

**KONTRIBUSI *SELF EFFICACY* TERHADAP *FLOW*
AKADEMIK PADA MAHASISWA BIDIKMISI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Psikologi Sebagai Salah Satu
Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi*



**Oleh:
SHELIN DIOLA
NIM. 15011149**

**Dosen Pembimbing:
PROF. DR. MUDJIRAN, M.S.,KONS.**

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

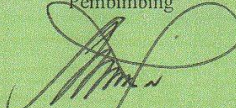
PERSETUJUAN SKRIPSI

KONTRIBUSI *SELF EFFICACY* TERHADAP *FLOW* AKADEMIK
PADA MAHASISWA BIDIKMISI FAKULTAS ILMU
PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Nama : Shelin Diola
NIM : 15011149
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Bukittinggi, Oktober 2019

Disetujui Oleh
Pembimbing



Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.
NIP: 194906091978031001

PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Judul : *Kontribusi Self Efficacy Terhadap Flow Akademik Pada Mahasiswa*
Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang
Nama : Shelin Diola
NIM : 15011149
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Bukittinggi, Oktober 2019

Tim Penguji

Nama	TandaTangan
1. Ketua : Prof. Dr. Mudjiran, M.S.,Kons	1. 
2. Anggota : Rinaldi S.Psi., M.Si	2. 
3. Anggota : Prima Aulia S.Psi., M.Psi., Psikolog	3. 

Persembahkan Skripsiku



4 Tahun yang Lalu...

Saat aku sudah menyelesaikan pendidikan di bangku SMA, aku menginginkan untuk bisa melanjutkan perkuliahan di pulau Jawa sana, lebih tepatnya di kota Malang. Aku mencoba untuk memasukkan pilihan univ yang kuinginkan pada jalur SNMPTN. Namun, Allah berkehendak lain, aku tidak lulus melalui jalur SNMPTN tersebut di ketiga universitas yang kupilih. Kemudian Aku masih belum berhenti untuk mencoba, Alhamdulillah pada saat itu Aku mendapatkan kesempatan untuk bisa mendaftar dan bersaing dengan teman-teman satu angkatan melalui jalur prestasi di salah satu Universitas bergengsi di Pulau Jawa. Untuk kali kedua, Aku tidak lulus pada jalur yang berbeda. Jujur, pada saat itu yang kurasakan adalah perasaan sedih dan kecewa yang luar biasa dengan diri sendiri. Yang Aku pikirkan adalah kenapa Aku tidak bisa lulus sementara teman-temanku bisa lulus pada jalur tersebut. Tangisan, kekecewaan, penyesalan sudah kurasakan pada saat itu. Untungnya saja, Aku memiliki orang-orang baik yang mengelilingiku pada waktu itu. Support dan doa tiada henti mereka berikan kepadaku, Aku bersyukur. Karena mereka lah aku bisa kembali bangkit dan meneruskan perjuangan untuk bisa berkuliah di Perguruan Tinggi Negeri. Aku mencoba jalur SBMPTN dengan pilihan jurusan yang direkomendasi oleh Keluarga yaitu jurusan Psikologi. Awalnya Aku masih tetap kekeh untuk mengambil pilihan Univ di pulau Jawa. Namun saatku meminta saran dengan orangtuaku, Papa tidak mengizinkan untuk keluar kota selain kota kelahiran Beliau yaitu Padang. Tidak disangka-sangka, saya lulus di Universitas Negeri Padang dengan pilihan jurusan Psikologi. Alhamdulillah Allah Maha baik dan Pengatur segalanya. Aku ditakdirkan untuk menjadi mahasiswa Di Kampung Halaman ku sendiri. Aku sangat bersyukur atas takdir yang sudah Allah tetapkan padaku.

17 Oktober 2019 ...

Aku dinyatakan Lulus oleh Dosen Pembimbing ku setelah melakukan sidang skripsi dihadapan Dosen Pembimbing dan dua dosen Penguji. Alhamdulillahirabbilalamin...Kata itulah yang pertama terucap dari mulutku. Setelah melalui proses yang begitu panjang dan segala perjuangan yang sudah Ku lakukan. Keringat dan kerja keras ini terbayarkan dan membuahkan hasil. Alhamdulillah, Terima kasih Ya Allah.

Berkat rahmat dan izin Allah, ku diberikan kesempatan untuk bisa sampai tahap ini dan bisa menyandang sebuah gelar di belakang nama ku menjadi Shelin Diola, S.Psi. Sujud syukurku kusembahkan kepadaMu ya Allah, Tuhan Yang Maha Agung dan Maha Tinggi. Atas takdirmu saya bisa menjadi pribadi yang berpikir, berilmu, beriman dan bersabar. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal untuk masa depanku, dalam meraih cita-cita, Aamiin allahuma aamiin.

Dengan ini ku persembahkan karya kecil ku untuk orang-orang yang Ku sayangi dan berarti dalam hidupku.

Kedua Orang tua ku

Untuk Almarhum Papa tersayang, terima kasih sudah menyayangi dan mengasahi Shelin sejak lahir hingga Shelin bisa sampai pada tahap ini. Semua ini karena doa, dukungan yang luar biasa dan didikan yang Papa berikan ke Shelin. Akhirnya Shelin bisa membuktikan kalau Shelin bisa mewujudkan salah satu keinginan Papa yaitu menjadi seorang sarjana. Papa adalah ayah terhebat yang ada dalam hidup Shelin. Semoga Papa bahagia disana. Shelin selalu merindukan Papa. Sampai bertemu kelak, tunggu Shelin, Mama, dan Abang ya Pa.

Untuk Mamaku terkasih, terima kasih karena sudah melahirkan Shelin ke dunia ini dengan segala perjuangan Mama. Maaf kalau Shelin sering menyusahkan Mama selama ini. Terima kasih untuk segala support dan limpahan doa yang selalu Mama panjatkan untuk Shelin sampai bisa berada di tahap ini. Serta segala hal yang sudah Mama perjuangkan & berikan ke Shelin, semua adalah yang terbaik untuk Shelin. Insyaa Allah, esok lusa kita bisa bertemu kembali.

Kakak ku (Rio Juventus)

Bro, ur not just my life's support, but also my life's pride. Terima kasih sudah menjaga adik perempuan mu ini. Sekarang adik

perempuan mu sudah tumbuh dewasa, jadi jangan di omelin kayak anak kecil terus ya hehe. Pokoknya Shelin mau ngucapin terima kasih buat segala bantuan yang udah abang berikan sampai Shelin bisa berada di tahap ini. Ur my rival, best friend, and also my best brother ever. But I'm still better than u, lol. Peace!^^

Orang tua kedua ku di perantauan

Teruntuk orang tua kedua ku di perantauan, Mama Desmiarni dan Papa Suardi. Terima kasih telah menerima Shelin sebaik mungkin dan telah bersedia mendengarkan keluh kesah Shelin seputar perkuliahan sampai perskripsian yang penuh dengan perjuangan. Serta memberikan motivasi dan doa yang tak pernah berkesudahan. Walaupun Shelin jauh dari orang tua, tapi disini (Padang), Shelin merasa punya orang tua kedua yang melengkapi hidup Shelin. Terima kasih Ma, Pa..

Dosen - dosen Ku

Karya kecil ini tidak akan mampu Shelin selesaikan sendiri jika tidak ada bantuan dari Dosen Pembimbing terbaik yaitu Bapak Prof. Dr. Mudjiran MS. Kons . Terima kasih atas bimbingan, arahan, serta segala kebaikan yang telah Bapak berikan. Satu hal yang Shelin percaya adalah, Allah selalu memberikan apa yang umatnya butuhkan. Terima kasih Bapak telah membantu dan membimbing Shelin sampai Shelin bisa mendapatkan nilai A yang sangat memuaskan dan menjadi impian Shelin. Shelin sangat bersyukur dan beruntung bisa dibimbing oleh Bapak selama menjalani perskripsian ini. Bapak sudah Shelin anggap seperti Ayah Shelin sendiri. Sehat selalu untuk Bapak. Semoga Allah melindungi Bapak dimanapun Bapak berada.

Terima kasih juga tidak lupa Shelin ucapkan untuk Bapak Rinaldi S.Psi., M.Si dan Bapak Prima Aulia S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah bersedia menjadi dosen penguji Shelin. Terima kasih untuk waktu dan segala bimbingan yang telah Bapak luangkan. Setiap bertemu Bapak Shelin selalu merasa deg-deg an, karena takut diuji hehe. Menjadi sebuah shock therapy sewaktu seminar proposal sampai sidang skripsi dan bimbingan revisi. Tapi diluar dugaan, Bapak sangat baik dan membimbing Shelin untuk penyempurnaan skripsi ini. Terima kasih Banyak ya, Bapak. Sehat selalu.

Terima kasih banyak untuk semua dosen-dosen ku dari awal semester sampai akhir semester yang namanya tidak bisa Shelin sebutkan satu persatu. Terima kasih Bapak dan Ibu yang telah

memberikan ilmu-ilmu psikologi yang berguna dan bermanfaat selama diperkuliahkan. Banyak sekali yang dapat Shelin jadikan pengalaman berharga serta mengasah skill untuk ke depannya.

Orang tua ku di Kos Biru

Terima kasih untuk Ante Yen & Om yang sudah menjaga, melindungi, membantu dan selalu mengingatkan Shelin selama berada di kota dingin yaitu kota Bukittinggi. Semoga kos biru makin jaya & maju ya Nte, Om, hehe.

Rombongan Kos Biru

Teruntuk sahabat-sahabat seperjuanganku dalam penyelesaian skripsi, Maharani Kusuma Wardhani, Hildea Wenny Astria Fitri, Riyanda Kiram, dan Nadyatna Indah Lestari. Terima kasih telah menjadi tempat berkeluh kesah, banyak memberikan waktu untuk menemani ku di segala kondisi dan memberikan dukungan serta saran yang membangun. Terima kasih sudah mengisi hari-hari dan melengkapi hidup ku serta banyak memberikan pengalaman & pelajaran berharga dalam hidup ku. Banyak sekali kenangan yang telah diukir di Kos Biru. Jaga diri baik-baik dan semoga kalian diberikan kebahagiaan selalu. Sampai bertemu di kehidupan selanjutnya teman-teman baik.

Teruntuk Kakak-kakak sesepuh Kos Biru beserta jajarannya, Kak Tia, Kak Tina, Kak Tika, Kak Ulfy, Kak Bella, Riri (jombloku), Yuni, Yati, Lira. Terima kasih banyak untuk pelajaran yang telah diberikan dan arahnya walaupun terkadang sesat, lol. Dan adik-adik Kos Biru ku, Giant, Caca, Kiki, Ramses, Sonia, Ica, Nabila, Imut, Syifa. Terima kasih ya adik-adik untuk keceriaan dan kehangatan yang diberikan. Walaupun kalian semua receh, tapi kakak sayang kalian tanpa alasan. Cie. Banyak sekali kenangan di Kos Biru yang nantinya bakal dirindukan. Salam hangat untuk Kos Biru terzheyenk.

Sahabat Seperjuangan

Teruntuk Jemi Rahmadhani, Fidella Rahayu, Hidayahni Akhrima. Terima kasih sekali untuk kebersamaan dan segala support yang telah diberikan. Terima kasih sudah menemaniku selama 4 tahun ini. Canda, tawa, marah, kekesalan, kerecehan, kegilaan, keanehan yang telah kita lakukan semuanya sudah terangkum menjadi sebuah kenangan yang tidak akan bisa dilupakan. Kalian teman yang baik dan tulus. Bahagia selalu dan

jaga diri kalian baik-pbaik ya. Aku sayang kalian. Sampai bertemu di kehidupan selanjutnya.

Orang-orang yang sudah berkontribusi

Teruntuk kak Nobel Dilavena yang sudah ku anggap seperti kakak sendiri, terima kasih banyak atas segala bantuan yang telah kak Obel berikan. Mulai dari nge-translate e-book berbahasa Inggris sampai nge-translate Abstrak. Teruntuk Kak Rizki Raynaldi, Terima kasih karena telah membantu untuk menemukan buku elektronik (e-book) yang peneliti butuhkan sebagai referensi dalam penyelesaian skripsi. Semoga kakak-kakak diberikan kesehatan selalu dan kemudahan dalam segala urusan.

Sahabat yang Jauh Di mata, Dekat Di hati

Teruntuk Meli Marlina dan Rachma Sylvia VZP. Terima kasih banyak atas segala dukungan yang sudah kalian berikan untuk Ku. Walaupun kita jauh, tapi kita selalu keep in touch hanya sekedar menanyakan kabar sampai cerita panjang lebar lewat telfon atau video call. Finally, esok lusa kita dipertemukan kembali. Mari kita susun rencana-rencana untuk masa depan bersama. I love you all, goceng lah pokoknya!

Teman-teman Ku di Perantauan

Teruntuk Lova (Uti Aju) Terima kasih banyak sudah mau direpotkan dan meminjamkan laptop untuk mengolah data penelitian sewaktu laptop ku rusak dan harus rawat inap di service centre. Terima kasih ya be untuk bantuan yang begitu berarti :"). Teruntuk Rara (Mami), Nur (Inung), Abeng, Ací, Ayas, Kiki, Arin, Oppy, Kak Icit, Ivo, Windi, Socha, Fussilat, Didip, Dina, Cece, Emi. Terima kasih sudah mewarnai hari-hari Shelin selama di perantauan. Banyak pengalaman dan pelajaran yang bisa diambil. Semoga sehat selalu dan salam rindu, guys.

Psikologi 2015

Aku tanpa kalian, bukan apa-apa. Terima kasih untuk kebersamaan dan kekompakkan yang udah dilakukan bersama-sama. Walaupun agak susah buat diajak kumpulnya ya, hehe. Terima kasih untuk ketua angkatan Pandu yang memiliki badan tegap dan sering ditakuti oleh junior padahal hatinya kayak hello kitty. Lembut kok dia hehehe. Makasih pandu sudah selalu berusaha membuat psikologi 2015 kumpul bareng-bareng walaupun pada akhirnya yang kumpul sedikit. Ur d'best leader eveeer!

Teruntuk teman-teman Sesi C ku, terima kasih untuk kegokilan dan kenangan sedari awal sampai akhir yang sudah kita buat bersama-sama. Kalian asik, heboh, gokil, pokoknya kelas nggak akan rame tanpa kalian. Sampai bertemu di kesempatan selanjutnya, guys.

Rencana Allah memang selalu lebih indah dari apa yang kita inginkan. Kadang kita memandang terlalu jauh tentang kebahagiaan. Padahal kebahagiaan itu dekat, ada di dalam dada kita. Dalam hati yang bersyukur. Aku bersyukur dan beruntung sudah menjadi bagian dari keluarga besar Psikologi UNP ♥

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Shelin Diola dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini maka saya bersedia gelar keserjanaan saya dicabut.

Bukittinggi, Oktober 2019

Yang menyatakan,



Shelin Diola

ABSTRAK

Judul : Kontribusi *Self Efficacy* terhadap *Flow* Akademik Pada Mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

Nama : Shelin Diola

Pembimbing : Prof. Dr. Mudjiran M.S. Kons

Upaya pemerintah memenuhi kewajiban dalam dunia pendidikan salah satunya adalah memberikan program bantuan biaya pendidikan melalui beasiswa Bidikmisi. Beasiswa bidikmisi ini diberikan kepada calon mahasiswa yang tidak mampu secara ekonomi namun memiliki potensi akademik untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Beasiswa yang diberikan diharapkan mampu untuk menunjang prestasi akademik.

Untuk mencapai prestasi akademik dibutuhkan fokus, menikmati aktivitas akademik dan memiliki motivasi intrinsik yang disebut dengan *flow* akademik. Untuk meningkatkan *flow* maka dibutuhkan keyakinan atau kemampuan individu dalam mengerjakan suatu tugas atau aktivitas akademik yaitu *self efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *self efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Sampel penelitian sebanyak 44 orang mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang angkatan 2015-2018. Teknik penarikan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan skala *self efficacy* yang berjumlah 48 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,967 dan skala *flow* akademik yang berjumlah 34 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,969. Teknik analisis data dalam penelitian dengan menggunakan analisis regresi yaitu analisis regresi linier sederhana.

Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat kontribusi positif yang signifikan antara *self efficacy* terhadap *flow* akademik pada Mahasiswa Bidikmisi FIP UNP dengan $(r) 0,901$ dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Sehingga H_a yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self efficacy* berkontribusi terhadap *flow* akademik dengan *R Square* sebesar 81,2%.

Kata kunci : *Self efficacy*, *flow* akademik, mahasiswa bidikmisi

ABSTRACT

Title : Contribution Of Self Efficacy To The Academic Flow toward Bidikmisi student in Faculty of Education Padang State University

Name : Shelin Diola

Supervisor : Prof. Dr. Mudjiran M.S. Kons

One of the government assistance in education is providing a scholarship to the students. The scholarship is given to the students who are from underprivileged family but having good academic potential during study in a University. This scholarship is called Bidikmisi. Therefore, the students who are accepted into this scholarship can improve their academic achievement.

To improve academic achievement focus is needed, enjoying academic activities and having intrinsic motivation. This intrinsic motivation is called Academic Flow. Academic flow require individual's beliefs and/or abilities to work on an academic task or activity, namely self efficacy. The aim of this research is to determine the contribution of self efficacy to academic flow on Bidikmisi students in the Faculty of Education, Padang State University.

The design of this study is correlational quantitative. The research's samples are 44 Bidikmisi students Faculty of Education, Padang State University class of 2015-2018 as the sample. Purposive sampling technique is used in this study. The self efficacy scale is needed in this research. This scale has 48 statements with reliabilities value 0,967 and Academic Flow scale that has 34 statements with reliabilities value 0.969. The technique of analysis data using in this research is Sample Linier Regression.

The result of this study shows that there is positive contribution between self efficacy to the Academic Flow toward Bidikmisi student Faculty of Education Padang State University with (r) 0,901 and the value of $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Therefore, H_a that is submitted in this research is accepted. This study indicates that self efficacy has contributed to academic flow with R Square 81, 2 %

Key words: Self Efficacy, Academic Flow, Bidikmisi Students

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunianya akhirnya peneliti dapat mengerjakan dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kontribusi *Self Efficacy* terhadap *Flow* Akademik pada Mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang”. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan perkuliahan dan memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Selama penyusunan skripsi ini, peneliti telah banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, baik berupa bimbingan, pengarahan, dan dorongan. Untuk itu dengan segala kerendahan hati dalam kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri, M.Pd., Ph. D., selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
3. Ibu Dr. Farah Aulia, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Prof. Dr. Mudjiran, MS, Kons, selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan arahan, saran, dan memotivasi penulis selama proses penyusunan skripsi.

5. Bapak Prof. Dr. Firman, MS. Kons, selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan dan membimbing penulis selama menuntut ilmu di Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang.
6. Bapak Rinaldi S.Psi., M.Si dan Bapak Prima Aulia S.Psi M.Psi., Psikolog selaku tim penguji skripsi yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan arahan dan bimbingan untuk penyempurnaan skripsi.
7. Bapak dan Ibu dosen psikologi beserta staf administrasi jurusan Psikologi yang telah memberikan bantuan baik dalam pengajaran, perkuliahan dan ilmu pengetahuan bagi penulis selama dalam perkuliahan.
8. Teruntuk yang teristimewa kedua orang tua ku tercinta, almarhum papa Syofyan Munaf dan Mama Efrida yang telah mendoakan, menyemangati, memperjuangkan, dan mengasihi tiada henti hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Mereka adalah orang-orang hebat dan paling berjasa dalam hidupku.
9. Teruntuk yang terkasih saudaraku, abang Rio Juventus. Terima kasih untuk segala doa dan dukungan yang telah diberikan dari jauh selama ini.
10. Teruntuk rekan-rekan seperjuangan psikologi angkatan 2015. Terima kasih untuk segala bantuan dan saran yang membangun. Terima kasih sudah menemani selama masa-masa perkuliahan. Semangat dan sukses untuk kalian semua.
11. Sahabat-sahabat, keluarga besar psikologi, dan pihak lain yang telah membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu. Semoga Allah SWT memberikan

balasan yang lebih atas segala perbuatan baik yang telah diberikan.
Aamiin.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi ilmu pengetahuan serta dapat memberikan informasi bagi pembaca.

Bukittinggi, Agustus 2019

Peneliti

Shelin Diola

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	12
C. Batasan Masalah.....	13
D. Rumusan Masalah	13
E. Tujuan Penelitian.....	13
F. Manfaat Penelitian.....	14
BAB II KAJIAN TEORI	
A. <i>Flow Akademik</i>	15
1. Definisi <i>Flow Akademik</i>	15
2. Aspek-Aspek <i>Flow Akademik</i>	17
3. Faktor-Faktor <i>Flow Akademik</i>	18
4. Kondisi <i>Flow Akademik</i>	19
B. <i>Self Efficacy</i>	21
1. Definisi <i>Self Efficacy</i>	21
2. Aspek-Aspek <i>Self Efficacy</i>	22
3. Faktor-Faktor <i>Self Efficacy</i>	24
C. Mahasiswa Penerima Program Beasiswa Bidikmisi	25
D. Dinamika Hubungan <i>Flow Akademik</i> dengan <i>Self Efficacy</i>	26
E. Kerangka Konseptual	28
F. Hipotesis	29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	30
B. Variabel Penelitian	30
C. Definisi Operasional Penelitian.....	31
D. Populasi Dan Sampel	32
E. Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data	33
F. Validitas Dan Reliabilitas.....	35
1. Validitas	35
2. Reliabilitas	39
G. Prosedur Penelitian.....	39
H. Teknik Analisis Data	40

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian	42
B. Deskripsi Data Penelitian	42
1. Pengkategorisasian Skala <i>Self Efficacy</i>	45
2. Pengkategorisasian Skala <i>Flow Akademik</i>	47
C. Analisis Data.....	49
1. Uji Normalitas.....	49
2. Uji Linearitas.....	50
3. Uji Hipotesis	51
D. Pembahasan	52

BAB V. PENUTUP

A. Kesimpulan	61
B. Saran	62

DAFTAR PUSTAKA.....	64
----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Penerima Bidikmisi.....	33
2. Sistem penilaian	34
3. <i>Blue Print</i> Skala <i>Flow</i> Akademik	34
4. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Efficacy</i>	35
5. <i>Blueprint</i> Skala <i>Flow</i> Akademik Setelah Diuji Coba	37
6. <i>Blueprint</i> Skala <i>Flow</i> Akademik Penelitian.....	37
7. <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Efficacy</i> Setelah Uji Coba	38
8. <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Efficacy</i> Penelitian.....	38
9. <i>Mean</i> Hipotetik dan <i>Mean</i> Empiris <i>Self Efficacy</i> dan <i>Flow</i> Akademik	42
10. Deskripsi Data Penelitian <i>Self Efficacy</i> Per-Aspek.....	43
11. Deskripsi Data Penelitian <i>Flow</i> Akademik Per-Aspek	44
12. Kategorisasi Skor <i>Self Efficacy</i> (N= 44)	46
13. Kategorisasi Skor Subjek Berdasarkan Aspek-aspek <i>Self Efficacy</i>	46
14. Kategorisasi Skor <i>Flow</i> Akademik (N=44)	48
15. Kategorisasi Skor Subjek Berdasarkan Aspek-aspek <i>Flow</i> Akademik	48
16. Hasil Uji Normalitas <i>Self Efficacy</i> dan <i>Flow</i> Akademik (N=44).....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual Kontribusi <i>Self Efficacy</i> terhadap <i>Flow</i> Akademik pada Mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Skala Uji Coba <i>Self Efficacy</i>	68
2. Skala Uji Coba <i>Flow Akademik</i>	72
3. Distribusi Skor Aitem Skala Uji Coba <i>Self Efficacy</i>	75
4. Distribusi Skor Aitem Skala Uji Coba <i>Flow Akademik</i>	80
5. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i>	85
6. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Flow Akademik</i>	89
7. Skala Penelitian <i>Self Efficacy</i>	92
8. Skala Penelitian <i>Flow Akademik</i>	96
9. Distribusi Skor Aitem Skala Penelitian <i>Self Efficacy</i>	99
10. Distribusi Skor Aitem Skala Penelitian <i>Flow Akademik</i>	103
11. Deskripsi Statistik Skala <i>Self Efficacy</i> dan <i>Flow Akademik</i>	107
12. Uji Normalitas Skala <i>Self Efficacy</i> dan <i>Flow Akademik</i>	108
13. Uji Linearitas Skala <i>Self Efficacy</i> dan <i>Flow Akademik</i>	109
14. Uji Hipotesis Skala <i>Self Efficacy</i> dan <i>Flow Akademik</i>	110

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu pondasi yang sangat penting bagi suatu bangsa atau Negara. Melalui pendidikan, negara dapat dipandang berharga oleh dunia. Kemajuan suatu negara salah satunya ditentukan oleh generasi muda yang akan menjadi penerus bangsa itu sendiri. Dalam menghadapi persaingan yang begitu ketat dimasa yang akan datang, dibutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas, salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas bangsa dari sumber daya manusia adalah melalui pendidikan (Takriyudding, Mukmin, Yunus, 2016). Setiap orang berhak mendapatkan pendidikan yang tinggi. Seperti yang telah dinyatakan dalam UUD 1945 pasal 31 isinya mengenai hak dan kewajiban warga negara dalam dunia pendidikan dan kebudayaan serta pemerintah wajib memberikan perhatian khusus bagi dunia pendidikan Indonesia. Berdasarkan pasal tersebut, pemerintah pusat maupun daerah wajib memberikan layanan yang dapat mempermudah generasi penerus bangsa dalam hal menempuh pendidikannya, serta dapat menjamin terselenggaranya sistem pendidikan yang bermutu dan berkualitas bagi setiap warga negara dan masyarakat wajib berkontribusi melalui sumber daya dalam menyelenggarakan pendidikan.

Upaya pemerintah memenuhi kewajiban dalam dunia pendidikan salah satunya adalah, pada tahun 2010 pemerintah melalui Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi (Ditjen Dikti) Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia memberikan program bantuan biaya pendidikan melalui beasiswa Bidikmisi. Beasiswa bidikmisi ini diberikan kepada calon mahasiswa

yang tidak mampu secara ekonomi namun memiliki potensi akademik untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi (Antaranews, diakses pada Oktober 2018). Program beasiswa Bidikmisi ini merupakan suatu bentuk tindakan pemerintah untuk mengatasi biaya pendidikan yang mahal di perguruan tinggi serta memutuskan rantai kemiskinan (Ristekdikti, diakses pada Oktober 2018).

Jumlah penerima Bidikmisi setiap tahunnya mengalami peningkatan. Pada tahun 2017 pemerintah memberikan beasiswa bidikmisi kepada 80.000 mahasiswa baru (Ristekdikti, diakses pada Oktober 2018). Kemudian pada tahun 2018 meningkat menjadi 90.000 orang (Tribunnews, diakses pada Januari 2019). Kini, tahun 2019 Kemenristekdikti meningkatkan 44 % kuota Bidikmisi menjadi 130.000 orang penerima Bidikmisi (Republika, diakses pada Januari 2019). Hingga saat ini jumlah penerima Bidikmisi sudah mencapai angka 432.409 mahasiswa, sehingga berkontribusi untuk meningkatkan Angka Partisipasi Kasar (APK) Pendidikan Tinggi (Ristek dikti, diakses pada Oktober 2018). Pemerintah memberikan bantuan beasiswa Bidikmisi kepada seluruh perguruan tinggi negeri maupun swasta. Salah satu Perguruan tinggi negeri (PTN) yang menempati urutan ke-5 sebagai penerima Bidikmisi terbanyak adalah Universitas Negeri Padang dengan jumlah 1.623 mahasiswa penerima Bidikmisi (Okezone News, diakses pada November 2018).

Penerima Bidikmisi akan mendapatkan bantuan biaya pendidikan dan biaya hidup setiap bulannya. Pada tahun 2018 Kemenristekdikti memberikan bantuan sebesar Rp. 650.000/bulan. Kemudian pada tahun 2019 meningkat menjadi Rp. 700.000/bulan. Bantuan tersebut diberikan selama 8 semester untuk

jenjang pendidikan S1 dan 6 semester bagi jenjang pendidikan D3 (Ristekdikti, diakses pada Oktober 2018).

Melihat banyaknya bantuan pendidikan beasiswa Bidikmisi yang diberikan oleh pemerintah, diharapkan mampu untuk menunjang prestasi akademik mahasiswa bidikmisi di perguruan tinggi. Selama menjalani perkuliahan, mahasiswa dituntut untuk dapat mencapai prestasi yang lebih baik, prestasi tersebut dapat dilihat dari Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dimana mahasiswa bidikmisi dituntut mendapatkan IPK diatas 3.00 (Ristekdikti diakses pada Oktober 2018). Namun, kenyataan yang terjadi dilapangan masih terdapat mahasiswa/i bidikmisi yang memiliki prestasi tidak ideal dengan yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Berdasarkan studi awal peneliti terhadap mahasiswa bidikmisi Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang, didapatkan jumlah penerima bidikmisi sebanyak 145 orang. Dari jumlah tersebut masih terdapat 5% (35 orang) mahasiswa bidikmisi yang memiliki indeks prestasi kumulatif (IPK) dibawah 3.

Tidak hanya itu, mahasiswa bidikmisi juga dituntut untuk dapat lulus tepat waktu dalam kurun waktu 4 tahun dan ikut aktif dalam kegiatan kampus. Jika tidak dapat memenuhi ketentuan yang telah ditetapkan oleh pemerintah maka beasiswa yang diberikan akan dicabut (Ristekdikti, diakses pada Oktober 2018). Melihat banyaknya tuntutan yang wajib dipenuhi, tidak jarang menyebabkan mahasiswa bidikmisi menjadi jenuh dengan tugas-tugas akademik yang diberikan dan tidak dapat menikmati aktivitas akademik dengan baik. Beberapa mahasiswa bidikmisi mengeluh menjadi kurang fokus dalam melakukan kegiatan akademik,

serta mengerjakan tugas dengan terpaksa. Namun, pada beberapa mahasiswa bidikmisi yang lain merasa mampu untuk melalui tuntutan akademik tersebut. Mereka juga mampu menikmati kegiatan belajar mengajar di kelas dan mengerjakan tugas-tugas dengan perasaan yang nyaman dan senang meskipun banyak tantangan.

Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 30 mahasiswa bidikmisi jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang, dimana mahasiswa bidikmisi yang memiliki IPK diatas 3 mengatakan bahwa tugas-tugas merupakan sesuatu yang harus diselesaikan dengan konsentrasi penuh dan mereka merasa nyaman saat melakukannya bahkan sampai lupa waktu. Meskipun banyak tantangan dan tuntutan akademik pada mahasiswa bidikmisi untuk dapat meningkatkan prestasi, tetapi mereka masih dapat menikmati aktivitas-aktivitas yang dilakukan saat belajar maupun mengerjakan tugas. Berbeda dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada mahasiswa bidikmisi yang memiliki IPK dibawah 3, mereka merasa tuntutan akademik tersebut membuat mereka menjadi jenuh dan cenderung merasakan stress akademik sehingga mereka tidak dapat menikmati kegiatan akademik dan merasa sulit untuk fokus saat belajar di kelas maupun saat mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen.

Perasaan bahwa tuntutan yang ada sesuai dengan kemampuan yang dimiliki seseorang dan dapat merasakan kenyamanan saat melakukan suatu kegiatan disebut dengan *flow* (Csikszentmihalyi, 2014). *Flow* memiliki ruang lingkup yang luas, salah satunya terkait dengan bidang akademik, yang biasa

disebut dengan *flow* akademik. Menurut Yuwanto (dalam Arif, 2013) *flow* akademik merupakan suatu kondisi dimana individu dapat fokus dan merasa nyaman dalam melakukan suatu aktivitas akademik. Aktivitas akademik yang dimaksud seperti mengikuti pelajaran di kelas, mengerjakan tugas dan belajar. Kondisi *flow* merupakan bagian yang penting ketika proses belajar berlangsung, karena keadaan *flow* dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa antara lain dapat membuat mahasiswa lebih fokus, kreatif, lebih mudah menyerap materi pembelajaran sehingga berdampak pada hasil belajar yang optimal (Yuwanto, 2018). Oleh karena itu, *flow* akademik dibutuhkan untuk meraih prestasi akademik.

Individu yang mengalami *flow* akan menganggap kegiatan yang mereka kerjakan sangat berharga dan penting untuk dilakukan sehingga merasa bahwa waktu cepat berlalu, hal ini disebabkan karena adanya perasaan nyaman, dan konsentrasi penuh terhadap tugas yang sedang dikerjakan (Purwati & Akmaliah, 2016). Saat keadaan *flow* akademik, seseorang dapat melibatkan diri secara penuh pada kegiatan akademik, merasa antusias saat belajar, memiliki motivasi dalam diri sehingga dapat memanfaatkan waktu dengan baik serta menghindari diri dari kejenuhan selama belajar ataupun saat mengerjakan tugas-tugas akademik yang lain (Prihandrijani, 2016). Namun pada kenyataannya, berbagai macam tugas dari beberapa mata kuliah yang ditempuh membuat mahasiswa merasa tugas sebagai hal yang tidak menyenangkan sehingga sulit berkonsentrasi dan tidak dapat menikmati aktivitas akademik.

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan oleh peneliti melalui pengamatan kepada beberapa mahasiswa bidikmisi Psikologi Universitas Negeri Padang dalam kegiatan belajar mengajar di kelas, masih terdapat mahasiswa yang tidak sepenuhnya berpartisipasi dalam proses belajar mengajar di kelas. Beberapa diantara mereka sibuk melakukan kegiatan yang lain diluar aktivitas akademik, kegiatan yang dilakukan diantaranya memainkan gadget-nya secara sembunyi-sembunyi, mendengarkan lagu menggunakan *earphone*, sibuk berbicara dengan teman disebelahnya, mengerjakan tugas mata kuliah lain pada saat dosen menjelaskan di kelas, bahkan ada yang tidur pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Berdasarkan hal tersebut, dapat dikatakan masih terdapat mahasiswa bidikmisi yang belum bisa dan kesulitan mengalami *flow* akademik.

Penelitian yang dilakukan Csikszentmihalyi (dalam Purwati & Akmaliyah, 2016) kepada penduduk Amerika untuk mengetahui pengalaman *flow*. Subjek diberi sebuah pertanyaan yaitu “pernahkah kamu terlibat dengan suatu kegiatan sampai kamu tidak memperdulikan hal lain dan kamu sampai lupa waktu?” dan hasilnya 20% subjek menjawab mengalaminya beberapa kali dalam sehari, dan hanya 15% yang menjawab tidak pernah mengalaminya. Hal ini serupa dengan penelitian terhadap 6469 penduduk Jerman yang menggunakan pertanyaan yang sama, dan hasilnya menunjukkan 23% sering mengalaminya, 40% kadang-kadang, jarang 25%, dan tidak pernah 12%.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuwanto (dalam Arif, 2013) menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan untuk dapat mengalami *flow* dimana hasil terbesar mahasiswa mengalami *flow* dalam kategori sedang yaitu 59.2%. Ini

menunjukkan tidak semua mahasiswa dapat mengalami *flow* karena cenderung mengalami stres akademik. Hasil menunjukkan ada korelasi negatif antara stres akademik dan *flow*. Artinya mahasiswa yang mengalami stres akademik akan kesulitan mencapai *flow* dalam melakukan aktivitas akademik. Tidak hanya itu, hasil survey yang telah dilakukan oleh Chandra (2013) dengan melibatkan 20 mahasiswa Fakultas Psikologi Ubaya. Didapatkan data bahwa sebanyak 16 (80%) responden menyatakan kesulitan berkonsentrasi saat belajar/mengerjakan tugas/kuliah di kelas, serta sebanyak 18 (90%) responden menyatakan kurang bersemangat saat belajar/mengerjakan tugas/kuliah di kelas. Kemudian hasil survey tersebut didukung oleh penelitian Chandra (2013) dengan membagikan angket LIS, dimana didapati sebanyak 40% (4) mahasiswa termasuk dalam kategori *flow* akademik yang cukup rendah, dan sebanyak 10% (1) mahasiswa termasuk dalam kategori yang rendah. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa masih kesulitan mengalami *flow* akademik.

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara kepada 30 orang mahasiswa bidikmisi Psikologi Universitas Negeri Padang. Sebagian besar mahasiswa belum bisa mengendalikan konsentrasi secara penuh ketika kegiatan belajar mengajar di kelas maupun pada saat mengerjakan tugas-tugas. Penyebab yang mereka utarakan adalah karena tidak paham dengan materi yang disampaikan oleh kelompok penyaji, merasa kesulitan dan tidak yakin dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan (Diola, 2018).

Csikszentmihalyi (2014) menyebutkan ada dua faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *flow*, yaitu: faktor dari individu dan faktor dari lingkungan.

Faktor dari individu (*person factor*), yaitu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan suatu aktivitas. Faktor dari lingkungan (*enviromtent factor*), yaitu terkait seberapa besar tantangan tugas yang diberikan kepada individu. Kemampuan individu dalam melakukukan sesuatu dilihat dari persepsi yang ada pada diri individu itu sendiri. Menurut Bandura, keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh individu disebut dengan *self efficacy*. Efikasi diri memegang peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam bidang akademik. Seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya. (Bandura, 1997).

Berikut penelitian mengenai *self efficacy* yang berkaitan dengan bidang akademik, salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Pudjiastuti (2012) mengenai *self efficacy* dengan perilaku mencontek mahasiswa psikologi. Hasil tersebut menunjukkan tingginya perilaku mencontek yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X angkatan 2009, maka hal tersebut berkaitan dengan rendahnya tingkat *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa yang bersangkutan. Rendahnya *self efficacy* mahasiswa terbukti pada penelitian ini, hasil menunjukkan bahwa sekitar 52.3 % dari keseluruhan sampel memiliki *self efficacy* rendah. Hal tersebut juga sesuai dengan fenomena kurangnya keyakinan mahasiswa saat menghadapi tuntutan-tuntutan akademik. Kemudian Dewi & Sudiantara (2015) melakukan penelitian terhadap 155 mahasiswa Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata mengenai *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik, diperoleh bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dimana *self efficacy*

memberikan sumbangan yang efektif terhadap prokrastinasi sebesar 18,4 % hal tersebut menunjukkan bahwa *self efficacy* cukup berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Dimana jika seseorang memiliki *self efficacy* yang rendah maka akan diikuti dengan perilaku prokrastinasi yang tinggi begitupun sebaliknya.

Handayani & Nurwidawati (2013) melakukan penelitian kepada 24 orang siswa akselerasi mengenai hubungan *self efficacy* dengan prestasi belajar. Didapatkan hasil korelasi sebesar 0,657 artinya terdapat hubungan yang signifikan diantara kedua variabel tersebut. Semakin tinggi *self efficacy*-nya semakin tinggi prestasi belajar siswa kelas akselerasi, begitupun sebaliknya, semakin rendah *self efficacy*-nya akan diikuti dengan rendahnya prestasi belajar siswa kelas akselerasi. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizkiana (2017) mengenai pengaruh *self efficacy* terhadap hasil belajar pada Mahasiswa Berprestasi (Mawapres) STKIP PGRI Pangkalan. Didapatkan hasil bahwa ketiga aspek dari *self efficacy* memberikan pengaruh positif dan signifikan sebesar 64,3 % terhadap prestasi akademik. Artinya semakin tinggi *self efficacy* mahasiswa maka akan berdampak pada hasil belajar yang baik. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* mahasiswa maka akan berdampak pada hasil belajar yang menurun.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Irfan & Suprpti (2014) mengenai *self efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap mahasiswa baru Fakultas Psikologi Unair. Diperoleh hasil koefisien korelasi memiliki hubungan yang positif sebesar 0,467 antara kedua variabel. Artinya jika *self efficacy* tinggi maka akan mendapatkan nilai penyesuaian diri yang tinggi, sebaliknya jika *self efficacy*

rendah maka akan didapatkan nilai penyesuaian diri yang rendah juga. Hasil penelitian yang dilakukan Widiyanto (2013) mengenai pengaruh *self efficacy* dan motivasi berprestasi terhadap kemandirian belajar pada siswa SMK 2 Depok. Diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh yang positif *self efficacy* terhadap kemandirian belajar memberikan sumbangan sebesar 39 % dan motivasi berprestasi memberikan sumbangan sebesar 25,9 %.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* memiliki peranan yang sangat penting dalam bidang akademik. Keyakinan mahasiswa pada kemampuannya untuk mengerjakan tugas dapat mempengaruhi perilaku mahasiswa tersebut dalam menyelesaikan tugasnya (Putri, Wiyanti, & Priyatama, 2012). *Self-efficacy* juga merupakan prediktor yang jauh lebih kuat tentang seberapa efektif orang akan melakukan suatu pemberian tugas daripada kepercayaan diri mereka atau harga diri mereka (Ahmad & Safaria, 2013). *Self efficacy* berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan yang sesuai dengan harapan.

Dalam penelitian Purwati & Akmaliah (2016) mengenai *self efficacy* dengan *flow* akademik terhadap siswa akselerasi di Sidoarjo mengungkapkan bahwa adanya hubungan yang searah, artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *flow* akademiknya dengan memberikan koefisien korelasi sebesar (0, 886). Ini sesuai dengan pernyataan Csikszentmihalyi (dalam Yuwanto, 2018) bahwa *self-efficacy* memfasilitasi terjadinya kondisi aliran (*flow*). Menurut Purwati & Akmaliah (2016) faktor-faktor yang memiliki korelasi dengan *flow* akademik diantaranya adalah *student engagement*, motivasi berprestasi, dukungan

sosial, stress akademik, *self esteem*, dan *self efficacy*. Salah satu hal yang menyebabkan seorang individu mengalami kondisi *flow* adalah *self efficacy*.

Dibuktikan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Santoso (2014) tentang *self efficacy* dan *flow* akademik ditinjau dari *Temporal Motivation Theory* (TMT) pada Mahasiswa Fakultas Psikologi. Memberikan hasil bahwa penilaian terhadap kemampuan diri akan membuat mahasiswa makin menikmati dalam melakukan suatu kegiatan, dan semakin tinggi penilaian terhadap kemampuan diri akan meningkatkan motivasi internal dalam melakukan suatu kegiatan. Meningkatnya penilaian terhadap kemampuan diri juga membuat mahasiswa makin berkonsentrasi pada kegiatan yang sedang dilakukannya.

Peneliti melakukan wawancara kepada 30 mahasiswa bidikmisi Psikologi Universitas Negeri Padang mengenai persepsi mereka terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas dan menjalankan kegiatan akademik lainnya, pada sebagian mahasiswa bidikmisi yang memiliki ipk di bawah 3 mengatakan bahwa ia akan mengerjakan tugas yang mudah dan kurang yakin untuk dapat menyelesaikan tugas yang sulit. Jika ia merasa tugas tersebut sulit, maka akan terhambat dalam proses menyelesaikan tugas sehingga tidak dapat menikmati proses tersebut. Selain itu pada beberapa mahasiswa bidikmisi yang lain, ia akan meluangkan waktunya berjam-jam untuk mengerjakan tugas atau belajar dengan konsentrasi penuh tanpa terpengaruh oleh sekitarnya jika ia merasa mampu untuk menyelesaikan tugas tersebut dan mampu untuk memahami materi yang ia pelajari.

Peneliti tertarik untuk meneliti kembali mengenai *self efficacy* dengan *flow* akademik. Alasannya adalah karena masih terdapat mahasiswa bidikmisi yang belum ideal dalam meraih prestasi akademiknya dengan ketentuan yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Selain itu berdasarkan literatur yang peneliti dapatkan dari penelitian sebelumnya hanya melihat bagaimana hubungan antara *self efficacy* dengan *flow* akademik namun tidak mengetahui seberapa besar kontribusi *self efficacy* terhadap *flow* akademik. Untuk itu, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Kontribusi *Self Efficacy* Terhadap *Flow* Akademik Pada Mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat ditarik identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Tidak semua lulusan sekolah menengah atas dapat melanjutkan pendidikannya ke perguruan tinggi negeri salah satu faktor nya adalah karena biaya yang mahal.
2. Masih terdapat kesulitan dalam mencapai prestasi akademik salah satunya dikarenakan kurang adanya konsentrasi dalam mengerjakan tugas-tugas maupun belajar di dalam kelas.
3. Tuntutan tugas dan belajar yang begitu padat terkadang membuat seorang pembelajar atau mahasiswa menjadi sulit merasakan *flow* akademik.
4. Rendahnya persepsi terhadap kemampuan diri sendiri (*self efficacy*) membuat mahasiswa sulit untuk mencapai *flow*.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penelitian ini dibatasi hanya melihat ada atau tidaknya kontribusi *self efficacy* dengan *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang ?
2. Bagaimana gambaran *self efficacy* pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang ?
3. Apakah ada kontribusi *self efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mendeskripsikan tingkat *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
2. Untuk mendeskripsikan *self efficacy* pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
3. Untuk membuktikan apakah ada kontribusi antara *self efficacy* dengan tingkat *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat diantaranya adalah manfaat teoritis dan manfaat praktis yaitu:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dibidang psikologi terutama psikologi pendidikan, serta untuk keperluan penelitian selanjutnya bagi siapa yang tertarik melakukan penelitian mengenai *self efficacy* dan *flow* akademik.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Bagian Pengelola Bidang Kemahasiswaan, diharapkan penelitian ini dapat membantu untuk mengevaluasi atau memberikan dasar pembinaan terhadap mahasiswa bidikmisi agar dapat meningkatkan *self efficacy* dan *flow* akademik yang akan berpengaruh pada prestasi akademiknya.

b. Bagi mahasiswa

1. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan kepada mahasiswa untuk mengetahui apakah *self efficacy* memiliki kontribusi terhadap *flow* akademik, sehingga permasalahan ini bisa ditanggulangi dengan baik.
2. Sebagai evaluasi bagi mahasiswa bidikmisi untuk meningkatkan *flow* akademik agar prestasi belajar juga meningkat dan dapat memenuhi persyaratan ipk sebagai mahasiswa bidikmisi.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Flow* Akademik

1. Pengertian *flow* akademik

Konsep *flow* pertama kali dikemukakan oleh Mihaly Csikszentmihalyi pada tahun 1990. Csikszentmihalyi (1990) mengatakan bahwa *flow* merupakan suatu keadaan dimana orang-orang sangat terlibat dalam suatu kegiatan. Hal tersebut dilihat dari tingkat konsentrasi, keterlibatan, dan kenikmatan yang mungkin dimiliki siswa ketika mereka terlibat dalam tugas akademik. Untuk berada dalam keadaan keterlibatan ini, siswa perlu merasakan keseimbangan antara tantangan tugas dan kemampuan mereka untuk melakukan tugas dengan sukses. sehingga pengalaman itu sendiri sangat menyenangkan ketika dilakukan dan memiliki motivasi intrinsik untuk terus melakukannya. Definisi *flow* juga dituturkan melalui studi pengambilan sampel pengalaman Csikszentmihalyi (1997) telah menunjukkan bahwa orang lebih sering mengalami *flow* selama melakukan kegiatan mereka daripada saat waktu luang. Csikszentmihalyi (1997) menggambarkan pengalaman aliran sebagai yang telah digunakan banyak orang untuk menggambarkan perasaan tindakan yang mereka rasakan pada saat-saat yang menonjol sebagai yang terbaik dalam hidup mereka.

Dari beberapa definisi *flow* tersebut, peneliti memutuskan untuk menggunakan buku Csikszentmihalyi (2014) mengenai aplikasi *flow* dalam perkembangan manusia dan pendidikan karena edisi terbaru dan sesuai dengan kontrak yang akan diteliti. Menurut Csikszentmihalyi (2014) *flow* adalah keadaan

psikologis ketika seseorang benar-benar terlibat dalam suatu aktivitas sampai melupakan waktu, kelelahan, dan segala sesuatu yang lain kecuali aktivitas itu sendiri. Menurut Bakker (2005) *flow* diartikan sebagai keadaan kesadaran di mana orang menjadi benar-benar tenggelam dalam suatu kegiatan, dan menikmatinya dengan intens. Sedangkan menurut Lee (2005) *flow* adalah kondisi internal dalam bentuk kesenangan yang melibatkan pengalaman positif seseorang, sehingga orang tersebut dapat mengendalikan dirinya untuk tetap fokus pada saat mengerjakan sesuatu.

Csikszentmihalyi (2014) mengatakan *flow* dapat terjadi di berbagai bidang kehidupan, salah satunya adalah di bidang akademik. *Flow* akademik merupakan kondisi individu saat merasa benar-benar fokus dan terlibat dalam tugas atau kegiatan yang dihadapinya. *Flow* akademik tersebut diperlukan oleh mahasiswa ketika melakukan kuliah, belajar, dan mengerjakan tugas (Yuwanto, 2018). Pengalaman optimal ini tidak terjadi secara tiba-tiba, Menurut Csikszentmihalyi (2014). Kondisi ini dapat terjadi apabila seseorang menghadapi tantangan dan mereka menganggap dirinya punya kemampuan yang tinggi untuk menghadapi tantangan tersebut. Ciri aliran yang menentukan adalah keterlibatan pengalaman yang intens dalam aktivitas momen-ke-momen. Perhatian sepenuhnya diinvestasikan dalam tugas yang dihadapi, dan orang tersebut berfungsi dengan kapasitas maksimalnya (Csikszentmihalyi, 2014).

Berdasarkan teori yang telah dipaparkan diatas dapat disimpulkan bahwa *flow* akademik merupakan suatu kondisi yang dirasakan oleh individu ketika dapat mengendalikan fokus, menikmati aktivitas akademik yang sedang dilakukan, dan

merasa puas dengan *reward* yang ada dalam diri sehingga ingin mengulangi pengalaman tersebut.

2. Aspek- aspek *flow* akademik

Aspek-aspek *flow* akademik menggunakan konsep dari Csikszentmihalyi namun telah disederhanakan oleh Bakker (2005) dengan istilah-istilah yang lebih mudah dipahami tetapi memiliki makna yang sama dengan konsep yang dikemukakan oleh Csikszentmihalyi (2014). Peneliti menggunakan istilah-istilah tersebut agar lebih konkrit dan fokus sehingga mempermudah untuk menyusun instrument penelitian. Berdasarkan penjelasan teori yang telah dipaparkan, berikut merupakan aspek-aspek dari *flow* akademik yang memiliki tiga aspek yaitu:

- a. *Absorption*, yaitu keadaan saat individu dapat berkonsentrasi secara penuh dan tenggelam dalam aktivitasnya. Waktu terasa berlalu dengan cepat, dan mereka lupa akan hal-hal lain di sekitar mereka.
- b. *Enjoyment*, yaitu individu yang dapat menikmati kegiatan yang sedang ia hadapi yang akan membuat penilaian positif tentang aktivitas / tugas tersebut.
- c. *Intrinsic motivation*, yaitu kebutuhan untuk melakukan aktivitas tertentu dengan tujuan agar mendapat kesenangan dan kepuasan dari aktivitas tersebut. Motivasi intrinsik ini berasal dari dalam diri seseorang tanpa adanya penghargaan dari orang lain.

Dalam buku Csikszentmihalyi (2014) dijelaskan bahwa *flow* dapat terjadi ketika seseorang merasa nyaman dalam melakukan aktifitasnya, dan ketika seseorang ingin melakukan sesuatu untuk dirinya sendiri tanpa menghiraukan penghargaan yang didapatkan dengan cara lain. Beberapa hal yang dapat

ditentukan dengan tepat ketika seseorang mengalami pengalaman *flow* diantaranya adalah merasakan konsentrasi yang ekstrim (*extreme concentration*) dan fokus dimana orang tersebut hanya memperhatikan apa yang sedang ia lakukan. Kemudian dijelaskan bahwa kenikmatan dalam menjalani suatu kegiatan menjadi hal penting ketika seseorang benar-benar terlibat pada suatu kegiatan, mereka melakukannya karena mereka tahu dengan sangat jelas apa yang harus mereka lakukan dari satu momen ke momen berikutnya. Dalam buku tersebut juga dijelaskan mengenai motivasi intrinsik yang mempunyai sumbangan dalam terjadinya *flow*.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *flow* akademik

Menurut Csikszentmihalyi (2014) terdapat dua faktor yang mempengaruhi *flow* yaitu faktor dari individu dan faktor dari lingkungan.

- a. Faktor dari individu (*person factor*), yaitu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan suatu aktivitas.
- b. Faktor dari lingkungan (*enviromtent factor*), yaitu terkait seberapa besar tantangan tugas yang diberikan kepada individu.

Menurut Purwati & Akmaliah (2016) Faktor-faktor lain yang ditemukan memiliki korelasi dengan *flow* akademik adalah *student engagement*, motivasi berprestasi, dukungan sosial, stress akademik, *self esteem*, *self efficacy*. Salah satu hal yang menyebabkan seorang individu mengalami kondisi *flow* adalah *self efficacy*.

4. Kondisi *Flow*

Menurut Csikszentmihalyi (2014) berikut merupakan kondisi saat seseorang dapat dikatakan mengalami *flow*.

a. Memiliki tujuan yang jelas

Orang tersebut harus tahu apa yang harus dilakukan setiap saat dan mengapa. Dalam situasi kelas, itu tidak cukup bagi mahasiswa untuk hanya memiliki gambaran umum tentang tujuan kuliah atau tugas. Untuk menikmati pembelajaran, mereka harus memiliki perasaan yang berkelanjutan tentang apa yang sedang terjadi dan apa yang akan dilakukan.

b. Harus Ada Umpan Balik Segera

Untuk menikmati pembelajaran, siswa harus menerima informasi secepat dan sesering mungkin tentang seberapa baik yang mereka lakukan. Pada awalnya, umpan balik harus datang dari luar dari guru atau sumber eksternal lainnya, tetapi pada akhirnya siswa akan belajar untuk mengelola umpan balik untuk diri mereka sendiri. Setiap individu tahu seberapa baik yang dilakukannya.

c. Tantangan dan Keterampilan Harus Seimbang

Siswa harus memiliki pilihan untuk menambah atau mengurangi kesulitan tugas sehingga mereka dapat mencocokkan sebaik mungkin kemampuan mereka dengan persyaratan untuk bertindak.

d. Konsentrasi yang Dalam

Di kelas, siswa memperhatikan apa yang dikatakan atau dilakukan guru hanya sebagian kecil dari waktu. Namun tanpa memusatkan perhatian tidak ada pembelajaran yang dapat terjadi. Penting untuk mengetahui cara mengalihkan

perhatian dari hal-hal ini ke materi pelajaran dengan segera. Ketika kondisi yang dijelaskan sebelumnya hadir dan siswa mulai berkonsentrasi, aliran pengalaman biasanya mengikuti, dan belajar menjadi bermanfaat secara intrinsik.

e. Gangguan Harus Dihindari

Stimulus yang tidak relevan dapat menghancurkan konsentrasi yang berpengaruh pada keterlibatan dalam proses pembelajaran. Menciptakan kesadaran diri adalah cara yang pasti untuk mengalihkan perhatian pelajar. Apa pun yang dapat dilakukan untuk menghentikan gangguan dari tugas utama maka akan meningkatkan kenikmatan belajar.

f. Kontrol Harus Dimungkinkan

Tanpa kemungkinan kontrol, sangat sulit untuk menikmati apa yang sedang dilakukan seseorang. Tetapi apa pun yang dapat dilakukan oleh seorang guru untuk mengalihkan tanggung jawab atas proses pembelajaran kepada siswa, ia harus membawa keuntungan besar dalam motivasi intrinsik untuk mencapai kontrol yang lebih besar dalam pekerjaan mereka sendiri. Pada prinsipnya kesuksesan ada ditangan individu tersebut.

g. Pertumbuhan dan Transendensi Diri Harus Ditingkatkan

Meskipun seseorang biasanya melupakan dirinya sendiri dalam aliran, setelah itu seseorang merasa bahwa hasil dari pengalaman seseorang telah mencapai tingkat keterampilan yang lebih tinggi, perasaan diri yang diperluas. Penting bagi guru untuk membuat siswa sadar bahwa belajar adalah masalah bukan hanya menyerap informasi tetapi menjadi bagian dari komunitas

pembelajar. Dalam kondisi ini individu memiliki perasaan melampaui batas-batas egonya.

h. Pengalaman Autotelic

Pengalaman autotelic merupakan aktivitas yang dilakukan untuk kepentingan sendiri dan bukan untuk mendapatkan penghargaan dari orang lain. Pengalaman ini bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dari individu tanpa mengharapkan keuntungan di masa mendatang. Individu tidak memikirkan hadiah dan menikmati proses dalam melakukan aktivitas tersebut.

B. *Self Efficacy*

1. Pengertian *Self Efficacy*

Istilah *self efficacy* pertama kali diciptakan oleh Albert Bandura pada tahun 1997. *Self-efficacy* menentukan bagaimana orang merasakan, berpikir, memotivasi diri sendiri dan berperilaku. Menurut Bandura (1997) *Self-efficacy* merupakan penilaian diri, apakah dapat melakukan suatu tindakan yang baik atau buruk. Tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan apa yang diharapkan. Secara umum, *self efficacy* adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu agar tujuan dapat tercapai (Ormrod, 2008). Seseorang akan lebih terlibat dalam perilaku tertentu ketika mereka yakin bahwa mereka mampu melakukan perilaku tersebut dengan sukses, mereka adalah orang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi.

Menurut Bandura (dalam Goulão, 2014) Konsep ini terkait dengan kepercayaan yang dimiliki orang tentang kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas tertentu. *Self efficacy* merupakan penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik, atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak

bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan (Alwisol, 2009). Menurut Bandura (dalam Baron & Byrne, 2003) *self efficacy* adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan. *Self efficacy* fokus pada mengorganisir dan melengkapi tugas lebih spesifik dan dalam situasi yang termotivasi (Bong & Clark dalam Hery, 2010).

Menurut Bandura (dalam Ghufon & Risnawati, 2011) mengatakan bahwa *self efficacy* pada dasarnya adalah proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. *Self efficacy* tidak berkaitan dengan seberapa besar kecakapan yang dimiliki individu. *Self efficacy* menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang penuh dengan tantangan. Berdasarkan beberapa definisi yang telah diungkapkan diatas, maka dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud dengan *self efficacy* dalam konteks penelitian ini adalah keyakinan yang ada dalam diri seseorang bahwa individu tersebut mempunyai kemampuan untuk menentukan perilaku yang tepat sehingga dapat mencapai keberhasilan seperti yang diharapkan.

2. Aspek-aspek Self Efficacy

Berdasarkan teori yang telah dijelaskan diatas, berikut merupakan aspek-aspek *self-efficacy* Menurut Bandura (dalam Ghufon & Risnawati, 2011). Aspek-aspek *self-efficacy* tersebut ada tiga yaitu :

a. *Level* (dimensi tingkat)

Level yaitu persepsi individu mengenai kemampuannya yang menghasilkan tingkah laku yang akan diukur melalui tingkat tugas yang menunjukkan variasi kesulitan tugas. Tingkatan kesulitan tugas tersebut mengungkapkan dimensi kecerdikan, tenaga, akurasi, produktivitas, atau regulasi diri yang diperlukan untuk menyebutkan beberapa dimensi perilaku kinerja. Individu yang memiliki tingkat keyakinan yang tinggi bahwa ia mampu mengerjakan tugas-tugas yang sukar juga memiliki *self efficacy* yang tinggi sedangkan individu dengan tingkat yang rendah memiliki keyakinan bahwa dirinya hanya mampu mengerjakan tugas-tugas yang mudah serta memiliki *self efficacy* yang rendah.

b. *Generality* (dimensi generalisasi)

Generality terkait pada aktivitas dan konteks situasi yang mengungkapkan pola dan tingkatan umum dari keyakinan orang terhadap keberhasilan mereka. Individu dapat menilai bahwa ia memiliki keyakinan pada suatu aktivitas atau situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi. Semakin banyak *self-efficacy* yang dapat diterapkan pada berbagai kondisi, maka semakin tinggi *self-efficacy* seseorang.

c. *Strength* (dimensi kekuatan)

Strength merupakan kekuatan dari keyakinan diri seseorang ketika berhadapan dengan tuntutan tugas atau suatu permasalahan. *Self-efficacy* yang lemah disebabkan tidak terhubung oleh pengalaman akan mudah menyerah ketika menghadapi masalah-masalah dalam tuntutan sebuah tugas, sedangkan orang-orang yang memiliki keyakinan yang kuat, mereka akan bertahan dengan usaha mereka

meskipun ada banyak kesulitan dan hambatan. Individu dengan tingkat kekuatan tinggi akan memiliki keyakinan yang kuat akan kompetensi diri sehingga tidak mudah menyerah atau frustrasi dalam menghadapi rintangan dan memiliki kecenderungan untuk berhasil lebih besar dari pada individu dengan kekuatan yang rendah.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Menurut Bandura (dalam Ghufroon & Risnawati, 2011) *self-efficacy* dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat unsur sumber informasi utama, *self-efficacy* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

a. Pengalaman keberhasilan (*mastery experience*)

Sumber informasi ini memberikan pengaruh besar pada *self-efficacy* karena berdasarkan pada pengalaman dan kegagalan. Pengalaman keberhasilan akan meningkatkan *self-efficacy*, sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkannya. Setelah *self-efficacy* yang kuat berkembang melalui serangkaian keberhasilan dampak negatif dari kegagalan yang umum akan berkurang. Kemudian kegagalan diatasi dengan usaha-usaha yang mampu memperkuat motivasi diri apabila individu menemukan lewat pengalaman bahwa hambatan tersulit pun dapat diatasi dengan usaha yang dilakukan secara terus-menerus.

b. Pengalaman orang lain (*vicarious experience*)

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebanding ketika mengerjakan suatu tugas akan meningkatkan *self-efficacy* saat mengerjakan tugas yang sama. Sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang

lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya sehingga mengurangi usaha yang dilakukannya.

c. Persuasi verbal (*verbal persuasion*)

Individu diarahkan dan diberi saran, nasihat, bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan yang dimiliki, hal tersebut dapat membantu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Individu yang diyakinkan secara verbal biasanya akan berusaha lebih keras untuk mencapai suatu keberhasilan.

d. Kondisi fisiologis (*physiological state*)

Individu akan mendasarkan informasi tentang kondisi fisiologis mereka untuk menilai kemampuannya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekan akan dipandang sebagai suatu tanda ketidakmampuan karena hal tersebut dapat melemahkan performansi kerja mereka.

C. Mahasiswa Penerima Program Beasiswa Bidikmisi

Mahasiswa bidikmisi merupakan mahasiswa penerima program bantuan biaya pendidikan bidikmisi. Program bantuan biaya pendidikan bidikmisi yaitu bantuan biaya pendidikan bagi calon mahasiswa tidak mampu secara ekonomi dan memiliki potensi akademik baik untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi pada program studi unggulan sampai lulus tepat waktu. Program ini diluncurkan oleh pemerintah melalui Kementerian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi sejak tahun 2010 (Ristekdikti, diakses pada November 2018).

Mahasiswa yang berhak menerima beasiswa bidikmisi adalah lulusan dari satuan pendidikan SMA/SMK/MA/MAK atau bentuk lain sederajat, yang tidak

mampu secara ekonomi dan memiliki potensi akademik baik. Setiap bulannya mahasiswa peraih bidikmisi menerima bantuan biaya hidup Rp. 650.000/bulan. Bantuan bidikmisi diberikan selama 8 semester untuk jenjang pendidikan S1 dan 6 semester untuk jenjang pendidikan D3 (Ristekdikti, diakses pada November 2018).

D. Dinamika Hubungan *Self Efficacy* dengan *Flow Akademik*

Modal penting seorang siswa dalam proses pembelajaran adalah memiliki konsentrasi, merasa nyaman, dan memiliki motivasi pada saat menjalani kegiatan belajar mengajar. Kondisi seperti ini disebut sebagai *flow* akademik (Yuwanto, 2018). Sesuai dengan penjelasan Yuwanto (2018) *Flow* dapat memberikan manfaat positif bagi siswa antara lain dapat membuat siswa lebih fokus, kreatif, lebih mudah menyerap materi pembelajaran, serta dapat mengurangi stres akademik sehingga berdampak pada hasil belajar yang optimal. Individu yang mengalami *flow* biasanya terlibat secara intens dalam kegiatan yang ia lakukan sehingga mereka cenderung tidak sadar dengan waktu atau tempat (Schunk dalam Husna, 2014).

Menurut Csikszentmihalyi (2014) terjadinya *flow* jika seseorang merasakan keseimbangan antara tantangan situasi dan kemampuan mereka sendiri untuk menghadapi tantangan ini. Setara atau tidaknya kemampuan siswa dengan tingkat kesulitan tugas ditentukan oleh penilaian siswa itu sendiri. Kesadaran siswa tentang kemampuan diri sendiri disebut *self efficacy*.

Menurut Bandura (1997) *Self efficacy* adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan,

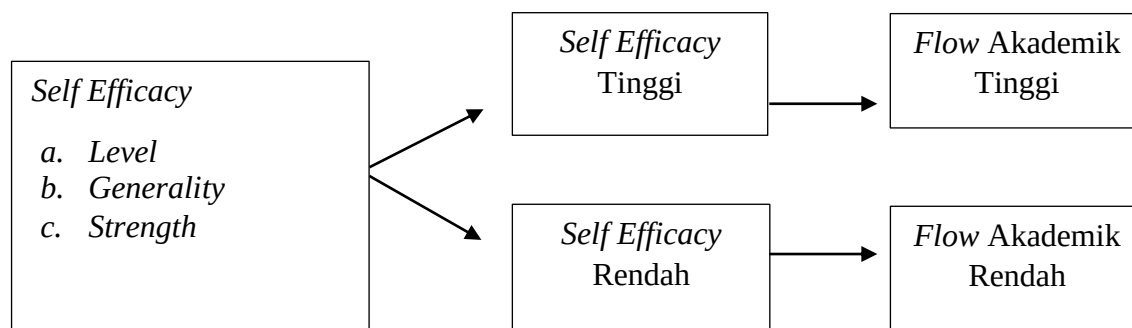
atau mengatasi hambatan. Semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki siswa maka penilaian terhadap kemampuan dirinya akan semakin baik, sehingga semakin banyak aktivitas akademik yang dirasa setara dengan kemampuannya (Baron & Byrne, 2003). *Self-efficacy* terkait dengan menyelesaikan tugas akademik, penting bagi siswa untuk merasakan psikologis kenyamanan dalam melakukan tugas. Siswa dengan *self-efficacy* yang tinggi merasakan kesetaraan tugas dan kemampuan (Yuwanto, 2018).

Self efficacy yang dimiliki seseorang dapat dilihat berdasarkan tiga aspek. Pertama, aspek *level* yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Individu akan berupaya melakukan tugas tertentu yang ia persepsikan dapat dilaksanakannya dan ia akan menghindari situasi dan perilaku yang ia persepsikan di luar batas kemampuannya. Kedua, aspek *strength* yang berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan. Ketiga, aspek *generality* yang berkaitan cakupan luas bidang tingkah laku di mana individu merasa yakin terhadap kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya, tergantung pada pemahaman kemampuan dirinya yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi (Bandura, 1997).

Apabila seorang individu sudah mempunyai minat terhadap tugas yang diberikan, serta mampu mengontrol perilaku untuk mempertahankan usaha dalam mengerjakan tugas maka dia akan mudah untuk fokus dan berkonsentrasi serta merasa tenggelam dalam mengerjakan tugas yang ia jalani. Oleh karena itu, *self*

efficacy diakui sebagai penggerak aktivitas belajar seseorang sehingga dapat mengalami *flow* (Purwati & Akmaliyah, 2016). Hal ini didukung oleh penelitian Melisa Santoso (2014) tentang *self efficacy* dengan *flow* yang mengatakan bahwa adanya hubungan positif antara *self efficacy* dan *flow* akademik pada mahasiswa Psikologi memberikan hasil bahwa penilaian terhadap kemampuan diri akan membuat mahasiswa makin menikmati dalam melakukan suatu kegiatan, dan semakin tinggi penilaian terhadap kemampuan diri akan meningkatkan motivasi internal dalam melakukan suatu kegiatan. Tidak hanya itu, meningkatnya penilaian terhadap kemampuan diri juga dapat membuat mahasiswa makin berkonsentrasi pada kegiatan yang sedang dijalannya.

E. Kerangka Konseptual



Gambar 1.

Kerangka Konseptual Kontribusi *Self Efficacy* terhadap *Flow Akademik* pada Mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian teoritik diatas hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Ho: Tidak terdapat kontribusi yang signifikan *self efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Ha: Terdapat kontribusi yang signifikan *self efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai kontribusi *self efficacy* terhadap *flow* akademik, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat *self-efficacy* mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa bidikmisi belum sepenuhnya memiliki keyakinan atau kemampuan dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu untuk mencapai hasil yang diinginkan.
2. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *flow* akademik mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa bidikmisi belum sepenuhnya terlibat dalam melakukan suatu aktivitas akademik.
3. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi positif yang sangat signifikan antara *self efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Hal ini menunjukkan bahwa jika semakin tinggi *self efficacy* mahasiswa bidikmisi maka semakin tinggi pula tingkat *flow* akademiknya.

Sebaliknya, jika semakin rendah *self efficacy* mahasiswa bidikmisi maka semakin rendah pula tingkat *flow* akademiknya.

B. Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan, berikut ini disampaikan beberapa saran yang dapat menjadi lahan pertimbangan sebagai berikut:

1. Bagi subjek yaitu Mahasiswa Bidikmisi FIP UNP yang memiliki IPK dibawah 3, disarankan untuk dapat meningkatkan *self-efficacy* dengan cara mengembangkan kemampuan atau keyakinan dalam diri untuk dapat menyelesaikan semua tuntutan tugas akademik demi mencapai suatu hasil yang maksimal, bertahan dengan usaha-usaha dalam mengatasi kesulitan dan hambatan yang ada, selain itu *self-efficacy* dapat ditingkatkan melalui pengalaman keberhasilan, dengan terjadinya serangkaian keberhasilan nyata maka *self-efficacy* dapat kuat dan berkembang. Jika *self-efficacy* sudah dapat ditingkatkan maka *flow* akademik juga secara otomatis akan ikut meningkat dan mahasiswa bidikmisi dapat menikmati kegiatan akademik yang sedang mereka dihadapi. Sehingga dengan cara tersebut diharapkan mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang dapat meningkatkan indeks prestasi kumulatif (IPK).
2. Bagi pengelola bagian kemahasiswaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu pertimbangan untuk memberikan persuasi verbal dimana individu diarahkan, diberi saran, nasihat, serta suatu pembinaan terhadap mahasiswa bidikmisi yang memiliki

ipk dibawah 3 sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan yang dimiliki, hal tersebut dapat membantu untuk mencapai tujuan yang diinginkan dimana tuntutan-tuntutan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa bidikmisi dapat tercapai. Selain itu dapat memberikan *reward* bagi mahasiswa bidikmisi yang dapat meningkatkan ipk nya sebagai apresiasi.

3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi acuan untuk menentukan konstruk terkait dengan *self-efficacy* maupun *flow* akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agisni, S. (2017). Flow akademik siswa di smp negeri 9 bandung. Universitas Pendidikan Indonesia. Repository.Upi.Edu
- Ahmad, A., Safaria, T. (2013). Effects of self-efficacy on students' academic performance. *Journal of Educational Health and Community Psychology*, 2(1), 26-27.
- Alfarabi, A. S. P., & Dayakisni, T. (2017). Religiusitas dengan *flow* akademik pada siswa. *Psikis-Jurnal Psikologi Islami*, 3(2), 146-148.
- Alwilsol. (2009). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Antaranews.com. (2018, 23 Oktober). Penerima beasiswa bidikmisi meningkat. Retrieved 28 Oktober 2018 from <https://www.antaranews.com/berita/761090/penerima-beasiswa-bidikmisi-meningkat>.
- Arif, K. (2013). Hubungan antara motivasi berprestasi dan flow akademik. *Calyptra Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), 2-5.
- Azwar, S. (2007). *Metode penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakker, A. B. (2005). Flow among music teachers and their students: The crossover of peak experiences. *Journal of Vocational Behavior*, 66, 26–44.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy the exercise of control*. New York: W.H Freeman and Company.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi social*. Jakarta : Erlangga.
- Bauman, N., & Scheffer, D. (2010). Seeking flow in the achievement domain: the achievement flow motive behind flow experience. Springer Science + Business Media. Doi : 10.1007/s11031-010-9195-4
- Brühlmann, F. (2013). Gamification from the perspective of self-determination theory and flow. *Bachelor Thesis*.