

terbentuk. Pembahasan tentang pendidikan tentu tidak akan jauh dari lembaga pendidikan. Ketika seseorang mulai menempuh pendidikan dari mulai TK, SD, SMP, SMA dan dilanjutkan ketahap yang lebih tinggi yakni Perguruan Tinggi.

Mahasiswa merupakan sebutan bagi peserta didik dalam jenjang Perguruan Tinggi. Mahasiswa sebagai masyarakat intelektual sekaligus sebagai warga negara tentu saja memiliki tugas dan tanggung jawab yang tidak ringan. Tugas primer seorang mahasiswa adalah belajar untuk mempersiapkan dirinya dalam suatu keahlian tingkat sarjana. Akan tetapi pada kenyataannya, ketika seorang mahasiswa mengalami suatu kebosanan dengan aktivitas akademik atau dalam kegiatan belajar mengajar, maka biasanya hal yang lumrah untuk dilakukan adalah bermain hp, mengobrol dengan teman disampingnya, bahkan ada juga yang tertidur saat pelajaran berlangsung. Pada saat itu, atensi atau perhatian mahasiswa yang seharusnya terpusatkan pada materi yang disampaikan oleh dosen menurun. Padahal seharusnya mahasiswa harus terpusat penuh fokusnya terhadap materi yang disampaikan agar tidak berakibat pada prestasi belajar yang akan diperoleh mahasiswa tersebut.

Saat belajar, individu tentu pernah mengalami suatu kondisi dimana individu tersebut merasa terlibat secara penuh dengan apa yang dipelajari (Csikszentmihalyi, 1990). Modal penting seorang mahasiswa dalam perkuliahan adalah memiliki konsentrasi, merasa nyaman dan memiliki motivasi pada saat menjalani kegiatan belajar mengajar. Akan tetapi

berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Indiana University Bloomington pada tahun 2006-2009 terhadap 275.000 siswa SMA di Amerika Serikat, diketahui sebesar 65% siswa mengaku mengalami kebosanan di kelas paling tidak sekali dalam satu hari (Sparks, 2012).

Di Indonesia, masalah kebosanan mahasiswa di kelas juga banyak ditemui. Rasanya cukup mudah untuk menemukan mahasiswa yang memainkan handphone, berbicara dengan teman, menggambar, membaca bacaan yang tidak terkait dengan pelajaran, atau bahkan tertidur saat dosen tengah mengajar di kelas. Kondisi tersebut tentu saja tidak ideal untuk berlangsungnya kegiatan belajar-mengajar di kelas. Hal tersebut senada ketika dosen pengampu mata kuliah memberikan tugas, maka tidak sedikit mahasiswa yang mengerutkan keningnya karena merasa terbebani dengan tugas yang diberikan. Perasaan malas dan merasa bahwa tugas tersebut berat untuk diselesaikan membuat mahasiswa berada pada tingkat rendah mengenai komitmennya pada tugas.

Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Ampel Surabaya merupakan kumpulan mahasiswa yang memiliki kesibukan padat baik didalam kelas, maupun praktikum di lapangan dan di laboratorium. Terdapat enam program studi dalam fakultas ini, yakni program studi biologi, matematika, arsitektur, ilmu kelautan, teknik lingkungan, dan sistem informasi.

Padatnya kegiatan akademik di kelas, di laboratorium, maupun di lapangan membuat beberapa dari mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi

UIN Surabaya terkadang mengeluh, menjadi kurang fokus, serta mengerjakan tugas secara terpaksa. Namun, terdapat beberapa mahasiswa lainnya yang mampu melewati tuntutan akademik tersebut. Mereka juga mampu menikmati kegiatan perkuliahan di kelas maupun praktikum di laboratorium dengan baik, dan mengerjakan laporan ataupun tugas-tugas dengan perasaan yang nyaman dan menyenangkan, meskipun banyak tantangan. Sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan kepada salah satu mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Ampel Surabaya program studi biologi semester 4, diperoleh hasil wawancara sebagai berikut:

Saya senang bisa menjadi bagian dari mahasiswa fakultas sains dan teknologi. Banyak praktikum di laboratorium, dan laporannya juga ditulis tangan, bukan diketik. Saya merasa seperti hidup saya banyak dihabiskan di laboratorium. Kalau sudah kerasan didalam laboratorium dan nyaman dengan aktivitas yang padat, maka akan ada yang kurang kalau sehari saja tidak mengerjakan laporan. Rasanya kalau menganggur dan tidak mengerjakan apapun itu tidak enak. Padahal kalau banyak laporan yang harus dikerjakan terkadang sampai lupa waktu untuk makan dan tidur. (SU, 09/05/2017)

Perasaan bahwa tuntutan yang diterima sesuai dengan kemampuan yang dimiliki serta kenyamanan yang dirasakan dalam teori psikologi positif dapat disebut sebagai *flow* (Csikszentmihalyi, 1990). *Flow* akademik adalah kondisi yang dirasakan ketika individu mampu berkonsentrasi ,dan menikmati aktivitas akademik yang dilakukan (Yuwanto, 2012 dalam Arif, 2013). Individu yang mengalami *flow* akan menganggap aktivitas yang dikerjakan sangat berharga dan penting untuk dilakukan hingga merasa bahwa waktu cepat berlalu, hal ini disebabkan karena adanya perasaan nyaman, dan konsentrasi penuh terhadap tugas yang sedang dikerjakan.

Tidak semua orang dapat mengalami *flow*. Csikszentmihalyi (1997) melakukan penelitian untuk mengukur seberapa sering penduduk Amerika mengalami *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, menunjukkan 23% sering mengalaminya, 40% kadang-kadang, jarang 25%, dan tidak pernah 12%. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan tidak semua orang terbiasa mengalami *flow*.

Kondisi *flow* diperlukan dalam bidang akademik agar mahasiswa mampu berkonsentrasi, menikmati tugas yang diberikan serta dapat mengurangi stres. Saat belajar, mahasiswa tentu pernah mengalami suatu kondisi di mana mahasiswa merasa terlibat secara penuh dengan apa yang dipelajari atau dikerjakan (Csikszentmihalyi, 1990).

Flow merupakan keadaan ketika seseorang berkonsentrasi, muncul rasa nyaman, serta terdapat motivasi intrinsik ketika melakukan aktivitas (Csikszentmihalyi, 1990). Area *flow* sangatlah luas, bukan hanya terdapat pada lingkungan kerja/organisasi, namun konsep ini juga dapat digunakan pada kehidupan sehari-hari. Pengertian lain tentang *flow* (Ghani & Dhespande, 1994) adalah konsentrasi yang menyeluruh saat menjalani kegiatan dan munculnya kenikmatan ketika menjalaninya.

Menurut Bakker (2005) *flow* memiliki tiga aspek yaitu *absorption*, mengacu pada keadaan konsentrasi total, dimana semua perhatian, kewaspadaan, dan konsentrasi berfokus pada kegiatan yang dilakukannya saja, sehingga tidak menyadari kejadian di sekitarnya. *Enjoyment* muncul dalam melakukan kegiatan tersebut sehingga individu dalam waktu lama mampu melakukan kegiatan tersebut. *Intrinsic motivation* mengacu pada kebutuhan untuk melakukan kegiatan dengan tujuan memperoleh kesenangan dan kepuasan dalam aktivitas yang dijalani.

Csikszentmihalyi (2014) menyebutkan ada dua faktor yang menyebabkan seorang individu mengalami *flow*, yaitu: faktor dari individu dan faktor dari lingkungan. Faktor dari individu (*person factor*), seperti tingkat kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan suatu aktivitas, persepsi individu dalam memandang aktivitas tersebut, dan penting atau tidaknya posisi aktivitas itu bagi individu. Sementara faktor dari lingkungan (*environment factor*), yaitu terkait seberapa besar tantangan tugas yang diberikan kepada individu.

Flow sendiri dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa antara lain dapat membuat mahasiswa lebih kreatif, lebih mudah menyerap materi perkuliahan sehingga berdampak pada hasil belajar yang optimal (Yuwanto, 2011 dalam Arif, 2013). Oleh karena itu, *flow* akademik diperlukan untuk meraih prestasi. Akan tetapi, dalam penelitian yang dilakukan oleh Yuwanto (2011) menunjukkan persentase terbesar mahasiswa mengalami *flow* dalam kategori sedang yaitu 59.2%. Ini menunjukkan tidak semua mahasiswa dapat

mengalami *flow* karena mengalami stres akademik. Sejalan dengan bukti empiris yang menunjukkan ada korelasi negatif antara stres akademik dan *flow* ($r = - .251$). Artinya mahasiswa yang mengalami stres akademik akan kesulitan mencapai *flow* dalam melakukan aktivitas akademik.

Apabila mahasiswa mengalami stres akademik, tentu mahasiswa tidak memiliki motivasi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dibebankan kepadanya. Tak sedikit mahasiswa yang awalnya kuliah hanya sekedar menyenangkan hati orangtuanya atau hanya sekedar gengsi belaka bila tidak kuliah, kini hanya bisa meratapi nasibnya dengan seabrek tugas-tugas yang diberikan oleh dosen pengampu mata kuliah dengan embel-embel bila tidak mengerjakan tugas yang dibebankan, maka nilai tentu tidak bagus dan berakibat pada menurunnya Indeks Prestasi Kumulatif (IPK).

Setiap mahasiswa memiliki kebutuhan untuk mencapai yang diinginkan sehingga mendorong mereka menyelesaikan tugasnya tanpa memperdulikan kesulitan (Zenzen, 2002). Kebutuhan untuk mencapai tujuan yang diinginkan juga dipertimbangkan berdasarkan nilai dari tugas itu sendiri (Zenzen, 2002).

Dari paparan diatas, penting atau tidaknya suatu tugas untuk dikerjakan oleh individu masuk dalam salah satu faktor internal yang menyebabkan terjadinya *flow*. Dalam psikologi pendidikan, hal tersebut dinamakan dengan istilah *task commitment*. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Kim Won-Jung, dkk (2013), adanya pengikatan diri mahasiswa pada tugas (*task commitment*) atau kegiatan akademik, maka akan memunculkan pengalaman *flow* dalam bidang akademik. Dengan kata lain, pengalaman *flow*

adalah langkah selanjutnya dari *task commitment*, yang mungkin bisa dicapai saat mahasiswa berhasil mengatasi kesulitan dan mendapatkan keterampilan yang tepat ketika melakukan tugas akademik.

Task Commitment atau pengikatan diri terhadap tugas adalah kemauan yang berasal dari dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk tekun dan ulet, meskipun mengalami berbagai rintangan dan hambatan dalam melakukan dan menyelesaikan tugas yang telah menjadi tanggung jawabnya (Munandar, 2009). Renzulli (dalam Hawadi, 2002) menyatakan bahwa “motivasi biasanya didefinisikan sebagai suatu proses energi umum yang merupakan faktor pemicu pada organisme, tanggung jawab energi tersebut ditampilkan pada tugas yang spesifik”.

Komitmen terhadap tugas (*task commitment*) secara umum dapat dipahami sebagai motivasi dari dalam diri atau motivasi internal yang dapat menjadi daya dorong amat kuat untuk memunculkan potensi yang dimiliki. Rendahnya keterikatan terhadap tugas dapat memunculkan kesenjangan antara potensi yang dimilikinya dengan prestasi yang ditunjukkannya (Urhahne, 2011).

Task commitment sendiri secara sederhana dapat diartikan sebagai komitmen pada tugas. Perilaku aktual dari *task commitment* adalah sebagai bentuk ketekunan, keuletan kerja keras, latihan yang terus-menerus, percaya diri dan suatu keyakinan dari kemampuan seseorang untuk menyelesaikan pekerjaan penting. Sementara itu, *task* (tugas) yang dimaksudkan dalam

penelitian ini adalah tugas mahasiswa dalam belajar, jadi komitmen yang dimaksudkan disini dispesifikkan pada tugas-tugas kuliah.

Dapat dilihat apabila seorang mahasiswa 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 *task commitment* diakui sebagai penggerak yang mendorong aktivitas belajar seseorang hingga mengalami kondisi *flow*. Ketidaknyamanan dalam mengerjakan tugas membuat mahasiswa tidak *flow* dalam mengerjakan tugas. Hal tersebut membuktikan bahwa *flow* dalam bidang akademik sangatlah berhubungan erat dengan *task commitment* yang dialami oleh mahasiswa.

Sebagai agen perubahan (*agent of change*), mahasiswa diharapkan dapat mempertahankan eksistensi bangsa Indonesia di masa yang akan datang dan menjadi individu yang berkualitas dan dapat bersaing guna mewujudkan sumber daya manusia yang lebih baik lagi. Apabila mahasiswa sering mengalami kondisi *flow* akademik maka mahasiswa akan dapat diharapkan menjadi sumber daya manusia yang unggul. Dengan demikian, *flow* akademik yang mereka alami dapat dijadikan sebagai suatu potensi untuk dikembangkan.

Dari uraian fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *task commitment* dengan *flow* akademik pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

E. Keaslian Penelitian

Mengkaji beberapa permasalahan yang telah dikemukakan dalam latar belakang diatas, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *task commitment* dengan *flow* akademik pada mahasiswa. Hal ini didukung dari beberapa penelitian terdahulu yang dapat dijadikan landasan penelitian yang akan dilakukan. Berikut beberapa penelitian pendukung tersebut.

Hasil penelitian Robin (2013) dengan judul *go with the flow: dukungan sosial dan flow akademik pada mahasiswa*. Penelitian tersebut memberikan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *flow* akademik. Sementara penelitian Melisa (2014) tentang *self efficacy* dan *flow* akademik ditinjau dari *Temporal Motivation Theory* pada mahasiswa fakultas psikologi. Hasil penelitian tersebut menyatakan terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan *flow* akademik pada mahasiswa dengan nilai korelasi 0.295.

Penelitian Karolina (2013) tentang hubungan antara motivasi berprestasi dan *flow* akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan *flow* akademik terbukti secara empiris memiliki korelasi signifikan yang bersifat positif.

Selain itu, penelitian Eni dan Mashubatul (2016) tentang hubungan *flow* akademik dengan *self efficacy* pada siswa akselerasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan *flow* akademik pada siswa akselerasi yang positif dan searah, artinya semakin tinggi *self*

efficacy maka semakin tinggi *flow* akademik. Selain itu, Penelitian Nadiah dan Dewi (2014) tentang hubungan *social support* dengan *flow* pada mahasiswa fakultas psikologi. Hasil pengolahan data menunjukkan nilai $r = 0.818$ dengan $\alpha = 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara *social support* dengan *flow* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2012 Kelas Praktikum Observasi-Interview UNISBA.

Beberapa penelitian internasional tentang *flow* akademik antara lain: yang dilakukan Nicola dan David (2010) tentang “*Seeking flow in the achievement domain: The achievement flow motive behind flow experience*”. Hasil akhir menunjukkan terdapat pengaruh antara pencapaian *flow* dengan komponen-komponen penggerak pencapaian itu sendiri, diantaranya standar keunggulan, respon individu terhadap kegagalan, tekanan mencapai prestasi, dan rasa takut menghadapi kegagalan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Arnold (2005) tentang “*Flow among Music Teachers and Their Students: The Crossover of Peak Experience*”. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *flow* pada guru dan *flow* pada siswa. Semakin tinggi *flow* yang dialami guru, semakin tinggi pula *flow* yang dialami oleh siswa.

Berdasarkan berbagai penelitian dan fakta-fakta empiris yang telah dipaparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya. Penelitian sebelumnya menghubungkan variabel *flow* akademik dengan *self efficacy*, motivasi berprestasi, *social support* dan juga penelitian dengan menggunakan metode eksperimen yang menggunakan

