

Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan *Flow Academic* pada Siswa SMPN 1 Balongbendo

Anisa Nur Mafiroh¹, Ririn Dewanti Dian Samudra Indriani²

¹ Universitas Muhammadiyah Sidoarjo; ririndewanti@umsida.ac.id

² Universitas Muhammadiyah Sidoarjo; ririndewanti@umsida.ac.id

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena rendahnya flow academic dimana siswa tersebut mengalami kejenuhan dalam belajar sehingga masih terdapat siswa yang tidak mengerjakan tugas dan mengumpulkan tugas. Tujuan dari penelitian yaitu melihat adakah hubungan antara self regulated learning dengan flow academic siswa SMPN 1 Balongbendo. Variabelnya yaitu self regulated learning sebagai variabel bebas dan flow academic sebagai variabel terikat. Populasinya adalah seluruh siswa SMPN 1 Balongbendo sebanyak 1.027 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah proportionate stratified random sampling. Dalam teknik pengumpulan data yaitu menggunakan skala self regulated learning dan skala flow academic. Hipotesis penelitian ini adalah adanya hubungan yang positif antara self regulated learning dengan flow academic siswa SMPN 1 Balongbendo. Dalam menganalisis data menggunakan teknik statistik korelasi product moment dari pearson menggunakan SPSS versi 21 for windows. Hasil analisa data penelitian ini menunjukkan koefisien correlation 0,789 dengan taraf signifikansi 0,000 < 0,05 artinya hipotesis diterima. Sehingga menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara self regulated learning dengan flow academic siswa SMPN 1 Balongbendo.

Keywords: *self regulated learning; flow academic; siswa SMP*

DOI:

<https://doi.org/10.47134/researchjet.v2i3.4>

*Correspondent: Ririn Dewanti Dian Samudra Indriani

Email: ririndewanti@umsida.ac.id

Received: 11-06-2023

Accepted: 12-07-2023

Published: 28-08-2023



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: *This research is motivated by the phenomenon of low academic flow where these students experience boredom in learning so that there are still students who do not do assignments and submit assignments. The purpose of this research is to see whether there is a relationship between self-regulated learning and the academic flow of SMPN 1 Balongbendo students. The variables are self-regulated learning as the independent variable and academic flow as the dependent variable. The population is all students of SMPN 1 Balongbendo with a total of 1,027 students. The sampling technique used was proportionate stratified random sampling. The data collection technique uses a self-regulated learning scale and a flow academic scale. The research hypothesis is that there is a positive relationship between self-regulated learning and the academic flow of SMPN 1 Balongbendo students. In analyzing the data using product moment correlation statistical techniques from Pearson using SPSS version 21 for windows. The results of this study's data analysis showed a correlation coefficient of 0.789 with a significance level of 0.000 < 0.05, meaning that the hypothesis was accepted. So, it shows that there is a positive relationship between self-regulated learning and the academic flow of SMPN 1 Balongbendo students.*

Keywords: *self-regulated learning, academic flow, junior high school student*

Pendahuluan

Dunia pendidikan merupakan dunia untuk menuntut ilmu dimana selalu berhubungan dengan keseharian para siswa. Setiap harinya siswa melakukan kegiatan belajar mengajar seperti memperhatikan guru menjelaskan di depan kelas dan kemudian siswa mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru selain itu juga mengikuti ulangan atau ujian. Dalam kegiatan belajar mengajar, pengerjaan tugas hingga mempersiapkan diri untuk ujian yang memerlukan kesiapan siswa secara penuh baik bersifat motorik, kognitif serta afektif. Para siswa memulai hari untuk melakukan kegiatan belajar mengajar secara akademis sehari penuh yaitu dari pagi hingga sore hari. Kemudian ditambah oleh bimbingan belajar maupun kegiatan yang lainnya yang bersifat akademis. Rutinitas itu yang mengakibatkan siswa menjadi bosan, capek, tidak nyaman dan lainnya. Dengan begitu, siswa harus bisa mengatur kondisi dirinya dengan baik agar bisa melakukan setiap kegiatan yang bersifat akademis dengan efektif (Wati & Firman, 2017).

Flow academic adalah unsur yang perlu dimiliki oleh siswa guna mencapai keberhasilan dalam proses belajar akademisnya. Flow dalam artian bahwa siswa mampu berkonsentrasi, munculnya rasa senang, dapat memunculkan gairah belajar dalam diri sendiri serta menyenangkan aktivitas yang dilakukan (Prihandrijani, 2016). Sebuah penelitian dari (Alfarabi, 2017) menunjukkan bahwa flow academic pada siswa berada dalam kategori rendah dengan prosentase 42,8%. Ciri-ciri apabila sedang dalam flow academic seperti, selalu bersemangat melakukan kegiatan serta dapat konsentrasi secara penuh dalam aktivitas yang dijalani. Sehingga tugas yang dihadapi dapat mudah terselesaikan dengan baik (Purwati & Akmaliyah, 2016).

Peneliti melakukan survey awal kepada 375 siswa yang terdiri dari kelas 7,8 dan 9 di SMPN 1 Balongbendo. Survey awal dilakukan melalui media online dengan menyebarkan skala mengenai flow academic yang menunjukkan hasil siswa memiliki flow academic terutama kurang konsentrasi dalam belajarnya yaitu sebesar 42,6 %. Selain itu juga menunjukkan apabila belajar dan mengerjakan tugas kurang merasa senang atau gembira sebesar 22,6 %. Ada juga dalam mengerjakan tugas karena dorongan orang lain sebesar 16,2 %. Berdasarkan hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa beberapa siswa SMPN 1 Balongbendo mengalami aspek-aspek flow academic diantaranya yaitu absorption, work enjoyment, dan intrinsic work motivation. Dari penjelasan tersebut masih terlihat beberapa yang menunjukkan kurangnya flow academic.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Markamad & Khuzaemah, 2019) Faktor-faktor yang mempengaruhi flow academic adalah motivasi berprestasi, self efficacy, religiusitas, self regulated learning, media pembelajaran dan support sosial. Self regulated learning adalah termasuk faktor mempengaruhi flow academic. Apabila siswa dapat mengendalikan proses belajar yang bagus dapat lebih mudah bagi dirinya agar dapat merasakan flow academic. Pernyataan tersebut didukung penelitian dari (Rozali, 2014) menyatakan apabila individu dapat mandiri dan jika dalam prosesnya mampu mengikuti proses pembelajaran maka individu memiliki kemampuan meregulasi diri dalam menghadapi setiap tugas-tugasnya.

Self regulated learning adalah kekuatan individu yang dapat menentukan secara baik serta efektif setiap pengalaman dalam belajarnya dengan berbagai upaya untuk mendapatkan hasil belajar menjadi optimal (Harahap & Harahap, 2020; Jansen et al., 2019). Selain itu, self regulated learning juga dapat diartikan bahwa setiap proses yang dilalui oleh siswa dengan melakukan berbagai cara seperti menetapkan tujuan dalam pembelajaran selanjutnya berusaha tetap terus mengontrolnya secara tepat sehingga dapat terwujudnya capaian yang dibuatnya di awal oleh individu tersebut (Hartiningtyas et al., 2016).

Sehingga siswa yang dapat mengendalikan serta mengatur diri untuk tetap fokus dalam belajar maka menjadi mudah untuk bisa merasakan flow academic. Sehingga menurut penelitian (Purwantini, 2017) menyatakan bahwa siswa dapat mampu mengerjakan tugas secara optimal setiap dalam mengikuti proses pembelajaran serta dapat mengkoordinasi dirinya untuk mengerjakan setiap tugasnya. Selain itu juga untuk bisa terlibat menjadi siswa yang dapat dengan efektif tetap bisa fokus dengan kegiatan belajarnya, siswa harus dapat melibatkan dirinya secara total untuk mengatur dirinya dengan baik serta mencapai tujuan yang diinginkan (Rosito, 2018).

Telah dipaparkan berbagai fenomena self regulated learning dan flow academic seperti yang ada di atas sehingga peneliti ingin melakukan penelitian mengenai Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Flow Academic Pada Siswa SMP Negeri 1 Balongbendo.

Metode

Dalam melakukan penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Yang dimana pendekatan kuantitatif pendekatan yang berguna untuk melakukan penelitian jumlahnya populasi dan sampel dengan menggunakan teknik pengambilan sampel tertentu (Sugiyono, 2015). Untuk metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional karena peneliti ingin mengetahui korelasi antar variabel yakni *self regulated learning* dengan *flow academic* siswa SMPN 1 Balongbendo. Jadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP di SMPN 1 Balongbendo yang berjumlah 1.027 anak. Adapun untuk sampel yaitu bagian dari jumlah dari populasi (Sugiyono, 2015). Diukur menggunakan tabel *krejcie* dengan berdasarkan atas kesalahan 5%. Jadi, apabila dilihat pada tabel *krejcie* berdasarkan jumlah populasi penelitian berjumlah 1.027 siswa maka jumlah sampelnya adalah 255 siswa. Teknik sampling yang digunakan yaitu *simple random sampling* dikarenakan dalam mengambil sampel dilakukan melalui jumlah populasi secara sewenang-wenang tidak melihat tingkatan dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2015). Metode pengumpulan data menggunakan skala *likert*, yang meliputi 2 jenis, yaitu skala *flow academic* serta skala *self regulated learning*.

Penelitian ini menggunakan skala psikologi dengan skala *likert* yang jawaban ragu-ragu ditiadakan sehingga subjek tidak memilih jawaban tengah agar tidak terjadinya jawaban menjadi bias. Dalam analisis aiem adalah aitem yang ditulis sesuai dengan indikator berperilaku yang telah dirumuskan dengan cara yang benar dan ditulis dengan cara yang

benar juga (Azwar, 2012). Suatu aitem valid jika nilai $p > 0,30$ akan tetapi jika aitem yang diinginkan belum mencakupi maka boleh menurunkan sedikit batasan koefisien kriteria pemilihan aitem menjadi lebih besar 0,25 disertai pertimbangan jumlah aitem sesuai jumlah aspek-aspek yang mendasari skala dan kualitas aitem tersebut (Azwar, 2012). Dalam perhitungannya peneliti menggunakan analisis aitem dengan *correlated aitem total correlation* dengan bantuan program SPSS Versi 21 *for windows*.

Dalam penelitian ini proses analisis data dilakukan untuk menguji ada atau tidaknya korelasi antara dua variabel, yaitu Variabel X *Self Regulated Learning* dan Variabel Y *Flow Academic*. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji korelasi produk momen *Pearson* dan perhitungannya menggunakan SPSS Versi 21 *for windows*. Langkah pertama yang dilakukan untuk teknik analisis data yaitu dengan melakukan uji asumsi. Uji asumsi klasik untuk menentukan pengujian hipotesis yang akan dilakukan menggunakan statistika parametrik atau non parametrik. Dalam melakukan pengujian asumsi terdapat beberapa langkah yang harus dilakukan untuk uji normalitas dan uji linieritas dulu kemudian dilakukan uji hipotesis.

Hasil dan Pembahasan

1. Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

		<i>Self-Regulated Learning</i>	<i>Flow Academic</i>
N		255	255
	Mean	105.4392	93.5490
	Std. Deviation	11.97879	12.53862
Normal Parameters ^{a,b}			
Most Extreme Differences	Absolute	.054	.085
	Positive	-.051	-.042
	Negative	.860	1.361
Kolmogorov-Smirnov Z		.450	.049
Asymp. Sig. (2-tailed)			

Berdasarkan hasil dari tabel bisa disimpulkan jika nilai signifikansi *self regulated learning* tabel di atas adalah $0,450 > 0,05$ maka dikatakan bahwa distribusinya normal. Nilai signifikansi *flow academic* dari tabel di atas adalah $0,049 < 0,05$ yakni disebut bahwa distibusinya tidak normal.

2. Uji Linieritas

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Flow Academic * Self-Regulated Learning	Between Groups	(Combined)	27704.72	54	513.051	8.391	.000
		Linearity	7	1	24847.7	406.3	.000
		Deviation from Linearity	24847.70	53	00	93	.700
	Within Groups		0	200	53.906	.882	
		Total	39933.13	7			

Berdasarkan hasil dari tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai F sebesar 0,882 dengan signifikansi $0,700 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa antara dua variabel tersebut linier.

3. Uji Hipotesis

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi

		Self-Regulated Learning	Flow Academic
Self-Regulated Learning	Pearson Correlations	1	.789**
	Sig. (2-tailed)	.789**	.000
	N	.000	1
	Pearson Correlation	255	255
	Sig. (2-tailed)		
		N	

Berdasarkan tabel hasil diatas maka hasil koefisien *correlation* (r_{xy}) 0,789 signifikansi $0,000 < 0,05$ maka H_a diterima. Maka dapat diketahui adanya hubungan positif *self regulated learning* dengan *flow academic*. Yang berarti *self regulated learning* tinggi membuat *flow academic* tinggi, dan juga jika *self regulated learning* rendah membuat *flow academic* akan menjadi rendah.

Berdasarkan dari hasil analisa di atas, hasilnya dapat diketahui apabila adanya hubungan yang positif antara *self regulated learning* sama *flow academic* terhadap siswa SMPN 1 Blongbendo dengan jumlah koefisien *correlation* 0,789 signifikansi $0,000 < 0,05$ hasil tersebut mengetahui apabila *self regulated learning* tinggi maka *flow academic* nya tinggi dan juga kebalikannya apabila *self regulated learning* rendah begitu juga dengan *flow academic* nya. Sesuai dengan berdasarkan penelitian (Puspita et al., 2018) hasil tersebut diketahui adanya korelasi yang positif dan signifikan dari *task commitment* dengan *flow academic*.

Individu memiliki *self regulated learning* yang bagus bisa untuk menetapkan tujuannya serta melakukan perencanaan dengan baik dalam mengerjakan tugas dan dalam proses belajarnya sehingga dapat mengalami *flow academic*. Sedangkan apabila individu kurang mampu menetapkan tujuan dan perencanaan dalam mengerjakan tugas serta kurang dapat mengatur proses belajarnya sehingga tidak mampu untuk mengalami *flow academic*. Menurut (Mulyadi, 2017) *self regulated learning* merupakan strategi mempergunakan kognisi sebagai pengatur, merencanakan, memantau, serta mengevaluasi aktivitas belajar dalam mencapai tujuannya. Menurut (Santrock, 2007) jika individu mempunyai kemampuan *self regulated learning* dapat memunculkan bahwa apabila belajar untuk meningkatkan motivasi serta meningkatkan pengetahuan serta mengendalikan emosi sehingga proses belajar tidak terganggu serta selalu memantau kemajuan target belajar. Maka dari itu individu dianjurkan untuk mempunyai *self regulated learning* yang baik agar memiliki tanggung jawab untuk dirinya untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditargetkan.

Menurut penelitian (Nastiti & Cucuk Nur Cahyani, 2022) bahwa siswa dapat merasakan *flow academic*, tetapi bervariasi di setiap individu. Maka dari itu, tampaknya *self regulated learning* dimiliki individu untuk mengontrol agar tetap dalam *flow academic*. Hal ini mengingat adanya korelasi *self regulated learning* sama *flow academic*. *Self regulated learning* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *flow academic* karena individu dalam mengerjakan tugas serta belajar membutuhkan konsentrasi total agar bisa mencapai proses belajar yang baik.

Simpulan

Hasil dari penelitian ini yaitu terlihat adanya korelasi *self regulated learning* dengan *flow academic* siswa di SMPN 1 Balongbendo. Hasil analisis menunjukkan koefisien dari korelasinya sebesar 0,789 dengan taraf signifikasinya 0,000 artinya yakni lebih kecil dibandingkan 0,05. Berarti hipotesis dapat diterima. Yang bermaksud bahwa siswa memiliki *self regulated learning* tinggi juga dapat mempengaruhi *flow academic* menjadi tinggi, hal yang sama jika siswa memiliki *self regulated learning* rendah juga berpengaruh pada rendahnya *flow academic*-nya.

Daftar Pustaka

- Alfarabi, A. (2017). *Hubungan tingkat religiusitas dengan flow akademik pada siswa*.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (4th ed.). Pustaka Belajar.
- Harahap, A. C. P., & Harahap, S. R. (2020). Covid-19: Self Regulated Learning Mahasiswa. *J. Pendidik. Dan Konseling*, 10(1), 36–42.
- Hartiningtyas, L., Purnomo, & Elmunsyah, H. (2016). Hubungan Antara Self Regulated Learning Dan Locus of Control Internal Dengan Kematangan Vokasional Siswa Smk. *J. Pendidik. Teor. Penelitian, Dan Pengemb.*, 1(6), 1127–1136.
- Jansen, R. S., van Leeuwen, A., Janssen, J., Jak, S., & Kester, L. (2019). Self-regulated learning partially mediates the effect of self-regulated learning interventions on achievement in higher education: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 28, 100292. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.100292>
- Markamad, A., & Khuzaemah. (2019). *Flow Akademik*.
- Mulyadi, S. (2017). *PSIKOLOGI PENDIDIKAN*. PT. RajaGrafindo Persada.
- Nastiti, D., & Cucuk Nur Cahyani. (2022). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Flow Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *HELPER : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 39(1), 13–21. <https://doi.org/10.36456/helper.vol39.no1.a5141>
- Prihandrijani, E. (2016). *Pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap flow akademik pada siswa SMA X di Surabaya*.
- Purwantini, L. (2017). Pengalaman Flow dalam Belajar. *J. Ilmu Perilaku*, 1(1), 58–71. <https://doi.org/10.25077/jip.1.1.58-71.2017>
- Purwati, E., & Akmaliyah, M. (2016). Hubungan antara Self Efficacy dengan Flow Akademik pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo. *Psychopathic J. Ilm. Psikol.*, 3(2), 249–260. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1113>
- Puspita, D. R., Rusli, R., & Mayangsari, M. D. (2018). Hubungan Task Commitment Dengan Flow Akademik Pada Peserta Didik Yang Memiliki Kecerdasan Intelektual Superior Di SMAN 1 Martapura. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 47–54.
- Rosito, A. C. (2018). Kepribadian dan Self-Regulated Learning. *J. Psikol.*, 45(3), 189–202. <https://doi.org/10.22146/jpsi.28530>
- Rozali, Y. A. (2014). Hubungan self regulation dengan self determination (studi pada mahasiswa aktif semester genap 2013/2014, ipk < 2.75, fakultas psikologi, universitas x, jakarta). *J. Psikol.*, 12(2), 61–66.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan* (2nd ed.). Prenada Media Group.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Wati, S., & Firman. (2017). Hubungan Self Regulated Learning dengan Flow Akademik Siswa. *J. Neo Konseling*, 00, 20. <https://doi.org/10.24036/xxxxxxxxxxx-x-xx>