses akademik adalah dukungan teman sebaya.

Efikasi diri diyakini memiliki peran dalam *academic flow*. Yokoyama (2019) mendefinisikan efikasi diri sebagai individu yang mengevaluasi kemampuan dirinya untuk mencapai suatu tujuan atau keyakinan mereka 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. Bandura (1977) mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek dari efikasi diri, yaitu:

a. Tingkat (*magnitude*)

Tingkat efikasi diri yang dimiliki individu dalam mengerjakan sebuah tugas berbeda-beda sesuai dengan tingkat kesulitan tugas yang dikerjakan. Individu bisa saja memiliki efikasi diri yang tinggi apabila tugas-tugas yang dikerjakan cukup sederhana dan mudah atau tugas yang membutuhkan keahlian yang tinggi.

b. Keluasan (*generality*)

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan mampu mengelola beberapa bidang secara bersamaan untuk menyelesaikan suatu tugas. Individu dengan efikasi diri yang rendah hanya mampu menguasai beberapa bidang yang diperlukan dalam penyelesaian suatu tugas.

c. Kekuatan (*strength*)

Aspek ketiga ini lebih menekankan pada kekuatan ataupun kemantapan yang dimiliki oleh individu yang berasal dari keyakinannya. Efikasi diri akan menunjukkan bahwa tindakan yang akan dilakukan oleh individu akan membuahkan hasil sesuai dengan harapan yang dimiliki. Efikasi diri merupakan dasar bagi individu untuk melakukan usaha yang keras, meskipun nantinya akan menghadapi rintangan.

Faktor lain yang diduga berperan dalam *academic flow* yaitu dari dukungan sosial teman sebaya. Sarafino (1994) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan maupun bantuan yang diberikan oleh orang lain. Menurut Sarafino & Smith (2011) dukungan sosial dapat melibatkan satu atau lebih aspek-aspek, seperti:

a. *Emotional or esteem support*

Emotional or esteem support dapat berupa empati, kepedulian, perhatian, kehangatan, dan ekspresi perasaan.

b. Tangible or instrumental support

Tangible or instrumental support dapat berupa bantuan secara finansial ataupun bantuan yang dapat berwujud, seperti memberikan pelayanan dan barang.

c. Informational support

Informational support dapat berupa pemberian nasehat, saran, ataupun petunjuk.

d. Companionship support

Companionship support dapat berupa dengan menyediakan waktu untuk orang lain.

Tujuan dari penelitian yang ingin dicapai yaitu untuk menguji pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap *academic flow* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta. Berdasarkan tujuan tersebut, maka hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini yaitu, terdapat pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap *academic flow*, terdapat pengaruh positif efikasi diri terhadap *academic flow*, serta terdapat pengaruh positif dukungan teman sebaya terhadap *academic flow*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan tiga skala. Skala *academic flow* dengan 18 aitem, skala efikasi diri 24 aitem, dan skala dukungan teman sebaya dengan 24 aitem. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta dengan subjek penelitian sebanyak 153 siswa yang terdiri dari kelas XIII B, VIII D, VIII E, VIII H, dan

VIII J. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik *clustes random sampling*. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis regresi berganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap *academic flow* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta. Berdasarkan analisis data terhadap hipotesis penelitian ini, maka diperoleh:

Tabel 1
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	r-partial	Sig.	Keterangan
Efikasi Diri terhadap <i>Academic Flow</i>	0,499	0,391	0,000	Sangat signifikan
Dukungan Teman Sebaya terhadap <i>Academic Flow</i>	0,593	0,518	0,000	Sangat signifikan

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kedua hipotesis minor dapat diterima. Pada hipotesis yang pertama membahas tentang efikasi diri memiliki pengaruh yang positif dengan *academic flow*. Didalam hipotesis ini didapatkan nilai r antara variabel efikasi diri dan *academic flow* sebesar 0,499 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang artinya sangat signifikan. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif efikasi diri dengan *academic flow*. Artinya, efikasi diri dapat meningkatkan *academic flow* pada siswa kelas 8 SMP Negeri 8 Yogyakarta.

Pada hipotesis yang kedua membahas tentang dukungan teman sebaya memiliki pengaruh yang positif dengan *academic flow*. Didalam

hipotesis ini didapatkan nilai t antara variabel dukungan teman sebaya dan *academic flow* sebesar 0,478 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang artinya sangat signifikan. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dukungan teman sebaya dengan *academic flow*. Artinya, dukungan teman sebaya dapat meningkatkan *academic flow* pada siswa kelas 8 SMP Negeri 8 Yogyakarta.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil sumbangan efektif dari efikasi diri terhadap *academic flow* sebesar 16,72% dan dukungan teman sebaya terhadap *academic flow* sebesar 28,35%. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa sumbangan efektif dukungan teman sebaya lebih besar daripada sumbangan efektif efikasi diri terhadap *academic flow*. Tingkat dukungan yang tinggi dari teman sebaya terhadap siswa kelas 8 SMP Negeri 8 Yogyakarta dapat diamati melalui keterlibatan mereka dalam berbagai kegiatan bersama, seperti *Small Group Discussion* (SGD). Melalui SGD, siswa dapat belajar menjadi pendengar yang baik, menerima dan memberikan saran yang membangun, menghormati pendapat orang lain, dan dapat mendukung pendapat menggunakan bukti-bukti (Ernawati, 2014).

Sumbangan efektif dari efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap *academic flow* sebesar 45,07. Artinya, sebesar 45,07% efikasi diri dan dukungan teman sebaya mempengaruhi *academic flow* dan 54,93% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *academic flow* menurut Csikszentmihalyi (2014) antara lain

student engagement, motivasi berprestasi, *self esteem*, motivasi belajar, dan faktor lingkungan sosial.

Pengkategorisasian diurutkan berdasarkan hasil dari masing-masing variabel, yaitu variabel *academic flow*, efikasi diri, dan dukungan teman sebaya. Kategorisasi ini dibagi menjadi tiga bagian, yaitu tinggi, sedang, rendah. Berdasarkan pengkategorisasian variabel *academic flow*, menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas 8 SMP Negeri 8 Yogyakarta memiliki *academic flow* dikategori sedang.

Pengkategorisasian yang dilakukan pada variabel efikasi diri menunjukkan bahwa, mayoritas siswa kelas 8 SMP Negeri 8 Yogyakarta memiliki efikasi diri dikategori sedang. Selanjutnya pengkategorisasian yang dilakukan pada variabel dukungan teman sebaya menunjukkan bahwa, mayoritas siswa kelas 8 SMP Negeri 8 Yogyakarta memiliki dukungan teman sebaya dikategori tinggi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan masih banyak keterbatasan dan kekurangan terkait proses pengambilan data penelitian, sehingga hal ini dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya. Salah satu keterbatasan dalam penelitian ini terkait dengan penyebaran skala yang dianggap kurang efektif dalam mengendalikan situasi dan kondisi. Kurang kondusifnya ruangan kelas dan beberapa siswa yang membutuhkan waktu lama untuk menyelesaikan kuesioner menjadi hambatan bagi peneliti untuk beralih ke kelas selanjutnya. Di samping itu, kelebihan dari penelitian ini yaitu belum banyak yang membahas pengaruh

efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap *academic flow* pada siswa kelas 8.

KESIMPULAN

Kesimpulannya adalah ada pengaruh yang sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap *academic flow*. Sumbangan efektif dari masing-masing variabel sebesar 16,72% (efikasi diri) dan 28,35% (dukungan teman sebaya).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat memberikan saran jika peneliti berencana menggunakan subjek yang sama dalam penelitian berikutnya, disarankan untuk menentukan waktu pelaksanaan dengan cermat, mengingat adanya jadwal libur sekolah dan pelaksanaan ujian yang dapat memengaruhi ketersediaan subjek. Disarankan untuk memiliki keterampilan yang kuat dalam mengelola ruangan kelas, termasuk kemampuan untuk menciptakan suasana yang kondusif, mencegah siswa dari perilaku mengganggu sendiri, serta memastikan bahwa siswa dapat memberikan perhatian penuh dalam mengisi skala penelitian.

Hasil penelitian yang telah dilakukan, terbukti bahwa efikasi diri dan dukungan teman sebaya memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap *academic flow*. Guru dapat mengimplementasikan pendekatan praktis, seperti merancang proyek kolaboratif yang mendorong pencapaian bersama, menyelenggarakan sesi diskusi terstruktur untuk meningkatkan keterlibatan dan kepercayaan diri siswa, memberikan tanggungjawab

individual yang terukur guna memperkuat rasa kompetensi diri, serta mengintegrasikan aktivitas kelompok dalam kurikulum untuk membangun solidaritas dan dukungan teman sebaya.

Untuk meningkatkan *academic flow*, siswa dapat mengembangkan efikasi diri dengan menetapkan tujuan pembelajaran yang spesifik dan memecahkan tugas-tugas menjadi langkah-langkah yang lebih kecil untuk mencapainya. Selain itu, mereka dapat mencari dukungan teman sebaya dengan membentuk kelompok belajar atau berpartisipasi dalam forum diskusi akademis. Berbagi ide, pengalaman, dan strategi belajar dengan teman sebaya dapat memberikan dukungan yang signifikan. Siswa juga disarankan untuk aktif dalam kegiatan kelas, seperti diskusi dan proyek kelompok, untuk membangun rasa kepercayaan diri dan meningkatkan keterlibatan dalam proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N. Q., & Fahriza, I. (2020). Flow akademik pada pendidikan. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 13(3), 369–376. <https://doi.org/10.33541/jdp.v12i3.1295>
- Alfarabi, A. (2017). *Hubungan tingkat religiusitas dengan flow akademik pada siswa*. (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang).
- Bakker, A. B. (2005). Flow among music teachers and their students: the crossover of peak experiences. *Journal of Vocational Behavior*, 66(1), 26-44. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2003.11.001>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Csikszentmihalyi, M., (2014). *Application of flow in human development and education: The collected works of mihalyi Csikszentmihalyi*. Springer.

- Ernawati, H. (2014). Pengaruh small group discussion terhadap pengetahuan tentang dismenore pada siswi smpn i dolopo. *Jurnal Florence*, 7(1), 47-51.
- Krisnawati, D., & Hidayah, N. (2019). Hubungan antara determinasi diri dan iklim kelas dengan *flow* pada siswa SMPN di Yogyakarta. Naskah Publikasi, 8(5), 55.
- Marfungah, H. N., & Hidayah, N. (2020). Hubungan antara iklim kelas dan self regulated learning dengan *flow* akademik pada siswa sekolah menengah pertama. Naskah Publikasi, 21(1), 1-9.
- Nastiti, D., & Cahyani, C. N. (2022). Dukungan sosial teman sebaya dan *flow* akademik pada mahasiswa psikologi universitas muhammadiyah sidoarjo. *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran*, 39(1). <https://doi.org/10.36456/helper.vol39.no1.a5141>
- Paryontri, R. Ananda., Affandi, G. Rusyid., & Suprpti, Sulis. (2021). Peranan school well-being pada *flow* akademik siswa sekolah menengah pertama. *Psikodimensia Kajian Ilmiah Psikologi*, 20(2), 196–206. <https://doi.org/10.24167/psidim.v20i2.3708>
- Pebriani, E. N., & Rosiana, D. (2015). Pengaruh metode pembelajaran terhadap *flow* akademik pada mahasiswa psikologi UNISBA. *Prosiding Psikologi*, 279-286.
- Qodir, Abd. (2017). Teori belajar humanistik dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. *Jurnal Pedagogik*, 04(02), 38-54.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). Wiley.
- Wati, S., & Firman. (2018). Hubungan self-regulated learning dengan *flow* akademik siswa. *Jurnal Neo Konseling*, (0)0, 1-6. <https://doi.org/10.31227/osf.io/cg9fa>
- Yokoyama, S. (2019). Academic self-efficacy and academic performance in online learning: A mini review. *Frontiers in Psychology*, 9(1), 1–4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02794>
- Yunalis, R. (2020). *Pengaruh self efficacy dan social support terhadap flow akademik siswa SMA pada mata pelajaran matematika yang dimoderatori oleh motivasi berprestasi* (Master's thesis, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Yuwanto, L. (2018). Academic flow and cyberloafinh. *Psychology Research*, 8(4), 173-177. <https://doi.org/10.17265/2159-5542/2018.04.006>