

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN
FLOW AKADEMIK PADA SISWA KELAS IX SMP NEGERI 1
KEMBARAN BANYUMAS**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin
Zuhri Purwokerto untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :
Aditya Putra Wicaksana
NIM. 1917101169

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN DAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aditya Putra Wicaksana

NIM : 1917101169

Jenjang : Strata I

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini secara keseluruhan adalah penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya, dan bebas dari plagiarisme. Jika dikemudian hari terbukti bukan karya sendiri atau melakukan plagiarisi, maka saya siap ditindak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Puwokerto, 20 Februari 2025

Saya yang menyatakan,

The block contains an official stamp and a handwritten signature. The stamp is rectangular with a red border and contains the text 'METER TEMPORER' and 'SDAMX230967101'. The signature is written in black ink over the stamp.

Aditya Putra Wicaksana
NIM. 1917101169

PENGESAHAN

Skripsi berjudul

HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *FLOW* AKADEMIK SISWA KELAS IX SMPN 1 KEMBARAN

Disusun oleh :

Nama : Aditya Putra Wicaksana

NIM : 1917101169

Jenjang : Strata 1

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

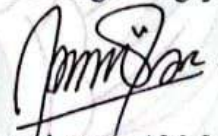
Telah diajukan pada tanggal 13 Maret 2025 pada siding Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Ketua Sidang / Pembimbing,



Dr. Henti Kurniawati, MA
NIP. 19790530 200701 2 019

Sekretaris Sidang / Penguji 2,



Vici Prihmaningrum AM, M.A
NIP. 19940304 202012 2 022

Penguji Utama,



Dra. Amirotn Sholikhah, M.Si
NIP. 19651006 199303 2 002

Mengetahui,
Dekan



Dr. Muskinul Fuad, M.Ag.
NIP. 19741226 200003 1 001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
www.uinsatzu.ac.id

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

di - Purwokerto

Assalamu'alaikum. Wr. Wb

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari :

Nama : Aditya Putra Wicaksana
NIM : 1917101169
Jenjang : S-1
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah
Judul : Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Akademik Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. KH Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya saya sampaikan terimakasih

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb

Purwokerto, 23 April 2025

Pembimbing

Dr. Henie Kurniawati, MA

NIP. 197905302007012019

MOTTO

“Kegagalan adalah cara Allah untuk mengatakan bersabarlah karena aku memiliki sesuatu yang lebih baik untukmu saat waktunya tiba.”

(Gus Miftah)



Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan *Flow* Akademik Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas

Aditya Putra Wicaksana

NIM. 1917101169

Email : adityawicaksana104@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Kewajiban untuk menuntut ilmu telah diuraikan dalam Al-Quran dan Hadits. Idealnya dalam pelaksanaan pembelajaran siswa harus memiliki fokus ketika kegiatan belajar mengajar berlangsung, menikmati setiap kegiatan yang dilakukan di kelas dan merasakan perasaan yang senang. Berdasarkan pengamatan bahwa beberapa siswa SMP Negeri 1 Kembaran terlihat tidak siap untuk melaksanakan kegiatan belajar itu bisa dilihat di mana terdapat siswa yang ketika berangkat sekolah masih menggunakan sandal atau tidak membawa tas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembara dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhinya. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan metode survey. Berdasarkan pengujian yang dilakukan menggunakan *product moment* melalui SPSS versi 23, menunjukkan bahwa penelitian yang dilaksanakan pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan jumlah sampel 155 siswa didapatkan adanya hubungan *self efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas. Hasil tersebut juga terlihat dari nilai signifikansi (sig) antara variabel *self-efficacy* dan *flow* akademik Berdasarkan tabel tersebut, nilai $0,000 < 0,05$ mengindikasikan adanya korelasi antara kedua variabel yang digunakan. Dan beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya dalam kegiatan belajar, yaitu kurangnya rasa percaya akan kemampuan diri ketika dihadapkan pada masalah yang dianggap sulit dan

kurangnya konsentrasi belajar ketika dituntut untuk mengerjakan tugas akademik dalam jangka waktu yang lama.

Kata Kunci: *Flow*; Hubungan; *Self-efficacy*; Siswa.



***The Relationship Between Self Efficacy and Academic Flow in Grade IX
Students of SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas***

ABSTRACT

The obligation to seek knowledge has been described in the Qur'an and Hadith. Ideally, in implementing learning, students must have focus when teaching and learning activities take place, enjoy every activity carried out in class and feel happy. Based on observations that some students of SMP Negeri 1 Kembaran seem unprepared to carry out learning activities, it can be seen where there are students who still wear sandals or do not bring bags when going to school. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and academic flow in class IX students of SMP Negeri 1 Kembara and what factors influence it. This study was conducted with a quantitative approach using a survey method. Based on testing conducted using product moment through SPSS version 23, it shows that the study conducted on class IX students of SMP Negeri 1 Kembaran with a sample of 155 students found a relationship between self-efficacy and academic flow in class IX students of SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas. The results are also seen from the significance value (sig) between the variables of self-efficacy and academic flow. Based on the table, the value of $0.000 < 0.05$ indicates a correlation between the two variables used. And some factors that can influence it in learning activities, namely the lack of confidence in one's own abilities when faced with problems that are considered difficult and the lack of concentration in learning when required to work on academic tasks for a long period of time.

Keywords: *Flow; Relationship; Self-efficacy; Students.*

PERSEMBAHAN

Karya skripsi ini peneliti persembahkan kepada kedua orang tua atas segala doa serta pengertiannya dan almamater tercinta Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Flow Akademik* pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas**". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Fakultas Dakwah di Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan arahan dari berbagai pihak yang telah memberikan kontribusi besar selama proses penyusunan. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

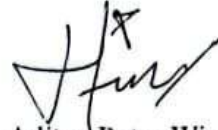
1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., selaku Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan selama proses studi.
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dr. Ahmad Muttaqin M. Si., selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Alief Budiyo, M. Pd., selaku Wakil Dekan 2 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Nawawi, M. Hum., selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Nur Azizah, M.Si., Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, yang telah memberikan arahan dan bimbingan.
7. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dosen Pembimbing Akademik Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

8. Dr. Henie Kurniawati, MA., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan motivasi yang sangat berarti dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Segenap Jajaran Staf Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah memberikan pelayanan terbaik kepada para mahasiswa.
10. Pihak SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas, khususnya kepala sekolah, guru, dan siswa kelas IX, atas kerja sama dan bantuan dalam proses pengumpulan data.
11. Orang tua penulis Bapak Adang Priyono dan Ibu Tutik Wahjuningsih dan tidak lupa kedua kakak penulis Atika dan Anita, atas doa, dukungan moral, dan materi yang senantiasa mengiringi setiap langkah penulis.
12. Pasangan tercinta Anjar Febrianti, atas doa, motivasi, dan dukungan emosional yang telah menjadi sumber semangat selama proses penulisan skripsi ini.
13. Teman-teman dan rekan mahasiswa, atas semangat, motivasi, dan kerja sama selama proses studi hingga penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk menyempurnakan karya ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya dalam memahami hubungan antara *self-efficacy* dan *flow* akademik, serta berkontribusi pada pengembangan ilmu psikologi pendidikan.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung selama proses penyelesaian skripsi ini.

Penulis



Aditya Putra Wicaksana

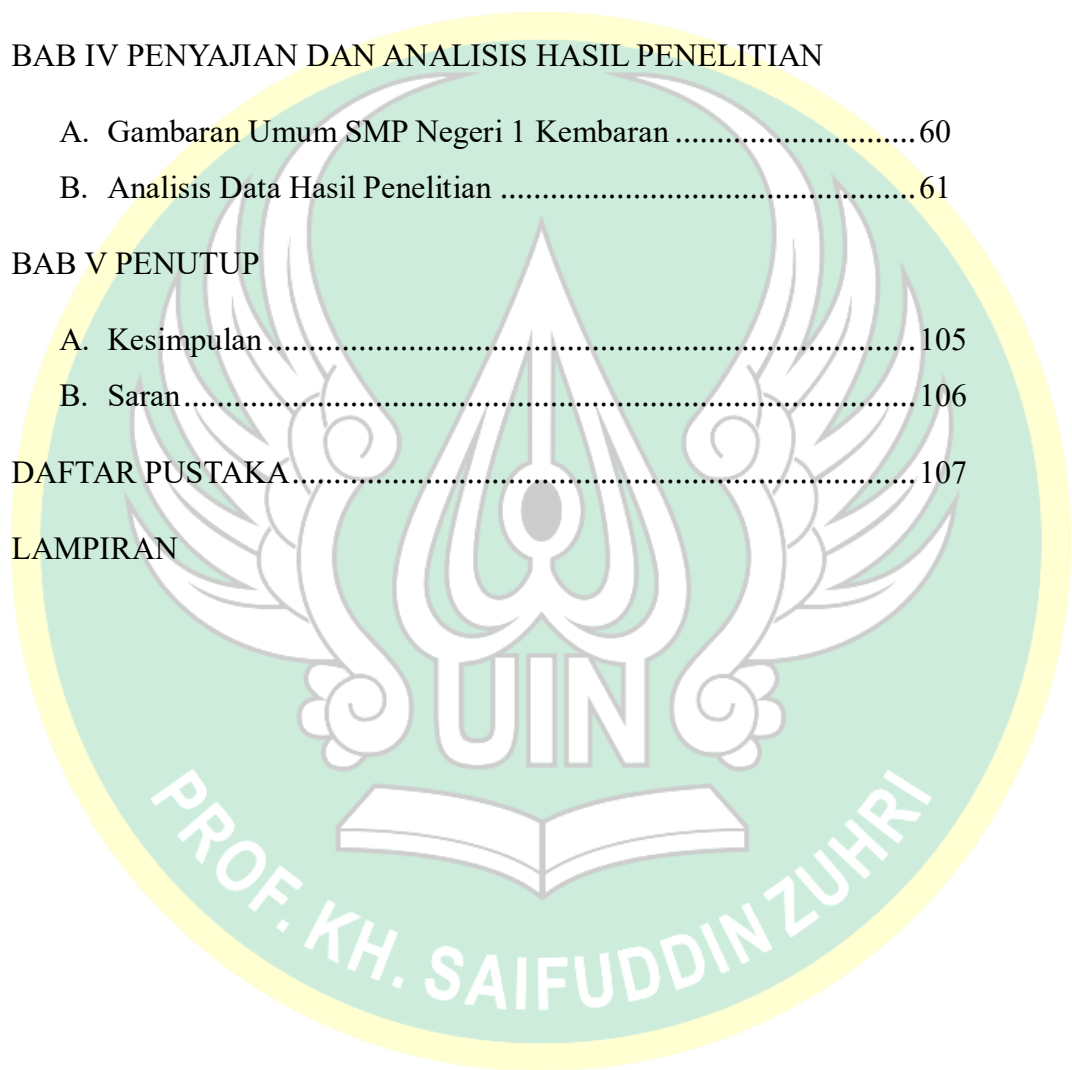
NIM. 1917101169



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS	iv
MOTTO.....	v
ABSTRAK	vi
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah.....	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Kajian Pustaka.....	9
G. Sistematika Pembahasan.....	26
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kajian Teori	27
B. Kerangka Berpikir	44
C. Hipotesis	46
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	47

B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	47
C. Populasi dan Sampel	48
D. Variabel.....	50
E. Metode Pengumpulan Data.....	51
F. Instrumen Penelitian.....	52
G. Teknik Analisis Data	55
 BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum SMP Negeri 1 Kembaran	60
B. Analisis Data Hasil Penelitian	61
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	105
B. Saran.....	106
DAFTAR PUSTAKA.....	107
LAMPIRAN	



Daftar Tabel

Tabel 1.1 Kajian Pustaka

Tabel 2.1 Dampak Perilaku *Self Efficacy*

Tabel 3.1 Jadwal Pelaksanaan

Tabel 3.2 Skala Likert

Tabel 3.3 Blue Print Try Out Skala *Self Efficacy*

Tabel 3.4 Blue Print Try Out Skala *Flow Akademik*

Tabel 3.5 Interval Koefisien Korelasi

Tabel 4.1 Uji Validitas Variabel *Self Efficacy*

Tabel 4.2 Uji Validitas Variabel *Flow Akademik*

Tabel 4.3 Uji Reliabilitas Variabel *Self Efficacy*

Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Variabel *Flow Akademik*

Tabel 4.5 Hasil SPSS Uji Normalitas *Kolmogorov Smirnov*

Tabel 4.6. Hasil SPSS Uji Linearitas *Anova*

Tabel 4.7 Analisis butir X1

Tabel 4.8 Analisis butir X2

Tabel 4.9 Analisis butir X3

Tabel 4.10 Analisis butir X4

Tabel 4.11 Analisis butir X5

Tabel 4.12 Analisis butir X6

Tabel 4.13 Analisis butir X7

Tabel 4.14 Analisis butir X8

Tabel 4.15 Analisis butir X9

Tabel 4.16 Analisis butir X10

Tabel 4.17 Analisis butir X11

Tabel 4.18 Analisis butirX12

Tabel 4.19 Analisis butirX13

Tabel 4.20 Analisis butirX14

Tabel 4.21 Analisis butirX15

Tabel 4.22 Analisis butirX16

Tabel 4.23 Analisis butirX17

Tabel 4.24 Analisis butirX18

Tabel 4.25 Analisis butirX19

Tabel 4.26 Analisis butirX20

Tabel 4.27 Analisis butirX21

Tabel 4.28 Analisis butirX22

Tabel 4.29 Analisis butirX23

Tabel 4.30 Analisis butirX24

Tabel 4.31 Analisis butirX25

Tabel 4.32 Analisis butirX26

Tabel 4.33 Analisis butirX27

Tabel 4.34 Analisis butirX28

Tabel 4.35 Analisis butirX29

Tabel 4.36 Analisis butirX30



Tabel 4.37 Analisis butirX31

Tabel 4.38 Analisis butirX32

Tabel 4.39 Analisis butirY1

Tabel 4.40 Analisis butirY2

Tabel 4.41 Analisis butirY3

Tabel 4.42 Analisis butirY4

Tabel 4.43 Analisis butirY5

Tabel 4.44 Analisis butirY6

Tabel 4.45 Analisis butirY7

Tabel 4.46 Analisis butirY8

Tabel 4.47 Analisis butirY9

Tabel 4.48 Analisis butirY10

Tabel 4.49 Analisis butirY11

Tabel 4.50 Kategori Interpretasi Skor Variabel *Self Efficacy*

Tabel 4.51 Tanggapan Responden Mengenai Sub Variabel *Sel Efficacy*

Tabel 4.52 Kategori Interpretasi Skor Variabel *Flow Akademik*

Tabel 4.53 Tanggapan Responden Mengenai Sub Variabel *Flow Akademik*

Tabel 4.54 Hasil Uji Korelasi *Product Moment* dari SPSS

Tabel 4.55 Hasil Uji Deskriptif

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Siswa adalah individu yang belajar di meja pada tingkat sekolah dasar dan menengah pertama (SMP) serta tingkat sekolah menengah atas (SMA).¹ Para pelajar ini menggeluti proses pembelajaran untuk mengakses pengetahuan dan mencapai pemahaman yang mendalam dalam berbagai bidang ilmu di dunia pendidikan. Siswa atau peserta didik adalah mereka yang secara khusus dipercayakan oleh orang tua mereka untuk mengikuti kegiatan belajar-mengajar di lingkungan sekolah. Hal ini bertujuan agar mereka dapat mengembangkan pemahaman, kompetensi, pengalaman, karakter, moralitas yang luhur, dan kemandirian sehingga menjadi individu yang terdidik dan berkualitas.

Belajar yaitu salah satu dari kewajiban yang mesti dijalankan oleh pelajar selama berada di lingkungan sekolah atau dalam konteks kegiatan belajar-mengajar (KBM). Proses pembelajaran di dalam kelas adalah interaksi antara pendidik dan peserta didik, yang tidak dapat dilepaskan dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul. Secara mendasar, masalah yang timbul selama kegiatan pembelajaran di dalam kelas berasal dari dua aspek, yaitu dari pihak guru dan siswa. Prinsip permasalahannya seringkali disebabkan oleh kurangnya kemampuan guru dalam mengimplementasikan kegiatan belajar mengajar dengan baik dalam praktik pengajarannya. Dalam konteks siswa, permasalahan dapat timbul karena mereka belum sepenuhnya memahami materi yang diajarkan oleh guru. Beberapa contoh perilaku siswa, seperti bermain saat penjelasan guru, keluar masuk kelas dengan alasan tertentu, atau meminta izin, juga dapat menjadi faktor penyebab ketidakpahaman siswa terhadap materi pembelajaran.

¹ Temiks Merpati, Apeles Lexi Lonto, and Julien Biringan, 'Kreativitas Guru Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Smp Katolik Santa Rosa Siau Timur Kabupaten Sitaro', *Jurnal Civic Education: Media Kajian Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 2.2 (2018), p. 55, doi:10.36412/ce.v2i2.772.

Kewajiban untuk menuntut ilmu telah diuraikan dalam Al-Quran dan Hadits. Pembelajaran menjadi suatu tanggung jawab bagi setiap individu, karena melalui proses belajar, manusia dapat mengembangkan kemampuan dirinya. Belajar memungkinkan seseorang memperoleh pemahaman baru terhadap hal-hal yang sebelumnya tidak diketahuinya. Khususnya sebagai umat Muslim, penting bagi kita untuk memberikan perhatian ekstra pada proses belajar, karena dalam ajaran Islam, keutamaan bagi para pencari ilmu telah dijelaskan. Allah menerangkan anjuran untuk menuntut ilmu di dalam Al-Qur'an Q.S. Al-Mujadilah ayat 11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۚ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

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

Dari kutipan ayat di atas menjelaskan bahwa Allah meningkatkan kedudukan mereka yang mencari ilmu berkali lipat lebih tinggi dibanding yang tidak melakukannya. Pesan tersebut menunjukkan bahwa kemuliaan seseorang lebih tergantung pada pengetahuannya daripada harta atau keturunannya. Dalam sebuah Hadis, Rasulullah SAW menyampaikan keutamaan memperoleh pengetahuan dalam Islam dengan mengatakan:

وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ

“Siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga.” (HR. Muslim, no. 2699)

Berdasar kedua dalil yang telah dicantumkan, dapat diambil pemahaman bahwa dalam ajaran Islam, umat Muslim diwajibkan mencari ilmu. Allah SWT berjanji di dalam Al-Qur'an bahwa mereka yang berusaha mencari ilmu maka akan ditinggikan derajatnya. Rasulullah SAW juga menekankan pentingnya mencari ilmu dengan menyatakan bahwa mereka yang menempuh jalan untuk mencari ilmu akan mendapatkan kemudahan dalam mencapai surga.

Dengan demikian, menuntut ilmu bukan hanya dianggap kewajiban, melainkan juga selaku sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan mencapai keberkahan di dunia dan akhirat. Hal ini menunjukkan bahwa dalam Islam, ilmu pengetahuan dihargai sebagai suatu yang mulia dan menjadi bagian integral dari perjalanan spiritual dan kehidupan umat Muslim.

Idealnya dalam pelaksanaan pembelajaran siswa harus memiliki fokus ketika kegiatan belajar mengajar berlangsung, menikmati setiap kegiatan yang dilakukan di kelas dan merasakan perasaan yang senang. Namun, pada era digital ini, seringkali siswa kehilangan fokus pada saat belajar yang disebabkan oleh banyak faktor. Baik karena diri sendiri maupun lingkungan belajar yang kurang kondusif. Fokus pada siswa sangat penting dalam keberhasilan belajar mengajar yang dapat mempengaruhi seberapa banyak materi yang terserap atau diterima oleh siswa

Keadaan ketika individu merasakan terlibat penuh dalam aktivitas tanpa menyadari waktu dan lelah dan hal-hal lain, melainkan hanya terfokus melakukan Tindakan yang sedang dilakukan saja disebut dengan *flow*.² Bakker mengatakan

² Teguh Lesmana, 'Hubungan Antara Academic Self-Concept Dan Academic Self-Efficacy Dengan Flow Pada Mahasiswa Universitas X', *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6 (2019), pp. 117–34, doi:10.24854/jpu02019-245.

memahami *flow* sebagai keadaan sadar di mana individu sepenuhnya terkonsentrasi selama kegiatan serta dengan sangat menikmati hal tersebut.³ Ketika berada dalam keadaan *flow*, individu menumpukan perhatian pada tugas yang sedang dijalankan. Mengalami pengalaman *flow* membantu seseorang untuk tetap fokus dan merasa nyaman ketika melakukan berbagai kegiatan.

Keadaan *flow* bisa timbul atau terjadi di berbagai kegiatan seperti proses belajar, dunia kerja, bermain, dan bahkan dalam pelaksanaan ibadah. *Flow* merupakan kondisi yang sangat diinginkan oleh individu, terutama ketika sedang belajar. Pentingnya keadaan *flow* dalam proses belajar disebabkan oleh kemampuannya sebagai penghubung yang efektif guna memperluas pengetahuan. Ketika *flow* muncul pada konteks pembelajaran, peserta didik menjadi lebih terbuka terhadap informasi yang diterima, memungkinkan mereka untuk lebih memahami materi yang sedang dipelajari.

Flow melibatkan tingkat antusiasme dan ketertarikan yang sangat kuat agar menyelesaikan sebuah pekerjaan, menghasilkan momen menggembirakan di mana individu dengan sadar dan proaktif memanfaatkan semua potensinya untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut. Csikszentmihalyi menyatakan, kepercayaan terhadap kemampuan diri pada menyelesaikan suatu pekerjaan atau kegiatan memiliki peran penting dalam terciptanya keadaan *flow*.⁴ Individu yang yakin akan kemampuannya saat menjalankan suatu pekerjaan cenderung lebih mampu fokus pada kegiatan atau tugas yang dijalankan, dan keyakinan ini dikenal sebagai *self-efficacy*.

Bandura menguraikan *self-efficacy* sebagai keyakinan pribadi terhadap keterampilannya, yang akan berdampak pada cara individu bertindak dalam

³ Nursyamsi, Fitria Rahmi, and Dyni Amenike, 'Flow Pada Mahasiswa Aktif Berorganisasi Di Universitas Andalas', *Psikologi Positif Menuju Mental Wellness*, 2012, 2020, pp. 145–51.

⁴ Melisa Santoso, 'Self-Efficacy Dan Flow Akademik Ditinjau Dari Temporal Motivation Theory Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi', *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3.1 (2014), pp. 1–12
<<https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1895/1510>>.

menghadapi keadaan dan situasi tertentu.⁵ Dalam pengertian yang lebih umum, *self-efficacy* dapat diartikan sebagai keyakinan akan kemampuan diri. Individu yang mempunyai tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih optimis dan berusaha sungguh-sungguh terlibat pada suatu organisasi, dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah. Bagi mereka yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi, kegagalan kecil bisa dianggap sebagai langkah menuju kesuksesan.⁶ Dengan kata lain, *self-efficacy* mempengaruhi pilihan tindakan individu, sejauh mana usaha yang dikeluarkan, dan seberapa lama mereka bertahan menghadapi tantangan.

Dalam penelitian Tandon mengemukakan bahwa terdapat keterkaitan antara *Flow* dan *Self Efficacy* pada siswa, yaitu apabila siswa semakin yakin terhadap kemampuan dirinya maka semakin mungkin siswa tersebut mengalami keadaan *flow* pada saat belajar.⁷

Menurut laman resmi Balai Besar Penjaminan Mutu Pendidikan (BBPMP) Provinsi Jawa Tengah yang dipublikasikan pada 3 Februari 2023, didapatkan informasi tentang indeks kemampuan literasi dan indeks kemampuan numerasi pada tingkat SMP Kabupaten Banyumas yang didasarkan pada Rapor Pendidikan tahun 2021. Adapun indeks kemampuan literasi pada tingkat SMP berada pada kategori “mencapai kompetensi minimum” dengan skor 1,95 (dalam skala 1-3). Proporsi siswa berdasarkan tingkat kemampuan literasi adalah sebagai berikut: mahir 13,52%, cakap 56,87%, dasar 23,06%, dan membutuhkan intervensi khusus 6,55%. Rata-rata nilai kompetensi literasi siswa mencakup: membaca teks informasi 63,34%, membaca teks sastra 67,33%, mengakses dan menemukan isi teks (L1) 66,87%, menginterpretasi dan memahami isi teks (L2) 60,4%, serta mengevaluasi dan merefleksikan isi teks (L3) 58,47%. Sedangkan untuk indeks kemampuan numerasi pada tingkat SMP berada pada kategori “di bawah

⁵ Lianto Lianto, ‘Self-Efficacy: A Brief Literature Review’, *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15.2 (2019), p. 55, doi:10.29406/jmm.v15i2.1409.

⁶ Lianto.

⁷ Tanya Tandon, ‘A Study on Relationship between Self Efficacy and Flow at Work among Young Adults’, *International Journal of Indian Psychology*, 4.4 (2017), doi:10.25215/0404.069.

kompetensi minimum” dengan skor 1,75 (dalam skala 1-3). Proporsi siswa berdasarkan tingkat kemampuan numerasi adalah sebagai berikut: mahir 4,9%, cakap 40,67%, dasar 48,46%, dan membutuhkan intervensi khusus 5,96%. Rata-rata nilai kompetensi numerasi siswa mencakup: domain bilangan 55,87%, domain aljabar 55,39%, domain geometri 55,33%, domain data dan ketidakpastian 53,78%, kompetensi mengetahui (L1) 56,09%, kompetensi menerapkan (L2) 52,71%, serta kompetensi menalar (L3) 56,15%.⁸

Menurut laman resmi Data Pokok Pendidikan, didapatkan data peserta didik di Kabupaten Banyumas dari berbagai Tingkat Pendidikan. Peserta didik Tingkat SMP di Kabupaten Banyumas pada tahun ajaran 2023/2024 semester ganjil berjumlah 67.450 siswa. Sedangkan pada tahun ajaran 2024/2025 semester ganjil berjumlah 67.340 siswa.⁹ Hal ini menandakan adanya penurunan jumlah siswa Tingkat SMP di Kabupaten Banyumas sebanyak 0,08% selama satu tahun.

Menurut pengamatan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Kembaran pada tanggal 16 Oktober hingga 19 Oktober 2023 dengan durasi sekitar 2 jam, diketahui bahwa ketika guru menjelaskan pelajaran, sering terjadi siswa yang berbincang-bincang dengan teman di sekitarnya, tidak fokus ketika belajar, kurang bersemangat ketika menanggapi pertanyaan yang diberikan oleh guru, cenderung enggan membuat catatan dan menyelesaikan tugas, bermain sendiri ketika guru menjelaskan, saat guru memberi tugas mandiri ditemui murid yang memutuskan untuk menanti rekannya selesai menuntaskan tugas dan akhirnya menyalin pekerjaan teman.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti pada siswa di SMP Negeri 1 Kembaran terlihat bahwa beberapa siswa lebih antusias mengikuti mata pelajaran yang mereka kuasai, sementara itu siswa yang kurang menguasai atau kurang minat dengan pelajaran tertentu cenderung melakukan kegiatan lain ketika pembelajaran

⁸ Balai Besar Penjaminan Mutu Pendidikan (BBPMP), ‘Profil Pendidikan Kabupaten Banyumas’, 2023 <<https://bbpmpjateng.kemdikbud.go.id/profil-pendidikan-kabupaten-banyumas/>> [accessed 6 August 2024].

⁹ Kemdikbud, ‘Data Peserta Didik’ <<https://dapo.kemdikbud.go.id/pd/2/030200>> [accessed 10 October 2024].

dan tidak memperhatikan guru yang sedang menjelaskan di depan kelas. Dan terdapat beberapa fenomena yang di mana siswa/siswi ada yang berangkat sekolah hanya menggunakan sandal dan baju yang tidak rapi seakan mengindikasikan ketidak siapan untuk menuntut ilmu, Adapun ketika tidak ada guru siswa lebih memilih untuk berkerumun di luar kelas dan tidak jarang juga ada siswa yang berada di kantin sekolah.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka dilakukan penelitian lebih lanjut terkait “*Hubungan Antara Self Efficacy dengan Flow Akademik Siswa Kelas IX SMPN 1 Kembaran*”.

B. Penegasan istilah

1. *Self Efficacy*

Self efficacy yaitu sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya yang dapat memengaruhi perilakunya dalam menghadapi situasi dan kondisi tertentu.¹⁰

Self efficacy dalam penelitian ini mendefinisikan sebagai kemampuan atau potensi yang ada dari masing-masing siswa yang dimiliki sejak kecil yang bisa membantu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang ditemui.

2. *Flow*

Flow adalah suatu keadaan sadar di mana individu sepenuhnya terkonsentrasi pada suatu pekerjaan dan sangat menikmatinya.¹¹

Flow yang dimaksud adalah kondisi ketika individu sangat fokus dan berkonsentrasi dalam suatu kegiatan dan melupakan hal lain yang tidak berkaitan dengan kegiatan tersebut.

¹⁰ Lianto.

¹¹ Nursyamsi, Rahmi, and Amenike.

3. Akademik

Akademik merupakan kondisi di mana individu memiliki kemampuan untuk mengungkapkan dan menerima ide, pemikiran, serta pengetahuan dengan integritas, keterbukaan, dan kebebasan untuk menguji secara obyektif.¹²

Akademik dalam hal ini mengacu pada proses kegiatan belajar mengajar di dalam kelas.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, penelitian ini memiliki tujuan yaitu:

1. Mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi yang bermanfaat untuk siswa terkait *self-efficacy* dengan *flow* akademik agar pengetahuan terkait bisa memberi perspektif baru terhadap siswa, supaya bisa memusatkan perhatian pada aktivitas belajar mengajar (KBM).

¹² Puji Astuti, 'Penggunaan Metode Black Box Testing (Boundary Value Analysis) Pada Sistem Akademik (Sma/Smk)', *Faktor Exacta*, 11.2 (2018), p. 186, doi:10.30998/faktorexacta.v11i2.2510.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan agar dapat meningkatkan *flow* akademik pada siswa.

c. Bagi Sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai evaluasi pihak sekolah dalam merencanakan metode khusus bagi siswa yang dianggap kurang

d. Bagi Pembaca

Hasil penelitian diharapkan menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca terkait dengan *self efficacy* dan *flow* akademik.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan referensi bagi penelitian selanjutnya yang akan meneliti tema yang sama namun dalam sudut pandang yang berbeda.

F. Kajian Pustaka

Berikut adalah beberapa temuan dari studi sebelumnya yang terkait, untuk menghindari adanya kemiripan dengan kajian ini, di antaranya:

Pertama, riset yang ditulis oleh Andari Suryaningsih, dengan judul “Hubungan Antara Optimisme dan *Self Efficacy* dengan *Flow* Akademik Siswa SMA” tahun 2016. Hasil riset ini yakni terdapat hubungan antara optimisme dan *self efficacy* dengan *flow* akademik.¹³

Penelitian ini memiliki kesamaan dengan riset tersebut karena keduanya membahas mengenai *self-efficacy* dengan *flow*. Meskipun demikian, perbedaannya ada di penggunaan variabel bebas. Riset sebelumnya melibatkan dua variabel bebas, yakni *self-efficacy* dan optimisme, sementara peneliti hanya menerapkan satu variabel bebas.

Kedua, penelitian yang ditulis oleh Annisa Gatari, dengan topik “Hubungan Stres Akademik dengan *Flow* Akademik pada Mahasiswa” tahun

¹³ Andari Suryaningsih, ‘Hubungan Antara Optimisme Dan Self Efficacy Dengan Flow Akademik Siswa SMA’, *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5.1 (2016), pp. 1–22 <<https://core.ac.uk/reader/42962539>>.

2020. Temuan penelitian menunjukkan stress akademik pada mahasiswa memiliki korelasi negative yang cukup signifikan dengan pengalaman *flow* akademik, artinya makin tinggi tingkat stres akademik pada mahasiswa maka makin rendah tingkat *flow* akademik yang dirasakan oleh mahasiswa.¹⁴

Penelitian ini mempunyai kesamaan karena keduanya membahas tentang *flow*. Namun, perbedaannya berada pada variabel bebas yang dipakai pada penelitian, yakni stres akademik, namun penelitian ini mungkin menggunakan variabel bebas yang berbeda yakni *self efficacy*.

Ketiga, skripsi karya Khilmatun Nisa, dengan judul “Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Kemampuan Penalaran Matematis Siswa Kelas VIII MTs Negeri 1 Cilacap” tahun 2023. Penelitian ini menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh terkait keahlian berpikir matematis siswa kelas VIII di MTs Negeri 1 Cilacap. Besar pengaruhnya *self-efficacy* dapat diukur dari skor koefisien determinasi sebesar 9,5%.¹⁵

Penelitian ini dan skripsi penelitian yang akan dilakukan nantinya memiliki kesamaan saat mengkaji *self-efficacy* yang menjadi variabel bebas (X). Namun, perbedaan terletak pada variabel terikat. Penelitian ini meneliti variabel terikat berupa kemampuan penalaran, sedangkan penelitian skripsi yang akan datang akan memfokuskan pada variabel terikat berupa *flow* pada siswa.

Keempat, skripsi yang ditulis Ratri Nugrahani, dengan topik “Hubungan *Self Efficacy* dan Motivasi Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Se-Kecamatan Danureja Yogyakarta” tahun 2013. Hasilnya memperlihatkan yakni (1) ada korelasi positif dan signifikan terlihat antara *self-efficacy* dan kemandirian belajar siswa. (2) Ditemukan keterkaitan positif serta signifikan antara motivasi belajar dan kemandirian belajar siswa. .

¹⁴ Annisa Gatari, ‘Hubungan Stres Akademik Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa’, *Cognicia*, 8.1 (2020), pp. 79–89, doi:10.22219/cognicia.v8i1.11739.

¹⁵ Khilmatun Nisa, ‘Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Kemampuan Penalaran Matematis Siswa Kelas VIII MTs Negeri 1 Cilacap[Skripsi]’, *Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto*, 2023, p. 105.

(3) Kaitan positif dan signifikan juga ditemukan dalam *self-efficacy* dan motivasi belajar seiring dengan kemandirian belajar siswa.¹⁶

Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya karena keduanya meneliti mengenai *self-efficacy*. Namun, perbedaannya terletak pada penggunaan variabel bebas. Penelitian sebelumnya melibatkan dua variabel bebas, sementara penelitian ini menggunakan satu variabel independen. Di samping itu, variabel terikat yang dipakai dalam kajian sebelumnya adalah kemandirian belajar siswa, sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah *flow*.

Kelima, skripsi oleh Ayu Marddiyah, dengan judul “Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Hasil Belajar IPA Peserta Didik Kelas VI MIN 14 Al-Azhar Asy-Syarif Indonesia” tahun 2022. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara *self-efficacy* dan hasil belajar IPA peserta didik kelas VI di MIN 14 Al Azhar Asy Syarif Indonesia, dengan tingkat hubungan yang dapat dikategorikan sebagai sedang atau cukup.¹⁷

Riset ini memiliki kesamaan dengan penelitian Ayu dalam hal penggunaan *self-efficacy* sebagai variabel bebas. Namun, perbedaannya terletak pada variabel terikat yang diteliti. Penelitian Ayu meneliti Hasil Belajar IPA menjadi variabel terikat, sementara skripsi ini akan fokus pada variabel terikat berupa *flow*.

Keenam, penelitian yang ditulis oleh Wahyu Dewi Ningtyas dan Dwi Nastiti, dengan judul “Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Flow Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 8 Tanggulangin Sidoarjo pada Masa Pandemi Covid-19” tahun 2022. Hasil penelitian ini menunjukkan motivasi berprestasi dan dukungan sosial yang tinggi maka semakin tinggi pula *flow* akademik yang dialami dan dirasakan siswa, sebaliknya jika motivasi berprestasi dan dukungan sosial rendah maka semakin rendah juga *flow* akademik yang dirasakan siswa. Hasil temuan dalam

¹⁶ Ratri Nugrahani, ‘Hubungan Self-Efficacy Dan Motivasi Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Se-Kecamatan Danureja Yogyakarta’, 2013.

¹⁷ Ayu Marddiyah, *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Hasil Belajar IPA Peserta Didik Kelas VI MIN 14 Al-Azhar Asy-Syarif Indonesia, Skripsi*, 2022.

studi ini mengatakan bahwa pentingnya pengalaman flow akademik yang dialami siswa agar dapat mengikuti pembelajaran khususnya secara daring.¹⁸

Penelitian ini memiliki kesamaan yang terletak pada variabel dependen yaitu *flow* akademik. Namun variabel independennya berbeda beda yakni motivasi berprestasi.

Ketujuh, riset yang ditulis oleh Paryontri dkk, dengan judul “Peranan *School Well-Being* pada *Flow* Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama” tahun 2021. Hasil riset ini yakni terdapat hubungan positif antara *school wellbeing* dengan *flow* akademik pada siswa SMP X Hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. Semakin tinggi *school well-being* pada siswa, maka akan semakin tinggi juga *flow* akademik pada siswa SMP X. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah *school well-being* pada siswa, maka akan semakin rendah juga *flow* akademik pada siswa.¹⁹

Penelitian ini memiliki kesamaan dengan riset tersebut karena keduanya membahas mengenai *flow* akademik. Namun, perbedaannya ada di penggunaan variabel bebas. Riset sebelum ini melibatkan variabel bebas, yakni *school well-being*.

Kedelapan, penelitian yang ditulis oleh Mochammad Raihan Rabbani dan Heni Wahyudi, dengan judul “Pengaruh *Academic Self-Efficacy* terhadap Stress Akademik Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi”. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa *Academic Self-Efficacy* berperan dalam memengaruhi stres akademik dengan kontribusi sebesar 44,4%.²⁰

¹⁸ Wahyu Dewi Ningtyas and Dwi Nastiti, ‘The Relationship Between Achievement Motivation and Academic Flow in Middle School Students of Muhammadiyah 8 Tanggulangin Sidoarjo during the Covid-19 Pandemic’, *Journal of Islamic and Muhammadiyah Studies*, 2 (2022), pp. 1–8, doi:10.21070/jims.v2i0.1541.

¹⁹ Ramon Ananda Paryontri, Ghazali Rusyid Affandi, and Sulis Suprapti, ‘Peranan School Well-Being Pada Flow Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama’, *Psikodimensia*, 20.2 (2021), pp. 196–206, doi:10.24167/psidim.v20i2.3708.

²⁰ Mochammad Raihan Rabbani and Hedi Wahyudi, ‘Pengaruh Academic Self-Efficacy Terhadap Stress Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi’, *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3.1 (2023), pp. 202–11, doi:10.29313/bcpsps.v3i1.5188.

Penelitian ini memiliki kesamaan yaitu membahas tentang *self-efficacy*. Adapun perbedaannya terletak pada variabel terikatnya yakni stress akademik dan subjek penelitiannya yaitu mahasiswa.

Kesembilan, penelitian yang dilakukan Karolina Arif, yang berjudul “Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dan *Flow* Akademik” tahun 2013. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara motivasi berprestasi dan *flow* akademik ($r = .416$, $p = .000$). Namun, TMT tidak berperan sebagai mediator dalam hubungan antara motivasi berprestasi dan *flow* akademik. Hal ini disebabkan oleh masih kuatnya korelasi antara kedua variabel tersebut, meskipun pengaruh aspek-aspek TMT telah dikendalikan.²¹

Persamaan pada penelitian ini adalah terletak pada variabel *flow* akademik. Sedangkan, perbedaannya berada pada variabel bebas yang dipakai yakni Motivasi Berprestasi.

Kesepuluh, skripsi oleh Vera Widya, dengan judul “Hubungan Antara *Self-Efficacy* Dengan *Flow* Akademik Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh Yang Mengikuti Perkuliahan Daring Selama Pandemi Covid-19” tahun 2021. Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,891 dengan $p = 0,00$, yang menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara *self-efficacy* dan *flow* akademik pada mahasiswa UIN Ar-Raniry yang mengikuti perkuliahan daring selama masa pandemi. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat *self-efficacy* mahasiswa, maka semakin tinggi pula *flow* akademik yang mereka alami. Sebaliknya, rendahnya *self-efficacy* berkaitan dengan rendahnya tingkat *flow* akademik dalam konteks perkuliahan daring tersebut.²²

Persamaan riset ini adalah pada variabel yang digunakan yaitu *self-efficacy* dan *flow* akademik adapun kesamaan pada dasar yang digunakan.

²¹ Karolina Arif, ‘Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Flow Akademik’, *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2.1 (2014), pp. 1–12.

²² vera widya, ‘Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh Yang Mengikuti Perkuliahan Daring Selama Pandemi Covid-19’, *Skripsi*, 2021.

Sedangkan perbedaanya terletak pada subjek penelitiannya dimana penelitian yang dilakukan ini subjeknya mahasiswa.

Kesebelas, skripsi oleh Siti Waqi'atu Toharotusari, berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap *Flow* Akademik Dengan *Self Efficacy* Sebagai Mediator Pada Siswa Kelas VII Unggulan MTSN 2 Kota Kediri” tahun 2023. Berdasarkan hasil penelitian yang dianalisis melalui uji regresi linier sederhana dan uji mediasi, diperoleh beberapa temuan penting. Pertama, terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial teman sebaya terhadap *flow* akademik, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai *t* hitung sebesar 8,794 yang lebih besar dari *t* tabel 1,990. Kedua, *self-efficacy* juga menunjukkan pengaruh positif terhadap *flow* akademik, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan *t* hitung sebesar 10,883 $> t$ tabel 1,990. Ketiga, *self-efficacy* terbukti menjadi mediator dalam hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *flow* akademik pada siswa kelas VII unggulan MTsN 2 Kota Kediri. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji Sobel yang menunjukkan nilai sebesar 4,781, lebih besar dari nilai kritis 1,96, yang mengindikasikan adanya efek mediasi yang signifikan.²³

Penelitian ini memiliki kesamaan yaitu variabel *flow* akademik dan *self efficacy*. Namun terdapat perbedaan yakni menggunakan 3 variabel penelitian.

Kedua belas, penelitian yang ditulis oleh Elsa Kemala, Jehan Safitri dan Rika Vira Zwagery, dengan judul “Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dengan *Flow* Akademik Pada Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 1 Banjarbaru” tahun 2018. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan *flow* akademik pada peserta didik kelas IX SMP Negeri 1 Banjarbaru, dengan nilai korelasi sebesar 0,207 dan taraf signifikansi 0,000. Analisis data mengindikasikan adanya hubungan positif dengan tingkat signifikansi yang rendah antara kedua variabel tersebut. Artinya, semakin tinggi persepsi

²³ Siti Waqi'atu Toharotusari, ‘Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Flow Akademik Dengan Self Efficacy Sebagai Mediator Pada Siswa Kelas Vii Unggulan Mtsn 2 Kota Kediri’, *Skripsi*, 2023.

keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka semakin tinggi pula tingkat *flow* akademik yang dialami peserta didik, dan sebaliknya. Kontribusi efektif dari persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap *flow* akademik sebesar 4,3%, sedangkan sisanya, yaitu 95,7%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.²⁴

Riset ini mempunyai kesamaan dalam penggunaan variabel terikatnya yaitu *Flow Akademik*, Adapun subjek penelitiannya yaitu siswa SMP kelas 9. Perbedaannya terletak pada variabel bebas yang diteliti yaitu Persepsi Keterlibatan Ayah.

Ketiga belas, skripsi oleh Ar Rizal Fikri Firdaus, dengan judul “Hubungan *Flow Akademik* Dengan *Self-Efficacy* Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Angkatan 2016 UIN Malang Yang Sedang Mengerjakan Skripsi” tahun 2020. Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat *flow* akademik pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori sedang, dengan persentase sebesar 52%. Demikian pula, tingkat *self-efficacy* juga tergolong sedang, dengan persentase mencapai 90%. Berdasarkan hasil uji hipotesis, ditemukan adanya korelasi positif yang tergolong lemah antara *self-efficacy* dan *flow* akademik, dengan nilai korelasi sebesar 0,466 dan signifikansi 0,001 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik.²⁵

Persamaan penelitian ini menggunakan variabel yang sama yaitu *self-efficacy* dengan *flow* akademik. Perbedaannya terletak pada subjek penelitiannya yang di mana penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa.

Keempat belas, penelitian yang ditulis Ratna Dyah Suryatri, Gantina Komalasari dan Gita Irianda Medellu, berjudul “*The Role of Academic Self-Efficacy and Social*

²⁴ Elsa Kemala, Jehan Safitri, and Rika Vira Zwagery, ‘Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dengan *Flow Akademik* Pada Peserta Didik Kelas Ix Smp Negeri 1 Banjarbaru’, *Jurnal Kognisia*, 1.2 (2018), pp. 60–64.

²⁵ Ar Rizal Fikri Firdaus, ‘Hubungan *Flow Akademik* Dengan *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Angkatan 2016 UIN Malang Yang Sedang Mengerjakan Skripsi’, *Skripsi*, 2020.

Support in Achieving Academic Flow in Online Learning” tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri akademik dan dukungan sosial secara positif dan signifikan memengaruhi kelancaran akademik mahasiswa selama pembelajaran daring. Artinya, peningkatan efikasi diri akademik dan dukungan sosial kemungkinan akan menyebabkan peningkatan kelancaran akademik, khususnya selama pandemi.²⁶

Persamaan penelitian ini menggunakan variabel yang sama yaitu *self-efficacy* dengan *flow* akademik. Penelitian ini menggunakan 3 variabel dalam penelitiannya.

Kelima belas, penelitian yang ditulis Anisa Nur Mafiroh dan Ririn Dewanti Dian Samudra Indriani, dengan judul “Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan *Flow Academic* pada Siswa SMPN 1 Balongbendo” tahun 2023. Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-regulated learning* dan *flow* akademik pada siswa SMPN 1 Balongbendo, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,789 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa hipotesis diterima, yang berarti semakin tinggi kemampuan *self-regulated learning* siswa, maka semakin tinggi pula tingkat *flow* akademik yang mereka alami.

Mempunyai kesamaan pada variabel terikat yaitu *Flow Academic*. Adapun perbedaannya terletak pada variabel bebasnya yaitu *Self Regulated Learning*.

Perbandingan penelitian saat ini dengan penelitian sebelumnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1.1 Kajian Pustaka

Nama dan Tahun	Judul Penelitian	Hasil	Persamaan & Perbedaan
Andari	Hubungan Antara	Terdapat hubungan antara	Penelitian ini memiliki

²⁶ Ratna Dyah Suryaratri, Gantina Komalasari, and Gita Irianda Medellu, ‘The Role of Academic Self-Efficacy and Social Support in Achieving Academic Flow in Online Learning’, *International Journal of Technology in Education and Science*, 6.1 (2022), pp. 164–77, doi:10.46328/ijtes.345.

Suryaningsih (2016)	Optimisme dan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Flow</i> Akademik Siswa SMA	optimisme dan <i>self efficacy</i> dengan <i>flow</i> akademik.	kesamaan dengan riset tersebut karena keduanya membahas mengenai <i>self-efficacy</i> dan <i>flow</i> . Sedangkan riset sebelumnya melibatkan dua variabel bebas, yakni <i>self-efficacy</i> dan optimisme, sementara peneliti hanya menerapkan satu variabel bebas.
Annisa Gatari (2020)	Hubungan Stres Akademik dengan <i>Flow</i> Akademik pada Mahasiswa	Stress akademik pada mahasiswa memiliki korelasi negative yang cukup signifikan dengan pengalaman <i>flow</i> akademik, artinya makin tinggi tingkat stres akademik pada mahasiswa maka makin rendah tingkat <i>flow</i> akademik yang dirasakan oleh mahasiswa.	Penelitian ini mempunyai kesamaan karena keduanya membahas tentang <i>flow</i> . Perbedaannya berada pada variabel bebas yang dipakai pada penelitian, yakni stres akademik, namun penelitian ini mungkin menggunakan variabel bebas yang berbeda yakni <i>self efficacy</i> .
Khilmatun Nisa (2023)	Pengaruh <i>Self Efficacy</i> Terhadap Kemampuan Penalaran Matematis Siswa	Hasil studi ini menunjukkan bahwa <i>self-efficacy</i> memiliki pengaruh terkait keahlian berpikir matematis siswa kelas VIII di MTs Negeri 1 Cilacap.	Memiliki kesamaan saat mengkaji <i>self-efficacy</i> yang menjadi variabel bebas (X). Sedangkan perbedaan penelitian ini

	Kelas VIII MTs Negeri 1 Cilacap		meneliti variabel terikat berupa kemampuan penalaran, sedangkan penelitian skripsi yang akan datang akan memfokuskan pada variabel terikat berupa <i>flow</i> pada siswa.
Ratri Nugrahani (2013)	Hubungan <i>Self Efficacy</i> dan Motivasi Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Se-Kecamatan Danureja Yogyakarta	Hasilnya memperlihatkan yakni (1) ada korelasi positif dan signifikan terlihat antara <i>self-efficacy</i> dan kemandirian belajar siswa. (2) Terdapat keterkaitan positif dan signifikan antara motivasi belajar dan kemandirian belajar siswa. (3) Kaitan positif dan signifikan juga ditemukan dalam <i>self-efficacy</i> dan motivasi belajar seiring dengan kemandirian belajar siswa.	Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya karena keduanya meneliti mengenai <i>self-efficacy</i> . Perbedaannya pada penelitian sebelumnya melibatkan dua variabel bebas, sementara penelitian ini menggunakan satu variable independen. Di samping itu, variable terikat yang dipakai dalam kajian sebelumnya adalah kemandirian belajar siswa, sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah <i>flow</i> .
Ayu Marddiyah	Pengaruh <i>Self Efficacy</i> Terhadap	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada	Riset ini memiliki kesamaan dengan

(2022)	Hasil Belajar IPA Peserta Didik Kelas VI MIN 14 Al-Azhar Asy-Syarif Indonesia	hubungan yang positif dan signifikan antara <i>self-efficacy</i> dan hasil belajar IPA peserta didik kelas VI di MIN 14 Al Azhar Asy Syarif Indonesia, dengan tingkat hubungan yang dapat dikategorikan sebagai sedang atau cukup.	penelitian Ayu dalam hal penggunaan <i>self-efficacy</i> sebagai variabel bebas. Perbedaannya terletak pada variabel terikat yang diteliti. Penelitian Ayu meneliti Hasil Belajar IPA menjadi variabel terikat, sementara skripsi ini akan fokus pada variabel terikat berupa <i>flow</i> .
Wahyu Dewi Ningtyas dan Dwi Nastiti (2022)	Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Flow Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 8 Tanggulangin Sidoarjo pada Masa Pandemi Covid-19	Hasil penelitian ini menunjukkan motivasi berprestasi dan dukungan sosial yang tinggi maka semakin tinggi pula flow akademik yang dialami dan dirasakan siswa, dan sebaliknya.	Penelitian ini memiliki kesamaan yang terletak pada variabel dependen yaitu <i>flow</i> akademik. Sedangkan variabel independennya berbeda beda yakni motivasi berprestasi.
Paryontri dkk (2021)	Peranan <i>School Well-Being</i> pada <i>Flow</i> Akademik Siswa Sekolah Menengah	Hasil riset ini yakni terdapat hubungan positif antara <i>school wellbeing</i> dengan <i>flow</i> akademik pada siswa SMP X	Penelitian ini memiliki kesamaan dengan riset tersebut karena keduanya membahas mengenai <i>flow</i> akademik.

	Pertama		Perbedaannya ada di penggunaan variabel bebas. Riset sebelum ini melibatkan variabel bebas, yakni <i>school well-being</i> .
Mochammad Raihan Rabbani dan Hedi Wahyudi (2023)	Pengaruh <i>Academic Self-Efficacy</i> terhadap Stress Akademik Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa <i>Academic Self-Efficacy</i> memiliki pengaruh terhadap Stress akademik dan memiliki besar pengaruh 44,4%.	Penelitian ini mempunyai kesamaan yang itu mengenai <i>Self-Efficacy</i> sebagai variabel bebas. Sedangkan variabel terikat menggunakan Stress akademik.
Karolina Arif (2013)	Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dan <i>Flow</i> Akademik	Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara motivasi berprestasi dan <i>flow</i> akademik ($r = .416, p = .000$). Namun TMT tidak dapat menjadi jembatan untuk menghubungkan motivasi berprestasi dan <i>flow</i> akademik. Hal ini disebabkan karena masih terdapat korelasi yang memadai antara motivasi berprestasi dan <i>flow</i> akademik dengan mengontrol aspek-aspek TMT.	Kesamaan pada penelitian ini adalah terlitak pada variabel <i>flow</i> akademik. Perbedaannya berada pada variabel bebas yang dipakai yakni Motivasi Berprestasi.

Vera Widya (2021)	Hubungan Antara <i>Self-Efficacy</i> Dengan <i>Flow</i> Akademik Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh Yang Mengikuti Perkuliahan Daring Selama Pandemi COVID-19	Berdasarkan analisis uji hipotesis data maka diperoleh hasil koefesien korelasi sebesar 0,891 dengan $p = 0.00$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara self efficacy dengan flow akademik pada mahasiswa UIN Ar-Raniry yang menjalani perkuliahan daring dimasa pandemi. Artinya semakin tinggi self efficacy maka semakin tinggi flow akademik pada mahasiswa UIN Ar-Raniry yang menjalani perkuliahan daring dimasa pandemi. Sebaliknya, semakin rendah self efficacy maka semakin rendah flow akademik pada mahasiswa UIN Ar-Raniry yang menjalani perkuliahan daring dimasa pandemi	Persamaan penelitian ini menggunakan variabel yang sama yaitu <i>self-efficacy</i> dengan <i>flow</i> akademik. Perbedaannya terletak pada subjek penelitiannya yang di mana penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa.
Siti Waqi'atu Toharotusari (2023)	Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap <i>Flow</i> Akademik Dengan <i>Self Efficacy</i> Sebagai Mediator Pada	Hasil penelitian yang dilakukan berdasarkan hasil perhitungan menggunakan uji regresi linier sederhana dan uji mediator, maka dapat disimpulkan bahwa 1) Terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial teman sebaya terhadap flow akademik	Persamaan penelitian ini menggunakan variabel yang sama yaitu <i>self-efficacy</i> dengan <i>flow</i> akademik. Sedangkan penelitian ini menggunakan 3 variabel dalam penelitiannya.

	Siswa Kelas VII Unggulan MTSN 2 Kota Kediri	dengan hasil perhitungan yang menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai thitung $> t_{tabel}$ yaitu $8,794 > 1,990$. 2) Terdapat pengaruh positif self efficacy terhadap flow akademik dengan hasil perhitungan yang menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai thitung $> t_{tabel}$ yaitu $10,883 > 1,990$. 3) Terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial teman sebaya terhadap flow akademik yang di mediator self efficacy pada siswa kelas VII unggulan MTsN 2 Kota Kediri dengan nilai hasil uji sobel didapatkan nilai sobel test sebesar $4.781 > 1.96$.	
Elsa Kemala, Jehan Safitri dan Rika Vira Zwagery (2018)	Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam <i>Flow</i> Akademik Pada Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 1 Banjarbaru	Hasil penelitian menunjukan hubungan antara persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan flow akademik pada peserta didik kelas 9 SMP Negeri 1 Banjarbaru memiliki korelasi $0,207$ dan taraf signifikansi sebesar $0,000$. Hasil analisis data menunjukan ada hubungan positif dan signifikansi yang	Riset ini mempunyai kesamaan dalam penggunaan variabel terikatnya yaitu <i>Flow</i> Akademik, Adapun subjek penelitiannya yaitu siswa SMP kelas 9. Perbedaannya terletak pada variabel bebas yang di teliti yaitu Persepsi Keterlibatan Ayah.

		rendah antara persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan flow akademik. Semakin rendah persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan maka akan semakin rendah flow akademik, sebaliknya semakin tinggi persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan maka akan semakin tinggi flow akademik. Sumbangan efektif persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap flow akademik sebesar 4,3 % dan sebesar 95,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.	
Ar Rizal Fikri Firdaus (2020)	Hubungan <i>Flow</i> Akademik Dengan <i>Self-Efficacy</i> Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Angkatan 2016 UIN Malang Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.	Hasil analisis yang telah dilakukan menunjukan 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%. Tingat self-efficacy juga berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 90%. Hasil	Persamaan penelitian ini menggunakan variabel yang sama yaitu <i>self-efficacy</i> dengan <i>flow</i> akademik. Perbedaannya terletak pada subjek penelitiannya yang di mana penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa.

		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 ($p < 0,05$).	
Ratna Dyah Suryaratri, Gantina Komalasari dan Gita Irianda Medellu (2022)	<i>The Role of Academic Self-Efficacy and Social Support in Achieving Academic Flow in Online Learning</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri akademik dan dukungan sosial secara positif dan signifikan memengaruhi kelancaran akademik mahasiswa selama pembelajaran daring. Artinya, peningkatan efikasi diri akademik dan dukungan sosial kemungkinan akan menyebabkan peningkatan kelancaran akademik, khususnya selama pandemi.	Persamaan penelitian ini menggunakan variabel yang sama yaitu <i>self-efficacy</i> dengan <i>flow</i> akademik. Sedangkan penelitian ini menggunakan 3 variabel dalam penelitiannya.
Anisa Nur Mafiroh dan Ririn Dewanti Dian	Hubungan antara <i>Self Regulated Learning</i> dengan <i>Flow Academic</i> pada Siswa	Hasil analisa data penelitian ini menunjukkan koefisien correlation 0,789 dengan taraf signifikansi 0,000 < 0,05 artinya hipotesis diterima.	Mempunyai kesamaan pada variabel terikat yaitu <i>Flow Academic</i> . Perbedaan terletak pada variabel bebasnya yaitu

Samudra Indriani (2023)	SMPN Balongbendo 1	Sehingga menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara self regulated learning dengan flow akademik siswa SMPN 1 Balongbendo.	<i>Self Regulated Learning.</i>
-------------------------------	--------------------------	---	---------------------------------

Berdasarkan kajian terhadap lima belas penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* memiliki peran penting dalam mendukung berbagai aspek capaian akademik, termasuk pengalaman *flow* akademik. Sebagian besar studi menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik, baik dalam konteks siswa maupun mahasiswa. Penelitian seperti yang dilakukan oleh Andari Suryaningsih (2016), Vera Widya (2021), dan Siti Waqi'atu Toharotusari (2023), turut memperkuat bahwa individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu mengalami *flow* dalam proses pembelajaran. Sementara itu, beberapa penelitian lain juga menunjukkan bahwa *flow* akademik dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor selain *self-efficacy*, seperti stres akademik, motivasi berprestasi, *school well-being*, keterlibatan ayah dalam pengasuhan, *self-regulated learning*, dan dukungan sosial teman sebaya. Penelitian-penelitian ini memperkuat posisi *flow* akademik sebagai variabel penting dalam menunjang keberhasilan belajar siswa maupun mahasiswa. Dalam penelitian ini, fokus diarahkan secara lebih spesifik pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas, yang berada dalam masa transisi penting menjelang kelulusan dan ujian akhir. Masa ini kerap menimbulkan tekanan akademik, sehingga tingkat *self-efficacy* siswa dapat menjadi salah satu faktor penentu sejauh mana mereka mampu menikmati proses belajar secara mendalam melalui pengalaman *flow* akademik. Perbedaan konteks, lokasi, dan jenjang pendidikan dibandingkan dengan penelitian sebelumnya menjadikan studi ini relevan untuk mengisi kekosongan riset, serta memberikan kontribusi empiris terkait hubungan antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa SMP di lingkungan sekolah negeri di wilayah Banyumas.

G. Sistematika Pembahasan

BAB I. Pendahuluan, pada bab ini, akan dibahas mengenai latar belakang, rumusan, manfaat, dan tujuan dari studi ini. Selain itu, akan dijelaskan definisi variabel, kajian pustaka yang relevan, serta struktur kepenulisan keseluruhan.

BAB II. Landasan Teori, pada bab ini, akan dijelaskan teori-teori yang berkaitan dengan *self efficacy* dan *flow* akademik, serta rumusan hipotesis penelitian.

BAB III. Metode Penelitian, pada bab ini, akan diuraikan pendekatan dan jenis penelitian yang digunakan, populasi dan sampel yang diambil, metode pengumpulan data, dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini.

BAB IV. Penyajian dan Analisis Data, pada bab ini, akan disajikan gambaran umum terkait hubungan antara *self efficacy* dan *flow* akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran, Kabupaten Banyumas. Data akan dianalisis untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam.

BAB V. Penutup, pada bab ini, akan dijelaskan kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian serta saran-saran untuk pengembangan penelitian selanjutnya.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. *Flow* Akademik

a. Pengertian *Flow* Akademik

Secara umum, istilah "*flow*" diartikan sebagai aliran atau pergerakan yang terus-menerus. Disamping definisi umum tersebut, dalam terminologi, *flow* bermakna "*continuous movement*" atau "*to move freely and continuously*" (Oxford English Dictionary, 2017). Tetapi, pada konteks ini, *flow* tidak hanya sekadar aliran atau pergerakan yang berlanjut. Faktor yang terlibat atau mendukung munculnya *flow* adalah tingkat konsentrasi yang tinggi.²⁷ *Flow*, seperti yang didefinisikan oleh Csikszentmihalyi (2014), adalah keadaan di mana seorang terlibat sepenuhnya pada sebuah kegiatan sampai melupakan waktu, kelelahan, serta hal lain, namun tertuju pada kegiatan saat ini dijalankan.²⁸ Bakker (2005) menjelaskan, *flow* merupakan suatu kondisi menyadari di mana individu sepenuhnya terkonsentrasi dalam suatu kegiatan dan sangat menikmatinya. Ketika berada dalam keadaan *flow*, seseorang fokus sepenuhnya pada hal-hal yang sedang dikerjakannya. Mengalami pengalaman *flow* membantu individu untuk tetap fokus dan merasa nyaman saat menjalani kegiatan-kegiatan tersebut.²⁹

Flow akademik merujuk pada keadaan di mana individu sedang belajar atau terlibat dalam aktivitas yang terkait dengan akademik, di mana mereka merasa nyaman tanpa beban apapun. Pada saat ini, mereka mampu terfokus sepenuhnya dan punya dorongan atau motivasi yang tinggi yang berasal dari diri itu sendiri. (E. M. R. Putri, 2016). Menurut Markamad & Khuzaemah (2019), *flow* akademik merujuk pada kondisi psikologis

²⁷ Nabila Qurrotu Aini and Irfan Fahriza, 'Flow Akademik Pada Pendidikan', 13.3 (2020), pp. 369–76, doi:10.33541/jdp.v12i3.1295.

²⁸ Lesmana.

²⁹ Nursyamsi, Rahmi, and Amenike.

seorang yang terlibat saat belajar yang memperlihatkan indikasi seperti merasakan kegembiraan, terfokus penuh dalam segala aktivitas, dan memiliki kemampuan untuk fokus hingga dapat menumbuhkan pengendalian diri.³⁰

Berdasarkan definisi di atas, kesimpulannya *flow* akademik adalah satu kondisi di mana individu sepenuhnya terkonsentrasi pada aktivitas akademik yang sedang dijalankan, terbawa oleh aktivitas tersebut, dan menikmati setiap aspek dari aktivitas belajar yang dijalankan. Penjelasan mengenai *flow* akademik pada penelitian yang dilakukan ini mengacu kepada konsep Bakker (2005). Penentuan konsep Bakker untuk referensi pada penelitian yang dilakukan karena konsep tersebut bisa memberikan penjelasan yang komprehensif dan sesuai dengan variabel yang akan diteliti, selain itu, teori ini mudah dipahami.

b. Manfaat *Flow*

Manfaat dari pengalaman *flow*, umumnya pada konteks belajar, dapat dirangkum berikut ini:³¹

1) Memicu Kreativitas

Ketika seseorang mengalami keadaan *flow*, mereka memiliki kemampuan untuk menghasilkan ide dengan lancar, menemukan alternatif ketika menghadapi kebuntuan, serta menciptakan produk yang orisinal (belum pernah ada sebelumnya) dan produk yang sangat rinci dan menakjubkan. Amabile (dalam Kotler, 2014), seorang pakar yang meneliti ide kreatif mengungkapkan yakni pengalaman *flow* memiliki potensi untuk membangkitkan kreativitas, baik dalam sejenak

³⁰ Rizka Jannatul Masviah and Lely Ika Mariyati, 'Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Religiusitas Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo', *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper Mahasiswa "Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental Dalam Penyelesaian Pandemi Covid 19: Tinjauan Multidisipliner"* Fakultas, April, 2021, pp. 160–72.

³¹ Aini and Fahriza.

atau berkelanjutan. Melalui keadaan *flow*, manusia dilatih supaya mengembangkan kemampuan inovatif mereka secara signifikan.

2) Meningkatkan Kebahagiaan

Mengalami kondisi *flow* dapat menjadi salah satu faktor yang membantu individu mencapai kebahagiaan. Bukti tentang hubungan positif antara kondisi *flow* dan kebahagiaan dapat ditemukan dalam studi yang dilakukan oleh Csikszentmihalyi & Wong (2014). Hasil studi tersebut menunjukkan responden menyadari kepuasan maksimal mereka berada saat keadaan *flow*.

3) Mencapai Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri, yang berupa prioritas utama dalam Hierarki Kebutuhan Maslow, memiliki keterkaitan dengan konsep *optimal experience* atau pengalaman puncak dalam gagasan tersebut. Dalam konteks ini, kondisi *flow*, di mana seseorang menikmati sepenuhnya kegiatan, dianggap bisa membantu individu mencapai tahap aktualisasi diri.

4) Meningkatkan *Student Engagement*

Keterlibatan siswa melibatkan minat belajar, mematuhi nilai dan norma lembaga pendidikan, serta aktif terlibat dalam belajar mengajar. *Flow*, dalam konteks ini, membawa manfaat dalam meningkatkan tingkat keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Ketika aktivitas pembelajaran dirancang untuk menciptakan pengalaman *flow*, hal tersebut bisa memperkuat keterlibatan siswa di kelas atau kegiatan pembelajaran lainnya. Frekuensi pengajaran yang memunculkan kondisi *flow* dapat berkontribusi pada peningkatan partisipasi siswa dan memberikan dampak positif pada pencapaian akademis mereka. (Gunuc, 2014).

5) Meningkatkan Prestasi Belajar

Pencapaian hasil belajar siswa memang dapat beragam, hal ini terkait dengan tingkat tekad dan usaha yang diberikan ketika mencapai prestasi tersebut. Pelajar yang memiliki kemampuan tinggi dan gemilang cenderung lebih mungkin merasa keadaan *flow* dalam kegiatan belajar. Hal itu mungkin dipicu oleh tingkat tantangan yang sesuai dengan kemampuan mereka, menciptakan pengalaman pembelajaran yang lebih mendalam dan memuaskan. Dengan kata lain, peserta didik yang memiliki kemampuan tinggi dan berprestasi tinggi dapat lebih rentan terhadap pengalaman *flow* karena kesejajaran antara tingkat keterampilan dan kompleksitas tugas yang dihadapi

Kesimpulannya, pengalaman *flow* dalam konteks pembelajaran memberikan berbagai manfaat yang signifikan. Pertama, *flow* dapat **memicu kreativitas** dengan memfasilitasi aliran ide yang lancar dan inovatif. Kedua, *flow* terbukti **meningkatkan kebahagiaan**, karena individu merasa lebih puas saat mengalami kondisi ini. Ketiga, *flow* membantu seseorang **mencapai aktualisasi diri**, yaitu tahap tertinggi dalam Hierarki Kebutuhan Maslow. Keempat, dalam konteks pendidikan, *flow* berperan dalam **meningkatkan keterlibatan siswa** (student engagement), membuat siswa menjadi lebih bersemangat dan berkontribusi pada pembelajaran. Terakhir, *flow* juga dapat **meningkatkan prestasi belajar**, terutama bagi siswa dengan kemampuan tinggi, karena tantangan dalam pembelajaran selaras dengan keterampilan mereka.

c. Aspek-Aspek *Flow* Akademik

Menurut Csikszentmihalyi pada tahun 2008 dan 1996, terdapat sembilan aspek penting yang mencirikan pengalaman *flow* dalam konteks akademik.³²

³² Aini and Fahriza.

1) *Challenge-Skill Balance*

Keberadaan *flow* bisa timbul ketika terdapat kesetaraan tingkat rintangan dan kemampuan seseorang. Keselarasan ini menghasilkan pencapaian tugas yang memicu motivasi, mengulang aktivitas di level kesulitan yang lebih tinggi atau menerapkan kemampuan yang telah didapat sebelumnya untuk menangani tugas yang lebih kompleks.

2) *Action Awareness Merging*

Dalam mencapai kondisi *flow*, penting untuk terjadi penggabungan kesadaran tindakan, yaitu saat keahlian personal yang tepat dibutuhkan untuk menghadapi hambatan dalam suatu keadaan. Konsep ini melibatkan penyerapan penuh dan keterlibatan total individu dalam aktivitas, sehingga perhatian mereka sepenuhnya terfokus pada tugas tersebut. Vorwerk (2009) menyatakan bahwa fenomena ini, yang disebut sebagai *action-awareness merging*, terwujud ketika individu merasakan penyatuan diri sepenuhnya dengan aktivitas yang sedang dilakukan.

3) *Clear Goals*

Penetapan tujuan menjadi panduan yang memandu individu dalam melaksanakan kegiatan dengan harapan memperoleh hasil sesuai dengan yang diinginkan. Dalam keadaan *flow*, Individu mengetahui dengan baik mengenai apa yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu aktivitas dan memiliki kejelasan mengenai langkah-langkah berikutnya. Kesadaran terhadap tujuan ini menjadi kunci, dan saat seseorang berhasil meraih target yang sudah ditetapkan, mereka akan memperoleh kebahagiaan yang sangat besar. Jika target belum sesuai dengan tujuan yang ditentukan, mereka cenderung terus melanjutkan aktivitas tersebut hingga tujuan tersebut tercapai. Oleh karena itu, penetapan tujuan memiliki peran penting sebagai pemicu motivasi individu untuk menjalankan aktivitas sesuai dengan keinginannya.

4) *Unambiguous Feedbacks*

Sesudah mencapai target, proses umpan balik dilakukan guna mengevaluasi keberhasilan target serta aktivitas yang sudah dilaksanakan oleh individu. Langkah ini diikuti dengan pembuatan catatan terkait keberhasilan atau kegagalan kegiatan yang telah dijalankan. Umpan balik yang tepat waktu dan jelas memiliki peran penting dalam mendorong individu meraih target dengan efektif.

5) *Concentration on Task at Hand*

Aspek *flow* ini adalah hasil yang signifikan dari kenyataan aktivitas yang menghibur memerlukan perhatian total pada kegiatan, tanpa memberikan peluang bagi pikiran untuk menerima isu-isu yang tidak terkait (*concentration on task at hand*).

6) *Sense of Control*

Peristiwa *flow* mengikutsertakan pengelolaan perasaan lebih lanjut, ketiadaan kekhawatiran akan hilang kendali, terutama dalam berbagai situasi kehidupan. Yang dinikmati oleh individu bukan hanya perasaan yang terkendali, melainkan rasa mampu mengontrol keadaan yang menantang. Individu berusaha secara kuat untuk mengelola beberapa aspek saat hambatan, menunjukkan tekad dan upaya yang tinggi dalam berbagai keadaan.

7) *Loss Self-consciousness = Transcendence*

Individu tidak terlalu memikirkan apa yang dipikirkan oleh orang lain mengenai dirinya, dan merasa diabaikan oleh diri sendiri. Selain itu, individu tidak lagi terfokus pada evaluasi kinerja pribadi karena benar-benar tenggelam dalam aktivitas yang sedang dijalani. Ketika seseorang mencapai keadaan tanpa kesadaran diri, itu berarti mereka telah melepaskan kendali atas energi psikis mereka, di mana seseorang tidak terhubung dengan tubuh atau pikiran. Kehilangan kesadaran diri ini tidak mengacu pada kehilangan identitas, melainkan pada ketidakpahaman akan keadaan diri.

8) *Transformation of Time*

Salah satu gambaran yang umum pada keadaan efisien yaitu waktu tidak lagi terasa berlalu seperti lazimnya. Konsep durasi, yang biasanya dinilai oleh siklus waktu secara teratur, menjadi tidak terkait dalam konteks ini. Seringkali, waktu terasa berlalu dengan cepat, diukur oleh ritme aktivitas yang tengah berlangsung.

9) *Authotelic Experience*

Kata "*autotelic*" merupakan gabungan dua kata Yunani, di mana "*auto*" berarti diri, dan "*telos*" memiliki arti tujuan. *Autotelic* mengacu kepada kegiatan yang berjalan secara mandiri, tanpa berharap untuk mendapatkan keuntungan mendatang, melainkan semata-mata melaksanakan aktivitas merupakan penghargaan atau kepuasan dalam dirinya sendiri.

Meskipun sebelumnya telah disebutkan sembilan aspek *flow*, sebagian peneliti telah menganalisis lebih mendalam dan menjumpai bahwa *flow* dapat disederhanakan menjadi dua aspek, yaitu.³³

1) *Absorption by activity*

Absorption by activity adalah keadaan di mana seseorang bisa sepenuhnya berfokus pada kegiatan yang sedang dilakukan. Fokus sepenuhnya ini membuat seseorang acuh tak acuh akan hal-hal selain kegiatan yang tengah dijalankan. *Absorption by activity* mengikutsertakan antara tingkat rintangan dan keahlian diri, supaya individu dapat terpusat pada kegiatan tersebut tanpa merasa lelah, merasakan kepuasan atau kenikmatan dalam melakukan aktivitas, dan kadang-kadang kehilangan pengertian terhadap waktu yang terpakai dalam kegiatan tersebut.

³³ Aini and Fahriza.

2) *Fluency of performance*

Fluency of performance adalah keadaan di mana seseorang dapat melakukan aktivitas dan menyelesaikan pekerjaan dengan lancar. *Fluency of performance* dilihat dari kemampuan berpikir yang lancar, tanpa kendala dalam fokus, memiliki kejelasan pikiran, mengambil sikap sesuai keinginan, memahami tindakan yang sebaiknya diambil untuk menjalankan pekerjaan, dan mampu mengarahkan jalannya tugas dengan baik.

Bakker (2005), menyebutkan tiga aspek utama flow akademik, meliputi ³⁴:

1) *Absorption*

Absorption menyangkut proses berpikir di mana seseorang mengalami konsentrasi total dan merasa terpenuhi selama kegiatan yang sedang dijalankan. Aspek *absorption* mencakup beberapa elemen yang mirip dengan konsep Csikszentmihalyi, termasuk *action awareness merging*, *concentration on task at hand*, *loss self-consciousness (transcendence)*, dan *transformation of time*.

2) *Enjoyment*

Enjoyment merujuk pada kepuasan diri ketika mereka melakukan suatu pekerjaan. Pengalaman ini menginspirasi seseorang memberikan penilaian positif terhadap aktivitas tersebut.

3) *Intrinsic Motivation*

Motivasi intrinsik adalah dorongan atau keinginan untuk melakukan suatu aktivitas dengan motivasi yang berasal dari kepuasan pribadi dan kesenangan dalam menjalankan aktivitas tersebut, tanpa adanya

³⁴ Nabila Qurrotu Aini and Ipah Saripah, 'Aspek-Aspek Flow Akademik', *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3.2 (2019), pp. 43–51 <http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling>.

tekanan dari faktor eksternal atau harapan akan imbalan tertentu. Motivasi intrinsik disebut sebagai hubungan seseorang dengan suatu pekerjaan yang secara alamiah menjadi daya Tarik orang tersebut.

Berdasarkan aspek-aspek *flow* akademik yang telah dijelaskan oleh di atas, peneliti memilih untuk menggunakan kerangka kerja yang diajukan oleh Bakker (2005) berperan menjadi indikator dalam penelitian ini. Pemilihan ini dilakukan karena aspek-aspek yang diberikan oleh Bakker (2005) dianggap bisa memberikan gambaran yang komprehensif terkait pengalaman *flow* akademik. Selain itu, kerangka kerja yang diajukan oleh Bakker (2005) dianggap jelas serta tepat dengan variabel-variabel *flow* akademik yang menjadi fokus riset ini.

d. Faktor-Faktor *Flow* Akademik

Csikszentmihalyi menyatakan bahwa ada dua faktor yang memiliki dampak pada pengalaman *flow* akademik, yaitu³⁵:

1) Faktor Individu

Faktor dari individu (person factor), mencakup kapasitas atau keahlian yang dikuasai oleh seseorang dalam menjalankan pekerjaannya.

2) Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan (environmental factor) berkenaan dengan tingkat kesulitan tantangan yang dihadapi oleh seseorang.

2. *Self Efficacy*

a. Pengertian *Self Efficacy*

Self-efficacy yaitu pemahaman individu tentang kemampuan dirinya agar berperforma dengan baik dalam suatu konteks atau situasi khusus.³⁶

Self-efficacy terkait erat dengan kepercayaan diri dalam kemahiran untuk melaksanakan langkah

³⁵ Eni Purwati and Mashubatul Akmaliah, 'Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Akademik Pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo', *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3.2 (2016), pp. 249–60, doi:10.15575/psy.v3i2.1113.

³⁶ Purwati and Akmaliah.

yang diinginkan. Ini mencakup penilaian individu terhadap kemampuannya untuk bertindak dengan positif atau negatif, tepat atau keliru, serta sejauh mana mereka mampu menjalankan fenomena selaras dengan kriteria.³⁷

Bandura (1997) mengartikan *self-efficacy* sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya yang dapat memengaruhi perilakunya dalam menghadapi situasi dan kondisi tertentu. Schultz, seperti yang dikutip oleh Lianto (2019), melihat *self-efficacy* sebagai perasaan individu terkait dengan ketersediaan, efektivitas dan potensi untuk menyelesaikan kendala dalam hidup. *Self-efficacy* berkaitan dengan kepercayaan pribadi terhadap kompetensi untuk berhasil menuntaskan pekerjaannya (Ivancevich, Konopaske, dan Matteson, 2007; McShane dan Von Glinow, 2005). Dalam konteks umum, *self-efficacy* dapat diartikan menjadi keyakinan pada potensi diri. Seseorang yang memiliki tingkat keyakinan yang besar terhadap potensinya cenderung yakin dan berkomitmen untuk terlibat secara aktif dalam organisasi dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat keyakinan diri yang kecil.³⁸ Lebih lanjut, seseorang yang mempunyai tingkat *self-efficacy* tinggi mungkin bersedia tidak memperdulikan tanggapan negatif.

Kesimpulannya, *self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berperforma baik dalam situasi tertentu. Ini mencakup kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan dan menilai kemampuan untuk bertindak positif atau negatif sesuai dengan kriteria yang diinginkan. Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* memengaruhi perilaku individu dalam menghadapi situasi tertentu, sementara Schultz dan para ahli lainnya mengaitkannya dengan kemampuan untuk menyelesaikan kendala hidup. Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi lebih yakin

³⁷ Purwati and Akmaliyah.

³⁸ Lianto.

terhadap kompetensi dirinya, lebih berkomitmen, dan cenderung tidak terpengaruh oleh tanggapan negatif

b. Dampak *Self Efficacy*

Akibat dari tingginya atau rendahnya tingkat *self-efficacy* individu disajikan pada Tabel 1 di bawah ini.³⁹

Tabel 2.1 Dampak Perilaku *Self-Efficacy*

<i>Slef-Efficacy Tinggi</i>	<i>Self-Efficacy Rendah</i>
Melihat tantangan sebagai tugas yang perlu diatasi.	Mengelak dari tugas yang menyulitkan.
Turut serta secara mendalam pada tugas dan tanggung jawab.	Terasa bahwa kondisi dan tugas yang sulit berada di luar kemampuannya.
Mengembangkan dedikasi yang tinggi terhadap tugas.	Memusatkan perhatian pada ketidakberhasilan yang kurang positif.
Bergerak cepat melewati masa-masa sulit dan kekecewaan.	Kepercayaan diri cepat hilang ketika menghadapi kegagalan.

c. Dimensi-Dimensi *Self Efficacy*

Menurut Bandura (1997:42), *self-efficacy* memiliki beberapa dimensi, yaitu:⁴⁰

1) *Level*

Level merujuk pada sejauh mana seorang individu dapat menentukan tingkat kesulitan tugas yang dapat diatasi. Penilaian dari dimensi ini dapat dilihat melalui kemampuan seseorang dalam menetapkan target yang menantang, yang mencakup kemampuan untuk menyelesaikan tugas atau tuntutan dengan baik, bahkan jika tugas atau tuntutan tersebut dianggap sulit.

³⁹ Lianto.

⁴⁰ Fina Sopiyaniti, 'Pengaruh Self Efficacy Terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa', *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4.1 (2018), pp. 289–304, doi:10.15575/psy.v4i1.2197.

2) *Strength*

Strength mengacu pada seberapa kuatnya keberanian dan keyakinan individu terhadap *level* yang dimiliki, dapat dilihat dari konsistensi individu dalam menyelesaikan tugas. Aspek ini tercermin dalam peningkatan upaya saat menghadapi ketidakberhasilan, kepercayaan diri pada menyelesaikan pekerjaan secara efisien, keteguhan saat menghadapi tantangan berat dan tekad seseorang terhadap meraih tujuan.

3) *Generality*

Generality merujuk pada seberapa jauh individu mampu menggeneralisasikan pekerjaan dan pengalaman sebelumnya untuk menolong mengatasi kewajiban atau pekerjaan yang sedang berlangsung. Ini mencakup kemampuan individu untuk menyikapi situasi yang berbeda dengan baik dan menggunakan pengalaman sebagai jalan menuju keberhasilan.

Kesimpulannya, dari ketiga dimensi ini berkontribusi terhadap seberapa baik seseorang dapat mengatasi tantangan dan mencapai tujuan mereka.

d. Sumber-Sumber *Self Efficacy*

Dalam analisis teori pembelajaran sosial, peningkatan atau pengembangan *self-efficacy* bisa dipicu dengan empat hal kunci, yaitu⁴¹:

1) Pengalaman pemenuhan kinerja (*mastery experiences*)

Pengalaman keberhasilan dalam lingkungan organisasi dianggap sebagai pemicu yang paling signifikan dalam pembentukan *self-efficacy* sebab berlandaskan pengalaman diri. Keberhasilan kecil dalam tugas pekerjaan sebelumnya dapat meningkatkan rasa percaya diri karyawan dan mendorong mereka untuk mencoba meraih kesuksesan lainnya. Pengalaman ini membuat individu yakin bahwa mereka

⁴¹ Lianto.

memiliki kemampuan untuk mencapai kesuksesan di masa depan. Sebaliknya, pengalaman kegagalan dalam lingkungan organisasi dapat merugikan rasa percaya diri. Namun, jika individu mampu mengatasi kegagalan dengan keyakinan, maka rasa percaya diri dapat pulih. Tingkat kesulitan dalam melaksanakan pekerjaan dianggap menjadi hambatan yang bisa diatasi. Kesuksesan membangun kepercayaan diri. Di sisi lain, keterpurukan cenderung mengurangi keyakinan, khususnya bila keterpurukan itu timbul sebelum *self-efficacy* menguat.

2) Pengalaman keberhasilan orang lain (*sosial modeling*)

Seseorang cenderung menyamakan diri dengan mereka yang dianggap serupa. Apabila orang yang sebanding mampu tanpa kesulitan menyelesaikan pekerjaannya, jadi orang itu menjadi percaya diri. Keyakinan diri timbul atau berkembang ketika memandang keberhasilan individu lain. Sebaliknya, jika individu melihat orang lain yang dianggap setara mengalami kegagalan, *self-efficacy* dapat menurun. Keyakinan diri seseorang dapat berkembang atau menurun berdasarkan pengalaman keberhasilan atau kegagalan orang lain yang dianggap memiliki kemampuan serupa.

3) Persuasi verbal (*social persuasion*)

Self-efficacy individu bisa timbul atau meningkat ketika seseorang berpengaruh meyakinkan bahwa individu tersebut mampu menyelesaikan tugas organisasinya. Jika seorang atasan mempercayai karyawan bahwa mereka mampu, maka kepercayaan diri pegawai bisa berkembang, terutama jika atasan tersebut punya reputasi bagus di mata pegawai. Pengaruh ucapan dari direktur yang sudah membuktikan kredibilitasnya tidak sama dengan pengaruh yang dilakukan oleh pimpinan baru. Pernyataan mendukung, seperti "Saya percaya sepenuhnya, kalian bisa mengatasi ini," biasanya dapat meningkatkan semangat dan usaha yang diberikan oleh pegawai. Di sisi lain, pernyataan kurang baik, contohnya: "Ini pekerjaan sulit, semoga kalian

bisa melawatinya," dapat membuat keraguan terhadap potensi pekerja. Beberapa karyawan mungkin menganggap apabila mereka gagal, itu tidak perlu khawatir sebab diakui oleh atasan kesulitan pekerjaan tersebut.

4) Umpan balik psikologis (*psychological response*)

Umpan balik psikologis, yang muncul dalam bentuk emosi sebagai respons terhadap berbagai peristiwa, dapat memengaruhi keyakinan *self-efficacy* seseorang. Individu merasakan perasaan emosional secara fisik dan pikiran terhadap emosi ini bakal berdampak untuk tingkat kepercayaan *self-efficacy* mereka. Contoh respon psikologis yang dapat memicu perasaan emosional meliputi pengalaman di hadapan audiens, melakukan presentasi kepada tokoh-tokoh berpengaruh, menjalani interviu pekerjaan, dan melaksanakan tes. Kegiatan-kegiatan tersebut bisa memicu berbagai emosi seperti gelisah, rasa takut, keringat dingin, tegang, tergesa-gesa dan sebagainya.

Meskipun sumber terakhir, yaitu pengalaman mengatasi sensasi emosional, mungkin merupakan pemicu yang lebih kecil, namun individu yang dapat menangani beragam pemicu reaksi emosional umumnya melibatkan tingkat *self-efficacy* yang tinggi. Hasil pengamatan menunjukkan sumber utama, yaitu pengalaman pemenuhan kinerja, cenderung membuat tingkat *self-efficacy* lebih luas, kokoh, dan umum.

3. Karakteristik Siswa SMP

Di negara ini, usia normal siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah 13 tahun, meskipun di beberapa sekolah ada yang mulai pada usia 12 tahun. Selama tiga tahun berikutnya, mereka akan menjalani masa pendidikan di tingkat Sekolah Menengah Pertama. Kelompok usia ini termasuk dalam kategori remaja awal. Sebenarnya, perubahan menuju tahap awal remaja telah dimulai terlihat sejak usia sepuluh tahun, yakni saat anak-anak masih berada di

tingkat SD. Walaupun begitu, perubahan tersebut biasanya tidak begitu mencolok.

Anak-anak pada usia ini akan mengalami banyak perubahan, yang sering kali dapat mengejutkan orang tua, terutama jika mereka kurang memiliki persiapan dan pemahaman. Mengasuh anak yang baru memasuki masa remaja memerlukan pendekatan yang berbeda dan pengetahuan yang memadai. Dengan mengenali karakter remaja, diharapkan orang tua dapat lebih siap menghadapi perubahan tersebut tanpa menetapkan harapan yang terlalu tinggi atau terlalu rendah. Berikut karakteristik siswa menengah pertama (SMP)⁴² :

a) Fisik

Perubahan fisik merupakan bagian aspek paling utama yang terlihat pada masa remaja. Tanda-tanda fisik khas remaja sering kali mulai muncul pada tahun terakhir anak berada di Sekolah Dasar dan terus mengalami perkembangan seiring berjalannya waktu. Anak perempuan umumnya memasuki masa pubertas 2-3 tahun lebih awal dibandingkan anak laki-laki. Transformasi ini meliputi bertumbuhnya rambut pada daerah tertentu, perkembangan payudara pada perempuan, perubahan di organ reproduksi laki-laki, serta perubahan suara pada anak laki-laki. Beberapa anak perempuan bahkan sudah mengalami menstruasi pertama sebelum memasuki jenjang SMP.

b) Emosi

Perubahan emosi juga menyertai perkembangan siswa SMP. Berikut adalah perubahan-perubahannya :

1) Lebih Senang Sendiri

Pada tahap ini, anak mulai mengembangkan rasa "kemandiriannya" dan cenderung menuntut orang tua untuk menghormati privasinya. Mereka sering kali enggan jika terlalu banyak

⁴² Prestasi Global, 'Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)', 2021 <https://www.prestasiglobal.id/karakteristik-siswa-sekolah-menengah-pertama/?utm_source=chatgpt.com>.

diatur oleh orang tua, karena merasa memiliki keinginan dan pendapat sendiri yang ingin dihargai.

2) Mood yang Berubah-Ubah

Pelajar SMP cenderung lebih sensitif, gampang terprovokasi, dan sering mengalami perubahan suasana hati. Pergantian mood ini sebagian besar disebabkan oleh masa pubertas yang sedang mereka alami. Fluktuasi hormon memiliki peran besar dalam memengaruhi perubahan mood tersebut.

3) Memperhatikan Penampilan

Perhatian akan penampilan mulai bertambah bersamaan dengan perkembangan sistem reproduksi individu tersebut. Selain itu, mereka biasanya lebih fokus pada diri pribadi. Perkara kecil yang tampak remeh sering kali dianggap sebagai masalah besar, sebab remaja seringkali melebih-lebihkan sebuah situasi.

c) Perkembangan Kognitif

Perubahan kognitif pada usia remaja juga mencerminkan karakteristik mereka. Perubahan yang terjadi pada area kognitifnya adalah sebagai berikut :

1) Memahami Hal-Hal Abstrak

Keterampilan berpikir siswa SMP mulai berkembang sehingga mereka dapat memahami konsep-konsep abstrak. Namun, meskipun kemampuan ini sudah muncul, pola pikir mereka masih cenderung sederhana dan bersifat hitam-putih. Mereka cenderung melihat sesuatu sebagai benar atau salah tanpa mempertimbangkan kemungkinan adanya nuansa di antaranya.

2) Anak Ingin Lingkungan Menerimanya

Seiring dengan pergantian emosionalnya, anak remaja mulai konsentrasi pada upaya agar dapat diterima di lingkungan sekitar, terutama oleh kawan-kawan sebaya. Mereka mau diakui dari segi fisik, sehingga mulai lebih mengutamakan penampilan. Selain itu, mereka

pun memiliki keinginan untuk diterima serta dihargai sebagai individu yang istimewa.

3) Rasa Ingin Tahu yang Tinggi

Keingintahuan siswa SMP semakin bertambah. Mereka mulai mencari-cari informasi tentang hal-hal yang menurut mereka bermanfaat. Selain itu, sebagai remaja, mereka juga berharap dianggap mampu untuk mengatasi berbagai permasalahan krusial dalam hidup mereka.

4) Berpikir Kritis

Perkembangan berpikir pada anak memungkinkan mereka agar dapat berpikir dengan lebih kritis terhadap hal-hal yang menggugah minat mereka. Sebagai seorang orang tua, hendaknya dapat mendukung proses ini dengan mengajak anak berdiskusi tentang berbagai topik. Meskipun anak sedang mengasah kemampuan berpikir kritis, penting untuk membantu mereka belajar memahami perspektif orang lain. Dorong kepada anak untuk mengatasi beragam persoalan, sehingga kemampuan berpikir kritisnya makin berkembang dan dapat digunakan dalam hal yang bermanfaat.

d) Perkembangan Sosial

Secara sosial, pengaruh teman-teman sebaya terhadap anak sangat kuat. Beberapa ciri khasnya antara lain :

1) Manjadi Bagian dari Sebuah Grup

Remaja usia Sekolah Menengah Pertama cenderung memiliki keinginan kuat untuk menjadi bagian dari suatu kelompok, sehingga tidak jarang mereka membentuk "geng" dengan rekan dan sahabatnya di lingkungan sekolah. Tergabung sebagai bagian dari kelompok pertemanan memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan identitas mereka. Sebagai orang tua, penting untuk memastikan bahwa kelompok pertemanan yang mereka pilih adalah kelompok yang positif. Latih anak agar mampu mempertahankan keyakinan diri yang kuat, meskipun

mereka mungkin terjebak dalam kelompok yang kurang baik, mereka akan mampu mundur secara otomatis.

2) Konformitas

Konformitas merupakan tahapan di mana individu menyesuaikan tingkah laku mereka agar sesuai dengan kelompok atau Masyarakat di sekitarnya. Tidak jarang, generasi muda merasa perlu untuk "meniru" seseorang yang dianggap keren demi diterima dalam kelompok teman sebaya. Konformitas menjadi hal yang penting bagi pelajar SMP. Pada situasi tertentu, anak yang enggan mengikuti konformitas bisa dipandang aneh dan pada akhirnya terisolasi dari teman-temannya. Masa remaja memang sering kali terasa keras, di mana penerimaan sosial sangat mempengaruhi hubungan antar individu.

3) Membutuhkan Banyak Aktivitas Bergerak

Biarkan anak remaja Anda terlibat dalam berbagai kegiatan di sekolah, karena mereka membutuhkan banyak aktivitas fisik dan kesempatan untuk bergerak. Ini juga merupakan peluang bagi mereka untuk bertemu dengan banyak orang dan mendengarkan berbagai pendapat, yang dapat membantu mereka dalam proses perkembangan sosial dan emosional.

B. Kerangka Berpikir

Bakker (2005) mendefinisikan *flow* sebagai kondisi kesadaran di mana individu sepenuhnya terkonsentrasi dalam suatu kegiatan dan mengalami kepuasan yang besar. Dalam keadaan *flow*, seseorang benar-benar terfokus pada tugas yang sedang dijalani. Pengalaman *flow* membantu individu untuk menjaga fokus dan merasakan kenyamanan saat terlibat dalam kegiatan tersebut.⁴³

Penelitian mengenai *flow* makin meluas sampai mencakup bidang akademis. Penelitian mengenai *flow* akademik menjadi lebih disukai dalam kegiatan pembelajaran sangat memerlukan keadaan *flow* untuk pelajar dapat dengan baik menyerap materi yang disampaikan oleh guru. Berdasarkan penelitian yang

⁴³ Nursyamsi, Rahmi, and Amenike.

dilaporkan oleh Purwati & Akmaliah (2016), setiap peserta didik memiliki kemampuan dan keahlian dalam memenuhi kewajiban tugas kelas. Mereka juga mempunyai target akademis yang pasti, yang bisa membantu mengembangkan keterampilan individu sehingga mereka dapat mengatasi setiap kendala yang dihadapi dalam proses pembelajaran.⁴⁴

Menurut Andari Suryaningsih (2016), terdapat hubungan antara *self-efficacy* dan *flow* akademik, Dimana kian meningkat tingkat *self-efficacy*, sehingga tingkat *flow* akademik juga cenderung semakin tinggi. Bandura menyatakan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya yang akan memengaruhi perilaku individu dalam menghadapi situasi dan kondisi tertentu.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mesurado, Richaud, & Mateo, ditemukan *self-efficacy* merupakan suatu aspek yang bisa membikin pengalaman *flow*.⁴⁵

Setiap murid memiliki potensi untuk mencapai keadaan *flow* akademik, namun tingkat pencapaian tersebut bervariasi antara satu individu dan individu lainnya, termasuk tingkat pencapaian yang tinggi atau rendah dalam keadaan *flow* akademik. Oleh karena itu, nampaknya *self-efficacy* seharusnya ada disemua murid untuk pengendali keadaan *flow* akademik. Keadaan ini penting mengingat adanya hubungan yang saling berkaitan di antara *self-efficacy* dan keadaan *flow* akademik.⁴⁶

Dari penjelasan tersebut, bisa diketahui bahwa ada hubungan positif antara tingkat *self-efficacy* pada siswa terhadap kemampuan untuk mencapai keadaan *flow* akademik. Artinya, seiring meningkatnya *self-efficacy* siswa, meningkat juga kemungkinan mengalami keadaan *flow* akademik. Namun, jika tingkat *self-efficacy* rendah, maka kemungkinan untuk mencapai keadaan *flow* akademik juga rendah.

⁴⁴ Laelatul Istivaiyah, 'Hubungan Antara Self Efficacy Akademik Dengan Flow Akademik Pada Siswa SMA Negeri 1 Rumbio Jaya', *Skripsi*, 2020, pp. 1–115 <<https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/938/726>>.

⁴⁵ Lesmana.

⁴⁶ Istivaiyah.

C. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu bentuk dugaan awal mengenai jawaban terhadap perumusan masalah penelitian yang telah dirumuskan.⁴⁷ Hipotesis dianggap sementara karena validitasnya harus dites atau diuji keakuratannya dengan data yang diperoleh dari observasi atau penelitian lapangan.⁴⁸ Hipotesis bisa diartikan menjadi suatu pernyataan prakiraan yang berisi perkiraan bahwa jawabannya bisa benar atau mungkin keliru, dan apabila tidak sesuai, maka hipotesis tersebut tidak dapat diterima, dan sebaliknya.⁴⁹ Hipotesisnya yaitu:

1. Hipotesis alternatif (H_a)

Terdapat korelasi antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Kembaran.

2. Hipotesis nol (H_0)

Tidak terdapat korelasi antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Kembaran.

Berdasarkan hipotesis yang dikemukakan, terdapat suatu aturan di mana bila hipotesis alternatif (H_a) diterima, maka hipotesis nol (H_0) akan ditolak. Dengan kata lain, ada keterkaitan di antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX. Sebaliknya, jika H_a ditolak, maka H_0 diterima, yang berarti tidak ada korelasi antara *self-efficacy* dan *flow* akademik dalam diri siswa kelas IX.

Hipotesis penelitian menyatakan adanya korelasi positif antara tingkat *self-efficacy* yang besar dan tingkat *flow* akademik yang besar pada siswa kelas IX. Dengan kata lain, bila *self-efficacy* siswa besar, akibatnya tingkat *flow* akademik akan besar pula.

⁴⁷ I Made Laut Mertha Jaya, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif:Teori, Penerapan, Dan Riset Nyata* (Quadrant, 2020).

⁴⁸ Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan:Kompetensi Dan Praktiknya* (Bumi Aksara, 2003).

⁴⁹ Tukiran Taniredja and Hidayati Mustafidah, *Penelitian Kuantitatif: Sebuah Pengantar* (Alfabeta, 2011).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan, peneliti memilih jenis penelitian dengan pendekatan kuantitatif menggunakan metode survey. Pendekatan kuantitatif ini bertumpu pada pengumpulan dan analisis data berupa angka atau data numerik. Penelitian kuantitatif sering disebut sebagai metode tradisional, positivistik, ilmiah, atau *science discovery method*.⁵⁰ Penelitian kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang mengikuti prinsip-prinsip ilmiah dan dipakai guna menyelidiki sejumlah atau kelompok sampel tertentu. Selama proses penelitian, data dikumpulkan melalui instrumen penelitian dan kemudian dianalisis secara kuantitatif atau menggunakan metode statistik untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Sementara itu, metode survei yaitu teknik yang diterapkan untuk memperoleh data dari lingkungan yang alami, namun peneliti melakukan intervensi dengan menggunakan instrumen seperti kuesioner, tes, wawancara terstruktur, dan metode lainnya dalam proses pengumpulan data.⁵¹

Penelitian dengan judul “Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Flow* Akademik Pada Siswa Kelas IX SMPN 1 Kembaran” menggunakan metode survey untuk memperoleh data. Setelah data diperoleh, dilakukan analisis dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi atau hubungan dari variabel yang dikaji.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Kembaran, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Rentang waktu penelitian berlangsung dari bulan Oktober 2023 hingga penyelesaian penelitian.

⁵⁰ Nur Hikmatul Auliya Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Ria Rahmatul Istiqomah, Roushandy Asri Fardani, Dhika Juliana Sukmana, *Buku Metode Penelitian Kualitatif*, ed. by AK Husnu Abadi, A.Md., *Revista Brasileira de Linguística Aplicada*, Cetakan I (CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta, 2020), v <https://www.researchgate.net/profile/Assoc-Prof-Msi/publication/340021548_Buku_Metode_Penelitian_Kualitatif_Kuantitatif/links/5e72e011299bf1571848ba20/Buku-Metode-Penelitian-Kualitatif-Kuantitatif.pdf>.

⁵¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Alfabeta, 2017).

Berikut ini matriks jadwal pelaksanaan penelitian

Tabel 3.1 Jadwal Pelaksanaan

No.	Kegiatan	Bulan 2024				Bulan 2025
		Sept	Okt	Nov	Des	Jan
1.	Tahap Persiapan Penelitian					
	a. Penyusunan dan Pengajuan Judul					
	b. Pengajuan Proposal					
	c. Perijinan Penelitian					
2.	Tahap Pelaksanaan					
	a. Pengumpulan data					
	b. Analisis Data					
3.	Tahap Penyusunan Laporan					

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan total keseluruhan unit atau individu yang dapat berupa manusia, institusi, atau objek yang memiliki karakteristik yang ingin diteliti.⁵²

Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwa populasi merujuk pada semua objek atau individu yang digunakan sebagai sumber informasi untuk penelitian, sehingga data yang diperlukan dapat diperoleh. Dalam konteks penelitian ini, populasi terdiri dari siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan jumlah keseluruhan 251 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan sebagian kecil yang diambil dari seluruh objek yang menjadi fokus penelitian, dan dianggap sebagai representasi dari seluruh populasi.⁵³ Sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar mewakili karakteristik keseluruhan populasi. Untuk mengetahui berapa jumlah sampel

⁵² Jaya.

⁵³ Jaya.

pada penelitian ini, peneliti mengadopsi konsep Slovin, rumusan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran Sampel

N = Populasi

e = Nilai Kritis (Batas Ketelitian)

Merujuk kepada rumus Slovin itu, dan dengan total populasi sebanyak 251 serta nilai kritis tingkat kesalahan sampel sebesar 5%, alur penentuan ukuran sampel dapat dihitung seperti berikut:

$$n = \frac{251}{1 + 251(0,05)}$$

$$n = \frac{251}{1 + 251(0,0025)}$$

$$n = \frac{251}{1,62}$$

$$n = 155$$

Jadi, berdasarkan perhitungan dengan rumus Slovin, jumlah sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah sebanyak 155 siswa.

Penelitian ini menggunakan metode *simple random sampling*, yaitu prosedur pengambilan sampel yang paling sederhana dan dilakukan secara adil, di mana setiap unit memiliki peluang yang sama untuk terpilih..⁵⁴ Atau, *simple random sampling* juga dapat diartikan sebagai teknik pengambilan sampel dari

⁵⁴ Bagus Sumargo, *Teknik Sampling* (UNJ Press, 2020) <https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=FuUKEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=penjelasan+random+sampling&ots=nzWj4M_uaQ&sig=GlrYC7pxIX98EEIFeEN3Hr8vVVw&redir_esc=y#v=onepage&q=penjelasan+random+sampling&f=false>.

populasi yang dilakukan secara acak tanpa mempertimbangkan strata atau kelompok tertentu dalam populasi tersebut.⁵⁵

3. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria Dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel.⁵⁶ Berikut adalah kriteria inklusi pada penelitian ini :

- a. Warga SMP Negeri 1 Kembaran
- b. Siswa kelas 9
- c. Siswa bersedia menjadi responden
- d. Mengerjakan semua angket yang telah diberikan

D. Variabel

Variabel penelitian mengacu pada nilai yang menjadi objek penelitian, di mana peneliti telah menetapkan variasi tertentu agar dapat memeriksa dan membuat kesimpulan. Pada penelitian ini ditemukan dua jenis variabel, yaitu:

1. Independent variabel (X)

Variabel independen yaitu variabel yang memiliki pengaruh atau menyebabkan perubahan atau kemunculan variabel dependen.⁵⁷ Berkaitan dengan hal tersebut, maka variabel independen pada penelitian ini yaitu *self-efficacy*. Pada variabel independen ini menggunakan teori yang diusulkan oleh Bandura yang meliputi definisi *self-efficacy* dan indikator yang digunakan. Hal ini dikarenakan teori yang diusulkan oleh Bandura sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan. Indikator yang digunakan diambil dari dimensi-dimensi *self efficacy* yaitu, *Level*, *Strength* dan *Generality*.

⁵⁵ F G Muaja, I Trang, and G G Lumintang, 'Pengaruh Organizational Citizenship Behavior (Ocb), Job Satisfaction, Dan Affective Commitment Terhadap Turnover Intention Karyawan Pt. Suzuki Finance Manado the Effects of Organizational Citizenship Behavior (Ocb), Job Satisfaction, and Affective Commitm', 714 *Jurnal EMBA*, 9.1 (2021), pp. 715–23.

⁵⁶ Setya Enti Rikomah, Devi Novia, and Septiana Rahma, 'Gambaran Penggunaan Antibiotik Pada Pasien Pediatri Infeksi Saluran Pernapasan Akut (Isipa) Di Klinik Sint. Carolus Bengkulu', *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 4.1 (2018), pp. 28 – 35, doi:10.51352/jim.v4i1.134.

⁵⁷ Jaya.

2. Dependent variabel (Y)

Variabel dependen adalah variabel yang terpengaruh atau menjadi hasil dari keberadaan variabel independen.⁵⁸ Dalam penelitian ini, variabel dependen adalah *flow* akademik pada siswa SMPN 1 Kembaran. Pada variabel dependen ini menggunakan teori yang diusulkan oleh Bakker yang meliputi definisi dan indikator yang digunakan. Hal ini dikarenakan teori yang diusulkan oleh Bakker sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan. Indikator yang digunakan diambil dari aspek-aspek *flow* yaitu, *Absorption*, *Enjoyment* dan *Intrinsic Motivation*.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Metode Angket

Kuesioner adalah metode pengumpulan data yang melibatkan penyampaian serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden agar mereka memberikan jawaban.⁵⁹ Kuesioner ini juga dapat disebut sebagai angket, di mana ada berbagai macam pernyataan yang terkait secara langsung dengan permasalahan penelitian. Kuesioner tersebut dirancang, disusun, dan didistribusikan kepada responden untuk mendapatkan informasi di lapangan.⁶⁰ Dalam penelitian, item kuesioner dapat dibagi menjadi dua jenis, yakni pertanyaan terbuka dan tertutup. Kuesioner dikategorikan sebagai item terbuka ketika responden diberi kebebasan yang lebih besar dalam memberikan jawaban terhadap pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Sementara itu, kuesioner dengan item tertutup merujuk pada situasi di mana peneliti menyediakan beberapa opsi jawaban yang sesuai bagi responden.

Kuesioner yang akan disajikan, digunakan untuk mengukur korelasi di antara *self efficacy* dan *flow* akademik pada siswa saat mereka mengikuti proses pembelajaran di SMP Negeri 1 Kembaran.

⁵⁸ Jaya.

⁵⁹ Jaya.

⁶⁰ Sukardi.

2. Metode Observasi

Observasi yaitu proses pengawasan dan pencatatan yang dilakukan dengan sistematis pada fenomena yang terlihat objek penelitian.⁶¹

Observasi yakni suatu metode yang diterapkan oleh peneliti guna memperoleh informasi terkait dengan aspek yang menjadi fokus penelitian.⁶² Dalam konteks penelitian ini, peneliti melakukan pengamatan terhadap perilaku siswa yang berkaitan dengan kegiatan belajar mengajar di kelas yang membutuhkan konsentrasi dalam setiap kegiatannya.

3. Metode Dokumentasi

Menurut Arikunto, dokumentasi yaitu metode yang biasa dipakai dalam pengumpulan data terkait variabel atau data yang sedang diteliti. Metode ini melibatkan penyimpanan data dalam bentuk catatan, gambar, video, dan sejenisnya.⁶³ Tujuan dari penggunaan kuesioner ini adalah untuk mendapatkan sumber informasi yang relevan dengan penelitian yang sedang berlangsung.

Pendekatan dokumentasi diterapkan oleh peneliti bertujuan memperoleh data mengenai siswa kelas IX dan informasi lain yang diperlukan untuk keperluan penelitian.

F. Instrumen Penelitian

Dua variabel yang diteliti adalah variabel bebas (independen) yaitu *self efficacy* yang diperkenalkan oleh Bandura serta variabel terikat (dependen), *flow* akademik yang diperkenalkan oleh Bakker.⁶⁴ Pendekatan yang dipakai melibatkan skala Likert dengan 5 opsi, yakni SS (Sangat Setuju), S (Setuju), N (Netral), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju). Pedoman penilaian diberikan dalam rentang 1 hingga 5 opsi jawaban.

⁶¹ Jaya.

⁶² Husnul Khaatimah and others, 'Sebesar 6,884 Dan T', 2 (2017), pp. 76–87 <<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jtp/article/view/596/557>>.

⁶³ Mutia Bintang Sakinati, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Self-Efficacy Pada Mahasiswa Santri Putri Di Pondok Pesantren Al-Amin ...', 2020 <https://eprints.uinsaizu.ac.id/8683/1/COVER_BAB_1_BAB_V_DAFTAR_PUSTAKA.pdf>.

⁶⁴ Jaya.

Tabel 3.2 Skala Likert

No	Kategori Jawaban	Jawaban Skor	
		Positif	Negatif
1	Sangat Setuju	5	1
2	Setuju	4	2
3	Netral	3	3
3	Tidak Setuju	2	4
4	Sangat Tidak Setuju	1	5

a. Skala *Self Efficacy*

Pembuatan instrumen *self efficacy* didasarkan menurut konsepsi yang diajukan oleh Bandura. Dalam konteks ini, tingkat (*level*) mencerminkan Tingkat tantangan yang dihadapi individu menyelesaikannya. Sementara itu, kekuatan (*strength*) memperlihatkan sejauh mana daya tahan yang bersumber pada keyakinan pribadi atas kapabilitas, dan terakhir, generalisasi (*generality*), mengindikasikan seorang percaya pada aktivitas atau kegiatan⁶⁵ Dari uraian ini, kerangka skala dapat dirancang sebagai berikut:

Tabel 3.3 Blue Print Try Out Skala *Self Efficacy*

No	Aspek	Indikator Perilaku	Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	<i>Level</i>	Menjelaskan kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang bervariasi.	4, 8, 9, 10, 23, 27, 29	30, 32	9
2	<i>Strength</i>	Merujuk pada kekuatan keyakinan seseorang bahwa mereka mampu menyelesaikan tugas yang diberikan.	11, 12, 13, 14, 16, 19, 26	7, 17, 25	10

⁶⁵ Sopiyaniti.

3	<i>Generality</i>	Berkaitan dengan penerapan keyakinan diri seseorang di berbagai situasi.	2, 6, 15, 18, 20, 21, 24, 28, 33, 34	1, 3, 5, 22, 31	15
Total					34

b. Skala *Flow* Akademik

Pembuatan instrumen *flow* akademik didasarkan menurut teori yang diusulkan oleh Bakker. Instrumen ini diperinci dengan acuan aspek-aspek *flow*, yang pertama adalah "*Absorption*," yaitu keadaan di mana seseorang menganggap sepenuhnya terfokus atau terkonsentrasi dalam aktivitas yang sedang dilakukan, terlepas dari lingkungan sekitar. Aspek kedua adalah "*Enjoyment*," yang muncul dari pengalaman *flow* dan menimbulkan kenyamanan saat terlibat dalam aktivitas untuk jangka panjang. Aspek ketiga adalah "*Intrinsic Motivation*," yang merujuk dalam kenikmatan dan kebahagiaan yang berasal dari Tindakan yang dilakukan.⁶⁶ Dari uraian itu, kerangka skala dapat dirancang sebagai berikut:

Tabel 3.4 Blue Print Try Out Skala *Flow* Akademik

No	Aspek	Indikator Perilaku	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Jumlah
1	<i>Absorption</i>	Konsentrasi dan merasa terpenuhi selama kegiatan yang sedang berlangsung	2, 11, 17, 18, 19	4, 8, 23	8
2	<i>Enjoyment</i>	Kepuasan pribadi ketika melakukan	1, 6, 7, 10, 21	5, 15	7

⁶⁶ Qurrotu Aini and Saripah.

		pekerjaan			
3	<i>Intrinsic Motivation</i>	kenikmatan dan kebahagiaan yang berasal dari Tindakan yang dilakukan.	9, 14, 16, 20, 22	3, 12, 13	8
Total					23

G. Teknik Analisis Data

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu parameter yang menunjukkan seberapa jauh suatu instrumen pengukur efektif mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur.⁶⁷ Semakin tinggi ketelitian alat ukur menunjukkan bahwa alat ukur itu semakin akurat pada saat mengukur suatu data. Uji validitas menjadi penting untuk menegaskan bahwa soal yang ditanyakan tidak memberikan hasil data yang menyimpang dari sketsa variable yang dimaksud. Peneliti menerapkan perhitungan korelasi *product moment* dari Pearson guna menemukan skor r hitung, menggunakan bantuan aplikasi *SPSS Statistic versi 23* serta *Mr. Excel*. Rumus korelasi *product moment* dari Pearson sebagai berikut :

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

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi Pearson

$\sum XY$ = Jumlah hasil perkalian antara X dan Y

$\sum X^2$ = Jumlah dari kuadrat X

⁶⁷ Livia Amanda, Ferra Yanuar, and Dodi Devianto, 'Uji Validitas Dan Reliabilitas Tingkat Partisipasi Politik Masyarakat Kota Padang', *Jurnal Matematika UNAND*, 8.1 (2019), p. 179, doi:10.25077/jmu.8.1.179-188.2019.

$\sum Y^2$ = Jumlah dari kuadrat Y

$(\sum X)^2$ = Jumlah X yang kemudian dipangkatkan dua

$(\sum Y)^2$ = Jumlah Y yang kemudian dipangkatkan dua

Proses uji validitas dilakukan dengan langkah-langkah berikut :

- a. Jika r_{hitung} yang diperoleh $> r_{tabel}$, maka instrument atau item pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total (valid).
- b. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka instrument atau item pertanyaan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (tidak valid).

Langkah ini bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan mampu mengukur variabel yang dimaksud secara akurat.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah proses pengujian indeks yang mengindikasikan sejauh mana suatu instrumen pengukur dapat dianggap dapat dipercaya atau dapat diandalkan.⁶⁸ Suatu alat ukur dianggap reliabel jika mampu menghasilkan hasil yang konsisten, bahkan ketika pengukuran dilakukan berulang-ulang.

Menurut Notoatmodjo (2005) dalam Widi R (2011), reliabilitas adalah suatu catatan yang mencerminkan akurasi dan ketepatan pengukur. Oleh karena itu, uji reliabilitas dipakai guna mengevaluasi kekonsistenan instrumen, menilai apakah alat pengukur tetap dapat diandalkan ketika pemetaan ulang. Suatu instrument dianggap konsisten mampu memberikan data yang serupa bahkan ketika penghitungan dilakukan berulang-ulang.⁶⁹ Uji reliabilitas memakai perhitungan *Cronbach's alpha* untuk memperoleh angka reliabilitas, serta bantuan *WPS Office* dan program *SPSS Statistic versi 23*. Rumusan reliabilitas yakni:

⁶⁸ Amanda, Yanuar, and Devianto.

⁶⁹ Nilda Miftahul Janna and Herianto, 'Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPSS', *Jurnal Darul Dakwah Wal-Irsyad (DDI)*, 18210047, 2021, pp. 1–12.

$$r = \frac{k}{k-1} \left(\frac{\sum ab^2}{\sum at^2} \right)$$

Keterangan:

r = Reliabilitas internal dari seluruh instrumen

k = Total soal yang ada

$\sum ab^2$ = Total variasi butir pernyataan

$\sum at^2$ = Total variasi nilai

Landasan keputusan reliabilitas didasarkan pada skor *Cronbach Alpha*. Instrumen dianggap reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* semakin besar dari 0,6 ($r > 0,6$). Sementara itu, jika skor *Cronbach Alpha* lebih kecil dari 0,6 ($r < 0,6$), maka instrumen tersebut dianggap tidak reliabel.

3. Uji Asumsi Klasik

Regresi merupakan metode analisis penelitian yang efektif untuk mengevaluasi banyak variabel secara bersamaan dalam menjawab pertanyaan penelitian yang kompleks.⁷⁰ Hasil analisis ini dapat dianggap valid jika memenuhi asumsi Ordinary Least Square (OLS). Uji asumsi klasik dilakukan untuk mengidentifikasi apakah terdapat pelanggaran asumsi dalam model regresi linear OLS.⁷¹ Regresi OLS sendiri berasumsi bahwa terdapat hubungan linier antara variabel-variabel yang dianalisis. Namun, jika hubungan tersebut tidak linier, regresi OLS tidak cocok digunakan, sehingga diperlukan modifikasi pada variabel atau metode analisis yang diterapkan.

a. Uji Normalitas

Untuk menilai apakah data variabel terdistribusi secara normal atau tidak, dilakukan uji normalitas data. Melalui uji ini, dapat diidentifikasi

⁷⁰ Gun Mardiatmoko, 'Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda', *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14.3 (2020), pp. 333–42, doi:10.30598/barekengvol14iss3pp333-342.

⁷¹ Mardiatmoko.

sejauh mana terdapat penyimpangan dalam distribusi data.⁷² Untuk menentukan data uji normalitas, pengujian dilaksanakan dengan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* serta bantuan *WPS Office* dan *SPSS versi 23*. Kesimpulan dari hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* diambil berdasarkan:

- 1) Bila skor p lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), bisa disimpulkan yakni data didistribusikan secara normal.
- 2) Sebaliknya, jika nilai p lebih kecil dari 0,05 (Sig. < 0,05), maka bisa disimpulkan yakni data tidak terdistribusi dengan standar.

b. Uji Linearitas

Untuk menganalisis apakah hubungan antara variabel X dan variabel Y bersifat linear atau non-linear, dilakukan uji untuk mengukur linearitas dengan memperhatikan nilai signifikansinya, yakni :

- 1) Apabila diperoleh skor signifikansi yang lebih besar dari 0,05 (sig > 0,05), maka hubungan antara variabel bisa dikatakan tidak linear.
- 2) Apabila diperoleh skor signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 (sig < 0,05), maka hubungan antara variabel bisa dikatakan linear.

4. Analisis Per Item

Setiap item dianalisis dengan memakai formula :

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan :

P = Angka persentase

F = Frekuensi jawaban responden

N = Jumlah responden

5. Uji Hipotesis

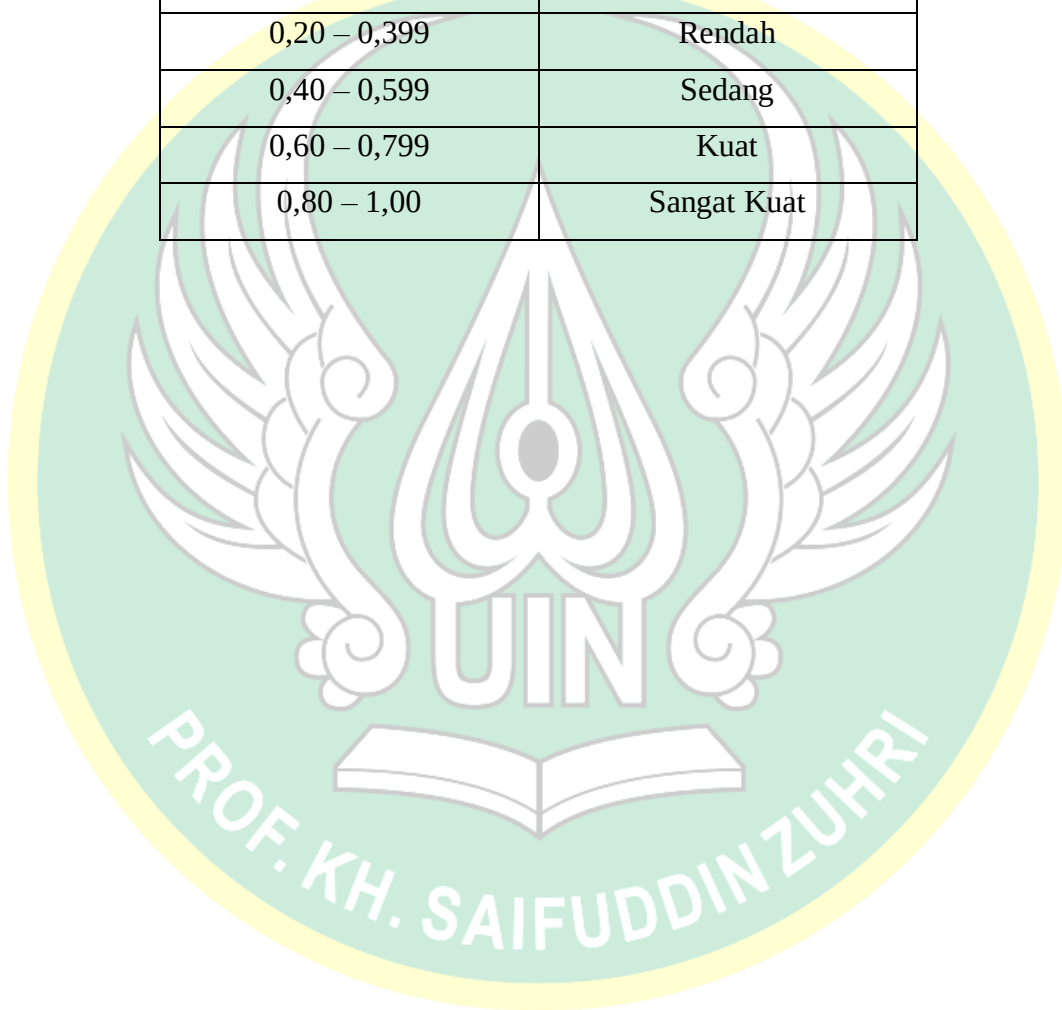
Pada penelitian ini, analisis data dilakukan dengan teknik korelasi *product moment*. Korelasi Pearson, atau yang bisa disebut dengan korelasi *product moment*, adalah metode atau Teknik pengujian hipotesis mengenai

⁷² Nurul Lailatus Shobah, 'Hubungan Antara Sense Of Humor Dosen Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya', *Skripsi* (Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019).

keterkaitan antara variabel independen dan variabel dependen (Sugiyono, 2017). Menurut Periantalo (2016), koefisien korelasi dianggap memiliki arti jika nilai $p < 0,05$. Data yang terkumpul selanjutnya dilakukan analisis statistik dengan menggunakan perangkat lunak *IBM SPSS versi 23.0* untuk *Windows*.

Tabel 3.5 Interval Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum SMP Negeri 1 Kembaran

1. Profil SMP Negeri 1 Kembaran

SMP Negeri 1 Kembaran, yang berlokasi di Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas, adalah salah satu sekolah menengah pertama negeri yang unggul dalam penyelenggaraan pendidikan berkualitas. Sejak didirikan pada tahun 1983, sekolah ini telah berkomitmen untuk membentuk generasi muda yang berprestasi, berkarakter, dan peduli terhadap lingkungan. Dengan visi "Memiliki Warga Sekolah Yang Religius, Berbudaya, Berprestasi dan Cinta Lingkungan," SMP Negeri 1 Kembaran terus mengembangkan program-program pendidikan yang kreatif, inovatif, dan berbasis teknologi.

Fasilitas sekolah yang lengkap, seperti ruang kelas yang nyaman, laboratorium IPA dan komputer, perpustakaan, masjid, serta lapangan olahraga multifungsi, mendukung proses belajar-mengajar yang optimal. Selain itu, berbagai kegiatan ekstrakurikuler seperti Pramuka, PMR, bela diri, seni tari, Paduan suara, hadroh, dan olahraga turut memfasilitasi pengembangan minat dan bakat siswa. Berbagai prestasi di tingkat kabupaten, provinsi, dan nasional telah diraih oleh siswa maupun sekolah, mencerminkan kualitas pendidikan yang diberikan.

Dengan lingkungan yang kondusif dan tenaga pendidik yang profesional, SMP Negeri 1 Kembaran terus berupaya melahirkan lulusan yang tidak hanya unggul dalam bidang akademik, tetapi juga memiliki karakter yang kuat serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan sekitarnya.

2. Visi Dan Misi SMP Negeri 1 Kembaran

1) Visi :

Visi SMP Negeri 1 Kembaran adalah Memiliki Warga Sekolah Yang Religius, Berbudaya, Berprestasi dan Cinta Lingkungan

2) Misi :

Dalam rangka mencapai visi tersebut, maka SMP Negeri 1 Kembaran melaksanakan usaha-usaha yaitu :

- 1) Menyelenggarakan pembiasaan sholat berjamaah.
- 2) Menyelenggarakan program unggulan hafalan juz ke-30.
- 3) Menyelenggarakan pembinaan rohani bagi non muslim.
- 4) Mewujudkan **mental positif KEMBARAN** (Komitmen, Efektif Efisien, Mandiri, Bijaksana, Antisipatif, Rela Berkorban, Aktif dan Dinamis, Normatif)
- 5) Melaksanakan pembelajaran yang Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, Gembira, dan berbobot berpihak terhadap peserta didik.
- 6) Menyediakan sarana dan prasarana sekolah yang berbasis IT.
- 7) Mengikutsertakan pendidik dan tenaga kependidikan dalam kegiatan seminar, diklat, dan lomba-lomba/ olimpiade.
- 8) Melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler.
- 9) Mengikuti lomba-lomba yang bersifat akademik maupun non akademik.
- 10) Melaksanakan pembiasaan salam, sapa, senyum, sopan, dan santun (5S).
- 11) Mewujudkan lingkungan yang bersih, sehat, rindang, aman, dan asri.
- 12) Mewujudkan pencegahan terhadap pencemaran lingkungan
- 13) Mewujudkan pencegahan terhadap terjadinya kerusakan lingkungan.

B. Analisis Data Hasil Penelitian

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Variabel *Self Efficacy*

No Item	r-hitung	Nilai (r-tabel)	
		($\alpha = 5\%$) atau 0,05	Keterangan
1	0.647	0,367	Valid
2	0.561	0,367	Valid
3	-0,101	0,367	Tidak Valid
4	0.567	0,367	Valid

5	0,282	0,367	Tidak Valid
6	0.599	0,367	Valid
7	0.560	0,367	Valid
8	0.690	0,367	Valid
9	0.438	0,367	Valid
10	0.505	0,367	Valid
11	0.495	0,367	Valid
12	0.514	0,367	Valid
13	0.582	0,367	Valid
14	0.521	0,367	Valid
15	0.453	0,367	Valid
16	0.496	0,367	Valid
17	0.375	0,367	Valid
18	0.457	0,367	Valid
19	0.518	0,367	Valid
20	0.637	0,367	Valid
21	0.576	0,367	Valid
22	0.622	0,367	Valid
23	0.630	0,367	Valid
24	0.565	0,367	Valid
25	0.704	0,367	Valid
26	0.433	0,367	Valid
27	0.535	0,367	Valid
28	0.562	0,367	Valid
29	0.525	0,367	Valid
30	0.396	0,367	Valid
31	0.688	0,367	Valid
32	0.535	0,367	Valid
33	0.496	0,367	Valid
34	0.664	0,367	Valid

Pelaksanaan uji validitas dilaksanakan terhadap 29 partisipan. Dengan derajat kebebasan (df) = (N-2), dengan demikian, jumlah sampel

adalah 29 menghasilkan $df = 27$. Berdasarkan r tabel dengan tingkat signifikansi 0,05 pada $df 27$, diperoleh nilai sebesar 0,367. Menurut hasil uji validitas pada skala *self-efficacy* yang ditampilkan dalam tabel 3.5, menggunakan SPSS versi 23, ditemukan dari 34 item, sebanyak 32 item dinyatakan valid, sementara 2 item, yaitu item 3 dan 5, tidak valid karena nilai r hitung lebih kecil dari r tabel ($r_{hitung} < r_{tabel}$). Oleh karena itu, kedua item tersebut dinyatakan tidak valid dan tidak akan digunakan dalam penelitian selanjutnya. Dengan demikian, terdapat 32 item yang valid bakal ditetapkan sebagai instrumen penelitian.

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Variabel *Flow* Akademik

No Item	r_hitung	Nilai (r-tabel)	
		($\alpha = 5\%$) atau	Keterangan
		0,05	
1	0.407	0,367	Valid
2	0,128	0,367	Tidak Valid
3	-0,116	0,367	Tidak Valid
4	0,350	0,367	Tidak Valid
5	0,275	0,367	Tidak Valid
6	0,250	0,367	Tidak Valid
7	0.403	0,367	Valid
8	0,116	0,367	Tidak Valid
9	0,367	0,367	Tidak Valid
10	0.419	0,367	Valid
11	-0,176	0,367	Tidak Valid
12	0,299	0,367	Tidak Valid
13	0,073	0,367	Tidak Valid
14	0.420	0,367	Valid
15	0,193	0,367	Tidak Valid
16	0.642	0,367	Valid
17	0.735	0,367	Valid
18	0.393	0,367	Valid

19	0.626	0,367	Valid
20	0.499	0,367	Valid
21	0.782	0,367	Valid
22	0.430	0,367	Valid
23	0,340	0,367	Tidak Valid

Berdasarkan hasil uji validitas skala *flow* akademik yang ditampilkan pada tabel 3.6, memakai SPSS versi 23, hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa dari 23 item, sebanyak 11 item dinyatakan valid, sedangkan 12 item dinyatakan tidak valid atau gugur. Item yang tidak valid tersebut adalah item 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 15, dan 23 karena nilai r hitung lebih kecil dari r tabel ($r_{hitung} < r_{tabel}$). Oleh karena itu, 12 item yang tidak valid tersebut tidak dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya. Dengan demikian, terdapat 11 item valid yang akan digunakan sebagai instrumen penelitian.

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Variabel *Self Efficacy*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.917	34

Mengacu kepada hasil uji reliabilitas yang ditampilkan di tabel 3.7, dengan bantuan program SPSS versi 23, diperoleh skor *Cronbach Alpha* untuk skala *self-efficacy* dari 34 pernyataan adalah 0,917, yang lebih besar dari 0,6 ($0,917 > 0,6$). Oleh karena itu, skala tersebut dinyatakan reliabel dan bisa diterapkan dalam penelitian berikutnya.

Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Variabel *Flow Akademik*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.627	23

Mengacu kepada uji reliabilitas yang ditampilkan di tabel 3.8 dengan bantuan program SPSS versi 23, menunjukkan skor *Cronbach Alpha* untuk skala *flow* akademik dari 23 pernyataan adalah 0,627, yang lebih besar dari 0,6 ($0,627 > 0,6$). Dengan demikian, skala ini dinyatakan reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian berikutnya.

2. Uji Normalitas

Dalam rangka menentukan hasil dari pengujian normalitas, dilaksanakan uji dengan memakai metode Kolmogorov-Smirnov dengan menggunakan Microsoft Excel serta aplikasi SPSS versi 23. Kesimpulan diambil berdasarkan skor p, di mana jika p lebih besar daripada 0,05, maka data dianggap berdistribusi normal. Namun, jika p lebih kecil atau sama dengan 0,05, data tidak berdistribusi normal.

Tabel 4.5 Output SPSS dari uji normalitas Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			Unstandardized Residual
N			155
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		.0000000
	Std. Deviation		3.84057358
Most Extreme Differences	Absolute		.048
	Positive		.048
	Negative		-.027
Test Statistic			.048
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 hasil table 4.5 di atas, dapat disimpulkan bahwa pada pengujian normalitas diperoleh skor signifikansi (sig) sebesar $0,200 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi dengan baik.

3. Uji Linearitas

Untuk mengetahui apakah keterkaitan antara variabel X dan variable Y bersifat linear atau non-linear, dilakukan uji linearitas dengan memperhatikan

nilai signifikansi. Jika skor signifikansi $> 0,05$, maka keterkaitan antara variabel dianggap linear. Sementara itu, jika skor signifikansi $< 0,05$, hubungan dianggap tidak linear.

Tabel 4.6 Hasil SPSS Uji Linearitas Anova

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Flow Akademik (Y) * Self Efficacy (X)	Between Groups	(Combined)	1954.035	42	46.525	3.306	.000
		Linearity	1258.796	1	1258.796	89.443	.000
		Deviation from Linearity	695.239	41	16.957	1.205	.221
	Within Groups		1576.261	112	14.074		
	Total		3530.297	154			

Mengacu pada Tabel 4.6 di atas, hasil pengujian linearitas menggunakan SPSS menunjukkan skor *deviation from linearity* sebesar $0,221 > 0,05$. Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan linear dengan *flow* akademik.

4. Analisis Per Item

Dalam rangka memperoleh hasil dari pengolahan data terkait hubungan antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Kembaran Kabupaten Banyumas, Penulis menyebarkan angket penelitian kepada responden, yakni siswa kelas 9 SMP Negeri 1 Kembaran dengan jumlah 251 siswa. Item pernyataan diukur melalui pendekatan skala Likert, sebanyak 32 item digunakan untuk variabel *self-efficacy* (X), sedangkan 11 item untuk variabel *flow* akademik (Y).

a. Variabel *Self Efficacy*

Tabel 4.7 Analisis butir X1

Saya kurang percaya diri dalam mengerjakan berbagai tugas yang diberikan

X01

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	1	.6	.6	.6
	Setuju	14	9.0	9.0	9.7
	Netra	89	57.4	57.4	67.1
	Tidak Setuju	45	29.0	29.0	96.1
	Sangat Tidak Setuju	6	3.9	3.9	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.7 di atas yang bersifat pernyataan negatif, dapat dijelaskan terkait berbagai variasi tugas dan kondisi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya dengan baik meskipun terdapat tugas-tugas lainnya. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 89 siswa yang memberikan jawaban netral, sementara 45 siswa memilih untuk tidak setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan secara umum bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.8 Analisis butir X2

Saya bisa menyelesaikan tugas yang serupa meskipun konteks atau situasinya berubah.

X02

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	4	2.6	2.6	2.6
	Netra	79	51.0	51.0	53.5
	Setuju	68	43.9	43.9	97.4
	Sangat Setuju	4	2.6	2.6	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.8 di atas yang bersifat pernyataan positif, dapat dijelaskan terkait berbagai variasi tugas dan kondisi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya dengan baik meskipun terdapat tugas-tugas lainnya. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 79 siswa yang memberikan jawaban netral, sementara 68 siswa memilih untuk setuju.

Dengan demikian, dapat disimpulkan secara umum bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.9 Analisis butir X3

Saya dapat menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang bervariasi.

X03

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	.6	.6	.6
	Tidak Setuju	29	18.7	18.7	19.4
	Netra	89	57.4	57.4	76.8
	Setuju	35	22.6	22.6	99.4
	Sangat Setuju	1	.6	.6	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.9 di atas yang merupakan pernyataan bersifat positif, dapat dijelaskan terkait kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan tugas bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1. Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 89 siswa yang memilih jawaban netral sedangkan yang memilih setuju 35, Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa sebagian besar siswa mempunyai kemampuan pribadi dalam menentukan tingkat kesulitan pekerjaan dengan baik

Tabel 4.10 Analisis butir X4

Saya yakin bisa menangani pekerjaan yang memerlukan pengetahuan atau keahlian khusus

X04

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	8	5.2	5.2	5.2
	Netra	77	49.7	49.7	54.8
	Setuju	65	41.9	41.9	96.8
	Sangat Setuju	5	3.2	3.2	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.10 di atas yang merupakan pernyataan bersifat positif, Dapat dijelaskan terkait berbagai variasi tugas dan kondisi yang

terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya dengan baik, dalam memahami tantangan yang sedang dihadapi dalam kegiatan belajar. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 77 siswa yang memberikan jawaban netral, dan 64 siswa yang memberikan jawaban setuju sebagai jawaban terbanyak kedua. Dengan demikian, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa menunjukkan kemampuan yang baik dalam menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.11 Analisis butir X5

Saya kurang yakin mampu menyelesaikan tugas baru dengan cepat.

		X05			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	12	7.7	7.7	7.7
	Setuju	53	34.2	34.2	41.9
	Netra	58	37.4	37.4	79.4
	Tidak Setuju	28	18.1	18.1	97.4
	Sangat Tidak Setuju	4	2.6	2.6	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.11 di atas yang merupakan pernyataan negatif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 58 siswa yang memberikan jawaban netral, sementara 53 siswa memilih jawaban setuju sebagai jawaban terbanyak kedua. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hamper seluruhnya siswa mempunyai kemampuan diri dalam keteguhan untuk mengatasi pekerjaan yang menantang dengan kurang baik.

Tabel 4.12 Analisis butir X6

Saya percaya mampu menangani tantangan yang lebih besar dari yang pernah saya hadapi sebelumnya.

X06

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	14	9.0	9.0	9.0
	Netra	59	38.1	38.1	47.1
	Setuju	71	45.8	45.8	92.9
	Sangat Setuju	11	7.1	7.1	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.12 di atas yang merupakan pernyataan bersifat positif, dapat dijelaskan mengenai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan tugas untuk siswa kelas IX SMP Negeri 1. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 71 siswa yang memberi jawaban setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan diri dalam menghadapi tantangan atau menuntaskan pekerjaan secara baik.

Tabel 4.13 Analisis butir X7

Saya percaya dapat menyelesaikan tugas yang sulit dan tidak biasa dengan cepat.

X07

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	38	24.5	24.5	25.8
	Netra	73	47.1	47.1	72.9
	Setuju	40	25.8	25.8	98.7
	Sangat Setuju	2	1.3	1.3	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.13 di atas yang merupakan pernyataan bersifat positif, dapat dijelaskan mengenai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan tugas bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 73 siswa yang memberi jawaban netral, sedangkan yang memilih setuju 40. Dengan demikian, dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan pekerjaan dengan cukup baik.

Tabel 4.14 Analisis butir X8

Saya merasa mampu mengatasi masalah yang sangat rumit.

X08					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	28	18.1	18.1	19.4
	Netra	85	54.8	54.8	74.2
	Setuju	36	23.2	23.2	97.4
	Sangat Setuju	4	2.6	2.6	100.0
Total		155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.14 di atas yang merupakan pernyataan bersifat positif, dapat dijelaskan mengenai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan tugas bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1. Data di atas menunjukkan bahwa terdapat 85 siswa yang memberikan jawaban netral, sedangkan yang memilih setuju 36. Maka, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan pekerjaan dengan cukup baik.

Tabel 4.15 Analisis butir X9

Saya merasa yakin mampu menyelesaikan tugas dengan Tingkat kesulitan yang tinggi.

X09					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	5	3.2	3.2	3.2
	Tidak Setuju	40	25.8	25.8	29.0
	Netra	78	50.3	50.3	79.4
	Setuju	29	18.7	18.7	98.1
	Sangat Setuju	3	1.9	1.9	100.0
Total		155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.15 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 78 siswa yang memberikan jawaban netral, sedangkan 40 siswa memilih jawaban tidak setuju sebagai jawaban terbanyak kedua. Dengan demikian, dapat

disimpulkan bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan diri dalam keteguhan untuk mengatasi pekerjaan yang menantang dengan kurang baik.

Tabel 4.16 Analisis butir X10

Saya yakin bahwa usaha keras saya akan selalu membuahkan hasil yang memuaskan.

X10

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Setuju	2	1.3	1.3	1.3
Netra	15	9.7	9.7	11.0
Setuju	62	40.0	40.0	51.0
Sangat Setuju	76	49.0	49.0	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.16 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang menantang. Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat ada 76 siswa yang memberi jawaban sangat setuju, sementara itu jawaban setuju dipilih sebanyak 62 siswa sebagai pilihan jawaban kedua terbanyak. Dengan demikian, dapat disimpulkan secara umum hampir semua siswa mempercayai bahwa semua usaha keras akan menghasilkan hasil yang memuaskan dengan sangat baik.

Tabel 4.17 Analisis butir X11

Saya selalu yakin pada kemampuan saya untuk menyelesaikan tugas meskipun ragu pada awalnya.

X11

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Setuju	2	1.3	1.3	1.3
Netra	41	26.5	26.5	27.7
Setuju	76	49.0	49.0	76.8
Sangat Setuju	36	23.2	23.2	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.17 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 76 siswa yang memberikan jawaban sangat setuju, sementara jawaban netral dipilih oleh 41 siswa sebagai pilihan jawaban terbanyak kedua. Dengan demikian, dapat disimpulkan secara umum hampir semua siswa mampu menyelesaikan tugas dengan baik walaupun terdapat keragu-raguan.

Tabel 4.18 Analisis butir X12

Saya mampu terus berusaha sampai tugas selesai, tidak peduli seberapa sulit tugas tersebut.

X12					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	7	4.5	4.5	4.5
	Netra	61	39.4	39.4	43.9
	Setuju	70	45.2	45.2	89.0
	Sangat Setuju	17	11.0	11.0	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.18 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut mengindikasikan bahwa 70 siswa memberikan jawaban setuju, sementara 61 siswa memilih jawaban netral sebagai pilihan terbanyak kedua. Dengan demikian, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan diri yang baik dalam keteguhan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sulit.

4.19 Analisis butir X13

Saya yakin dapat bertugas secara efektif dalam peran yang berbeda dari yang saya biasa lakukan.

X13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	8	5.2	5.2	5.2
	Netra	81	52.3	52.3	57.4
	Setuju	59	38.1	38.1	95.5
	Sangat Setuju	7	4.5	4.5	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.19 di atas yang bersifat pernyataan positif, yang menjelaskan tentang beragam jenis tugas dan kondisi yang dihadapi oleh siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat tugas lainnya. Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa 81 siswa memberikan jawaban netral, sementara 59 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.20 Analisis butir X14

Saya yakin mampu mencapai hasil yang lebih baik dari yang diharapkan.

X14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	3	1.9	1.9	1.9
	Netra	39	25.2	25.2	27.1
	Setuju	73	47.1	47.1	74.2
	Sangat Setuju	40	25.8	25.8	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.20 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 73 siswa yang

memberikan jawaban setuju, sementara jawaban sangat setuju dipilih oleh 40 siswa sebagai pilihan kedua terbanyak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hampir semua siswa mempunyai kemampuan mencapai hasil yang diharapkan dengan sangat baik.

Tabel 4.21 Analisis butir X15

Saya terkadang ragu dengan kemampuan saya dalam mengatasi masalah sulit.

X15

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Setuju	12	7.7	7.7	7.7
Setuju	65	41.9	41.9	49.7
Netra	63	40.6	40.6	90.3
Tidak Setuju	13	8.4	8.4	98.7
Sangat Tidak Setuju	2	1.3	1.3	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.21 di atas yang merupakan pernyataan negatif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut mengindikasikan bahwa 65 siswa memberikan jawaban setuju, sementara 63 siswa memilih jawaban netral sebagai pilihan kedua terbanyak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan diri yang kurang baik dalam segi keteguhan untuk mengatasi pekerjaan yang menantang.

Tabel 4.22 Analisis butir X16

Saya yakin dapat menyelesaikan berbagai jenis tugas di berbagai mata Pelajaran

X16

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Setuju	9	5.8	5.8	5.8
Netra	102	65.8	65.8	71.6
Setuju	37	23.9	23.9	95.5
Sangat Setuju	7	4.5	4.5	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.22 di atas yang bersifat pernyataan positif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat tugas lainnya. Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa 102 siswa memberikan jawaban netral, sementara 37 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa banyak siswa mempunyai keterampilan yang cukup dalam menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.23 Analisis butir X17

Saya merasa optimis tentang kemampuan saya untuk mencapai tujuan yang telah saya tetapkan.

		X17			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	6	3.9	3.9	3.9
	Netra	64	41.3	41.3	45.2
	Setuju	73	47.1	47.1	92.3
	Sangat Setuju	12	7.7	7.7	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.23 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 73 siswa yang memberikan jawaban setuju, sementara 64 siswa memilih jawaban netral sebagai pilihan kedua terbanyak. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan diri yang baik dalam menghadapi berbagai tugas dan situasi untuk mencapai tujuan yang ditetapkan.

Tabel 4.24 Analisis butir X18

Saya mampu menggunakan keterampilan saya di berbagai situasi kehidupan sehari-hari.

X18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	.6	.6	.6
	Tidak Setuju	3	1.9	1.9	2.6
	Netra	63	40.6	40.6	43.2
	Setuju	71	45.8	45.8	89.0
	Sangat Setuju	17	11.0	11.0	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.24 di atas yang bersifat pernyataan positif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terdapat pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat tugas lainnya. Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa 63 siswa memberikan jawaban netral, sementara 71 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan yang cukup baik saat menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.25 Analisis butir X19

Saya mampu menangani masalah yang kompleks di berbagai situasi.

X19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	.6	.6	.6
	Tidak Setuju	14	9.0	9.0	9.7
	Netra	101	65.2	65.2	74.8
	Setuju	32	20.6	20.6	95.5
	Sangat Setuju	7	4.5	4.5	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.25 di atas yang bersifat pernyataan positif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat

tugas lainnya. Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa 101 siswa memberikan jawaban netral, sementara 32 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan yang cukup saat menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.26 Analisis butir X20

Saya tidak yakin bahwa pengalaman saya dapat diaplikasikan di lingkungan yang baru.

		X20			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	11	7.1	7.1	7.1
	Setuju	43	27.7	27.7	34.8
	Netra	65	41.9	41.9	76.8
	Tidak Setuju	33	21.3	21.3	98.1
	Sangat Tidak Setuju	3	1.9	1.9	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.26 di atas yang bersifat pernyataan negatif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat tugas lainnya. Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa 65 siswa memberikan jawaban netral, sementara 43 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan yang kurang baik saat menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.27 Analisis butir X21

Saya yakin bisa menyelesaikan tugas yang sulit dalam waktu yang ditentukan

X21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	3	1.9	1.9	1.9
	Tidak Setuju	29	18.7	18.7	20.6
	Netra	81	52.3	52.3	72.9
	Setuju	36	23.2	23.2	96.1
	Sangat Setuju	6	3.9	3.9	100.0
Total		155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.27 di atas yang merupakan pernyataan bersifat positif, bisa menjelaskan mengenai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan suatu tugas bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1. Data di atas menunjukkan bahwa terdapat 81 siswa yang memberikan jawaban netral serta 36 siswa menjawab setuju, maka, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan pekerjaan dengan cukup baik.

Tabel 4.28 Analisis butir X22

Saya yakin dapat berkontribusi di berbagai kegiatan yang berbeda dalam organisasi.

X22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	20	12.9	12.9	12.9
	Netra	79	51.0	51.0	63.9
	Setuju	42	27.1	27.1	91.0
	Sangat Setuju	14	9.0	9.0	100.0
Total		155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.28 di atas yang bersifat pernyataan positif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat tugas lainnya. Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa 79 siswa

memberikan jawaban netral, sementara 42 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan yang cukup baik saat menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.29 Analisis butir X23

Saya kehilangan kepercayaan diri Ketika menghadapi tantangan yang berat.

X23

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Setuju	12	7.7	7.7	7.7
Setuju	34	21.9	21.9	29.7
Netra	57	36.8	36.8	66.5
Tidak Setuju	44	28.4	28.4	94.8
Sangat Tidak Setuju	8	5.2	5.2	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.29 di atas yang merupakan pernyataan negatif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 57 siswa yang memberikan jawaban netral, sementara 44 siswa memilih jawaban tidak setuju sebagai pilihan kedua terbanyak. Maka, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa punyai kemampuan diri dalam keteguhan untuk menyelesaikan pekerjaan yang ditemui dengan cukup baik.

Tabel 4.30 Analisis butir X24

Saya selalu percaya pada kemampuan saya, bahkan ketika hasil sebelumnya tidak sesuai harapan.

X24

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Setuju	5	3.2	3.2	3.2
Netra	43	27.7	27.7	31.0
Setuju	78	50.3	50.3	81.3
Sangat Setuju	29	18.7	18.7	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.30 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas yang sulit. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 78 siswa yang memberikan jawaban setuju, sementara 5 siswa memilih jawaban tidak setuju. Maka, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan diri dalam keteguhan untuk mengatasi kesulitan dengan baik.

Tabel 4.31 Analisis butir X25

Saya bisa menyelesaikan tugas yang memerlukan banyak langkah meskipun tampaknya sulit.

X25					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	17	11.0	11.0	11.0
	Netra	73	47.1	47.1	58.1
	Setuju	56	36.1	36.1	94.2
	Sangat Setuju	9	5.8	5.8	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 4.31 di atas yang merupakan pernyataan positif, bisa menjelaskan mengenai kemampuan diri dalam mengatasi tugas yang tampak susah bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 73 siswa yang memberi jawaban netral dan 56 siswa yang memberi jawaban setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan diri yang cukup baik dalam mengatasi pekerjaan yang menantang.

Tabel 4.32 Analisis butir X26

Saya yakin bisa mengatasi tantangan dalam bidang yang berbeda dari keahlian saya.

X26

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	20	12.9	12.9	12.9
	Netra	83	53.5	53.5	66.5
	Setuju	42	27.1	27.1	93.5
	Sangat Setuju	10	6.5	6.5	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.32 di atas yang bersifat pernyataan positif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat pekerjaan lainnya. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa 83 siswa memberikan jawaban netral, sementara 42 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan yang cukup baik saat menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.33 Analisis butir X27

Saya yakin mampu menyelesaikan tugas yang sederhana tanpa bantuan.

X27

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	.6	.6	.6
	Tidak Setuju	15	9.7	9.7	10.3
	Netra	68	43.9	43.9	54.2
	Setuju	53	34.2	34.2	88.4
	Sangat Setuju	18	11.6	11.6	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan table 4.33 di atas yang merupakan pernyataan positif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas tanpa bantuan orang lain. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 68 siswa yang jawaban netral serta 53

siswa yang menjawab setuju, sementara jawaban sangat tidak setuju dipilih oleh sebanyak 1 siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan diri yang cukup baik dalam keteguhan untuk menyelesaikan kesulitan.

Tabel 4.34 Analisis butir X28

Saya tidak yakin bisa menyelesaikan tugas meskipun sedikit informasi yang tersedia

X28

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	2	1.3	1.3	1.3
	Setuju	30	19.4	19.4	20.6
	Netra	84	54.2	54.2	74.8
	Tidak Setuju	34	21.9	21.9	96.8
	Sangat Tidak Setuju	5	3.2	3.2	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan table 4.34 di atas yang merupakan pernyataan negatif, dapat dideskripsikan mengenai kemampuan diri dalam konsistensi individu bagi siswa IX SMP Negeri 1 Kembaran dalam menyelesaikan tugas tanpa bantuan orang lain. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 84 siswa yang memberikan jawaban netral, sementara 34 siswa memilih jawaban tidak setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa sebagian besar siswa mempunyai kemampuan diri yang cukup dalam keteguhan untuk menyelesaikan kesulitan.

Tabel 4.35 Analisis butir X29

Saya tidak yakin bisa memimpin tim dalam berbagai jenis kegiatan atau tugas.

X29

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	8	5.2	5.2	5.2
	Setuju	19	12.3	12.3	17.4
	Netra	83	53.5	53.5	71.0
	Tidak Setuju	34	21.9	21.9	92.9
	Sangat Tidak Setuju	11	7.1	7.1	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.35 di atas yang bersifat pernyataan negatif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya dengan baik. Data tersebut

menunjukkan bahwa terdapat 83 siswa yang memberikan jawaban netral, sementara 34 siswa memilih jawaban setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan yang cukup baik saat menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.36 Analisis butir X30

Saya tidak dapat menyelesaikan pekerjaan sulit dalam waktu singkat.

X30

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Setuju	15	9.7	9.7	9.7
Setuju	51	32.9	32.9	42.6
Netra	71	45.8	45.8	88.4
Tidak Setuju	14	9.0	9.0	97.4
Sangat Tidak Setuju	4	2.6	2.6	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.36 di atas yang merupakan pernyataan bersifat negatif, bisa menjelaskan mengenai kemampuan diri dalam menentukan tingkat kesulitan tugas untuk siswa kelas IX SMP Negeri 1. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat 71 siswa yang memberikan jawaban netral, sementara 51 siswa memilih jawaban setuju menjadi jawaban kedua terbanyak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mempunyai kemampuan diri yang kurang baik dalam menentukan tingkat kesulitan tugas.

Tabel 4.37 Analisis butir X31

Saya merasa dapat menyelesaikan tugas yang tidak terduga di berbagai kategori.

X31

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tidak Setuju	3	1.9	1.9	1.9
Tidak Setuju	27	17.4	17.4	19.4
Netra	101	65.2	65.2	84.5
Setuju	21	13.5	13.5	98.1
Sangat Setuju	3	1.9	1.9	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.37 di atas yang bersifat pernyataan positif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam

menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat pekerjaan lainnya. Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa 101 siswa memberikan jawaban netral. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa mempunyai kemampuan yang cukup saat menghadapi berbagai variasi tugas dan situasi.

Tabel 4.38 Analisis butir X32

Saya yakin bahwa keterampilan saya dapat digunakan dalam situasi yang belum pernah saya alami sebelumnya

		X32			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	.6	.6	.6
	Tidak Setuju	5	3.2	3.2	3.9
	Netra	72	46.5	46.5	50.3
	Setuju	62	40.0	40.0	90.3
	Sangat Setuju	15	9.7	9.7	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.38 di atas yang bersifat pernyataan positif, bisa menjelaskan terkait berbagai variasi tugas dan situasi yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kemampuan siswa dalam menggeneralisasikan pengalamannya secara baik, walaupun masih terdapat pekerjaan lainnya. Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa 72 siswa memberikan jawaban netral, sementara 62 siswa memilih jawaban setuju. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan yang baik dalam menangani berbagai variasi tugas dan situasi.

b. Variabel *Flow Akademik*

Tabel 4.39 Analisis butir Y1

Saya merasa sangat menikmati proses belajar, bahkan ketika tugasnya sulit.

Y1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	9	5.8	5.8	7.1
	Netral	74	47.7	47.7	54.8
	Setuju	51	32.9	32.9	87.7
	Sangat Setuju	19	12.3	12.3	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.39, bisa dijelaskan terkait berkeinginan untuk memperoleh kesenangan dan kepuasan bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan menikmati pelajaran walau dihadapkan oleh tugas yang sulit. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 74 siswa yang memberi jawaban netral, serta 51 siswa yang memberi jawaban setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa merasakan kesenangan dalam aktivitas atau proses belajar secara cukup baik.

Tabel 4.40 Analisis butir Y2

Saya merasa benar-benar terlibat dalam kegiatan belajar yang saya lakukan.

Y2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	4	2.6	2.6	2.6
	Netral	82	52.9	52.9	55.5
	Setuju	60	38.7	38.7	94.2
	Sangat Setuju	9	5.8	5.8	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.40, bisa menjelaskan terkait dorongan agar mencapai kebahagiaan dan kepuasan bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan kegiatan belajar yang dilakukan. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 84 siswa yang memberi jawaban netral, dan 60 siswa yang memberi jawaban setuju.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa merasakan kesenangan dalam aktivitas atau proses belajar secara cukup baik.

Tabel 4.41 Analisis butir Y3

Saya merasa antusias dan penuh energi saat menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Y3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	7	4.5	4.5	5.8
	Netral	80	51.6	51.6	57.4
	Setuju	54	34.8	34.8	92.3
	Sangat Setuju	12	7.7	7.7	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.41 , bisa menjelaskan terkait dengan keinginan untuk memperoleh kegembiraan dan kepuasan bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan rasa antusias menyelesaikan tugas akademik. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 80 siswa yang memberi jawaban netral, serta 54 siswa yang memberi jawaban setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa siswa merasakan kesenangan dalam aktivitas atau proses belajar secara cukup baik.

Tabel 4.42 Analisis butir Y4

Saya merasa terdorong untuk mencari tahu lebih banyak tentang topik yang menarik bagi saya meskipun sudah cukup memahaminya.

Y4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	6	3.9	3.9	3.9
	Netral	60	38.7	39.0	42.9
	Setuju	62	40.0	40.3	83.1
	Sangat Setuju	26	16.8	16.9	100.0
	Total	154	99.4	100.0	
Missing	System	1	.6		
	Total	155	100.0		

Dengan mengacu pada tabel 4.42, bisa menjelaskan terkait siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran yang menunjukkan minat belajar yang baik. Dari data yang diperoleh, terlihat bahwa terdapat 62 siswa yang

memberikan jawaban setuju dan 60 siswa yang memberi jawaban netral. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa mempunyai motivasi intrinsik yang baik.

Tabel 4.43 Analisis butir Y5

Saya belajar bukan hanya untuk mendapatkan nilai, tetapi karena saya menikmati proses pembelajaran itu sendiri.

Y5

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Setuju	4	2.6	2.6	2.6
Netral	38	24.5	24.5	27.1
Setuju	81	52.3	52.3	79.4
Sangat Setuju	32	20.6	20.6	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.43, bisa menjelaskan terkait siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembarans yang menikmati kegiatan atau aktivitas belajar yang sedang mereka lakukan bukan karena ingin mendapat nilai saja. Data di atas menunjukkan bahwa terdapat 81 siswa yang memberikan jawaban setuju, 38 siswa memberikan jawaban netral dengan jawaban terbanyak kedua dan 32 siswa menjawab sangat setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa hampir semua siswa memiliki motivasi intrinsik yang sangat baik.

Tabel 4.44 Analisis butir Y6

Saya bisa bekerja selama berjam-jam pada tugas akademik tanpa merasa terganggu atau lelah.

Y6

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tidak Setuju	3	1.9	1.9	1.9
Tidak Setuju	38	24.5	24.5	26.5
Netral	72	46.5	46.5	72.9
Setuju	36	23.2	23.2	96.1
Sangat Setuju	6	3.9	3.9	100.0
Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.44, bisa menjelaskan terkait siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran yang berkonsentrasi penuh ketika mengerjakan tugas yang diberikan untuk rentang waktu yang lama. Data di atas menunjukkan bahwa terdapat 72 siswa yang memberikan jawaban netral. Dengan demikian, dapat disimpulkan secara umum bahwa mayoritas siswa mampu berkonsentrasi penuh dalam jangka waktu lama dengan cukup.

Tabel 4.45 Analisis butir Y7

Saya sering merasa tidak sadar berapa lama waktu yang telah berlalu ketika saya sedang mengerjakan sesuatu yang menantang secara akademik.

		Y7			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	12	7.7	7.7	7.7
	Netral	80	51.6	51.6	59.4
	Setuju	46	29.7	29.7	89.0
	Sangat Setuju	17	11.0	11.0	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.45, bisa menjelaskan terkait siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran yang berkonsentrasi penuh dan menikmati setiap kegiatan akademik. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 80 siswa yang memberi jawaban netral serta 46 siswa menjawab setuju. Maka, dapat disimpulkan secara umum bahwa sebagian besar siswa dapat fokus sepenuhnya dan menikmati setiap kegiatan akademik dengan cukup baik.

Tabel 4.46 Analisis butir Y8

Saya bisa mempertahankan perhatian penuh saya selama sesi belajar atau diskusi tanpa kehilangan fokus.

Y8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	3	1.9	1.9	1.9
	Tidak Setuju	15	9.7	9.7	11.6
	Netral	97	62.6	62.6	74.2
	Setuju	35	22.6	22.6	96.8
	Sangat Setuju	5	3.2	3.2	100.0
Total		155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.46, bisa menjelaskan terkait siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran yang fokus sepenuhnya saat pelajaran sehingga seluruh perhatian siswa terpusat pada kegiatan akademik. Data di atas menunjukkan bahwa terdapat 97 siswa yang memberi jawaban netral, serta 35 siswa yang memberi jawaban setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mampu fokus sepenuhnya selama pelajaran berlangsung secara cukup baik.

Tabel 4.47 Analisis butir Y9

Saya belajar karena saya sangat tertarik pada materi yang saya pelajari.

Y9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	8	5.2	5.2	5.2
	Netral	58	37.4	37.4	42.6
	Setuju	59	38.1	38.1	80.6
	Sangat Setuju	30	19.4	19.4	100.0
Total		155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.47 di atas, bisa menjelaskan terkait siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran yang menunjukkan minat belajar yang baik. Dari data yang diperoleh, terlihat bahwa terdapat 59 siswa yang memberi jawaban setuju dan 58 siswa yang memberi jawaban netral. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa mempunyai motivasi intrinsik yang baik.

Tabel 4.48 Analisis butir Y10

Ketika mengerjakan tugas akademik, saya benar-benar mengikutinya dalam aktivitas tersebut.

Y10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	4	2.6	2.6	2.6
	Netral	83	53.5	53.5	56.1
	Setuju	55	35.5	35.5	91.6
	Sangat Setuju	13	8.4	8.4	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.48, bisa menjelaskan terkait keinginan untuk meraih kebahagiaan dan kepuasan bagi siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan menyimak pelajaran yang diterangkan. Data di atas menunjukkan bahwa terdapat 83 siswa yang memberikan jawaban netral, dan 55 siswa yang memberi jawaban setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa merasakan kesenangan dalam aktivitas atau proses belajar secara cukup baik.

Tabel 4.49 Analisis butir Y11

Saya merasa termotivasi untuk melakukan yang terbaik karena saya ingin menguji batas kemampuan saya sendiri.

Y11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	3	1.9	1.9	1.9
	Netral	42	27.1	27.1	29.0
	Setuju	61	39.4	39.4	68.4
	Sangat Setuju	49	31.6	31.6	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Dengan mengacu pada tabel 4.49 , bisa menjelaskan terkait siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran yang mempunyai motivasi dalam melakukan hal-hal baru. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat terdapat 61 siswa yang memberi jawaban setuju dan 49 siswa yang menjawab sangat

setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa memiliki motivasi intrinsik yang sangat baik.

5. Kategorisasi Data

Pada bagian ini akan dipaparkan data hasil tanggapan responden yang berfungsi untuk memperjelas hasil pembahasan. Dengan Gambaran data responden, penuliti dapat mengetahui bagaimana kondisi sub variabel yang diteliti. Penelitian ini akan dianalisis masing-masing sub variabel secara deskriptif dengan menggunakan perhitungan pengkategorian. Untuk memudahkan penulis dalam menginterpretasikan data penelitian, klasifikasi data penelitian dibuat menggunakan distribusi frekuensi dengan interval yang sesuai.

Langkah pertama yang dilakukan yaitu peneliti menjumlahkan hasil data setiap responden pada setiap sub variabel, kemudian membuat kategori hasil data kuesioner. Data penelitian ini dibagi ke dalam tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Selanjutnya, peneliti menentukan nilai indeks minimum, maksimum dan jarak interval menggunakan rumus sebagai berikut :

- Nilai Maksimum = Skor tertinggi x Jumlah pertanyaan
- Nilai Minimum = Skor terendah x Jumlah pertanyaan
- Interval = Nilai maksimum – Nilai minimum
- Jarak Interval = Hasil interval : Jumlah kategori

Pengkategorian jawaban responden ini menggunakan skor ideal, sehingga nilai terbesar diperoleh dari = skor maksimum (5) x jumlah pertanyaan. Sedangkan nilai terendah diperoleh dari = skor minimum(1) x jumlah pertanyaan

Setelah jarak interval diketahui, maka peneliti mengetahui jarak interval setiap kategorinya. Lalu, data yang didapatkan dari kuesioner diklasifikasikan ke dalam tiga kategori sesuai letak jarak intervalnya.

a. Analisis Data Penelitian Variabel *Self Efficacy*

Kuesioner yang diajukan terdiri dari 32 pertanyaan yang disebarakan kepada 155 responden dan nilai pertanyaan 1-5 dengan keterangan 1 =

sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = netral, 4 = setuju dan 5 = sangat setuju.

Cara menentukan jarak interval setiap kategori pada variabel *Self Efficacy* digunakan perhitungan sebagai berikut :

- Nilai Maksimum = Skor maksimum x Jumlah pertanyaan
= 5 x 32 = 160
- Nilai Minimum = Skor minimum x Jumlah pertanyaan
= 1 x 32 = 32
- Interval = Nilai maksimum – Nilai minimum
= 160 – 32 = 128
- Jarak Interval = Interval : Jumlah kategori
= 128 : 3 = 42,6666 = 43

Sehingga diperoleh interval skor untuk menentukan masing-masing kategori, sebagai berikut :

Tabel 4.50 Kategori Interpretasi Skor Variabel *Self Efficacy*

Rentang Nilai	Kategori
32 – 75	Rendah
76 – 119	Sedang
120 – 160	Tinggi

Berikut merupakan tanggapan responden mengenai Variabel *Self Efficacy* :

Tabel 4.51 Tanggapan Responden Mengenai

Sub Variabel *Self Efficacy*

No	<i>Self Efficacy</i>	f	%
1	Tinggi	13	8,4%

2	Sedang	142	91,6%
3	Rendah	0	0%
Total		155	100

Berdasarkan hasil dari tabel 4.51, dapat dilihat bahwa hampir semua responden pada variabel *self efficacy* masuk pada kategori sedang yaitu 142 responden dengan presentase sebesar 91,6% kemudian yang termasuk ke dalam kategori tinggi terdapat 13 responden dengan presentase 8,4% serta tidak ada responden yang masuk dalam kategori rendah. Hal ini menggambarkan bahwa mayoritas responden mempunyai *self efficacy* sedang.

b. Analisis Data Penelitian Variabel *Flow Akademik*

Kuesioner yang diajukan terdiri dari 11 pertanyaan yang disebarkan kepada 155 responden dan nilai pertanyaan 1-5 dengan keterangan 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = netral, 4 = setuju dan 5 = sangat setuju.

Cara menentukan jarak interval setiap kategori pada variabel *Flow Akademik* digunakan perhitungan sebagai berikut :

- Nilai Maksimum = Skor maksimum x Jumlah pertanyaan
= 5 x 11 = 55
- Nilai Minimum = Skor minimum x Jumlah pertanyaan
= 1 x 11 = 11
- Interval = Nilai maksimum – Nilai minimum
= 55 – 11 = 44
- Jarak Interval = Interval : Jumlah kategori
= 44 : 3 = 14,6666 = 15

Sehingga diperoleh interval skor untuk menentukan masing-masing kategori, sebagai berikut :

Tabel 4.52 Kategori Interpretasi Skor Variabel *Flow* Akademik

Rentang Nilai	Kategori
11 – 26	Rendah
27 – 42	Sedang
43 – 55	Tinggi

Berikut merupakan tanggapan responden mengenai Variabel *Flow* Akademik :

Tabel 4.53 Tanggapan Responden Mengenai Sub Variabel *Flow* Akademik

No	<i>Self Efficacy</i>	f	%
1	Tinggi	30	19,4%
2	Sedang	125	80,6%
3	Rendah	0	0%
Total		155	100

Berdasarkan hasil dari tabel 4.53, dapat dilihat bahwa hampir semua responden pada variabel *flow* akademik masuk pada kategori sedang yaitu 125 responden dengan presentase sebesar 80,6% kemudian yang termasuk ke dalam kategori tinggi terdapat 30 responden dengan presentase 19,4% serta tidak ada responden yang masuk dalam kategori rendah. Hal ini menggambarkan bahwa mayoritas responden mempunyai *flow* akademik sedang.

6. Uji Korelasi *Product Moment*

Tabel 4.54 Hasil Uji Korelasi *Product Moment* dari SPSS

Correlations			
		Flow Akademik (Y)	Self Efficacy (X)
Flow Akademik (Y)	Pearson Correlation	1	.597**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	155	155
Self Efficacy (X)	Pearson Correlation	.597**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	155	155

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

Dengan mengacu pada tabel 4.61, hasil tes yang dilaksanakan menggunakan *product moment* dengan menggunakan aplikasi *SPSS versi 23*, menyatakan bahwa studi yang dilaksanakan pada 251 siswa dengan sampel 155 siswa kelas 9 SMP Negeri 1 Kembaran didapatkan nilai r hitung sebesar 0,597, sementara rumus $N-2 = r$ digunakan untuk memperoleh skor r tabel, yaitu $155-2 = 153$, sehingga didapat nilai r tabel sebesar 0,157 dengan tingkat signifikansi 0,05 yang setara dengan 5%. Berdasarkan skor yang dihasilkan, dapat disimpulkan bahwa nilai r hitung sebesar 0,597 dan r tabel sebesar 0,157, yang berarti $0,597 > 0,157$. Hal ini menyebabkan diterimanya hipotesis alternatif (H_a) dan ditolaknya hipotesis nol (H_o). Dari skor, hasil tersebut juga terlihat signifikansi (sig) yang menunjukkan nilai $0,000 < 0,05$, yang mengindikasikan adanya korelasi yang signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan *flow akademik*.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari data tersebut, bisa diketahui tingkat korelasi antara dua variabel tersebut, yaitu *self-efficacy* dengan *flow akademik*, dengan merujuk pada nilai koefisien korelasi yang terdapat di tabel tersebut. Hasil pengujian menggunakan *Pearson Product Moment* di atas menunjukkan bahwa hasil r hitung sebesar 0,597, yang terletak dalam rentang 0,40 – 0,599. Hal ini menandakan bahwa korelasi antara *self-efficacy* dengan *flow akademik* terletak pada tingkat hubungan yang sedang terhadap siswa kelas 9 SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas.

7. Uji Deskriptif

Tabel 4.55 Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self Efficacy (X)	155	79	136	105.52	9.714
Flow Akademik (Y)	155	28	53	38.83	4.788
Valid N (listwise)	155				

Berdasarkan Hasil Uji Deskriptif di atas, dapat digambarkan distribusi data yang di dapat oleh peneliti yaitu :

a. Variabel *Self Efficacy* (X):

1) Nilai Minimum: 79

Nilai minimum menunjukkan skor terendah yang diperoleh pada variabel *Self Efficacy*. Ini berarti bahwa responden dengan nilai *self-efficacy* terendah memperoleh nilai sebesar 79.

2) Nilai Maksimum: 136

Nilai maksimum menunjukkan skor tertinggi yang diperoleh pada variabel *Self Efficacy*. Dalam hal ini, responden dengan nilai *self-efficacy* tertinggi memperoleh nilai sebesar 136.

3) Nilai Rata-Rata (Mean): 105,52

Rata-rata menunjukkan nilai pusat dari distribusi data untuk variabel *Self Efficacy*. Nilai rata-rata 105,52 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor *Self Efficacy* di sekitar angka ini.

4) Standar Deviasi: 9,714

Standar deviasi mengukur seberapa besar variasi atau penyebaran data terhadap nilai rata-rata. Dalam hal ini, standar deviasi sebesar 9,714 menunjukkan bahwa terdapat variasi yang cukup besar antara nilai *Self*

Efficacy individu terhadap nilai rata-rata 105,52. Artinya, sebagian besar responden memiliki skor yang berada dalam rentang sekitar 9,7 poin dari rata-rata.

Interpretasi:

- Variabel *Self Efficacy* memiliki distribusi data yang relatif tersebar cukup luas dengan standar deviasi yang cukup besar (9,714). Ini menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat *self-efficacy* yang bervariasi, dari skor terendah 79 hingga skor tertinggi 136.
- Nilai rata-rata yang berada di angka 105,52 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada di sekitar angka tersebut dalam hal tingkat keyakinan terhadap kemampuan diri.

b. Variabel *Flow Akademik* (Y):

1) Nilai Minimum: 28

Nilai minimum pada variabel *Flow Akademik* menunjukkan bahwa skor terendah yang diperoleh adalah 28. Ini menggambarkan bahwa ada responden yang mengalami tingkat *flow* akademik yang rendah.

2) Nilai Maksimum: 53

Nilai maksimum menunjukkan skor tertinggi pada variabel *Flow Akademik*, yaitu 53. Ini menggambarkan bahwa ada responden yang mengalami tingkat *flow* akademik yang sangat tinggi.

3) Nilai Rata-Rata (Mean): 38,83

Nilai rata-rata untuk variabel *Flow Akademik* adalah 38,83. Ini berarti bahwa mayoritas responden memiliki tingkat *flow* akademik yang berkisar di sekitar angka tersebut, dengan nilai lebih rendah dari rata-rata menunjukkan rendahnya pengalaman *flow* akademik dan nilai lebih tinggi menunjukkan pengalaman *flow* akademik yang lebih baik.

4) Standar Deviasi: 4,788

Standar deviasi sebesar 4,788 menunjukkan bahwa terdapat variasi dalam distribusi data *Flow Akademik*. Meskipun tidak sebesar pada variabel *Self Efficacy*, standar deviasi ini masih menggambarkan adanya variasi yang moderat pada tingkat pengalaman flow akademik antar responden.

Interpretasi:

- Variabel *Flow Akademik* menunjukkan variasi yang lebih kecil dibandingkan dengan variabel *Self Efficacy*, dengan rentang skor yang lebih sempit (28 hingga 53).
- Rata-rata 38,83 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada di tingkat yang moderat dalam pengalaman *flow* akademik, meskipun ada responden yang mengalami tingkat *flow* yang lebih rendah atau lebih tinggi.
- Dengan standar deviasi 4,788, meskipun ada variasi, mayoritas responden masih berada cukup dekat dengan nilai rata-rata *flow* akademik.

Kesimpulan:

Berdasarkan hasil analisis deskriptif di atas, dapat disimpulkan bahwa:

- ✓ **Variabel *Self Efficacy* (X)** menunjukkan distribusi data yang lebih luas, dengan nilai minimum 79 dan maksimum 136. Rata-rata *self-efficacy* adalah 105,52, dengan penyebaran data yang cukup besar (standar deviasi 9,714), yang menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat keyakinan diri yang bervariasi.
- ✓ **Variabel *Flow Akademik* (Y)** memiliki distribusi data yang lebih sempit, dengan nilai minimum 28 dan maksimum 53. Rata-rata *flow* akademik adalah 38,83, dengan standar deviasi 4,788, yang menunjukkan variasi sedang dalam tingkat pengalaman *flow* akademik antar responden.

Secara keseluruhan, kedua variabel ini menunjukkan adanya variasi, namun variabel *Self Efficacy* memiliki distribusi yang lebih luas dibandingkan dengan *Flow Akademik*.

6. Pembahasan Penelitian

Penelitian dilakukan dalam rangka menganalisis hubungan antara *self efficacy* dengan *flow akademik* pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas. Dengan populasi sejumlah 251 siswa kelas IX yang kemudian melalui perhitungan dengan menggunakan rumus Slovin dan ditemukan jumlah sampel yang dibutuhkan sebanyak 155 siswa. Metode pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket kepada responden, yang berikutnya dihitung memakai metode skala Likert. Instrumen tersebut terdiri dari 32 pernyataan untuk *self-efficacy* sebagai variabel X, serta 11 pernyataan untuk *flow akademik* sebagai variabel Y. Berdasarkan respon responden, pengolahan data dilakukan menggunakan *Microsoft Excel dan SPSS versi 23*.

Mengacu pada hasil perhitungan nilai, pengujian dengan menggunakan *Product Moment* menunjukkan bahwa hasil r hitung (0,597) lebih tinggi nilainya dibandingkan dengan r tabel (0,157), disertai dengan nilai signifikansi (sig) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan *flow akademik* pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas, maka berdasarkan hasil yang didapatkan, hipotesis alternatif (H_a) disetujui. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh positif terhadap *flow akademik*. *Self efficacy* yang tinggi berhubungan dengan *flow akademik* yang lebih baik, yang mencerminkan keyakinan siswa terhadap kemampuan diri mereka dalam menghadapi tantangan akademik. Ketika siswa merasa yakin terhadap kemampuannya, mereka akan lebih termotivasi untuk belajar, mengerjakan tugas, dan lebih fokus dalam menjalani aktivitas akademik. Sebaliknya, jika rasa percaya diri rendah, siswa cenderung merasa tidak mampu menghadapi tantangan, yang dapat menghambat proses belajar mereka dan menyebabkan penurunan dalam tingkat *flow*.

Dari hasil yang didapatkan sesuai dengan studi terdahulu yang dikerjakan oleh Nur Azizah Hasanah⁷³ dari riset yang dilakukannya yaitu terdapat korelasi antara *self efficacy* dengan *flow* pada santri penghafal Al-Qur'an di Ponpes Ath-Thohiriyyah Kabupaten Banyumas. Begitu pula riset yang dilakukan Purwati⁷⁴ terkait *self-efficacy* serta *flow* akademik yang dipunyai oleh peserta didik program akselerasi, hasil penelitian menyatakan terdapat keterkaitan positif antara dua variabel yang digunakan. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara *self-efficacy* dan *flow* akademik bersifat berbanding lurus. Artinya, pada saat terjadinya peningkatan *self-efficacy*, maka *flow* akademik siswa juga akan meningkat. Tingkat kepercayaan diri yang tinggi bisa mendorong siswa agar berusaha lebih keras dalam mengerjakan tugas dan belajar dengan lebih giat. Temuan ini sejalan dengan hasil riset yang peneliti lakukan, yang juga menemukan adanya korelasi positif antara *self-efficacy* dan *flow* akademik pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Khilmatun Nisa⁷⁵ menunjukkan hasil yaitu *self-efficacy* siswa mempunyai dampak yang signifikan pada keterampilan penalaran matematis siswa. Berdasarkan hasil analisis, dampak *self-efficacy* pada keterampilan penalaran matematis siswa tercatat sebesar 9,5%, sementara selebihnya, yaitu 90,5%, terpengaruh oleh faktor lain di luar kemampuan penalaran matematis. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *self-efficacy* berperan penting, faktor-faktor lain juga berkontribusi besar terhadap kemampuan penalaran matematis siswa.

Temuan ini mendukung teori yang menyatakan bahwa *self efficacy*, yang menunjukkan keyakinan pribadi terhadap kemampuannya dalam mewujudkan tujuan, memegang peranan penting dalam meningkatkan keterlibatan dan pengalaman *flow* dalam konteks akademik. *Flow* akademik adalah keadaan di mana siswa sepenuhnya terlibat dan fokus dalam kegiatan akademiknya, yang pada gilirannya meningkatkan hasil belajar mereka.

⁷³ Nur Azizah Hasanah, *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Pada Santri Penghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah Kabupaten Banyumas*, 2022, III.

⁷⁴ Purwati and Akmaliyah.

⁷⁵ Nisa.

Temuan ini selaras dengan teori **Albert Bandura** tentang *self-efficacy*, yang menekankan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam suatu tugas sangat memengaruhi perilaku, motivasi, dan pencapaiannya. Bandura menyatakan bahwa *self-efficacy* berperan sebagai prediktor utama dalam menentukan bagaimana seseorang menghadapi tantangan, bertahan dalam kesulitan, dan mencapai tujuan. Dalam konteks akademik, *self-efficacy* memiliki hubungan erat dengan *flow* akademik, yaitu kondisi optimal di mana siswa sepenuhnya terlibat, fokus, dan menikmati proses belajar. Teori Bandura menjelaskan bagaimana *self-efficacy* memainkan peran kunci dalam meningkatkan keterlibatan siswa, memfasilitasi pengalaman *flow* akademik, dan pada akhirnya berkontribusi pada hasil belajar yang lebih baik. Hal ini menunjukkan pentingnya intervensi yang dirancang untuk meningkatkan *self-efficacy*, seperti memberikan umpan balik yang konstruktif, menetapkan tujuan yang realistis, dan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung.

Temuan ini juga mendukung teori yang dikemukakan oleh **Arnold Bakker**. Menurut Bakker, keterlibatan (*engagement*) dan pengalaman *flow* dapat dipengaruhi oleh interaksi antara tuntutan (*demands*) dan sumber daya (*resources*) yang dimiliki individu. Dalam konteks ini, *self-efficacy* dapat dianggap sebagai salah satu sumber daya pribadi (*personal resources*) yang berperan penting dalam memfasilitasi keterlibatan siswa dan pengalaman *flow*. Dengan demikian, teori Bakker memperkuat pemahaman tentang peran *self-efficacy* dalam menciptakan keterlibatan dan pengalaman *flow* akademik. Intervensi yang meningkatkan *self-efficacy*, seperti memberikan dukungan emosional, pelatihan keterampilan belajar, dan umpan balik yang membangun, dapat membantu siswa mencapai kondisi optimal ini, sehingga meningkatkan kualitas belajar mereka.

Secara lebih mendalam, *self efficacy* dapat mempengaruhi perilaku siswa dalam proses belajar mengajar. Ketika siswa memiliki rasa percaya diri yang tinggi, mereka lebih mampu mengatasi hambatan dan tantangan yang

dihadapi dalam belajar, seperti tugas yang banyak, pelajaran yang sulit, atau gangguan dalam proses belajar. Sebaliknya, siswa yang memiliki *self efficacy* rendah cenderung merasa tidak mampu dan enggan untuk mencoba menyelesaikan tugas-tugas tersebut, yang berdampak pada penurunan motivasi dan hasil belajar mereka.

Selain hasil penelitian yang menunjukkan hubungan positif antara *self efficacy* dengan *flow* akademik, terdapat beberapa faktor eksternal dan internal yang dapat mempengaruhi tingkat *self efficacy* siswa. Misalnya, kurangnya rasa percaya diri terhadap kemampuan diri, kesulitan dalam menghadapi materi pelajaran, atau gangguan luar seperti masalah keluarga atau sosial. Ketika siswa merasa tidak yakin dengan kemampuan dirinya, mereka cenderung merasa kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, yang akhirnya mengurangi pengalaman *flow* mereka dalam belajar. Hal ini sering kali disebabkan oleh:

- Pengalaman negatif sebelumnya, seperti kegagalan dalam menyelesaikan tugas serupa.
- Kurangnya dukungan atau umpan balik positif dari lingkungan, seperti guru, teman, atau keluarga.
- Perbandingan sosial, di mana siswa merasa kemampuan mereka lebih rendah dibandingkan teman-teman mereka.

Dampaknya, siswa mungkin menghindari tantangan, merasa cemas, atau bahkan menyerah sebelum mencoba. Akibatnya, potensi mereka untuk berkembang tidak sepenuhnya tergali.

Selain itu, faktor lainnya yang berpotensi menghambat *self efficacy* adalah kurangnya konsentrasi dalam belajar, misalnya ketika siswa merasa tertekan dengan banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu yang terbatas. Hal ini dapat mengurangi kualitas *flow* akademik mereka, yang pada

gilirannya berdampak negatif pada hasil belajar siswa. Beberapa faktor yang memengaruhi hal ini meliputi:

- **Kelelahan mental dan fisik:** Kurangnya istirahat yang cukup atau beban belajar yang terlalu berat.
- **Lingkungan belajar yang tidak kondusif:** Misalnya, suasana yang bising atau kurangnya fasilitas belajar yang memadai.
- **Kurangnya manajemen waktu:** Ketidakmampuan mengatur jadwal belajar yang efektif dapat membuat siswa merasa terburu-buru atau kewalahan.
- **Gangguan teknologi:** Seperti penggunaan ponsel atau media sosial yang berlebihan saat belajar.

Akibat dari kurangnya konsentrasi ini adalah tugas tidak terselesaikan dengan optimal, peningkatan stres, dan hasil belajar yang kurang memuaskan.

Kedua faktor ini saling berkaitan dan dapat memengaruhi kemampuan peserta didik dalam mengoptimalkan potensi diri mereka, terutama dalam bidang yang membutuhkan pemikiran kritis, seperti matematika. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan strategi yang dapat meningkatkan *self-efficacy* dan konsentrasi, misalnya melalui pelatihan keterampilan manajemen waktu, pemberian dukungan emosional, dan menciptakan lingkungan belajar yang positif.

Berdasarkan hasil penelitian ini, penting bagi pendidik dan pihak sekolah untuk meningkatkan *self efficacy* siswa sebagai langkah untuk mendukung *flow* akademik mereka. Beberapa cara untuk meningkatkan *self efficacy* siswa antara lain dengan memberikan umpan balik positif, memberi tantangan yang sesuai dengan kemampuan siswa, serta menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kepercayaan diri siswa. Dengan meningkatkan *self efficacy*, siswa akan merasa lebih percaya diri, lebih termotivasi untuk belajar, dan lebih mudah mengalami *flow* dalam aktivitas akademik mereka, yang akhirnya akan meningkatkan hasil belajar mereka secara keseluruhan. x

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Mengacu pada pengujian yang dilakukan dengan menggunakan *product moment* dengan menggunakan *SPSS versi 23*, riset yang dilaksanakan terhadap siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran dengan jumlah sampel 155 siswa menghasilkan skor *r* hitung sebesar 0,597. Sementara itu, rumus $N-2 = r$ digunakan untuk memperoleh nilai *r* tabel, yaitu $155-2 = 153$, sehingga dihasilkan skor *r* tabel sebesar 0,157 dengan tingkat signifikansi 0,05 atau setara dengan 5%. Dengan memperhatikan skor yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa skor *r* hitung (0,597) lebih besar daripada skor *r* tabel (0,157), yang berarti hipotesis alternatif (*H_a*) diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas. Hasil ini juga didukung oleh skor signifikansi (*sig*) sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, yang mengindikasikan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kedua variabel yang diuji, yaitu *self-efficacy* dan *flow* akademik.

Dan beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya dalam kegiatan belajar, yaitu kurangnya rasa percaya akan kemampuan diri ketika dihadapkan pada masalah yang dianggap sulit dan kurangnya konsentrasi belajar ketika dituntut untuk mengerjakan tugas akademik dalam jangka waktu yang lama. Kedua faktor ini saling berkaitan dan dapat memengaruhi kemampuan siswa untuk mengembangkan potensi mereka, terutama dalam bidang yang membutuhkan pemikiran kritis, seperti matematika. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan strategi yang dapat meningkatkan *self-efficacy* dan konsentrasi, misalnya melalui pelatihan keterampilan manajemen waktu, pemberian dukungan emosional, dan menciptakan lingkungan belajar yang positif.

B. Saran

1. Bagi siswa kelas IX

Sebagai renungan bagi siswa khususnya kelas IX baik siswa yang mempunyai tingkat *self-efficacy* tinggi maupun rendah dapat mempertahankan dan meningkatkan *flow* akademik pada saat kegiatan belajar agar bisa mendapatkan hasil yang terbaik.

2. Bagi Guru

Guru perlu mengembangkan strategi pembelajaran aktif yang menyenangkan dan interaktif. Memberikan pujian dan umpan balik positif juga dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa. Selain itu, guru perlu membantu siswa mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan, serta mengembangkan kemampuan problem-solving. Dengan demikian, siswa dapat merasa percaya diri dan termotivasi untuk belajar.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat sebagai bahan referensi dan bagi penelitian selanjutnya melakukan penelitian menggunakan variabel independent yang berbeda agar dapat mengetahui selain *self efficacy* apa lagi yang dapat mempengaruhi *flow* akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- (BBPMP), Balai Besar Penjaminan Mutu Pendidikan, 'Profil Pendidikan Kabupaten Banyumas', 2023 <<https://bbpmpjateng.kemdikbud.go.id/profil-pendidikan-kabupaten-banyumas/>> [accessed 6 August 2024]
- Aini, Nabila Qurrotu, and Irfan Fahriza, 'Flow Akademik Pada Pendidikan', 13.3 (2020), pp. 369–76, doi:10.33541/jdp.v12i3.1295
- Amanda, Livia, Ferra Yanuar, and Dodi Devianto, 'Uji Validitas Dan Reliabilitas Tingkat Partisipasi Politik Masyarakat Kota Padang', *Jurnal Matematika UNAND*, 8.1 (2019), p. 179, doi:10.25077/jmu.8.1.179-188.2019
- Arif, Karolina, 'Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Flow Akademik', *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2.1 (2014), pp. 1–12
- Astuti, Puji, 'Penggunaan Metode Black Box Testing (Boundary Value Analysis) Pada Sistem Akademik (Sma/Smk)', *Faktor Exacta*, 11.2 (2018), p. 186, doi:10.30998/faktorexacta.v11i2.2510
- Firdaus, Ar Rizal Fikri, 'Hubungan Flow Akademik Dengan Self Efficacy Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Angkatan 2016 UIN Malang Yang Sedang Mengerjakan Skripsi', *Skripsi*, 2020
- Gatari, Annisa, 'Hubungan Stres Akademik Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa', *Cognicia*, 8.1 (2020), pp. 79–89, doi:10.22219/cognicia.v8i1.11739
- Global, Prestasi, 'Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)', 2021 <https://www.prestasiglobal.id/karakteristik-siswa-sekolah-menengah-pertama/?utm_source=chatgpt.com>
- Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Ria Rahmatul Istiqomah, Roushandy Asri Fardani, Dhika Juliana Sukmana, Nur Hikmatul Auliya, *Buku Metode Penelitian Kualitatif*, ed. by AK Husnu Abadi, A.Md., *Revista Brasileira de Linguística Aplicada*, Cetakan I (CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta, 2020), v <<https://www.researchgate.net/profile/Assoc->

Prof-

Msi/publication/340021548_Buku_Metode_Penelitian_Kualitatif_Kuantitatif
/links/5e72e011299bf1571848ba20/Buku-Metode-Penelitian-Kualitatif-
Kuantitatif.pdf>

Hasanah, Nur Azizah, *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Pada Santri Penghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Ath-Thohiriyah Kabupaten Banyumas*, 2022, III

Istivaiyah, Laelatul, 'Hubungan Antara Self Efficacy Akademik Dengan Flow Akademik Pada Siswa SMA Negeri 1 Rumbio Jaya', *Skripsi*, 2020, pp. 1–115 <<https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/938/726>>

Janna, Nilda Miftahul, and Herianto, 'Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPSS', *Jurnal Darul Dakwah Wal-Irsyad (DDI)*, 18210047, 2021, pp. 1–12

Jaya, I Made Laut Mertha, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif: Teori, Penerapan, Dan Riset Nyata* (Quadrant, 2020)

Kemala, Elsa, Jehan Safitri, and Rika Vira Zwagery, 'Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dengan Flow Akademik Pada Peserta Didik Kelas Ix Smp Negeri 1 Banjarbaru', *Jurnal Kognisia*, 1.2 (2018), pp. 60–64

Kemdikbud, 'Data Peserta Didik' <<https://dapo.kemdikbud.go.id/pd/2/030200>> [accessed 10 October 2024]

Khaatimah, Husnul, Restu Wibawa, Teknologi Pendidikan, and F I P Ikip Mataram, 'Sebesar 6,884 Dan T', 2 (2017), pp. 76–87 <<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jtp/article/view/596/557>>

Lesmana, Teguh, 'Hubungan Antara Academic Self-Concept Dan Academic Self-Efficacy Dengan Flow Pada Mahasiswa Universitas X', *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6 (2019), pp. 117–34, doi:10.24854/jpu02019-245

Lianto, Lianto, 'Self-Efficacy: A Brief Literature Review', *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15.2 (2019), p. 55, doi:10.29406/jmm.v15i2.1409

Marddiyah, Ayu, *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Hasil Belajar IPA Peserta*

- Didik Kelas VI MIN 14 Al-Azhar Asy-Syarif Indonesia, Skripsi, 2022*
- Mardiatmoko, Gun, 'Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda', *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14.3 (2020), pp. 333–42, doi:10.30598/barekengvol14iss3pp333-342
- Masviah, Rizka Jannatul, and Lely Ika Mariyati, 'Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Religiusitas Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo', *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper Mahasiswa "Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental Dalam Penyelesaian Pandemi Covid 19: Tinjauan Multidisipliner" Fakultas*, April, 2021, pp. 160–72
- Merpati, Temiks, Apeles Lexi Lonto, and Julien Biringan, 'Kreativitas Guru Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Smp Katolik Santa Rosa Siau Timur Kabupaten Sitaro', *Jurnal Civic Education: Media Kajian Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 2.2 (2018), p. 55, doi:10.36412/ce.v2i2.772
- Muaja, F G, I Trang, and G G Lumintang, 'Pengaruh Organizational Citizenship Behavior (Ocb), Job Satisfaction, Dan Affective Commitment Terhadap Turnover Intention Karyawan Pt. Suzuki Finance Manado the Effects of Organizational Citizenship Behavior (Ocb), Job Satisfaction, and Affective Commitm', *714 Jurnal EMBA*, 9.1 (2021), pp. 715–23
- Ningtyas, Wahyu Dewi, and Dwi Nastiti, 'The Relationship Between Achievement Motivation and Academic Flow in Middle School Students of Muhammadiyah 8 Tanggulangin Sidoarjo during the Covid-19 Pandemic', *Journal of Islamic and Muhammadiyah Studies*, 2 (2022), pp. 1–8, doi:10.21070/jims.v2i0.1541
- Nisa, Khilmatun, 'Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kemampuan Penalaran Matematis Siswa Kelas VIII MTs Negeri 1 Cilacap[Skripsi]', *Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto*, 2023, p. 105
- Nursyamsi, Fitria Rahmi, and Dyni Amenike, 'Flow Pada Mahasiswa Aktif Berorganisasi Di Universitas Andalas', *Psikologi Positif Menuju Mental Wellness*, 2012, 2020, pp. 145–51
- Paryontri, Ramon Ananda, Ghozali Rusyid Affandi, and Sulis Suprapti, 'Peranan

- School Well-Being Pada Flow Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama', *Psikodimensia*, 20.2 (2021), pp. 196–206, doi:10.24167/psidim.v20i2.3708
- Purwati, Eni, and Mashubatul Akmaliah, 'Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Akademik Pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo', *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3.2 (2016), pp. 249–60, doi:10.15575/psy.v3i2.1113
- Qurrotu Aini, Nabila, and Ipah Saripah, 'Aspek-Aspek Flow Akademik', *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3.2 (2019), pp. 43–51 <http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling>
- Rabbani, Mochammad Raihan, and Hedi Wahyudi, 'Pengaruh Academic Self-Efficacy Terhadap Stress Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi', *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3.1 (2023), pp. 202–11, doi:10.29313/bcsps.v3i1.5188
- Ratri Nugrahani, 'Hubungan Self-Efficacy Dan Motivasi Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Se-Kecamatan Danureja Yogyakarta', 2013
- Rikomah, Setya Enti, Devi Novia, and Septiana Rahma, 'Gambaran Penggunaan Antibiotik Pada Pasien Pediatri Infeksi Saluran Pernapasan Akut (Isipa) Di Klinik Sint. Carolus Bengkulu', *Jurnal Ilmiah Mamuntung*, 4.1 (2018), pp. 28–35, doi:10.51352/jim.v4i1.134
- Sakinati, Mutia Bintan, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Self-Efficacy Pada Mahasiswa Santri Putri Di Pondok Pesantren Al-Amin ...', 2020 <https://eprints.uinsaizu.ac.id/8683/1/COVER_BAB_1_BAB_V_DAFTAR_PUSTAKA.pdf>
- Santoso, Melisa, 'Self-Efficacy Dan Flow Akademik Ditinjau Dari Temporal Motivation Theory Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi', *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3.1 (2014), pp. 1–12 <<https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1895/1510>>
- Shobah, Nurul Lailatus, 'Hubungan Antara Sense Of Humor Dosen Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya', *Skripsi*

- (Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019)
- Sopiyanti, Fina, 'Pengaruh Self Efficacy Terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa', *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4.1 (2018), pp. 289–304, doi:10.15575/psy.v4i1.2197
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Alfabeta, 2017)
- Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan: Kompetensi Dan Praktiknya* (Bumi Aksara, 2003)
- Sumargo, Bagus, *Teknik Sampling* (UNJ Press, 2020)
<https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=FuUKEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=penjelasan+random+sampling&ots=nzWj4M_uaQ&sig=GlrYC7pxIX98EEIFeEN3Hr8vVVw&redir_esc=y#v=onepage&q=penjelasan+random+sampling&f=false>
- Suryaningsih, Andari, 'Hubungan Antara Optimisme Dan Self Efficacy Dengan Flow Akademik Siswa SMA', *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5.1 (2016), pp. 1–22
<<https://core.ac.uk/reader/42962539>>
- Suryaratri, Ratna Dyah, Gantina Komalasari, and Gita Irianda Medellu, 'The Role of Academic Self-Efficacy and Social Support in Achieving Academic Flow in Online Learning', *International Journal of Technology in Education and Science*, 6.1 (2022), pp. 164–77, doi:10.46328/ijtes.345
- Tandon, Tanya, 'A Study on Relationship between Self Efficacy and Flow at Work among Young Adults', *International Journal of Indian Psychology*, 4.4 (2017), doi:10.25215/0404.069
- Taniredja, Tukiran, and Hidayati Mustafidah, *Penelitian Kuantitatif: Sebuah Pengantar* (Alfabeta, 2011)
- Toharotusari, Siti Waqi'atu, 'Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Flow Akademik Dengan Self Efficacy Sebagai Mediator Pada Siswa Kelas Vii Unggulan Mtsn 2 Kota Kediri', *Skripsi*, 2023
- vera widya, 'Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh Yang Mengikuti Perkuliahan Daring Selama Pandemi Covid-19', *Skripsi*, 2021



LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran Surat Ijin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH
Jalan Jenderal A. Yani No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
www.unsaizu.ac.id

Nomor : 3350/Un.19/FD.WD.1/PP05.3/11/2024 Purwokerto, 19 November 2024
Lampiran : 1 (satu) bendel
Hal : Permohonan Ijin Riset Individual

Kepada Yth.
Kelapa Sekolah

di - Tempat

Assalamu'alaikum. Wr. Wb

Diberitahukan dengan hormat bahwa dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan Penelitian Mahasiswa, maka kami mohon dengan hormat kepada Bapak /Ibu berkenan untuk memberikan ijin riset kepada mahasiswa kami sebagai berikut:

Nama : Aditya Putra Wicaksana
NIM : 1917101169
Semester : 11
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Alamat : Jalan Rambutan II No 18 blok i-4 RT05/RW06 PGTSI
Judul : Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Akademik Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas

Adapun riset tersebut akan dilaksanakan dengan ketentuan sebagai berikut:

Obyek : Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Flow Akademik Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kembaran Banyumas
Tempat / Lokasi : SMP Negeri 1 Kembaran
Tanggal Riset : 2024-11-19 - 2024-12-19
Metode : Observasi, Wawancara, Dokumentasi

Kemudian atas ijin dan perkenan dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb

a.n. Dekan
Wakil Dekan I

Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si
NIP. 197911152008011018

Lampiran Angket *Try Out* Skala *Self Efficacy* dan *Flow Akademik*

1. IDENTITAS

Nama :

Kelas :

Janis Kelamin :

2. PETUNJUK PENGISIAN

- Isilah identitas dengan lengkap (Identitas akan dijaga kerahasiannya dan tidak untuk dipublikasikan).
- Jawablah dengan sejujurnya, karena pengisian anda akan mempengaruhi hasil dari skala
- Pilihlah pertanyaan atau pernyataan yang paling sesuai dengan anda, dengan memberi tanda **ceklis** (☐) pada kolom :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

N : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

SKALA *SELF EFFICACY*

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya kurang percaya diri dalam mengerjakan berbagai tugas yang diberikan					
2	Saya bisa menyelesaikan tugas yang serupa meskipun konteks atau situasinya berubah.					
3	Saya kurang percaya diri beraktivitas di lingkungan yang berbeda dari lingkungan saya biasanya.					
4	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang bervariasi.					
5	Saya kurang bisa beradaptasi dengan cepat dalam situasi baru					
6	Saya yakin bisa menangani pekerjaan yang memerlukan pengetahuan atau keahlian khusus					

7	Saya kurang yakin mampu menyelesaikan tugas baru dengan cepat.					
8	Saya percaya mampu menangani tantangan yang lebih besar dari yang pernah saya hadapi sebelumnya.					
9	Saya percaya dapat menyelesaikan tugas yang sulit dan tidak biasa dengan cepat.					
10	Saya merasa mampu mengatasi masalah yang sangat rumit.					
11	Saya merasa yakin mampu menyelesaikan tugas dengan Tingkat kesulitan yang tinggi.					
12	Saya yakin bahwa usaha keras saya akan selalu membuahkan hasil yang memuaskan.					
13	Saya selalu yakin pada kemampuan saya untuk menyelesaikan tugas meskipun ragu pada awalnya.					
14	Saya mampu terus berusaha sampai tugas selesai, tidak peduli seberapa sulit tugas tersebut.					
15	Saya yakin dapat bertugas secara efektif dalam peran yang berbeda dari yang saya biasa lakukan.					
16	Saya yakin mampu mencapai hasil yang lebih baik dari yang diharapkan.					
17	Saya terkadang ragu dengan kemampuan saya dalam mengatasi masalah sulit.					
18	Saya yakin dapat menyelesaikan berbagai jenis tugas di berbagai mata Pelajaran					
19	Saya merasa optimis tentang kemampuan saya untuk mencapai tujuan yang telah saya tetapkan.					
20	Saya mampu menggunakan keterampilan saya di berbagai situasi kehidupan sehari-hari.					
21	Saya mampu menangani masalah yang kompleks di berbagai situasi.					
22	Saya tidak yakin bahwa pengalaman saya dapat diaplikasikan di lingkungan yang baru.					
23	Saya yakin bisa menyelesaikan tugas yang sulit dalam waktu yang ditentukan					
24	Saya yakin dapat berkontribusi di berbagai kegiatan yang berbeda dalam organisasi.					
25	Saya kehilangan kepercayaan diri Ketika menghadapi					

	tantangan yang berat.					
26	Saya selalu percaya pada kemampuan saya, bahkan ketika hasil sebelumnya tidak sesuai harapan.					
27	Saya bisa menyelesaikan tugas yang memerlukan banyak langkah meskipun tampaknya sulit.					
28	Saya yakin bisa mengatasi tantangan dalam bidang yang berbeda dari keahlian saya.					
29	Saya yakin mampu menyelesaikan tugas yang sederhana tanpa bantuan.					
30	Saya tidak yakin bisa menyelesaikan tugas meskipun sedikit informasi yang tersedia					
31	Saya tidak yakin bisa memimpin tim dalam berbagai jenis kegiatan atau tugas.					
32	Saya tidak dapat menyelesaikan pekerjaan sulit dalam waktu singkat.					
33	Saya merasa dapat menyelesaikan tugas yang tidak terduga di berbagai kategori.					
34	Saya yakin bahwa keterampilan saya dapat digunakan dalam situasi yang belum pernah saya alami sebelumnya					

SKALA *FLOW* AKADEMIK

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya merasa sangat menikmati proses belajar, bahkan ketika tugasnya sulit.					
2	Saya sering merasa begitu terfokus pada tugas akademik sehingga saya tidak memperhatikan lingkungan sekitar.					
3	Saya merasa sangat puas dengan hasil belajar saya saat ini.					
4	Saya mudah teralihkan ketika mengerjakan tugas akademik oleh gangguan dari luar.					
5	Ketika saya belajar di dalam kelas saya mudah terpengaruh oleh gangguan eksternal.					
6	Saya merasa tugas akademik yang menantang membuat saya semakin tertarik untuk belajar.					
7	Saya merasa benar-benar terlibat dalam kegiatan belajar yang saya lakukan.					
8	Saya mudah kehilangan fokus ketika saya merasa lelah atau					

	berada dalam situasi yang menantang					
9	Saya merasa termotivasi untuk belajar lebih mendalam karena keingintahuan saya.					
10	Saya merasa antusias dan penuh energi saat menyelesaikan tugas-tugas akademik.					
11	Ketika mengerjakan proyek atau tugas akademik, saya benar-benar tenggelam dalam pekerjaan saya.					
12	Saya merasa biasa saja ketika menyelesaikan tugas akademik yang sulit.					
13	Saya mengikuti pelajaran di kelas karena kewajiban sebagai pelajar.					
14	Saya merasa terdorong untuk mencari tahu lebih banyak tentang topik yang menarik bagi saya meskipun sudah cukup memahaminya.					
15	Saya merasa antusias hanya saat mengikuti pelajaran yang saya minati.					
16	Saya belajar bukan hanya untuk mendapatkan nilai, tetapi karena saya menikmati proses pembelajaran itu sendiri.					
17	Saya bisa bekerja selama berjam-jam pada tugas akademik tanpa merasa terganggu atau lelah.					
18	Saya sering merasa tidak sadar berapa lama waktu yang telah berlalu ketika saya sedang mengerjakan sesuatu yang menantang secara akademik.					
19	Saya bisa mempertahankan perhatian penuh saya selama sesi belajar atau diskusi tanpa kehilangan fokus.					
20	Saya belajar karena saya sangat tertarik pada materi yang saya pelajari.					
21	Ketika mengerjakan tugas akademik, saya benar-benar mengikutinya dalam aktivitas tersebut.					
22	Saya merasa termotivasi untuk melakukan yang terbaik karena saya ingin menguji batas kemampuan saya sendiri.					
23	Ketika saya fokus pada tugas akademik, saya merasa waktu berlalu sangat lambat.					

Lampiran Angket Penelitian Skala *Self Efficacy* dan *Flow Akademik*

1. IDENTITAS

Nama :

Kelas :

Janis Kelamin :

2. PETUNJUK PENGISIAN

- Isilah identitas dengan lengkap (Identitas akan dijaga kerahasiannya dan tidak untuk dipublikasikan).
- Jawablah dengan sejujurnya, karena pengisian anda akan mempengaruhi hasil dari skala
- Pilihlah pertanyaan atau pernyataan yang paling sesuai dengan anda, dengan memberi tanda **ceklis** (☐) pada kolom :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

N : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

SKALA *SELF EFFICACY*

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya kurang percaya diri dalam mengerjakan berbagai tugas yang diberikan					
2	Saya bisa menyelesaikan tugas yang serupa meskipun konteks atau situasinya berubah.					
3	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang bervariasi.					
4	Saya yakin bisa menangani pekerjaan yang memerlukan pengetahuan atau keahlian khusus					
5	Saya kurang yakin mampu menyelesaikan tugas baru dengan cepat.					
6	Saya percaya mampu menangani tantangan yang lebih besar					

	dari yang pernah saya hadapi sebelumnya.					
7	Saya percaya dapat menyelesaikan tugas yang sulit dan tidak biasa dengan cepat.					
8	Saya merasa mampu mengatasi masalah yang sangat rumit.					
9	Saya merasa yakin mampu menyelesaikan tugas dengan Tingkat kesulitan yang tinggi.					
10	Saya yakin bahwa usaha keras saya akan selalu membuahkan hasil yang memuaskan.					
11	Saya selalu yakin pada kemampuan saya untuk menyelesaikan tugas meskipun ragu pada awalnya.					
12	Saya mampu terus berusaha sampai tugas selesai, tidak peduli seberapa sulit tugas tersebut.					
13	Saya yakin dapat bertugas secara efektif dalam peran yang berbeda dari yang saya biasa lakukan.					
14	Saya yakin mampu mencapai hasil yang lebih baik dari yang diharapkan.					
15	Saya terkadang ragu dengan kemampuan saya dalam mengatasi masalah sulit.					
16	Saya yakin dapat menyelesaikan berbagai jenis tugas di berbagai mata Pelajaran					
17	Saya merasa optimis tentang kemampuan saya untuk mencapai tujuan yang telah saya tetapkan.					
18	Saya mampu menggunakan keterampilan saya di berbagai situasi kehidupan sehari-hari.					
19	Saya mampu menangani masalah yang kompleks di berbagai situasi.					
20	Saya tidak yakin bahwa pengalaman saya dapat diaplikasikan di lingkungan yang baru.					
21	Saya yakin bisa menyelesaikan tugas yang sulit dalam waktu yang ditentukan					
22	Saya yakin dapat berkontribusi di berbagai kegiatan yang berbeda dalam organisasi.					
23	Saya kehilangan kepercayaan diri Ketika menghadapi tantangan yang berat.					
24	Saya selalu percaya pada kemampuan saya, bahkan ketika hasil sebelumnya tidak sesuai harapan.					

25	Saya bisa menyelesaikan tugas yang memerlukan banyak langkah meskipun tampaknya sulit.					
26	Saya yakin bisa mengatasi tantangan dalam bidang yang berbeda dari keahlian saya.					
27	Saya yakin mampu menyelesaikan tugas yang sederhana tanpa bantuan.					
28	Saya tidak yakin bisa menyelesaikan tugas meskipun sedikit informasi yang tersedia					
29	Saya tidak yakin bisa memimpin tim dalam berbagai jenis kegiatan atau tugas.					
30	Saya tidak dapat menyelesaikan pekerjaan sulit dalam waktu singkat.					
31	Saya merasa dapat menyelesaikan tugas yang tidak terduga di berbagai kategori.					
32	Saya yakin bahwa keterampilan saya dapat digunakan dalam situasi yang belum pernah saya alami sebelumnya					

SKALA *FLOW* AKADEMIK

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya merasa sangat menikmati proses belajar, bahkan ketika tugasnya sulit.					
2	Saya merasa benar-benar terlibat dalam kegiatan belajar yang saya lakukan.					
3	Saya merasa antusias dan penuh energi saat menyelesaikan tugas-tugas akademik.					
4	Saya merasa terdorong untuk mencari tahu lebih banyak tentang topik yang menarik bagi saya meskipun sudah cukup memahaminya.					
5	Saya belajar bukan hanya untuk mendapatkan nilai, tetapi karena saya menikmati proses pembelajaran itu sendiri.					
6	Saya bisa bekerja selama berjam-jam pada tugas akademik tanpa merasa terganggu atau lelah.					
7	Saya sering merasa tidak sadar berapa lama waktu yang telah berlalu ketika saya sedang mengerjakan sesuatu yang menantang secara akademik.					
8	Saya bisa mempertahankan perhatian penuh saya selama sesi					

	belajar atau diskusi tanpa kehilangan fokus.					
9	Saya belajar karena saya sangat tertarik pada materi yang saya pelajari.					
10	Ketika mengerjakan tugas akademik, saya benar-benar mengikutinya dalam aktivitas tersebut.					
11	Saya merasa termotivasi untuk melakukan yang terbaik karena saya ingin menguji batas kemampuan saya sendiri.					



Lampiran Tabulasi *Self Efficacy*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	Total	
R1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
R2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	4	4	3	2	4	4	2	4	3	2	2	2	4	3	4	3	2	4	3	2	2	3	3	94
R3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	5	5	4	4	3	2	4	4	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	106	
R4	3	3	2	4	2	4	3	5	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	97	
R5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	5	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	102	
R6	3	4	4	4	1	4	2	2	4	5	4	5	2	4	3	3	5	3	4	2	3	2	4	4	3	3	2	4	1	2	3	3	102	
R7	4	2	2	4	2	3	2	3	2	5	4	5	4	5	2	3	4	4	4	1	2	3	4	4	3	4	2	3	3	2	2	4	101	
R8	3	4	2	4	4	3	4	3	2	5	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	101	
R9	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	4	3	3	4	2	2	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	2	2	3	3	3	100	
R10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
R11	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	110	
R12	3	5	3	4	3	4	3	3	3	5	2	4	4	5	5	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	5	3	3	3	4	3	109	
R13	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	3	2	4	3	3	2	4	4	3	3	3	101	
R14	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	2	4	2	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	109	
R15	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	4	3	3	4	2	2	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	2	2	3	3	3	100	
R16	3	3	2	4	3	4	2	2	2	5	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	2	5	3	2	3	1	3	2	3	3	93	
R17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	97	
R18	3	4	2	4	3	4	2	3	4	5	5	4	3	4	2	4	4	3	2	2	3	3	2	5	4	3	4	3	3	2	2	2	103	
R19	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
R20	3	3	2	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	5	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
R21	4	4	3	3	4	5	3	4	3	5	5	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	4	122	
R22	1	4	3	4	3	4	3	3	3	5	5	4	4	5	2	3	4	4	3	2	3	3	2	4	4	3	2	3	3	2	2	3	103	
R23	3	4	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	97	
R24	3	3	4	4	2	5	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	107	
R25	3	3	3	3	1	4	4	3	4	5	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	1	3	4	3	4	3	3	3	3	4	103	
R26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	119	
R27	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	
R28	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	5	3	3	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	99	
R29	3	3	3	4	2	3	2	2	2	4	3	3	3	4	1	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	87	
R30	3	3	3	3	2	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	94	
R31	3	4	3	3	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	111	
R32	3	4	3	4	2	4	3	3	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5	4	2	4	5	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	5	127
R33	4	3	4	3	3	2	2	1	5	4	3	4	5	3	3	3	3	4	3	4	5	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	102	
R34	3	3	4	3	2	4	2	3	3	4	5	3	3	4	2	3	4	5	3	3	3	4	3	5	3	3	2	3	4	3	3	4	106	
R35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
R36	4	3	3	4	3	3	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	2	4	3	3	3	2	4	5	4	3	3	4	5	3	3	5	116	
R37	4	3	3	3	2	3	3	3	2	5	4	3	2	5	2	3	5	3	3	3	5	3	2	5	3	3	4	3	3	2	5	3	105	
R38	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	92	
R39	3	3	3	3	2	3	3	3	3	5	5	4	4	4	2	3	5	4	3	4	3	3	4	5	4	3	3	3	3	2	3	4	109	
R40	3	3	3	3	2	2	2	2	1	5	3	2	2	2	2	3	3	1	1	3	2	2	3	3	4	2	3	4	2	1	3	2	79	
R41	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	96	

R42	3	4	3	3	2	3	3	3	3	5	5	4	4	5	1	3	4	5	3	1	3	4	3	3	2	5	3	3	1	3	3	5	105	
R43	3	3	3	4	2	3	2	3	4	5	4	4	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	4	3	2	2	2	3	101	
R44	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	4	98	
R45	4	3	2	2	2	3	4	2	2	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	100	
R46	3	3	2	4	3	2	4	3	3	4	4	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	5	4	3	3	4	4	4	3	4	104	
R47	2	3	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	4	5	3	4	3	2	3	105	
R48	3	3	3	4	2	5	3	3	3	5	4	4	3	5	2	3	3	4	3	3	2	3	2	5	3	5	2	3	4	3	3	3	106	
R49	3	3	2	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	3	94
R50	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	4	3	5	2	3	4	5	4	1	5	3	4	3	4	3	2	3	5	3	4	3	110	
R51	3	4	3	4	2	4	4	3	3	5	5	5	3	4	1	5	5	4	3	2	3	4	2	5	4	3	5	2	3	1	3	5	112	
R52	3	3	4	3	3	3	4	2	2	5	4	3	3	5	2	3	4	5	3	2	1	3	2	5	3	2	4	3	4	1	4	1	99	
R53	3	4	3	4	3	4	3	3	4	5	4	3	3	4	3	4	3	3	5	3	3	2	3	4	3	5	2	2	3	4	4	2	108	
R54	3	2	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	92	
R55	3	3	3	3	1	4	2	3	3	5	5	4	3	5	1	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	97	
R56	3	4	3	5	3	4	3	2	2	5	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	2	3	2	108	
R57	3	5	4	4	3	4	3	3	3	5	5	5	4	4	3	4	5	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	121	
R58	4	4	3	4	4	3	5	3	3	5	5	4	4	5	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	2	3	4	119	
R59	3	3	3	2	2	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	3	4	4	2	4	3	2	5	3	4	3	2	2	105	
R60	4	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	83	
R61	3	3	4	2	3	5	2	5	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	3	3	5	4	5	5	2	4	3	5	2	3	3	123	
R62	5	4	4	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	2	5	3	5	5	2	5	3	3	2	5	5	5	5	5	5	2	5	136	
R63	3	4	4	3	1	4	5	4	3	5	3	4	4	4	1	3	3	5	3	3	3	5	3	5	4	4	5	3	3	5	5	4	118	
R64	3	4	3	3	4	3	3	2	2	5	4	4	3	4	2	3	4	3	4	3	3	4	1	3	3	4	5	2	3	1	3	3	101	
R65	4	3	3	2	3	3	3	3	2	5	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	5	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	109	
R66	4	3	3	3	2	3	3	3	3	5	5	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	5	3	3	3	4	3	5	3	3	4	110	
R67	2	3	3	4	1	4	4	3	2	4	5	3	3	3	2	3	3	4	5	1	3	3	4	3	3	4	5	2	3	4	1	5	102	
R68	4	3	3	3	2	3	4	5	2	4	4	4	3	4	2	3	4	4	5	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	109	
R69	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	5	3	4	4	2	3	4	4	4	2	3	5	2	4	3	3	5	3	4	1	3	4	105	
R70	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	5	2	3	2	5	5	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	1	4	5	118	
R71	4	3	3	3	4	3	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	98
R72	4	4	4	4	2	3	2	3	4	5	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	4	5	4	3	3	2	2	3	3	111	
R73	3	3	2	3	3	2	4	4	2	3	5	3	3	5	3	3	3	5	3	2	1	5	3	3	4	4	4	3	2	1	1	4	99	
R74	3	4	3	4	3	4	3	3	3	5	4	4	4	5	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	5	116	
R75	2	4	3	4	3	4	4	3	5	5	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	3	4	2	5	2	3	3	108	
R76	4	4	3	4	2	5	3	3	4	5	5	5	4	4	2	3	4	5	3	3	3	4	4	4	4	3	5	4	3	2	3	4	118	
R77	4	3	3	4	3	4	3	3	3	5	5	5	5	3	3	5	3	3	3	3	4	3	4	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	118
R78	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	106	
R79	2	4	3	4	3	4	4	3	4	5	4	5	4	4	2	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	2	3	4	113	
R80	3	3	2	3	4	3	3	3	2	5	4	4	3	5	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	4	105	
R81	3	2	2	4	3	4	2	3	2	4	4	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	2	2	4	92	
R82	2	3	2	3	2	4	2	3	2	5	4	3	3	5	2	4	4	4	3	1	4	4	2	3	2	3	4	2	3	1	4	4	97	
R83	2	4	3	4	1	3	4	3	3	5	4	3	4	5	1	3	4	5	3	1	3	4	4	5	4	5	4	3	1	2	3	4	107	
R84	3	3	2	3	2	3	2	4	2	4	4	2	3	4	2	3	4	4	3	2	2	2	4	3	3	2	4	2	3	2	3	3	92	
R85	2	3	3	3	2	4	3	3	3	5	4	4	3	4	2	4	3	3	3	2	4	3	1	4	4	3	4	2	1	1	4	5	99	

R86	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	89		
R87	2	3	2	3	5	4	3	2	1	5	4	4	3	5	2	3	3	4	4	1	2	3	2	5	4	2	3	5	2	1	3	4	99	
R88	2	3	1	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	2	2	4	4	3	4	3	3	4	2	4	1	3	4	99	
R89	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	120	
R90	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	3	3	4	5	131	
R91	4	5	4	3	3	3	3	4	3	5	5	5	3	3	4	3	5	4	3	3	3	4	4	5	4	3	5	4	2	2	3	3	117	
R92	3	4	3	5	3	4	3	3	4	5	3	3	4	5	3	4	4	4	4	3	5	3	4	3	4	4	5	3	3	3	4	4	119	
R93	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	90	
R94	3	3	3	5	1	5	3	2	2	5	4	3	4	4	1	3	4	4	3	2	3	3	4	5	3	3	3	3	3	2	3	5	104	
R95	3	4	3	3	4	5	4	4	3	5	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	113	
R96	2	4	3	4	1	4	3	4	3	5	4	5	5	5	2	5	4	4	3	2	3	3	2	5	3	4	4	3	3	3	4	5	114	
R97	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	5	5	5	5	3	4	4	5	3	1	5	5	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	121	
R98	2	4	3	4	1	3	4	4	4	5	4	4	4	4	2	4	4	4	3	1	3	5	1	5	4	4	3	3	4	5	4	4	113	
R99	4	3	3	4	4	4	3	3	3	5	5	4	4	5	2	4	3	5	3	2	3	4	3	5	3	3	4	2	3	3	3	4	113	
R100	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	2	3	4	103	
R101	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	4	4	5	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	3	3	4	104	
R102	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	113	
R103	2	4	4	4	4	3	2	2	2	5	4	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	1	3	3	103	
R104	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	105	
R105	3	4	3	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	101	
R106	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	5	5	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	108	
R107	3	3	3	4	3	4	4	4	3	5	4	4	3	5	3	5	3	3	3	4	4	5	5	4	3	4	5	5	5	4	3	4	124	
R108	4	4	2	3	2	4	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	2	3	2	2	2	1	4	3	3	4	4	3	1	2	4	93	
R109	3	4	3	3	1	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	102	
R110	5	3	3	4	3	4	4	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	5	3	3	3	3	4	2	2	4	112	
R111	3	4	3	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	1	4	3	3	5	4	3	3	4	3	107	
R112	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	5	3	3	3	2	5	2	3	3	2	3	3	2	3	3	5	1	3	92	
R113	4	4	3	3	5	5	4	3	4	5	5	4	3	4	2	3	3	3	4	3	4	5	3	5	4	5	3	2	5	2	4	4	120	
R114	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	126	
R115	4	3	3	4	3	5	3	4	3	4	3	4	4	5	3	3	4	3	3	4	4	3	5	5	3	4	2	3	3	3	4	3	114	
R116	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	3	2	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2	3	4	111
R117	5	4	3	4	3	4	4	4	3	5	4	4	3	4	3	5	5	4	3	4	4	4	4	5	5	4	5	5	3	2	3	3	125	
R118	4	3	2	3	4	3	2	4	2	5	5	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	5	4	3	4	4	2	3	2	3	112	
R119	4	3	4	3	3	3	3	3	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	5	3	3	5	3	3	4	3	4	5	3	3	116	
R120	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	102	
R121	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	98	
R122	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3	3	3	101	
R123	3	3	3	4	1	4	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	1	3	4	4	3	3	2	3	3	4	96	
R124	4	3	3	3	4	3	4	3	3	5	3	4	4	5	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	113	
R125	5	4	4	3	2	4	2	3	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	4	2	3	4	2	3	4	2	4	115	
R126	3	3	3	3	2	4	4	3	3	5	4	4	4	5	3	3	5	3	3	2	3	4	1	4	4	3	5	4	5	3	3	4	112	
R127	3	4	2	4	4	3	2	3	2	5	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	4	108	
R128	4	3	3	4	3	4	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	4	4	3	4	5	3	5	3	4	4	2	4	3	3	4	120	
R129	4	4	3	4	2	4	3	3	3	5	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	115	

R130	4	4	3	3	4	2	3	1	4	5	3	3	3	4	3	4	2	3	2	2	2	3	2	4	3	3	4	4	3	2	3	4	99	
R131	3	4	4	5	2	4	4	5	3	4	4	4	4	4	1	4	5	5	3	2	3	3	1	4	4	5	3	2	3	2	4	4	112	
R132	5	4	5	3	2	2	3	2	1	5	5	4	3	5	3	4	3	4	2	5	2	5	3	4	5	2	4	2	1	3	2	3	106	
R133	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	103	
R134	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	109
R135	4	4	4	4	4	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	4	107	
R136	3	3	3	4	2	2	2	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	101
R137	4	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	96	
R138	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	101	
R139	3	3	3	3	4	4	4	3	3	5	5	4	3	4	3	5	4	3	3	3	4	3	4	5	5	4	3	4	3	3	3	3	116	
R140	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	5	3	4	5	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	115	
R141	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	5	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	1	2	4	3	107	
R142	3	3	2	3	2	3	1	3	2	5	4	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	4	2	2	3	92	
R143	3	3	3	3	4	2	3	3	3	5	5	4	4	3	1	4	4	4	4	2	4	4	1	4	4	3	4	3	3	3	3	4	107	
R144	3	3	2	3	2	4	2	3	3	5	4	4	3	5	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	1	3	5	106	
R145	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	92	
R146	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	109	
R147	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	5	1	3	2	1	2	2	2	3	4	4	2	3	5	92	
R148	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	108
R149	3	3	3	3	3	3	4	4	3	5	4	4	3	4	2	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	108	
R150	2	4	4	5	2	5	4	4	4	5	4	5	4	4	1	3	4	5	4	1	4	4	1	4	5	4	4	2	1	2	5	4	114	
R151	3	4	4	4	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	4	3	4	2	3	101	
R152	4	4	4	2	2	2	2	2	2	5	4	4	2	5	1	4	2	4	2	4	2	2	2	4	4	2	4	2	4	1	2	4	94	
R153	3	4	2	4	2	3	3	2	2	4	3	3	2	4	2	2	4	3	3	4	3	2	4	4	3	2	3	4	2	2	2	4	94	
R154	4	3	3	4	2	4	3	2	1	5	5	5	3	3	1	3	3	3	3	4	1	5	5	5	3	4	1	1	5	1	2	4	101	
R155	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	4	4	3	2	3	95	

Lampiran Tabulasi *Flow Akademik*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Total
R1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R2	4	3	2	3	4	4	5	3	4	4	4	40
R3	5	3	4	4	4	3	4	3	4	3	5	42
R4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	34
R5	3	3	3	3	5	3	2	3	3	3	3	34
R6	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	39
R7	5	3	4	3	5	5	4	3	5	4	5	46
R8	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	36
R9	3	4	3	4	3	1	4	2	3	5	5	37
R10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	34
R12	4	3	3	4	5	4	3	3	4	4	5	42
R13	5	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	40
R14	4	2	3	4	4	3	4	3	4	4	4	39
R15	3	4	3	3	2	1	4	2	3	5	5	35
R16	3	4	3	3	5	2	3	2	3	4	3	35
R17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R18	4	3	2	4	5	5	4	2	5	3	5	42
R19	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	36
R20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R21	3	4	3	5	4	3	3	3	3	4	4	39
R22	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	5	42
R23	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	34
R24	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	34
R25	4	3	3	4	3	3	5	3	4	3	4	39
R26	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	38
R27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R28	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	35
R29	3	3	3	4	4	3	2	2	5	3	3	35
R30	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	35
R31	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	38
R32	5	4	5	4	4	3	5	4	5	5	5	49

R33	3	3	4	4	4	3	3	2	3	5	3	37
R34	5	4	3	3	4	3	3	3	4	3	5	40
R35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R36	3	3	4	5	4	3	4	3	3	3	4	39
R37	4	3	3	4	5	2	3	3	5	3	5	40
R38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R39	1	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	32
R40	3	3	1	3	3	1	4	2	3	3	2	28
R41	4	3	3	5	4	2	2	3	4	3	4	37
R42	3	4	3	3	3	4	5	3	4	5	4	41
R43	3	3	5	4	4	4	3	2	4	3	4	39
R44	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	37
R45	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	36
R46	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	39
R47	4	5	4	4	5	5	5	4	4	3	5	48
R48	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	4	32
R49	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	40
R50	5	4	5	5	3	3	4	5	4	5	5	48
R51	3	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	47
R52	2	3	4	2	4	2	5	1	5	3	5	36
R53	4	3	4	2	3	4	3	4	3	2	4	36
R54	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	30
R55	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	36
R56	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	33
R57	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	48
R58	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	43
R59	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	40
R60	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	31
R61	5	5	4	5	5	4	3	5	5	4	5	50
R62	5	3	3	3	4	3	3	3	5	5	5	42
R63	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	5	39
R64	3	4	3	5	3	2	3	3	5	4	3	38
R65	3	3	3	5	5	3	3	3	4	3	5	40
R66	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	5	37
R67	4	2	3	3	5	3	4	3	4	3	5	39
R68	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	34

R69	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	34
R70	4	4	3	5	2	4	5	3	2	4	5	41
R71	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	36
R72	4	4	4	5	4	3	4	3	5	3	4	43
R73	2	5	4	5	5	2	3	2	4	2	5	39
R74	5	3	4	4	5	3	5	5	5	5	5	49
R75	3	3	3	4	4	2	3	3	2	2	5	34
R76	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	42
R77	5	5	5	5	5	4	5	3	3	4	5	49
R78	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	39
R79	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	41
R80	2	2	3	2	4	2	4	3	2	3	4	31
R81	2	3	3	2	4	2	3	2	2	3	4	30
R82	4	4	5	5	4	2	3	3	4	4	5	43
R83	3	4	4	3	4	2	5	4	5	4	4	42
R84	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	35
R85	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	40
R86	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	38
R87	4	3	5	3	5	3	4	3	2	2	3	37
R88	5	3	1	4	3	2	3	3	5	3	5	37
R89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44
R90	4	3	3	3	4	4	4	4	5	4	5	43
R91	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	53
R92	3	4	3	3	5	3	3	4	5	4	4	41
R93	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	38
R94	4	3	4	4	5	2	3	3	4	4	5	41
R95	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	36
R96	5	4	4	3	5	3	4	3	5	4	5	45
R97	4	4	4	5	5	4	3	3	4	4	5	45
R98	4	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	45
R99	3	4	4	5	5	3	3	4	5	4	3	43
R100	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	41
R101	4	4	3	4	4	3	5	3	5	4	4	43
R102	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	38
R103	5	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	41
R104	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	37

R105	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	31
R106	4	3	3	4	3	4	4	3	5	3	4	40
R107	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	39
R108	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	38
R109	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	4	37
R110	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	5	41
R111	5	4	3	5	3	2	3	3	4	4	5	41
R112	3	3	3	4	4	4	4	4	5	3	5	42
R113	5	4	5	5	4	2	3	2	4	3	4	41
R114	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	42
R115	4	3	4	3	4	3	4	3	5	4	5	42
R116	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	42
R117	4	3	3	5	5	3	5	4	5	5	5	47
R118	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	40
R119	4	3	5	4	4	4	3	3	3	3	4	40
R120	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	36
R121	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
R122	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	34
R123	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	3	34
R124	3	3	4	3	5	3	3	4	3	3	4	38
R125	3	4	4	5	4	2	4	3	5	4	5	43
R126	3	5	3	4	4	2	2	3	3	4	3	36
R127	3	3	4	4	5	3	3	4	4	3	4	40
R128	4	4	4	3	4	3	5	3	4	4	5	43
R129	3	4	4	4	4	2	4	4	3	3	5	40
R130	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	5	40
R131	4	5	3	4	5	4	3	3	4	4	4	43
R132	5	4	5	3	5	4	3	2	5	4	3	43
R133	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	37
R134	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	43
R135	2	2	4	4	2	2	2	4	4	4	4	34
R136	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	37
R137	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	35
R138	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	33
R139	5	5	4	4	5	3	5	3	5	5	5	49
R140	4	3	4	4	4	2	3	3	2	3	5	37

R141	3	3	4	3	4	5	5	3	3	5	5	43
R142	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	31
R143	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	41
R144	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	38
R145	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	34
R146	3	4	3	4	5	3	2	4	3	3	4	38
R147	1	3	2	5	3	2	2	1	5	3	3	30
R148	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	37
R149	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	39
R150	5	5	5	5	5	5	4	5	3	4	5	51
R151	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	37
R152	2	4	2	2	4	4	4	4	2	4	2	34
R153	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	40
R154	4	4	4	5	5	4	5	3	5	5	5	49
R155	3	3	5	5	5	2	2	1	5	3	5	39



Lampiran Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		155
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.84057358
Most Extreme Differences	Absolute	.048
	Positive	.048
	Negative	-.027
Test Statistic		.048
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.

Lampiran Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Flow Akademik (Y) * Self Efficacy (X)	Between Groups	(Combined)	1954.035	42	46.525	3.306	.000
		Linearity	1258.796	1	1258.796	89.443	.000
		Deviation from Linearity	695.239	41	16.957	1.205	.221
	Within Groups		1576.261	112	14.074		
Total			3530.297	154			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Flow Akademik (Y) * Self Efficacy (X)	.597	.357	.744	.554

Lampiran Uji Reliabilitas *Self Efficacy*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	29	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	29	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.917	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	105.48	198.973	.617	.913
X02	105.21	203.241	.534	.914
X03	105.66	215.091	-.155	.922
X04	105.83	203.933	.542	.914
X05	105.52	205.901	.227	.918
X06	105.31	199.579	.564	.913
X07	106.10	198.667	.517	.914
X08	105.17	195.433	.657	.912
X09	105.59	200.751	.382	.916
X10	105.55	201.256	.464	.914
X11	105.97	200.963	.450	.915
X12	104.21	201.099	.473	.914
X13	104.55	200.256	.547	.913
X14	105.07	200.209	.478	.914
X15	105.31	201.722	.405	.915
X16	104.69	200.436	.449	.915
X17	106.48	202.401	.315	.917
X18	105.38	201.887	.411	.915
X19	104.86	201.337	.479	.914
X20	105.07	197.424	.601	.913
X21	105.48	202.116	.547	.914
X22	105.83	197.076	.583	.913
X23	105.59	198.037	.595	.913
X24	105.34	198.520	.522	.914
X25	105.66	191.377	.664	.911
X26	104.59	203.680	.393	.915
X27	105.17	199.933	.493	.914
X28	105.45	198.542	.519	.914
X29	104.97	200.249	.482	.914
X30	105.79	202.527	.342	.916
X31	105.76	191.190	.645	.912
X32	106.31	196.650	.479	.914
X33	105.62	203.458	.463	.915
X34	104.79	196.956	.630	.912

Lampiran Uji Reliabilitas *Flow* Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	29	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	29	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.627	23

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	69.6552	36.734	.290	.607
X02	70.0345	39.677	-.001	.639
X03	70.5517	42.756	-.263	.676
X04	70.4828	37.259	.224	.614
X05	70.2759	38.207	.154	.622
X06	69.6207	38.458	.130	.625
X07	69.6897	37.293	.307	.607
X08	71.0345	39.820	-.026	.644
X09	68.9655	37.106	.243	.612
X10	69.8621	36.909	.314	.605
X11	70.0345	43.320	-.313	.679
X12	69.9655	38.034	.184	.619
X13	71.1379	40.409	-.084	.655
X14	69.2069	36.884	.316	.605
X15	71.1724	39.076	.079	.629
X16	69.3103	34.722	.563	.578
X17	70.2759	32.635	.657	.556
X18	69.6207	36.744	.268	.609
X19	69.7931	34.527	.538	.578
X20	69.0690	36.138	.401	.596
X21	69.5172	32.187	.716	.549
X22	69.0000	37.500	.351	.606
X23	70.7586	36.833	.177	.622

Lampiran Hasil Kategori *Self Efficacy*

Kategori		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	142	91.6	91.6	91.6
	Tinggi	13	8.4	8.4	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Lampiran Hasil Kategori *Flow Akademik*

Kategori		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	125	80.6	80.6	80.6
	3	30	19.4	19.4	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

Lampiran Hasil Korelasi *Product Moment*

Correlations		Flow Akademik (Y)	Self Efficacy (X)
Flow Akademik (Y)	Pearson Correlation	1	.597**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	155	155
Self Efficacy (X)	Pearson Correlation	.597**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	155	155

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

Lampiran Dokumentasi









