

HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN *FLOW* AKADEMIK SISWA

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
SATRIA WATI
14006103

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

PERSETUJUAN SKRIPSI

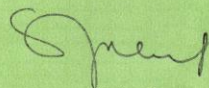
**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING*
DENGAN *FLOW* AKADEMIK SISWA**

Nama : Satria Wati
NIM/BP : 14006103/2014
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 06 Agustus 2018

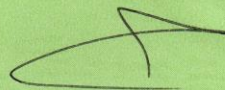
Disetujui oleh;

A.n Ketua,
Sekretaris Jurusan/Prodi



Dr. Syahniar, M.Pd., Kons
NIP. 19601103 198503 2 001

Pembimbing



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP : 19610225 198602 1 001

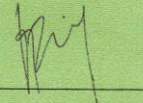
PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

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

Judul : Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Flow Akademik*
Siswa
Nama : Satria Wati
NIM/BP : 14006103/2014
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 06 Agustus 2018

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Firman, M.S., Kons	
2. Anggota	: Drs. Yusri, M.Pd., Kons	
3. Anggota	: Frischa Meivilona Y, S.Pd., M.Pd., Kons	

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Satria Wati
NIM/BP : 14006103/2014
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Flow* Akademik Siswa

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penciplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 06 Agustus 2018
Saya yang Menyatakan



Satria wati
NIM : 14006103

ABSTRAK

Satria Wati. 2018. “Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Flow Akademik Siswa*”. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Idealnya seorang siswa memiliki *self regulated learning* dan *flow akademik* yang bagus. Dewasa ini ditemukan siswa tidak fokus dan berkonsentrasi dalam kegiatan belajar dan mengerjakan tugas karena kurangnya pengaturan diri dalam belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan (1) *self regulated learning* siswa, (2) *flow akademik* siswa, (3) menguji tingkat signifikan hubungan *self regulated learning* dengan *flow akademik* siswa.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Populasi penelitian sebanyak 853 siswa SMA Adabiah Padang yang terdaftar pada tahun ajaran 2018/2019. Jumlah sampel yaitu 272 siswa, yang diperoleh dengan teknik *Stratified Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket tentang *self regulated learning* dan *flow akademik* dengan model skala *Likert*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu teknik deskriptif dengan menggunakan rumus persentase untuk melihat gambaran *self regulated learning* dan *flow akademik*. Sedangkan untuk menguji tingkat signifikan hubungan *self regulated learning* dengan *flow akademik* digunakan rumus *Pearson Product Moment Correlations*.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa; (1) *self regulated learning* siswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi (2) *flow akademik* siswa secara keseluruhan berada pada kategori sedang (3) dan terdapat hubungan yang signifikan antara *self regulated learning* dengan *flow akademik* siswa dengan r_{tabel} sebesar 0,117 dan r_{hitung} sebesar 0,518 dengan taraf signifikan 0,000. Artinya semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin tinggi pula *flow akademik* siswa.

Kata Kunci : *Self Regulated Learning, Flow Akademik*

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji dan syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT. Atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Flow Akademik Siswa***”. Dalam pembuatan proposal penelitian ini peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons. Selaku Pembimbing sekaligus Pembimbing Akademik dengan kesabaran dan ketulusan telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan, dan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Yusri, M.Pd., Kons., dan Ibu Frischa Meivilona Y, S.Pd., M.Pd., Kons. Selaku dosen penguji yang senantiasa memberikan masukan dan saran untuk kesempurnaan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons. dan Ibu Syahniar, M.Pd., Kons. Selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin pada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak/Ibu dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bantuan dan membimbing peneliti selama menuntut ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

5. Bapak Ramadi, selaku pegawai Tata Usaha Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah membantu proses administrasi demi kelancaran proses penyelesaian skripsi ini.
6. Ibu Kepala Sekolah SMA Adabiah Padang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Staf Tata Usaha SMA Adabiah Padang yang telah memberikan kemudahan dalam pelayanan administrasi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan sesuai dengan yang direncanakan.
8. Guru BK SMA Adabiah Padang yang telah banyak membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
9. Kedua Orangtua peneliti Ayahanda Julisman dan Ibunda Simis yang senantiasa memberikan doa, motivasi, kasih sayang, serta bantuan secara moril dan materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Kakak Widia Wati dan Mirna Wati, beserta keluarga besar, terima kasih atas dorongan dan semangat yang selalu diberikan kepada peneliti.
11. Teman-teman Mahasiswa S1 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang untuk dukungan, perhatian, semangat serta ide-ide yang telah diberikan dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Para sahabat (Yuarlis Susanti, Yola, Fanny, Sovianita, Helmi, Isis, Ine, Ira, Gina, Vicky, Intan, Reza, Aul) yang senantiasa memberikan motivasi, semangat dan bantuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan Imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang diberikan kepada peneliti berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya. Peneliti sangat menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Oleh sebab itu, peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan untuk penulisan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kemajuan dan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang Bimbingan dan Konseling.

Padang, 06 Agustus 2018

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Asumsi Penelitian.....	10
G. Manfaat Penelitian.....	10
 BAB II KAJIAN TEORI	
A. <i>Flow Akademik</i>	12
1. Pengertian <i>Flow Akademik</i>	12
2. Aspek-aspek <i>Flow Akademik</i>	13
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Flow Akademik</i>	14
4. Kondisi yang Memfasilitasi Terjadinya <i>Flow Akademik</i>	15
5. Manfaat <i>Flow Akademik</i>	16
6. Upaya Guru BK untuk Meningkatkan <i>Flow Akademik</i>	16
B. <i>Self Regulated Learning</i>	18
1. Pengertian <i>Self Regulated Learning</i>	18
2. Aspek-aspek <i>Self Regulated Learning</i>	19
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Regulated Learning</i>	22
4. Proses-proses <i>Self Regulated Learning</i>	24
C. Kaitan <i>Self Regulated Learning</i> dengan <i>Flow Akademik</i>	27

D. Kerangka Konseptual	28
E. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel.....	31
C. Jenis dan Sumber Data	35
D. Definisi Operasional	35
E. Instrumen Penelitian	36
F. Teknik Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	60
KEPUSTAKAAN	62
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian	32
Tabel 2. Sampel Penelitian	35
Tabel 3. Penskoran	37
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen <i>Self Regulated Learning</i>	38
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen <i>Flow Akademik</i>	38
Tabel 6. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penilaian <i>Self Regulated Learning</i> dan <i>Flow Akademik</i>	41
Tabel 7. Distribusi Frekuensi dan Persentase <i>Self Regulated Learning</i> Siswa ...	43
Tabel 8. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek <i>Self Regulated Learning</i> Siswa.....	44
Tabel 9. Distribusi Frekuensi dan Persentase <i>Flow Akademik</i> Siswa.....	44
Tabel 10. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek <i>Flow Akademik</i> Siswa	45
Tabel 11. Korelasi <i>Self Regulated Learning</i> dengan <i>Flow Akademik</i> Siswa.....	46

GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Konseptual Hubungan <i>Self Regulated Learning</i> dengan <i>Flow</i> Akademik Siswa	29
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rekapitulasi Hasil <i>Judge</i> Instrumen Penelitian.....	65
Lampiran 2. Instrumen Validitas <i>Flow</i> Akademik Siswa.....	71
Lampiran 3. Tabulasi Data Hasil Validitas <i>Flow</i> Akademik Siswa	76
Lampiran 4. Hasil Validitas dan Reliabilitas <i>Flow</i> Akademik Siswa	77
Lampiran 5. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	81
Lampiran 6. Instrumen Penelitian.....	84
Lampiran 7. Tabulasi Data Hasil Penelitian <i>Self Regulated Learning</i>	91
Lampiran 8. Tabulasi Data Hasil Penelitian Sub Variabel <i>Self Regulated Learning</i> Siswa	95
Lampiran 9. Tabulasi Data Hasil Penelitian <i>Flow</i> Akademik Siswa	100
Lampiran 10. Tabulasi Data Hasil Penelitian Sub Variabel <i>Flow</i> Akademik Siswa	104
Lampiran 11. Surat Izin Menggunakan Instrumen <i>Self Regulated Learning</i> ...	110
Lampiran 12. Surat Izin Penelitian dari Jurusan.....	111
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat	112
Lampiran 14. Surat Balasan Penelitian Dari Sekolah.....	113

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dunia pendidikan tidak lepas dari kegiatan belajar-mengajar. Bentuk dari perwujudan pendidikan yang dapat membawa perubahan pada perilaku individu ke arah yang lebih baik adalah dengan belajar. Keberhasilan tujuan pendidikan tergantung kepada proses yang dilalui oleh siswa sebagai salah satu unsur dalam proses belajar. Melalui belajar siswa memperoleh suatu pengalaman, baik itu berupa perubahan tingkah laku, keterampilan, nilai, dan sikapnya. Syaiful Bahri Djamarah (2011:13) menjelaskan belajar adalah serangkaian kegiatan jiwa dan raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya yang meliputi kognitif, afektif, dan psikomotornya.

Slameto (2010:2) menjelaskan belajar sebagai suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Di sisi lain Muhibbin Syah (2012:68) menjelaskan belajar adalah tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif.

Sesuai dengan pendapat di atas, dapat disimpulkan belajar merupakan perubahan yang dialami individu, baik perubahan tingkah laku, cara berpikir, keterampilan bahkan pribadi yang merupakan hasil dari latihan dan pengalaman, di mana perubahan itu nantinya bisa mempengaruhi pola pikir

individu untuk bertindak. Belajar bertujuan agar kemampuan yang ada pada diri siswa dapat berkembang secara optimal. Tujuan belajar ini dapat tercapai dengan hasil yang maksimal jika siswa dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik.

Muhibbin Syah (2012:145) menjelaskan dua faktor yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam belajar, yaitu;

(1) Faktor ekstern, yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu seperti lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat, dan (2) faktor intern, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu seperti faktor kelelahan (kelelahan jasmani, rohani), faktor jasmaniah (kesehatan, cacat tubuh), dan faktor psikologis (intelektensi, perhatian, minat, bakat, keterampilan belajar, motif, kematangan dan kesepian).

Semua faktor di atas perlu diperhatikan karena masing-masing faktor tersebut bisa berpengaruh terhadap hasil belajar, sehingga tujuan dari kegiatan belajar tersebut dapat tercapai secara optimal. Akan tetapi, dalam proses pembelajaran siswa sering mengalami kejenuhan atau pun merasa bosan ketika melakukan kegiatan yang bersifat akademik seperti dalam kegiatan belajar dan mengerjakan tugas, untuk menghilangkan kejenuhan atau pun kebosanan tersebut hal yang sering mereka lakukan yaitu dengan bermain hp, berbicara dengan teman yang ada di dekatnya, mengganggu teman, bahkan tidur saat belajar.

Perhatian siswa pada saat itu seharusnya bisa terfokus pada materi atau pun pembahasan yang disampaikan oleh guru, akan tetapi dengan adanya kondisi tersebut perhatian siswa terhadap materi yang disampaikan guru menjadi menurun, dan pada akhirnya bisa menimbulkan dampak yang buruk terhadap hasil belajar yang nantinya diperoleh oleh siswa tersebut. Hal ini

didukung oleh pendapat Muhibbin Syah (2012:181) menjelaskan seorang siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar menunjukkan tidak adanya kemajuan dalam belajarnya.

Padahal, dalam mengikuti suatu kegiatan agar bisa memperoleh hasil yang maksimal diperlukan suatu kondisi yang disebut sebagai *flow*. Prawitasari (2012:80) menjelaskan *flow* sebagai suatu keadaan ketika seseorang fokus atau terhanyut sepenuhnya pada kegiatan yang dilakukannya, seluruh perhatiannya tercurahkan pada kegiatan tersebut. Siswa yang mengalami *flow* mampu menikmati setiap aktivitasnya dengan perasaan senang, fokus terhadap apa yang dikerjakan, memiliki perasaan nyaman dalam melakukannya, memiliki motivasi yang baik yang berasal dari dirinya sendiri, serta merasa bahwa waktu sangat cepat berlalu ketika mengerjakan kegiatan ataupun pekerjaan tersebut.

Hal ini disebabkan karena adanya perasaan nyaman dan memiliki konsentrasi yang penuh serta mencurahkan perhatian sepenuhnya terhadap kegiatan ataupun pekerjaan yang sedang dilakukan. Siswa juga merasa terhanyut dan merasakan kesenangan terhadap kegiatan yang sedang dilakukan, termasuk dalam kegiatan yang berhubungan dengan kegiatan akademik, tidak cepat merasa lelah dan bosan serta tidak memberontak ketika mengerjakan pekerjaan rumah (PR) dan juga dalam hal belajar.

Yuwanto (dalam Karolina Arif, 2013:2) menjelaskan keadaan *flow* pada saat siswa melakukan kegiatan yang berhubungan dengan bidang akademik, seperti mengikuti proses belajar dan pembelajaran di kelas serta

mengerjakan tugas yang ada, disebut sebagai *flow* akademik. Siswa yang berada dalam situasi *flow* akademik mampu untuk melibatkan dirinya serta memiliki konsentrasi penuh terhadap pelajaran yang sedang dijalannya dan menunjukkan antusias dalam belajar. Sehingga dengan begitu siswa lebih termotivasi dalam belajar dan mampu untuk memanfaatkan waktunya dengan sebaik mungkin, serta bisa menghindarkan diri dari rasa bosan selama belajar maupun dalam mengerjakan tugas akademiknya.

Hasil penelitian Yuwanto, Budiman, Prasetyo, & Siandhika (dalam Karolina Arif, 2013:3) tentang “Stres Akademik dan *flow* Akademik” menunjukkan bahwa *flow* akademik mahasiswa berada pada kategori sedang yaitu 52,9%. Ini menunjukkan tidak semua mahasiswa bisa mengalami *flow*, hal ini disebabkan karena mereka mengalami stres akademik. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Arbi. A., Putri., & Tri (2017:151) tentang “Religiusitas dengan *Flow* Akademik pada Siswa” menunjukkan bahwa *flow* akademik siswa berada pada kategori rendah dengan persentase 42,8%. Penelitian Rahimia Nurjanna (2016:14) tentang “*Flow* pada Siswa Sekolah Tinggi Teknologi Angkatan Darat” menunjukkan bahwa 50,8% dari siswa STTAD berada pada kategori *flow* yang rendah.

Penelitian Mutya Marantika (2015:47) menyatakan sebagian besar *self regulated learning* siswa berada pada kategori cukup baik dengan persentase 34,8%. Adapun penjelasannya, pada aspek strategi regulasi kognitif berada pada kategori kurang baik yaitu 42%, pada aspek strategi regulasi motivasi berada pada kategori cukup baik yaitu 41,8%, dan pada aspek regulasi

perilaku berada pada kategori cukup baik yaitu 43%. Di sisi lain, penelitian Fadhila Yuli Zalmi (2017:57) menyatakan secara keseluruhan *self regulated learning* siswa SMA Adabiah 2 Padang berada pada kategori cukup baik dengan persentase 47,79%.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa banyak siswa yang *flow* akademiknya berada pada kategori rendah. Elisabeth (2016:3) menjelaskan siswa yang memiliki *flow* akademik yang rendah menunjukkan antusias yang rendah ketika mengikuti proses belajar dan penyelesaian tugas akademiknya. Rendahnya *flow* akademik siswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Makikangas, A., Bakker, A. B., Aunola, K., & Demerouti (2010:796) menjelaskan salah satu faktor yang mempengaruhi *flow* akademik adalah pengendalian diri (*self regulation*).

Zimmerman (dalam Slavin, 2011:10) menjelaskan *self regulated learning* sebagai kemampuan siswa menerapkan strategi pembelajaran efektif dan bagaimana serta kapan menggunakan kemampuan untuk memotivasi diri sehingga tugas terselesaikan dengan memuaskan. Artinya, siswa dapat dikatakan memiliki pengaturan diri dalam belajar apabila siswa memiliki strategi untuk mengaktifkan metakognitif, motivasi, dan tingkah laku dalam belajarnya.

Ormrod (2009:38-39) mengemukakan bahwa dalam *self regulated learning* terdapat proses-proses yang bersifat metakognitif seperti penetapan tujuan, perencanaan, motivasi diri, kontrol atensi, penggunaan strategi belajar yang fleksibel, monitor diri, evaluasi diri. Ketika siswa mampu untuk

mengembangkan kemampuan *self regulated learning* nya, maka lebih mudah bagi dirinya untuk mengalami *flow* akademik. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Yuli Asmi (2014:65) menyatakan seseorang mampu untuk mengerjakan tugasnya dengan baik dan mandiri apabila dalam proses mengikuti pembelajaran memiliki kemampuan meregulasi diri dalam menghadapi tugas-tugasnya. Di sisi lain, Ormrod (2009:38) menjelaskan para ahli kognitif sosial dan psikologi kognitif menyadari bahwa untuk bisa menjadi pembelajar yang benar-benar efektif, bisa fokus dengan kegiatan belajarnya, siswa harus mampu untuk terlibat dalam beberapa aktivitas mengatur diri (*self regulation activities*).

Berdasarkan observasi yang dilakukan selama praktek lapangan Bimbingan dan Konseling di sekolah (PLBK-S) di SMA Adabiah Padang pada Tanggal 24 Juli 2017 sampai Tanggal 9 Desember 2017 diketahui bahwa ketika guru menjelaskan pelajaran, banyak ditemukan siswa yang keluar masuk kelas, berbicara dengan teman yang berada didekatnya, cabut saat jam pelajaran berlangsung, tidak berkonsentrasi dalam belajar, tidak antusias menjawab pertanyaan yang diajukan oleh guru, malas membuat catatan dan tugas, membuat tugas asal-asalan, mengerjakan tugas mata pelajaran lain, menggunakan HP secara sembunyi-sembunyi, melamun ketika belajar, ketika guru memberikan soal latihan ada siswa yang memilih untuk menunggu temannya selesai mengerjakan latihan itu dan pada akhirnya mencontek tugas teman tersebut.

Berdasarkan konseling individual yang dilakukan tepatnya pada hari Rabu Tanggal 11 Oktober 2017 dengan salah seorang siswa yang bermasalah karena sering keluar-masuk kelas bahkan cabut ketika jam pelajaran tertentu, dari konseling yang dilakukan diperoleh informasi bahwa alasan siswa tersebut keluar-masuk kelas dan cabut ketika jam pelajaran karena dia malas untuk belajar, bosan dengan pelajaran, merasa tidak nyaman ketika di kelas, dan mudah mengantuk ketika di dalam kelas.

Selanjutnya wawancara yang dilakukan dengan 5 orang siswa di SMA Adabiah Padang pada Tanggal 22 Februari 2018 diperoleh informasi bahwa 3 dari 5 orang siswa ketika proses belajar-mengajar berlangsung mereka sering merasa bosan dengan materi pelajaran, merasa terbebani dengan tugas yang diberikan oleh guru, sulit untuk bisa berkonsentrasi ketika belajar, merasa guru kurang pandai dalam menjelaskan materi pelajaran, malas untuk memperhatikan guru menjelaskan karena menganggap materi yang disampaikan oleh guru tersebut tidak perlu, merasa tidak nyaman dalam belajar karena guru kurang tegas ketika di kelas seperti tidak memberikan sanksi yang tegas ketika siswa lain meribut di kelas.

Berdasarkan data di atas, dapat dipahami bahwa masih ada beberapa siswa yang belum memiliki *flow* akademik yang dapat membuat mereka lebih bersemangat dalam belajar. Dari permasalahan yang telah diuraikan, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Flow Akademik Siswa***.

B. Identifikasi Masalah

Flow akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor pengendalian diri, faktor motivasi dalam diri dan faktor pelibatan diri secara penuh (Makikangas, A, Bakker, A. B., Aunola, K., & Demerouti, 2010:796). Csikszentmihalyi (dalam Eni & Mashubatul, 2016:253) juga mengemukakan dua faktor yang menyebabkan individu mengalami *flow* akademik diantaranya faktor individu dan faktor lingkungan. Namun, dalam hal *flow* akademik masih ada permasalahan yang dialami oleh siswa, yaitu:

1. Beberapa siswa tidak memperhatikan guru ketika menjelaskan materi pelajaran.
2. Adanya siswa yang sering keluar masuk kelas dan cabut ketika jam pelajaran.
3. Adanya siswa yang memegang HP secara sembunyi-sembunyi ketika belajar.
4. Adanya siswa yang mengerjakan tugas mata pelajaran lain ketika belajar.
5. Beberapa siswa merasa terbebani dengan tugas yang diberikan oleh guru.
6. Beberapa siswa sulit untuk berkonsentrasi dalam belajar dan mengerjakan tugas.
7. Adanya siswa yang melamun ketika belajar.
8. Adanya siswa yang malas membuat catatan dan tugas.
9. Adanya siswa yang membuat tugas asal-asalan.

C. Batasan Masalah

Melihat begitu banyaknya permasalahan yang terjadi, maka dalam penelitian ini perlu dilakukan pembatasan masalah supaya penelitian ini lebih terfokus pada suatu pencapaian penelitian yang diinginkan, sehingga penelitian ini dibatasi pada;

1. *Self regulated learning* siswa (kemampuan siswa untuk mengatur dirinya dalam belajar).
2. *Flow* akademik siswa (fokus dan berkonsentrasi dalam belajar dan mengerjakan tugas).

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan *self regulated learning* dengan *flow* akademik siswa.

1. Bagaimana *self regulated learning* siswa ?
2. Bagaimana *flow* akademik siswa ?
3. Apakah terdapat hubungan antara *self regulated learning* dengan *flow* akademik siswa ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan utama dalam penelitian ini yaitu untuk mengungkapkan hubungan *self regulated learning* dengan *flow* akademik. Selanjutnya, tujuan khusus dalam penelitian ini yaitu:

1. Mendeskripsikan *self regulated learning* siswa.
2. Mendeskripsikan *flow* akademik siswa.

3. Menguji tingkat signifikan hubungan antara *self regulated learning* dengan *flow* akademik siswa.

F. Asumsi Penelitian

Asumsi dalam penelitian ini meliputi:

1. Tingkat *self regulated learning* setiap siswa berbeda-beda.
2. Tingkat *flow* akademik setiap siswa berbeda-beda.
3. Guru BK dapat berperan untuk meningkatkan *flow* akademik siswa.

G. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1. Manfaat Teoretis
 - a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai penambahan wawasan atau ilmu pengetahuan bagi mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling mengenai *self regulated learning* dan *flow* akademik siswa.
 - b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar penelitian lanjutan bagi peneliti selanjutnya.
 - c. Menambah pengetahuan dan pemahaman konsep atau pun teori mengenai *self regulated learning* dan *flow* akademik siswa.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat

Bagi kepala dinas pendidikan atau instansi lain yang bergerak dalam bidang pendidikan hasil penelitian ini dapat bermanfaat dalam menempatkan guru BK di sekolah terutama di sekolah SMA.

b. Bagi Kepala Sekolah

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan kualitas kerja guru BK terhadap peranannya dalam melaksanakan pelayanan BK di sekolah.

c. Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam memberikan informasi mengenai *self regulated learning* dan *flow* akademik siswa.

d. Bagi Siswa

Sebagai informasi mengenai *self regulated learning* dan *flow* akademik sehingga siswa dapat meningkatkan *self regulated learning* dan *flow* akademiknya

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dibahas pada bab terdahulu mengenai hubungan *self regulated learning* dengan *flow* akademik siswa, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. *Self regulated learning* siswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi. Artinya, sebagian besar siswa sudah mampu untuk mengatur dirinya dalam belajar, hal ini terjadi karena siswa sudah mampu untuk merencanakan kegiatan belajar, memantau diri, mengevaluasi diri, mandiri, mengatur diri dalam kegiatan belajar. Akan tetapi masih diperlukan beberapa usaha dari siswa dan juga guru untuk lebih meningkatkan *self regulated learning*. Misalnya siswa lebih tekun lagi dalam belajar, dan juga bisa melalui layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru BK.
2. *Flow* akademik siswa secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Artinya, beberapa siswa belum mampu untuk mencapai kondisi *flow* ketika belajar maupun mengerjakan tugas. Hal ini terjadi karena ketika belajar maupun mengerjakan tugas siswa belum mampu untuk menikmati, ataupun merasa nyaman dengan kegiatan tersebut. Hal ini juga dapat terjadi karena ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi terjadinya *flow* akademik selain *self regulated learning* seperti *self efficacy* siswa, motivasi berprestasi, religiusitas siswa.

3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *self regulated learning* dengan *flow* akademik siswa dengan r_{tabel} sebesar 0,117 dan r_{hitung} sebesar 0,518 dengan taraf signifikan 0,000. Artinya, siswa yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi maka *flow* akademik siswa juga tinggi. Begitu pula sebaliknya, jika *self regulated learning* siswa rendah maka *flow* akademik siswa juga rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat diajukan sebagai tindak lanjut penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam meningkatkan kualitas kerja guru BK terhadap peranannya dalam melaksanakan pelayanan BK di sekolah dan memberikan waktu jam masuk kelas kepada guru BK minimal 2 jam pembelajaran perminggu. Hal tersebut sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 pada Pasal 6 ayat (4), tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.

2. Bagi guru BK, hasil penelitian ini dapat dijadikan untuk membantu siswa dalam mempertahankan *self regulated learning* siswa yang sudah berada pada kategori tinggi dengan cara membantu siswa untuk menjaga motivasinya dalam belajar, sedangkan dalam hal *flow* akademik siswa

yang berada pada kategori sedang, guru BK bisa membantu siswa dalam meningkatkan *flow* akademiknya melalui layanan bimbingan dan konseling. Seperti memberikan layanan informasi mengenai hal-hal yang dapat dilakukan dalam meningkatkan konsentrasi belajar, manfaat yang diperoleh ketika mampu mengalami *flow* dalam belajar ataupun mengerjakan tugas.

3. Bagi siswa, menjadikan hasil penelitian sebagai suatu pengetahuan yang baru, sehingga siswa mampu menyadari bahwa *self regulated learning* dan *flow* akademik diperlukan dalam belajar. Hal ini dapat dilakukan siswa dengan mengikuti layanan bimbingan dan konseling yang diselenggarakan di sekolah.

KEPUSTAKAAN

- Arby, A., Putri, S., & Tri, D. 2017. Religiusitas dan Flow Akademik Pada Siswa. *Jurnal Psikologi Islami Vol. 3 No. 2. 145-154. ISSN: 2502-728X.*
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bakker, A. B. 2008. The Work-Related Flow Inventory: Construction and Initial Validation Of The Wolf. *Journal Of Vocational Behavior, 72, 400-414.*
- Baumeister, R. F., & Voch, K.D. 2007. Self Regulation, Ego Depletion, and Motivation. *Journal Complication Vol 10 No 11.*
- Dahlia Timurni. 2015. Hubungan Self Regulated Learning dengan Hasil Belajar Siswa. *Skripsi Tidak Diterbitkan*. Padang: BK FIP UNP.
- Duwi Priyatno. 2012. *Cara Kiat Belajar Analisis Data dengan SPSS 20*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Eka, N. P & Dewi, R. 2014. *Pengaruh Metode Pembelajaran Terhadap Flow Akademik Pada Mahasiswa Psikologi UNISBA*. Prosiding Psikologi, ISSN: 2460-6448.
- Elisabeth Prihandrijani. 2016. Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial Terhadap Flow Akademik Pada Siswa SMA X di Surabaya. *Tesis*. surabaya: Program Studi Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Eni, P. & Mashubatul, A. 2016. Hubungan Antara Self Efficacy dengan Flow Akademik pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo. *Psychopathic, Jurnal Ilmiah Psikologi Vol. 3 No. 2 Hal 249-260.*
- Fadhila Yuli Zalmi. 2017. Kontribusi Self Efficacy Terhadap Self Regulated Learning Siswa SMA Adabiah 2 Padang. *Skripsi Tidak Diterbitkan*. Padang: BK FIP UNP.
- Feist, J. & Feist, G. J. 2010. *Teori Kepribadian*. Buku 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Firman. 2009. Tanggung Jawab Profesi Guru dalam Era Teknologi Informasi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan. Vol IX No.1.*
- Firman. 2016. Peranan Psikologi dan konseling dalam Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) Menuju Kesejahteraan Masyarakat Ekonomi Asean. *Prosiding Asean Psychology & Counselling Conference (APCC)*.