





1. Membuat proposal penelitian, berisi penjelasan singkat tentang penelitian yang digunakan, serta metode yang akan digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi pihak sekolah SMP Negeri 1 Sidoarjo tentang penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti.
2. Persiapan administrasi dilakukan dengan meminta surat permohonan izin dari fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya yang ditujukan kepada kepala sekolah SMP Negeri 1 Sidoarjo guna perijinan penelitian yang disertakan dengan proposal. Setelah penelitian selesai, peneliti mendapatkan surat keterangan telah melaksanakan penelitian di sekolah SMP Negeri 1 Sidoarjo.

Penelitian dilakukan selama  $\pm$  6 minggu, mulai dari 25 Juli sampai 31 Agustus 2016. Pada tanggal 16 Mei 2016 peneliti mengajukan proposal kepada pihak sekolah, pihak sekolah meminta surat ijin penelitian. Surat ijin penelitian diserahkan pada pihak sekolah tanggal 25 Juli 2016, pada hari yang sama pihak sekolah memutuskan untuk menerima surat izin tersebut untuk dapat melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Sidoarjo dan mendiskusikan teknik, waktu dan tempat penyebaran kuesioner.

Penyebaran kuesioner pada kelas akselerasi dilaksanakan pada tanggal 26 Juli 2016 dengan menyesuaikan kondisi kelas. Cara penyebaran kuesioner penelitian turun langsung ke lapangan dan mendatangi subjek di kelas IX-8 yang berjumlah 24 siswa. Skala yang

telah disusun dan dipertimbangkan kelayakannya dibagikan kepada 24 siswa yang dijadikan subjek penelitian dan diisi oleh subjek dengan jangka waktu 30 menit. Kemudian kuesioner diuji reliabilitas aitem-aitemnya dengan menggunakan SPSS (*Statistical Package For The Social Sciences*) versi 16.00 *for windows*.

Saat penyebaran kuesioner dalam kelas, peneliti memperkenalkan diri dan maksud kedatangannya. Kemudian peneliti membacakan petunjuk pengisian lalu meminta siswa untuk mengisi kuesioner. Peneliti menunggu subjek ketika mengisi kuesioner agar keobyektifan hasil pengisian bisa dijaga dengan baik dan bisa mengontrol situasi yang tidak diinginkan, misalnya mengisi dengan tergesa-gesa, menyontek milik temannya. Setelah siswa selesai mengisi kuesioner, peneliti meminta waktu sebentar untuk mewawancarai 2 siswa akselerasi dan setelah itu dilanjutkan wawancara dengan koordinator kelas akselerasi.

Untuk lebih jelasnya jadwal penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebagai berikut:



## **b. Letak Geografis**

SMP Negeri 1 Sidoarjo yang berdiri sejak tahun 1952 dan menempati gedung sekolah di jalan A. Yani nomor 4, sejak bulan Juli 2006 tidak lagi menempati gedung tersebut. SMP Negeri 1 Sidoarjo telah direlokasi oleh Pemkab Sidoarjo dan telah menempati gedung baru sekolah yang berada Gajah Magersari. Secara Geografis, gedung ini terletak di dekat perkampungan, perumahan, dan perkantoran. Walaupun letaknya tidak strategis gedung lama, gedung baru ini memiliki luas lahan yang sama dibanding lahan gedung lama. Luas lahan gedung baru ini sekitar 15.000 m<sup>2</sup> sehingga memungkinkan bagi sekolah untuk mengembangkan perencanaan infra struktur sekolah untuk mencapai standart nasional pendidikan dibidang prasarana dan sarana seperti yang ditetapkan dalam Peraturan Pemerintah nomor 15 tahun 2005 tentang Standart Nasional Pendidikan. Infra struktur yang dimiliki oleh SMP Negeri 1 Sidoarjo memadai dengan jumlah 30 kelas kelas yang cukup untuk 24 rombongan belajar dengan system *moving class*. Diharapkan dengan *system moving class* ini SKBM dapat dicapai dengan maksimal karena ruang-ruang belajar akan dipersiapkan sebagai laboratorium-laboratorium kecil untuk mata pelajaran tersebut.

Kebijakan pemerintah Kabupaten Sidoarjo cukup menyejukkan dengan menganggar 16% dari APBD 2006 untuk pendidikan. Penggunaan dana tersebut saat ini masih diprioritaskan pada





















terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa akselerasi SMP Negeri 1 Sidoarjo.

Berdasarkan hasil koefisien korelasi tersebut juga dapat dipahami bahwa korelasinya bersifat positif (+) jadi menunjukkan adanya arah hubungan yang searah, artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *flow* akademik pada siswa akselerasi SMP Negeri 1 Sidoarjo. Dengan memperhatikan harga koefisien korelasi sebesar 0,886, berarti sifat korelasinya sangat kuat.

#### **D. Pembahasan**

Hasil yang diperoleh pada penelitian ini, *self efficacy* dikorelasikan dengan *flow* akademik menggunakan analisis *product moment* diperoleh hasil 0,000 ( $< 0,05$ ) dan korelasinya sebesar 0,886 artinya *self efficacy* dan *flow* akademik berhubungan positif yang cukup memadai. Temuan ini sesuai dengan hipotesis awal yaitu terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *flow* akademik.

*Flow* akademik (Ignatius, 2013) adalah kondisi saat individu dapat berkonsentrasi, fokus, munculnya rasa nyaman, motivasi yang berasal dari dirinya sendiri serta menikmati ketika melakukan kegiatan akademik (belajar dan mengerjakan tugas). Menurut hasil penelitian yang sudah dilakukan adalah subjek penelitian yang mampu berkonsentrasi terhadap aktivitas akademisi sehingga memunculkan rasa nyaman dan termotivasi untuk lebih baik dari sebelumnya. Hal itu dibuktikan pada saat subjek tidak mengalami kecemasan, mengeluh terhadap tuntutan tugas serta rendah motivasi untuk

mengikuti aturan didalam kelas akselerasi yang dijalani setiap subjek dalam penelitian ini.

Ciri-ciri kondisi *flow* akademik adalah merasakan kenyamanan dalam mengerjakan aktivitas serta ikut serta secara total dalam aktivitas tersebut sehingga tugas-tugas yang sedang dikerjakan menjadi mudah. *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.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap siswa mampu mencapai kondisi *flow* akademik, hanya saja pencapaian kondisi tersebut berbeda antara individu satu dengan individu lainnya termasuk tinggi rendahnya pencapaian kondisi *flow* akademik. Maka dari itu tampaknya *self efficacy* selayaknya harus dimiliki oleh setiap siswa sebagai pegendali untuk mencapai kondisi *flow* akademik. Hal ini mengingat ada keterkaitan yang erat dan saling berhubungan antara *self efficacy* dengan *flow* akademik.

Sebagaimana hasil temuan dari penelitian terdahulu yaitu penelitian Melisa Santoso (2014) yang mengatakan adanya hubungan positif antara *self efficacy* dan *flow* akademik. Menurut Bakker (dalam Rupayana, 2008), meningkatnya perasaan menikmati, konsentrasi penuh, dan munculnya motivasi internal berarti memenuhi semua aspek *flow* akademik, sehingga menurut korelasi antara aspek *flow* akademik dan *self efficacy* akademik,

meningkatnya *self efficacy* akademik akan meningkatkan terjadinya *flow* akademik.

Penelitian Karolina Alif (2013) tentang hubungan antara motivasi berprestasi dan *flow* akademik. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan *flow* akademik terbukti secara empiris memiliki korelasi signifikan yang bersifat positif, individu yang memiliki motivasi intrinsik. Sedangkan penelitian Robin Ignatus (2013) tentang *go with the flow*: dukungan social dan *flow* akademik pada mahasiswa. Penelitian tersebut memberikan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *flow* akademik, jadi ketika seseorang mahasiswa mendapatkan dukungan sosial maka mahasiswa tersebut dapat merasa nyaman dan senang ketika mengikuti kegiatan akademik ataupun mengerjakan tugas-tugas akademiknya.

Namun dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti adanya perbedaan yang signifikan dengan penelitian yang telah disebutkan diatas yaitu dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang *self efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa akselerasi yang menjadi subjek penelitian ini, perbedaan tersebut didasari adanya keseimbangan antara tantangan dan keterampilan yang dimiliki setiap siswa yang dapat mempengaruhi subjek untuk mengalami *flow* akademik. Faktor lain yang mendasari perbedaan hasil penelitian dari penelitian terdahulu adalah perbedaan variabel yang digunakan oleh peneliti dan perbedaan subjek dari tingkat usia, jenis kelamin dan status

antara mahasiswa dan siswa akselerasi. serta bagaimana tingkat ketahanan subjek terhadap kesulitan tugas yang dialami.

Perbedaan keterampilan, ketahanan siswa terhadap tuntutan akademisi, keahlian yang dimiliki serta niat yang kuat pada setiap subjek dapat mempengaruhi tingkat *self efficacy* setiap subjek penelitian. Pada temuan terdahulu menunjukkan bahwa persepsi dan pengaturan tuntutan tugas (tantangan) dapat menjadi faktor individu juga. Lebih pentingnya lagi, terdapat temuan yang menunjukkan bahwa faktor-faktor kepribadian adalah kondisi yang mengikat kemampuan dalam mengalami *flow*. Dengan demikian, untuk mencapai kondisi *flow* maka diperlukan adanya keseimbangan antara tingkat tantangan tugas dengan keterampilan atau kemampuan yang dimiliki individu. Apabila tantangan tugasnya lebih tinggi dibandingkan dengan kemampuan yang dimiliki, maka individu dapat mengalami kecemasan. Sedangkan jika tantangan tugasnya lebih rendah dibandingkan dengan kemampuan yang dimiliki maka individu dapat mengalami kejenuhan karena merasa tugas yang dilakukannya tidak bermanfaat.

Sebagaimana telah dipaparkan oleh Csikszentmihalyi (dalam Bauman dan Scheffer, 2010) bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi *flow* yaitu faktor dari individu dan faktor dari lingkungan.

1. Faktor dari individu (*person factor*), yaitu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan suatu aktivitas, salah satunya yaitu *self efficacy*.

2. Faktor dari lingkungan (*environment factor*), yaitu terkait seberapa besar tantangan tugas yang diberikan kepada individu.

Untuk mencapai kondisi *flow* akademik, individu harus mempunyai *self efficacy*. *Self efficacy* adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu untuk mencapai tujuan tertentu (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. Dari hasil penelitian yang diambil di lapangan (SMP Negeri 1 Sidoarjo) menunjukkan bahwa setiap subjek penelitian memiliki kemampuan serta memiliki kompetensi untuk mengikuti tuntutan tugas kelas akselerasi, setiap subjek juga memiliki tujuan yang jelas tentang bagaimana akademisi dapat meningkatkan kemampuan yang dimiliki setiap subjek, dengan demikian subjek penelitian dapat mengatasi segala hambatan yang dialaminya. hambatan yang dimaksud adalah tuntutan akademik, beban psikis (kecemasan), tugas yang berat, serta waktu luang yang semakin berkurang.

Dari pemaparan di atas diperlukan adanya sebuah usaha agar dapat mengalami kondisi *flow* akademik. Diantara bentuk-bentuk usaha yang dapat dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Menata niat serta menentukan tujuan yang jelas yang disandarkan pada Allah, segala sesuatu yang disandarkan kepada Allah niscaya akan memperoleh keberkahan.

2. Mewujudkan tujuan tersebut dengan perencanaan perilaku. Perencanaan perilaku dibutuhkan agar perilaku yang akan kita perbuat menjadi terarah.
3. Melaksanakan perilaku yang jelas dengan usaha maksimal dan penuh keyakinan. Dengan usaha maksimal dan keyakinan yang kuat akan membawa hasil yang positif atas apa yang diharapkan.
4. Setelah berusaha secara maksimal, kita pasrahkan segala sesuatunya kepada Allah (tawakkal). Apabila kita bertawakkal kepada Allah, maka kita akan tetap teguh (istiqamah) dalam keimanan.

Dengan melaksanakan bentuk-bentuk usaha tersebut maka disitulah akan terlihat kemampuan seseorang untuk mengatasi sebuah tantangan atau permasalahan dan terhindar dari perasaan pesimis.

Dapat dilihat apabila seorang siswa sudah mempunyai minat terhadap tugas yang diberikan, serta mampu mengontrol perilaku untuk mempertahankan usaha dalam mengerjakan tugas maka dia akan mudah berkonsentrasi dan merasa tenggelam dalam mengerjakan tugas yang sedang dijalannya. Oleh karena itu *self efficacy* diakui sebagai penggerak yang mendorong aktivitas belajar seseorang hingga mengalami kondisi *flow*.

Dari korelasi tersebut dapat disimpulkan bahwa penilaian terhadap kemampuan diri akan membuat siswa semakin menikmati suatu kegiatan yang dijalani, dan semakin tinggi penilaian terhadap kemampuan diri akan meningkatkan motivasi internal dalam melakukan suatu kegiatan. Meningkatnya penilaian terhadap kemampuan diri juga membuat siswa

semakin berkonsentrasi pada kegiatan yang sedang dilakukannya. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self efficacy* pada siswa akselerasi maka semakin tinggi pula kemampuan untuk mencapai kondisi *flow* akademik. Dan sebaliknya semakin rendah *self efficacy* pada siswa akselerasi maka semakin rendah pula kemampuan untuk mencapai kondisi *flow* akademik. Mencermati paparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* berhubungan dengan *flow* akademik pada siswa akselerasi.

