YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN : 2808-2346
e-ISSN : 2808-1854

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v4i6.3970

HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN FLOW ACADEMIC TERHADAP MATA PELAJARAN MATEMATIKA SISWA KELAS XII SMA ADABIAH 2 KOTA PADANG

The Relationship Between Self-Efficacy and Academic Flow in Mathematics for Grade XII Students at SMA Adabiah 2, Padang City

Rezky Ramadan
Universitas Negeri Padang
rezkiramadhan10@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Sep 19, 2024	Oct 1, 2024	Oct 14, 2024	Oct 20, 2024

Abstract

This study aims to explore the relationship between self efficacy and academic flow in mathematics subjects among grade XII students of SMA Adabiah 2 Padang. The independent variable in this study is self efficacy, while the dependent variable is academic flow. The sampling technique used was simple random sampling, with a sample size of 135 grade XII students of SMA Adabiah 2 Padang. To test the validity and reliability, the Alpha Cronbach technique was used, with a self efficacy scale consisting of 15 items and a coefficient of 0.760, and an academic flow scale consisting of 17 items with a coefficient of 0.877. Data analysis was carried out using the parametric method using the Pearson product moment correlation technique, with the help of SPSS 27.0 software. The results of the analysis show a correlation coefficient of r = 0.536 and a p value of 0.000, which means the alternative hypothesis (H1) is accepted and the null hypothesis (H0) is rejected. The findings of this study indicate a positive relationship between self-efficacy and academic flow in mathematics subjects in grade XII students of SMA Adabiah 2 Padang.

Jurnal Yasin is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Keywords : Self Efficacy, Flow Academic

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara *self efficacy* dan *flow academic* dalam mata pelajaran matematika di kalangan siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *self efficacy*, sedangkan variabel dependen adalah *flow academic*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 135 siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Untuk menguji validitas dan reliabilitas, digunakan teknik Alpha Cronbach, dengan skala *self efficacy* terdiri dari 15 item dan koefisien 0,760, serta skala flow akademik yang terdiri dari 17 item dengan koefisien 0,877. Analisis data dilakukan dengan metode parametrik menggunakan teknik korelasi *product moment Pearson*, dengan bantuan *software SPSS 27.0*. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi r = 0,536 dan nilai p = 0,000, yang berarti hipotesis alternatif (H1) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Temuan penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan positif antara *self efficacy* dan *flow academic* dalam mata pelajaran matematika pada siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang.

Kata Kunci: *Self Efficacy, Flow Academic*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu upaya dalam pembentukan generasi penerus bangsa yang baik dan mampu bersaing dengan bangsa lain. Pendidikan yang dilaksanakan di sekolah berkaitan dengan perkembangan para siswa, baik dalam taraf akademik maupun non akademik. Berbicara mengenai pendidikan kita semua sudah tahu betapa pentingnya hal ini. Sebagai peserta didik, siswa diharapkan mampu menyelesaikan tugas-tugas sekolah yang merupakan kewajiban yang harus dikerjakan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan nilai yang baik (Hanifah & Rusmawati, 2019).

Siswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di suatu lembaga sekolah tertentu. Setiap hari peserta didik bergelut dalam dunia akademik baik mengikuti proses pembelajaran, mengerjakan tugas maupun mempersipkan diri untuk menghadapi ulangan (Hanifah & Rusmawati, 2019). Kegiatan akademik yang dilakukan oleh siswa terbilang cukup lama yaitu dari pagi sampai sore bahkan seringkali ada yang memiliki kegiatan ektrakurikuler dimalam hari. Kegiatan yang begitu padat, tidak jarang menyebabkan para siswa merasa jenuh dan kurang nyaman. Padatnya kegiatan siswa seringkali membuat mereka mengeluh dan merasa jenuh. Tidak sedikit yang mengaku tidak bisa berkonsentrasi saat belajar terutama matapelajaran matematika, dikarenakan kegiatan belajar matapelajaran matematika membutuhkan konsentrasi yang tinggi dan fokus agar dapat mencerna pelajaran dengan baik.

Matematika merupakan salah satu mata pelajaran yang dipelajari oleh siswa mulai dari tingkat sekolah dasar menengah hingga perguruan tinggi. Pendidikan matematika di sekolah dasar bertujuan membekali mereka dengan kemampuan berfikir logis, analitis, sistematis, kritis, dan kreatifitas serta kemapuan bekerja sama (Suherman, 2001). Matematika merupakan sumber ilmu dari ilmu yang lain, dengan kata lain matematika tumbuh dan berkembang untuk dirinya sendiri sebagai suatu ilmu, serta dapat melayani kebutuhan ilmu pengetahuan dalam pengembangan dan operasional. Banyak ilmu-ilmu yang penemuan dan pengembangannya bersumber dari matematika (Suherman, 2001).

Belajar matematika merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan pada siswa disekolah, karena matematika dapat membantu siswa untuk mempelajari ilmu-ilmu yang lainnya, serta matematika juga termasuk dalam mata pelajaran wajib bagi seluruh siswa disekolah (Suherman, 2001). Faktor yang mempengaruhi belajar matematika ini meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal berupa jasmaniah (kesehatan dan kondisi fisik) dan faktor psikologis (kecerdasan, minat, motivasi belajar, *self efficacy,* dan *flow* akademik). Sedangkan faktor eksternal berupa faktor dukungan dari keluarga atau orang tua, dan dukungan dari teman sebaya.

Banyaknya siswa tidak menyukai mata pelajaran matematikan dikarenakan siswa merasa matematika sebagai mata pelajaran yang sulit, tidak menyenangkan, bahkan mata pelajaran yang menakutkan selain itu juga bisa dikatakan bahwa belajar matematika amat membosankan (Suherman, 2001). Dari contoh yang diungkapkan oleh Suherman dapat disimpulkan bahwa matematika penting dipelajari disemua jenjang pendidikan dari tingkat SD SMP SMA hingga perguruan tinggi. kebanyakan siswa di sekolah malas untuk memahami pelajaran matematika, dikarenakan harus menghafal semua rumus dan teorinya.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menciptakan suasana sekolah yang mampu memberikan kepuasan psikologis bagi siswa. Pemberian kepuasan psikologis dapat dilakukan dengan cara menumbuhkan emosi positif seperti *flow* pada saat belajar. *Flow* akademik adalah suatu kondisi psikologis atau pengalaman psikologis yang dapat dialami oleh setiap siswa yang dicirikan dengan merasa bahagia, konsentrasi meningkat, fokus dan kontrol diri meningkat (Csikszenmihalyi, 2015).

Siswa yang mengalami *flow* akan mudah merasakan kenikmatan, kesenangan dan kegembiraan pada kegiatan akademik seperti belajar, mengerjakan tugas, ataupun mengerjakan kegiatan yang terkait dengan pelajaran di kelas termasuk mata pelajar matematika, maka disebut dengan *flow* akademik (Yuwanto, 2016). *Flow* akademik adalah

suatu kondisi psikologis atau pengalaman psikologis yang dapat dialami oleh setiap siswa yang dicirikan antara lain merasa bahagia, konsentrasi meningkat, keterlibatan, larut dalam aktivitas, fokus dam kontrol diri meningkat (Csikszentmihalyi, 2015). *Flow* akademik adalah bagian dari emosi positif yang dapat dirasakan oleh seseorang ketika melakukan suatu aktifitass yang dicirikan antara lain dengan timbulnya kebahagiaan, kegembiraan, dan ekstase saat melakukan suatu aktifitas termasuk aktifitas belajar (Seligman, 2018).

Flow akademik sangat penting dimiliki oleh setiap siswa, hasil penelitian yang dilakukan oleh Shernoff, Csikszenmihalyi dan Schneider (1997), menunjukan bahwa siswa mengalami *flow* akademik lebih senang untuk terlibat dalam proses belajar, mengalami peningkatan akademik, lebih bersemangat saat mendapatkan tugas cukup menantang, dan cenderung lebih baik dalam haletensi, perasaan serta motivasi belajar dibandingkan dengan siswa yang tidak mengalami *flow* akademik.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada dua siswa kelas XII pada tanggal 7 Mei 2024 diantaranya dua orang laki-laki yang berinisial FR dan AA, diperoleh informasi bahwa saat proses pembelajaran matematika disekolah yang sedang berlansung FR dan AA mengakui matematika adalah mata pelajaran yang tidak disukai oleh mereka karena ia sering merasa tidak konsentrasi dan merasa tidak nyaman ketika guru mata pelajaran matematika sudah memasuki kelas, terkadang mereka membuat tugas atau pekerjaan rumah terkadang tidak, ini disebabkan FR dan AA tidak suka dengan matematika jadi mereka kurang senang kalau membuat tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Oleh karena itu, *flow academic* merupakan salah satu faktor penting dalam proses pembelajaran matematika karena individu yang berada dikondisi *flow* dapat merasakan kenyamanan dan memfokuskan diri dalam belajar dan mengerjakan tugas-tugas akademik. Berbanding terbalik pada saat mewawancarai dua orang siswa yang berinisial FR dan AA, mereka menujukkan bahwasanya mereka berdua belum mencapai kondisi *flow*. Kondisi *flow* sangat dibutuhkan dalam proses belajar dan mengerjakan tugas matemamatika karena mata pelajaran matematika banyak tidak disukai oleh siswa disekolah (Csikszenmihalyi, 1993). Peningkatan kondisi *flow* seperti konsentrasi meningkat penuh, fokus, dan nyaman serta senantiasa terlibat di kelas akan memberi pengaruh besar terhadap peningkatan dan pencapaian *flow academic* pada mata pelajaran matematika (Csikszetmihalyi, 1997).

Hasil wawancara tersebut menggambarkan bahwa belum tercapainya kondisi *flow academic* terhadap mata pelajaran matematika pada siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang,

dimana siswa belum memiliki kepercayaan diri dan konsentrasi pada saat melakukan aktifitas dan proses belajar matematika disekolah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Salanova, Bakker dan Llorens (2006) menyatakan adanya hubungan antara *self efficacy* dan *flow*. Hubungan *self efficacy* dan *flow academic* dapat dijelaskan melalui *Temporal Motivasion Theory* / TMT (Suhargo, 2012). Tandon (2017) menemukan bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dan *flow* pada siswa, dimana semakin yakin siswa terhadap kemampuan dirinya, maka semakin mungking siswa tersebut berada dalam keadaan *flow* saat belajar. Csikszenmihalyi (1991) menyatakan bahwasanya *self efficacy* mempunyai peran penting untuk bisa menentukan tinggi rendahnya *flow* seseorang.

Self efficacy pada dasarnya mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, temasuk dalam bidang akademik. Individu mampu untuk menunjukan potensi dirinya secara maksimal jika *self efficacy* menopang atau mengiringinya. Csikszentmihalyi (1990) juga menjelaskan bahwa keyakinan dan lemampuan diri tersebut membuat individu merasa nyaman dalam mengerjakannya. Sebaliknya individu yang memiliki keyakinan diri rendah akan merasa cemas dan tidak mencapai kondisi *flow*.

Self efficacy akan mempengaruhi individu dalam bereaksi terhadap sesuatu yang menekan. Menurut Bandura (2004) *self efficacy* merupakan keyakinan yang dimiliki seorang terhadap kemampuaannya untuk mengelola perilakunya dalam melakukan tugas, mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang telah di tetapkan. Dengan adanya *self efficacy* mengenai kemampuan diri dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu, maka pengetahuan yang akan digili oleh seseorang terhadap sesuatu akan semakin luas. Seperti halnya dengan perspektif siswa terhadap mata pelajaran matematika yang dianggap sulit dan membosankan karena harus menghafal rumus-rumus, dengan adanya *self efficacy* diri yang tinggi maka segala tantangan tersebut akan lebih mudah di selesaikannya. Selain itu dengan memiliki *self efficacy* yang tinggi juga akan membentuk personal yang tidak mudah putus asa dengan apa yang sedang dikerjakannya.

Bandura (1997) mengatakan *self efficacy* adalah suatu keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas tertentu. Semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki siswa maka penilaian terhadap dirinya akan semakin baik, sehingga semakin banyak aktivitas akademik yang dirasa setara dengan kemampuaannya.

Berdasarkan data dan fenomena yang telah dijabarkan, memberi gambaran kepada peneliti untuk membuktikan bagaimana hubungan antara *self efficacy* berkaitan dengan *flow*

akademik terhadap mata pelajaran matematika siswa kelas XII SMA Adabiah 2 kota Padang. Kajian empiris ini peneliti kemas dalam suatu judul " Hubungan antara *Self Efficacy* dengan *flow* akademik terhadap mata pelajaran matematika siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Kota Padang.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif karena peneliti ingin mendapatkan informasi yang luas dari suatu populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang yang berjumlah 215 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling,* karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi (Sugioyono, 2014). Berdasarkan tabel penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael yang terdiri dari tiga taraf kesalahan yaitu 1%, 5%, dan 10% (Suigiono, 2014). Peneliti memilih taraf 10% karena menurut Sugiono, 2014 semakin besar tingkat kesalahan maka akan semakin kecil jumlah sampel yang diperlukan dan sebaliknya, semakin kecil tingkat kesalahan maka akan semakin besar jumlah anggota sampel yang diperlukan sebagai sumber data. Maka jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 135 orang siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Teknik pengumpualan data dalam penelitian ini menggunakan skala sebagai alat pengumpulan data. Skala adalah sejumlah pernyataan tertulis untuk memperoleh jawaban dari subjek. Skala yang digunakan adalah model skala likert yaitu pernyataan pendapat yang disajikan kepada subjek yang memberikan indikasi pernyataan setuju atau tidak setuju. Jawaban dari setiap item instrumen ini memiliki rentang dari tertinggi sampai yang terendah. Tiap item diukur melalui empat kategori jawaban. Untuk skala *flow* akademik dan *self efficacy* sama-sama menggunakan empat kategori yaitu "Sangat Sesuai (SS)", "Sesuai (S)", "Tidak Sesuai (TS)", " Sangat Tidak Sesuai (STS)". Hal ini dilakukan untuk menghindari terjadinya jumlah respon yang bersifat netral. Teknik analisis data adalah teknik yang membahas terkait proses pengelolahan data informasi yang sudah didapatkan selama melakukan penelitian untuk mendapatkan hasil dari penelitian tersebut (Sugiyono, 2014). Adakah teknik statistik yang diterapkan untuk menganalisa data dalam penelitian ini menggunakan teknik parametik dengan teknik korelasi *product moment* dari *person* menggunakan bantuan komputer dengan program *statistic Product and Service Solution* (SPSS) *27.0 for Windows*.

HASIL

Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Adabiah 2 Kota Padang dan melibatkan siswa kelas XII.

Table 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Data	Kriteria	Jumlah	Persentase
Jenis kelamin	Laki-Laki	72	53,3%
	Perempuan	63	46,7%
Jumlah		**135**	**100%**

Pelaksaan Penelitian

Pada tahap pelaksanaan penelitian, angket penelitian skala *sefl efficacy* dan *flow Academic* dibagikan secara lansung ke siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Angket penelitian yang digunakan peneliti merupakan instrumen dari setiap variabel yang sudah diuji reliabilitas dan validitasnya. Angket tersebut juga telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk disebarkan kepada siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Peneliti meminta izin kepada kepala sekolah dan diberi izin masuk kelas untuk menyebarkan angket penelitian, kemudian peneliti masuk ke kelas XII memperkenalkan diri serta meminta waktu dan kesediaan siswa untuk mengisi angket penelitian. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 31 Juli sampai 1 Agustus 2024.

Deskripsi Variabel Penelitian

Deskripsi variabel didapatkan melalui perhitungan skor secara hipotetik dan empirik. Data hipotetik diperoleh dari hasil perhitungan manual. Perhitungan empirik didapatkan menggunakan SPSS versi 27.0. perhitungan ini dilakukan untuk membandingkan data hipotetik dengan data yang terkumpul di lapangan. Hasil dari perhitungan data hipotetik dan empirik sebagai berikut:

Table 2. Deskripsi Data *Sel Efficacy* dan *Flow Academic*

	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
Variabel		Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Self Efficacy	15	60	37,5	7,5	15	54	35,53	5,647
Flow academic	17	68	42,5	8,5	20	61	42,44	5,600

Berdasarkan tabel, diketahui bahwa mean skor empirik dari *self efficacy* sebesar 35,53 dan mean skor hipotetik dari *self efficacy* sebesar 37,5 dapat diartikan skor empirik lebih rendah dari skor hipotetik *self efficacy*. Hal ini menunjukkan bahwa subjek pada penelitian ini melakukan *self efficacy* lebih rendah dari perkiraan alat ukur.

Selain itu, dapat dilihat mean skor empirik pada variabel *flow academic* sebesar 42,44 dan mean skor hipotetik pada *flow academic* sebesar 42,5 yang berarti nilai skor hipotetik lebih rendah dari nilai skor empirik pada *flow academic*. Hal ini menunjukkan bahwa subjek pada penelitian ini *flow academic* nya lebih tinggi perkiraan alat ukur.

Tabel 3. Rerata Hipotetik dan Empirik *Self Efficacy*

Aspek		Skor Hipotetik			Skor Empirik			
		Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Dimensi Tingkat	10	15	12,5	2,5	1	3	1,93	451
nensi kekuatan	18	27	22,5	4,5	1	3	1,88	458
nensi generalisasi	2	3	2,5	0,5	1	3	2,04	604

Berdasarkan nilai diatas, rerata empirik dari aspek *self efficacy* dibawah rerata hipotetik. Ini membuktikan bahwa subjek pada penelitian memiliki *self efficacy* lebih rendah dari pada perkiraan alat ukur.

Table 4. Rerata Hipotetik dan Empirik *Flow Academic*

Aspek		Skor Hipotetik			Skor Empirik			
		Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Absorprion	8	32	20	4	1	3	2,05	331
Enjoyment	5	20	12,5	2,5	1	3	1,96	510
insic Motivation	2	16	10	2	1	3	1,98	496

Berdasarkan nilai rata-rata empirik dari aspek *flow academic*, ketiga aspek ini memiliki nilai rerata hipotetik yang lebih rendah dari nilai rerata empirik. Dengan demikian, dari ketiga ini dapat dikatakan bahwa subjek dari penilain memiliki *flow academic* lebih tinggi dari perkiraan alat ukur.

Kategorisasi Data Penelitian

1. *Self Efficacy*

Kategorisasi penelitian dilakukan untuk melihat tingkat variabel tersebut terhadap penelitian. Pada penelitian ini kategorisasi dilakukan berdasakan rumus Azwar (2012).

Table 5. Kategorisasi Variabel *Self Efficacy*

Skror	Kategorisasi	F	(%)
X < 30	Rendah	17	12,6%
30 < X < 45	Sedang	113	83,7%
X > 45	Tinggi	5	3,7%
Jumlah		135	100%

Dari tabel diatas, tingkat self efficacy pada kategori rendah terdapat 17 orang dengan persentase 12,6%. 113 orang dengan persentase 83,7% berada pada kategori self efficacy sedang. Sedangkan pada kategori self efficacy tinggi 5 orang dengan persentase 3,7%. Maka dapat disimpulkan subjek dari pada penelitian ini mayoritas memiliki self efficacy sedang.

2. *Flow Academic*

Table 6. kategorisasi variabel Flow Academic

Skror	Kategorisasi	F	(%)
X < 34	Rendah	9	6,7%
34 < X < 51	Sedang	121	89,6%
X > 51	Tinggi	5	3,7%
Jumlah		135	100%

Analisis Data

1. Uji Normalis

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data penelitian berdistribusi normal (Priyatno, 2018). Data yang baik dan layak digunakan dalam penelitian adalah data yang memiliki distribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogrogorov-Smirnov* dibantu dengan program SPSS versi 27.0. data yang dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi p > 0,05 (Priyatno, 2018).

Table 7. Hasil Normalitas

Asymp. Sig. (2-tailed)[c]	200[d]

Berdasarkan hasil uji normalitas *self efficacy* dan *flow academic,* diketahui nilai p sebesar ,200 dimana nilai p > 0,05, ini menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel bebas berkotelasi secara linier dengan variabel terikat. Dikatakan linier apabila nilai p . 0,05 (Priyatno, 2018).

Table 8. Hasil Uji Linearitas

	Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig
Devation From Linearity	779,792	26	29,992	1,407	0,115

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan kepada 135 siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Berdasarkan hasil dari penelitian menunjukkan *self efficacy* memiliki hubungan signifikan positif pada *flow academic* siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Artinya bahwa dengan adanya tingkat *self efficacy* yang tinggi dapat meningkatkan *flow academic* pada siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan *flow academic*. Dimana semakin tinggi *self efficacy* pada individu maka akan mudah individu mencapai kondisi *flow* saat mengerjakan aktivitas *academic*, begitu sebaliknya semakin rendah *self efficacy* pada individu maka semakin rendah individu untuk mencapai kondisi *flo*. Dapat disimpulkan bahwa semua hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak. Tandon (2017) menemukan bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dan *flow* pada siswa, dimana semakin yakin siswa terhadap kemampuan dirinya, maka semakin mungkin siswa tersebut berada dalam keadaan *flow* saat belajar. Csikszentmihalyi (1997), salah satu faktor dalam mencapai kondisi *flow academic* yaitu faktor internal dimana diartikan sebagai kemampuan atau keyakinan yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan suatu kegiatan.

Hasil penelitian ini sejalan dan mendukung penelitian sebelumnya yaitu penelitian dari Diola dan Muhadjiran (2019), dimana diperoleh 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 < 0,050. Hal ini selaras dengan penelitian. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Istivaiyah (2020) yang menunjukan nilai korelasi sebesar (r) 0,377 dengan taraf signifikan 0,000 (p<0,05). Artinya terdapat hubungan antara *self efficacy* akademik dengan *flow academic* pada siswa SMAN 1 Rumbio Jaya.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* pada siswa kelas XII paling banyak dikategori sedang. Hal ini didasari dengan presentase sebesar 83,7% atau sebanyak 113 orang responden termasuk dalam kategori sedang, kemudian sebanyak 17 orang

responden atau 12,6% termasuk dalam kategori rendah dan 5 orang dengan persentase 3,7% berada pada kategori tinggi. Sedangkan *flow academic* Dalam penelitian ini didapat persentase sebesar 6,7% berada pada kategori rendah, 89,6% responden berada pada kategori sedang, dan 3,7% responden laininya berada di kategori tinggi. Hal ini membuktikan lebih banyak siswa kelas XII yang sedang dalam proses belajar mempunyai *flow academic* yang sedang, dari data tersebut bisa dapat dikatakan bahwa siswa kelas XII tersebut cukup focus, kreatif, dan menikmati proses pembelajaran. Meskipun demikian masih ada 6,7% atau sebanyak 9 orang responden yang memiliki *flow academic* yang rendah dan yang temasuk dalam kategori tinggi sebanyak 3,7 atau 5 orang responden dalam kategori *flow academic* yang tinggi.

Variable *flow academic* yang digunakan dalam penelitian ini memiliki 3 aspek yaitu *absortion, enjoyment, dan intrinsic motivation.* Berdasarkan analisis yang telah dilakukan oleh peneliti menghasilkan data bahwa aspek *intrinsic motivation* adalah aspek yang paling dominan dengan persentase sebesar 75,6%. Hal ini menunjukan bahwa untuk membuat individu dapat merasakan konsentrasi secara penug, termotivasi, dan berada pada kondisi kognitif yang efisien mengerjakan suatu pekerjaan. Hal yang paling diutamakan adalah membuat orang tersebut memiliki dorongan internal, Dimana dorongan tersebut muncul dari keinginan yang kuat dalam diri individu tersebut untuk mendapatkan rasa senang, serta untuk menikmati setiap proses yang dilakukan pada saat menyelesaikan pekerjaan/aktivitas yang sedang dikerjakan. Meski nantinya tidak mendapatkan penghargaan dari orang lain, setidaknya individu tersebut merasa mendapatkan penghargaan dari dirinya sendiri.

Flow academic pada siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang yang sedang menjalankan rutinitas belajar masuk dalam kategori sedang. Hal ini tersebut di dapatkan dari data penelitian yang telah dilakukan, hal tersebut di dapatkan dari data penelitian yang telah dilakukan, hal tersebut berarti bahwa dalam proses belajar mereka cukup focus dan menikmati apa yang sedaang dipelajari meskipun ada beberapa hal yang membuat mereka terdistraksi pada saat belajar.

Variabel dari *self efficacy* yang digunakan dalam penelitian ini terbentuk dari 3 aspek yaitu dimensi tingkat, dimensi kekuatan, dimensi generalisasi. Dari analisis yang telah dilakukan didapatkan data bahwa aspek yang paling dominan yang membentuk *self efficacy* adalah aspek dimensi tingkat dengan persentase 79,3%. Dari hasil yang telah di dapatkan dapat dikatakan bahwa untuk mendapatkan *sefl efficacy* yang baik pertama kali yang dilakukan atau diutamakan adalah mengukur serta memahami ketahanan diri sendiri mengerjakan suatau pekerjaan atau aktivitas tertentu. Setelah mampu mengukur dan memahami

kemampuan diri sendiri akan lebih mudah untuk memberikan performa terbaik pada aktivitas atau pekerjaan yang dilakukan.

Ketika aspek *self efficacy* di atas dikemukakan oleh (Bandura 1997). Ketika aspek tersebut dapat muncul terpisah maupun bersamaan dalam diri individu. *Self efficacy* yang ada pada siswa kelas XII dapat dikatakancukup merata karena dari data yang didapatkan menunjukan hasil "sedang". *Self efficacy* dapat membuat individu menjadi lebih percaya diri dan menganggap dirinya mampu untuk menyelesaikan pekerjaan atau aktivitas dengan baik, serta *self efficacy* juga dapat membuat individu tidak mudah untuk putus asa dan mempertinggi usaha dalam menyelesaikan suatu permasalahan saat sedang berada pada pekerjaan/aktivitas yang di lakukan.

Berdasarkan penilaian deksriptif tersebut terdapat 135 siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang diperoleh gambaran pada variabel *flow academic* sebesar 9 (6,7%) siswa yang memiliki *flow academic* yang rendah, sebesar 121 (89,6%) siswa memiliki *flow academic* sedang dan sebesar 5 (3,7) siswa memiliki *flow academic* yang tinggi.

Pada gambaran penilaiaan deksriptif tersebut terdapat 9 (6,7%) siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang memiliki *flow* academic yang rendah. Setelah di analis data per aspek ternyata aspek yang paling rendah mempengaruhi *flow academic* pada siswa XII adalah *enjoyment. Enjoymen*t merupakan hasil dari evaluasi kognitif dan efektif dari pengalaman *flow*. Perasaan nyaman muncul dalam melakukan kegiatan tersenut sehingga individu dalam waktu lama mampu melakukan kegiatan tersebut (Bakker, 2017).

Berdasarkan paparan di atas dapat dikatakan bahwa adanya hubungan *self efficacy* dengan *flow acaddemic* pada siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang. Hal ini sesuai dengan teori-teori para ahli, menyatakan *self efficacy* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *flow academic*. *Self efficacy* memiliki hubungan positif terhadap *flow academic*, sehingga semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi juga *flow academic* pada siswa dan begitu sebaliknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. S*elf efficacy* pada siswa kelas XII SMA Adabiah 2 Padang paling banyak dikategori sedang.
2. Pada siswa XII SMA Adabiah 2 Padang yang kategori *flow* rendah dapat dilihat dari tidak dapatnya berkonsentrasi penuh pada saat pembelajaran berlansung.
3. Berdasarkan analisis uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan kuat dan sangat signifikan anatar *self efficacy* dengan *flow academic* pada siswa kelas XII SMA Adabiah

2 Kota Padang. Demikian juga arah dari hubungan yang menunjukkan arah positif, artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi juga *flow academic* dan begitu juga sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah juga *flow academic* pada siswa kelas XII Adabiah 2 Kota Padang. Hal ini menyatakan bahwa hipotesis diterima dimana arah hubungannya positif.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, N. Q,. & Saripah, I. (2019). *Aspek-aspek Flow Akademik. 3*(2), 9

Alwiso, (2009). *Psikologi kepribadian.* Edisi: Revisi. Malang: UMM Press.

Anwar, A.I.D (2009) *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Falkustas Psikologi Universitas Sumatra Utara.* Skripsi. Medan: Sumatra Utara.

Azwar, S. (2012). Metode Penelitian. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2014). Metode Penelitian. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Bakker, Arnolf. (2005). *Flow Among Music Theater and Their Students: the Crossover of peak Experiences.* Jurnal of Vocational Behavior, 66, 2644.

Bakker, Arnolf. (2017). *Validation of Study-Related flow inventory (WOLF-S). Croation Jurnal of Education.* Vol 11 NO 1

Bakker, A. B. The work-related flow inventory: Construction and initial validation of the WOFL. *Jurnal of Vocational Behavior*, *72*(3), 400-414.

Baron, R. A., & Donn B. (2004). *Psikologi Sosial* Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Baron, R. A., & Donn B. (2003). *Psikologi Sosial.* Edisi Kesepuluh. Jilid 1. Alih Bahasa Ratna Djuwita. Jakarata: Penerbit Erlangga.

Bandura, Albert. (1997). *Self Efficacy: The Exercise of Control.* New york: W. H. Freeman an company

Bandura, A. (n.d). *Self- efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change.* 25.

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow*: The Psychology of Optimal Experience. New York: Haper & Row.

Csikszentmihalyi, M. (1993). *The Evoling Self: a psychology for the third milenium.* New York: Haper & Row.

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding Flow: The psychology of engagement with everyday life.* New York: Harper peremial.

Diola, Shelind dan Mudjiran. 2019. *Konstribusi self Efficacy Terhadap Flow Akademik Pada Mahasiswa Bidikmisi FIP UNP.* Jurnal Riset Psikologi Vol 2019, No 3.

Djaali. (2008). *Piskologi pendidikan*. Jakarta: Bumi aksara.

Erman Suherman. (2001). *Pengantar Filsafat Matematika*). Sukarta: UNS Press.

Gufron, Nur & Risnawita, Rini. (2017). *Teori-Teori Psikologi.* Yogyakarta: Ar Ruzz Media.

Hanifah & Rusmawati. (2019). *Teori-teori Psikologi.* Yogyakarta: Ar-Ruzz Media

Prasetyo. (2019) *SPSS Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa Dan Umum.* Yogyakarta: Mediakom.

Priyatno, D. (2018). *SPSS Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa dan Umum.* Yogyakarta: ANDI (Anggota IKAPI)

Santoso, M. (2014). Self-efficacy dan Flow Akademik Ditinjau Dari Temporal Motivation Theory Pada Mahasiswa Falkultas Psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas surabaya*, Vol 3 No. 1, 1-12.

Santrock, J. W. (2008). Psikologi Pendidikan: Edisi Kedua. Jakarta.

Shernoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Shneider, B., & Shernoff, E. S (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. *School Psychology Quartely. 18*(2), 158-176.

Shernoff, D. J., & Hoogstra, L. (2001). Continuing motivation veyond the high school classroom. *New Directions for Child and Adolescent Developent*, 2001(93), 73

Seligman, (2018). Structural equation modeling dengan lisrel., Yogyakarta: Graha ilmu.

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R & D.* Bandung: Penerbit Alfabeta.

Suryabrata, Sumadi. 2015. *Metologi Penelitian.*Jakarta:PT RajaGrafindoPersada.

Suharismi Arikunto, (2002). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara

Tandon. (2017) *Hubungan Religius dan Flow akademik Pada siswa.* Vol.2 No 2

Yuwanto. (2016). *Metode Penelitrian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.