

# KONTRIBUSI *SELF EFFICACY* TERHADAP *FLOW* AKADEMIK PADA MAHASISWA BIDIKMISI FIP UNP

Shelind Diola, Mudjiran  
Universitas Negeri Padang  
email: [diolashelin@gmail.com](mailto:diolashelin@gmail.com)

**Abstract:** *Contribution of selfefficacy to academic flow in bidikmisi student FIP UNP.* The aim of this research is to determine the contribution of self-efficacy to academic flow on Bidikmisi students in FIP UNP. The design of this study is correlational quantitative. The research's samples are 44 Bidikmisi students FIP UNP class of 2015-2018 as the sample. Purposive sampling technique is used in this study. The self-efficacy scale is needed in this research has 48 statements with reliabilities value 0,967 and Academic Flow scale has 34 statements with reliabilities value 0.969. The technique of analysis data using in this research is Sample Linier Regression. To sum up of this research is there is a positive contribution among self-efficacy to the Academic flow toward Bidikmisi student FIP UNP with (r) 0,901 and the value of  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Therefore,  $H_a$  that is submitted in this research is accepted. This study indicates that self-efficacy has contributed to academic flow with R-square 81, 2 %.

**Keywords:** *Self-efficacy, academic flow, bidikmisi students*

**Abstrak:** *Kontribusi self-efficacy terhadap flow akademik pada mahasiswa bidikmisi FIP UNP.* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *self-efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi di FIP UNP. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 44 orang mahasiswa bidikmisi FIP UNP angkatan 2015-2018. Teknik penarikan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan skala *self-efficacy* yang terdiri dari 48 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,967 dan skala *flow* akademik yang terdiri dari 34 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,969. Analisis data dalam penelitian menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. 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  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Sehingga  $H_a$  yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self-efficacy* berkontribusi terhadap *flow* akademik dengan R Square sebesar 81,2%.

**Kata kunci:** *Self-efficacy, flow akademik, mahasiswa bidikmisi*

## PENDAHULUAN

Upaya pemerintah untuk memenuhi kewajiban dalam dunia pendidikan salah satunya adalah, pada tahun 2010 pemerintah melalui Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi (Ditjen Dikti) Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia memberikan program bantuan biaya pendidikan beasiswa. Beasiswa yang diberikan oleh pemerintah adalah beasiswa Bidikmisi. Beasiswa bidikmisi ini diberikan sebagai solusi dari mahalnya biaya kuliah, kepada calon mahasiswa yang tidak mampu secara ekonomi namun memiliki potensi akademik untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi.

Selama menjalani perkuliahan mahasiswa bidikmisi memiliki tuntutan untuk dapat mencapai nilai akademik yang lebih baik lagi. Hal tersebut dapat dilihat dari Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dimana mahasiswa bidikmisi dituntut untuk mendapatkan IPK diatas 3 dan dapat lulus tepat waktu dalam kurun waktu 4 tahun (Ristekdikti, 2018). Berdasarkan studi awal peneliti terhadap mahasiswa bidikmisi Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang, didapatkan jumlah penerima bidikmisi sebanyak 145 orang. Dari jumlah tersebut masih terdapat 5% (35 orang) mahasiswa bidikmisi yang memiliki indeks prestasi kumulatif (IPK) dibawah 3.

Melihat banyaknya tuntutan yang wajib dipenuhi, tidak jarang menyebabkan

mahasiswa bidikmisi menjadi jenuh dengan tugas-tugas akademik yang diberikan dan tidak dapat menikmati aktivitas akademik dengan baik. Beberapa mahasiswa bidikmisi mengeluh menjadi kurang fokus dalam melakukan kegiatan akademik, serta mengerjakan tugas dengan terpaksa sehingga tidak dapat menikmati aktivitas akademik tersebut.

Suatu perasaan dimana tuntutan yang ada sesuai dengan kemampuan yang dimiliki individu dan dapat menikmati saat melakukan suatu kegiatan disebut dengan *flow* (Csikszentmihalyi, 2014). *Flow* memiliki ruang lingkup yang luas, salah satunya adalah berkaitan di bidang akademik, yang biasa disebut dengan *flow* akademik. Aspek-aspek *flow* terdiri dari *absorption*, *enjoyment*, dan *intrinsic motivation* (Csikszentmihalyi, 2014). *Absorption* merupakan kondisi individu ketika dapat berkonsentrasi secara penuh dalam melakukan kegiatannya. *Enjoyment* merupakan keadaan ketika seseorang dapat menikmati aktivitas yang sedang ia jalani. *Intrinsic motivation* merupakan kebutuhan individu untuk mengerjakan kegiatan tertentu bertujuan agar memperoleh suatu kesenangan dan sebuah kepuasan dari kegiatan tersebut, serta memiliki motivasi internal.

Menurut Yuwanto (2018) keadaan *flow* (mengalir) memiliki banyak manfaat

untuk pembelajar diantaranya adalah dapat membuat konsentrasi penuh, lebih kreatif, dan cepat menangkap materi pembelajaran yang akhirnya akan berpengaruh pada hasil belajar yang maksimal. Oleh karena itu, *flow* akademik dibutuhkan dalam mencapai prestasi akademik. Khususnya untuk mahasiswa bidikmisi yang memiliki tuntutan dalam hal tersebut.

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan oleh peneliti melalui pengamatan kepada beberapa mahasiswa bidikmisi FIP UNP dalam kegiatan belajar mengajar di kelas. Masih terdapat mahasiswa yang tidak sepenuhnya berpartisipasi dalam proses belajar mengajar di kelas. Beberapa diantara mereka sibuk melakukan kegiatan yang lain diluar aktivitas akademik, kegiatan yang dilakukan diantaranya memainkan gadget-nya secara sembunyi-sembunyi, mendengarkan lagu menggunakan *earphone*, sibuk berbicara dengan teman disebelahnya, mengerjakan tugas mata kuliah lain pada saat dosen menjelaskan di kelas, bahkan ada yang tidur pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung.

Berdasarkan hal tersebut, dapat dikatakan masih terdapat mahasiswa bidikmisi yang belum bisa dan kesulitan mengalami *flow* akademik. Hal ini sesuai dengan penelitian Csikszentmihalyi (dalam Purwati & Akmaliah, 2016) terhadap 6469 penduduk Jerman mengenai *flow* akademik dan diperoleh hasil sebesar 23% sering

merasakan, sebesar 40% kadang-kadang, 25% jarang merasakan, dan tidak pernah merasakan sebesar 12%. Kemudian Yuwanto (dalam Arif, 2013) melakukan penelitian dan hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan untuk dapat mengalami *flow* dimana hasil terbanyak mahasiswa merasakan *flow* berada pada kategori sedang yaitu sebesar 59.2%. Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa masih kesulitan mengalami *flow* akademik.

Menurut Csikszentmihalyi (2014) faktor yang membuat seseorang dapat mengalami *flow* ada dua, yaitu faktor individu (*person factor*) dan faktor lingkungan (*environment factor*). Faktor individu merupakan suatu kemampuan atau keahlian yang dimiliki oleh individu dalam mengerjakan suatu kegiatan. Kemampuan seseorang untuk mengerjakan sesuatu dilihat dari persepsi yang ada pada diri individu itu sendiri. Menurut Bandura (1997) keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh individu disebut dengan *self-efficacy*. *Self-efficacy* pada dasarnya mempunyai peran yang sangat penting di kehidupan sehari-hari, termasuk dalam bidang akademik. Individu mampu untuk menunjukkan potensi dirinya secara maksimal jika *self-efficacy* menopang atau mengiringinya. Aspek-aspek *self-efficacy* menurut Bandura (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) ada 3 yaitu *level*, *generality* dan *strength*. *Level* merupakan

persepsi individu terhadap kemampuannya yang diukur dari tingkat kesulitan tugas. Generality adalah suatu pola individu tentang keyakinan terhadap keberhasilannya pada situasi umum. *Strength* yaitu suatu keyakinan dan pertahanan individu ketika dihadapkan dengan berbagai macam tugas atau suatu permasalahan. Sebagaimana hasil temuan dari penelitian Purwati & Akmaliyah (2016) *self-efficacy* mempunyai peranan penting dalam terjadinya *flow*, hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa adanya hubungan yang searah, artinya semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi pula *flow* akademiknya dengan memberikan koefisien korelasi sebesar (0,886). Didukung oleh penelitian Melisa Santoso (2014) mengenai *self-efficacy* dengan *flow* akademik. Didapatkan hasil bahwa penilaian pada kemampuan diri sendiri membuat seseorang semakin menikmati suatu aktivitas yang dilakukan dan dapat meningkatkan motivasi internal.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara kepada 30 mahasiswa bidikmisi FIP UNP mengenai persepsi mereka terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas dan menjalankan kegiatan akademik lainnya, didapatkan bahwa sebagian mahasiswa bidikmisi yang memiliki ipk dibawah 3 masih ada yang menghindari tugas-tugas yang sulit dan merasa tidak mampu untuk

menyelesaikannya. Peneliti tertarik untuk meneliti kembali mengenai *self-efficacy* dengan *flow* akademik karena masih terdapat mahasiswa bidikmisi yang belum ideal dalam meraih prestasi akademiknya dengan ketentuan yang telah ditetapkan oleh pemerintah, selain itu berdasarkan literatur yang peneliti dapatkan dari penelitian sebelumnya hanya melihat bagaimana hubungan *self-efficacy* dan *flow*-akademik namun tidak diketahui seberapa besar kontribusi *self-efficacy* terhadap *flow* akademik. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul kontribusi *self-efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Dimana penelitian ini untuk melihat hubungan antara satu atau beberapa variabel dengan satu atau beberapa variabel lain (Yusuf, 2007). Penelitian ini menguji dua variabel diantaranya adalah variabel bebas (*self-efficacy*) dan variabel terikat (*flow* akademik).

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Teknik pengambilan sampel menggunakan

*purposive sampling* dimana penentuan didasarkan pada karakteristik yang telah dibuat dan ciri atau sifat dari populasi (Winarsunu, 2009). Didasarkan pada hal tersebut didapatkan sampel yaitu mahasiswa bidikmisi FIP UNP yang memiliki ipk dibawah 3 angkatan 2015-2018 berjumlah 44 orang.

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala dengan model jawaban *likert*. Skala tersebut terdiri dari dua yaitu, skala *self-efficacy* yang terdiri dari 48 butir pernyataan dan skala *flow* akademik yang terdiri dari 34 butir pernyataan yang telah dibuat oleh peneliti. Skala tersebut kemudian dijudgment oleh 3 orang ahli profesional.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Menurut Sugiyono (2013) analisis regresi digunakan untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program *SPSS*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Menurut hasil penelitian yang sudah dilakukan, diperoleh nilai empirik *self-efficacy* dari subjek penelitian adalah 124,39 dan nilai hipotetik subjek yaitu 144. Hal ini

menunjukkan subjek dalam penelitian ini memiliki *self-efficacy* lebih rendah dari pada populasi pada umumnya. Pada variabel *flow* akademik, *mean* empiris lebih kecil dari *mean* hipotetik, yaitu  $85,30 < 102$ . Sama seperti variabel sebelumnya, didapatkan hasil bahwa rata-rata subjek dalam penelitian ini memiliki *flow* akademik yang rendah daripada populasi secara umum. Sama halnya jika dilihat per-aspek, nilai empirik *self-efficacy* dengan *flow* akademik lebih rendah daripada nilai hipotetiknya

Secara teoritis, skor penilaian skala *self-efficacy* dan *flow* akademik memiliki skor penilaian 1 sampai dengan 5. Alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Jumlah item sebanyak 48 butir untuk skala *self-efficacy* dan jumlah item *flow* akademik terdiri dari 34 butir.

Pengkategorisasikan skor kedalam interval yang dikategorikan sebanyak lima kelas. Kelima kelas tersebut terdiri dari sangat tinggi, tinggi, netral, rendah dan sangat rendah. Hasil penelitian memperlihatkan *self-efficacy* pada mahasiswa bidikmisi FIP UNP yang memiliki ipk dibawah 3 berada pada kategori yang rendah. Data tersebut dapat dilihat secara lebih rinci pada tabel dibawah berikut ini.

Tabel 1 Kategorisasi Skor *Self Efficacy* (N=44)

Rumus	Skor	Kategorisasi	F	Presentase (%)
$(\mu+1,5\sigma) \leq \chi$	$192 \leq \chi$	Sangat tinggi	0	0%
$(\mu+0,5\sigma) \leq \chi < (\mu+1,5\sigma)$	$160 \leq \chi < 192$	Tinggi	6	14%
$(\mu-0,5\sigma) \leq \chi < (\mu+0,5\sigma)$	$128 \leq \chi < 160$	Sedang	12	27%
$(\mu-1,5\sigma) \leq \chi < (\mu-0,5\sigma)$	<b><math>96 \leq \chi &lt; 128</math></b>	<b>Rendah</b>	<b>20</b>	<b>45%</b>
$\chi < (\mu-1,5\sigma)$	$\chi < 96$	Sangat rendah	6	14%
<b>Jumlah</b>			<b>44</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat 0 subjek (0%) berada pada kategori sangat tinggi, 6 subjek (9 %) tinggi, sedang sebanyak 12 subjek (27 %), rendah sebanyak 20 subjek (45 %) dan dikategori sangat rendah sebanyak 6 subjek (9 %). Didasarkan

hasil tersebut, disimpulkan bahwa secara keseluruhan subjek dalam penelitian ini memiliki *self-efficacy* tergolong rendah. Kemudian kategorisasi interpretasi skor *flow* akademik secara rinci dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Kategorisasi Skor *Flow* Akademik (N=44)

Rumus	Skor	Kategorisasi	F	Presentase (%)
$(\mu+1,5\sigma) \leq \chi$	$136 \leq \chi$	Sangat tinggi	0	0%
$(\mu+0,5\sigma) \leq \chi < (\mu+1,5\sigma)$	$113 \leq \chi < 136$	Tinggi	5	11%
$(\mu-0,5\sigma) \leq \chi < (\mu+0,5\sigma)$	$91 \leq \chi < 113$	Sedang	10	22%
$(\mu-1,5\sigma) \leq \chi < (\mu-0,5\sigma)$	<b><math>68 \leq \chi &lt; 91</math></b>	<b>Rendah</b>	<b>20</b>	<b>45%</b>
$\chi < (\mu-1,5\sigma)$	$\chi < 68$	Sangat rendah	9	20%
<b>Jumlah</b>			<b>44</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa subjek yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 0 orang (0%), kategori tinggi sebanyak 5 orang (11%), kategori sedang sebanyak 10 orang (22 %), kategori rendah sebanyak 20 orang (45 %) dan kategori sangat rendah sebanyak 9 orang (20%). Hal ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan subjek dalam penelitian ini memiliki *self-efficacy* pada kategori rendah.

Uji hipotesis diperlukan sebelum melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dari variabel *self-efficacy* diperoleh nilai K-SZ yaitu 0,874 dan nilai p yaitu 0,430 dimana nilai p lebih besar dari 0,05. Kemudian uji normalitas dari variabel *flow* akademik diperoleh nilai K-SZ yaitu 0,995 dan p yaitu 0,276 dimana nilai p > 0,05. Berdasarkan nilai yang diperoleh tersebut

dinyatakan bahwa variabel *self-efficacy* dan *flow* akademik berdistribusi normal. Dilanjutkan pada uji linearitas, uji linearitas digunakan untuk melihat apakah variabel dependen dengan variabel independen memiliki hubungan yang linear atau tidak. Berdasarkan hasil pengolahan data didapatkan nilai linearitas dari *self-efficacy* dan *flow* akademik sebesar  $F = 157.870$  dan memiliki nilai  $p < 0,05$  yaitu  $p = 0,000$ . Berdasarkan hasil tersebut, dapat dikatakan bahwa asumsi linear dalam penelitian ini telah terpenuhi.

Uji hipotesis dalam hal ini memiliki tujuan untuk menguji sebuah hipotesis yang sudah ada pada penelitian. Pengujian hipotesis tersebut menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana yang dianalisis dengan menggunakan program SPSS. Berdasarkan hasil analisis regresi menggunakan SPSS diperoleh persamaan regresi  $Y = -2,075 + 0,702X$ . Didapatkan nilai koefisien regresi *self-efficacy* sebesar 0,702 yang berarti bahwa setiap penambahan 1 nilai *self-efficacy* maka nilai *flow* akademik bertambah sebesar 0,702. Didapatkan pula hasil *R Square* sebesar 0,812 yang berarti bahwa kontribusi *self-efficacy* terhadap *flow* akademik adalah sebesar 81,2%. Koefisien korelasi sebesar 0,901 yang berarti hubungan antara *self-efficacy* dan *flow* akademik berada di kategori tinggi dan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) artinya  $H_a$  diterima. Hasil tersebut

menunjukkan adanya kontribusi positif yang signifikan dari *self-efficacy* terhadap *flow* akademik pada Mahasiswa Bidikmisi FIP UNP.

## Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan hasil bahwa terdapat kontribusi positif yang sangat signifikan *self-efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa Bidikmisi FIP UNP. Hal ini berarti semakin meningkat *self-efficacy* mahasiswa Bidikmisi FIP UNP maka makin meningkat pula *flow* akademik-nya. Sebaliknya, semakin menurun *self-efficacy* mahasiswa Bidikmisi FIP UNP maka akan semakin menurun pula *flow* akademiknya.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa secara umum *flow* akademik Mahasiswa Bidikmisi FIP UNP yang memiliki ipk dibawah tiga terdapat pada kategori yang rendah. Hal ini berarti bahwa mahasiswa bidikmisi FIP UNP yang memiliki ipk dibawah tiga masih belum dapat berkonsentrasi secara penuh dan tenggelam dalam aktivitas akademiknya, belum bisa menikmati kegiatan yang dihadapi sehingga belum bisa membuat penilaian positif mengenai kegiatan akademiknya tersebut, dan belum melakukan aktivitas akademik berdasarkan keinginan sendiri atau belum dapat menjadikan aktivitas tersebut sebagai suatu kebutuhan untuk mendapatkan

kesenangan dan kepuasan tersendiri serta belum memiliki motivasi internal.

Menurut Agisni (2017) permasalahan yang sering timbul dalam dunia pendidikan di Indonesia yaitu rendahnya konsentrasi/fokus siswa pada saat pembelajaran berlangsung. Sedangkan konsentrasi penuh merupakan suatu sumber dalam mencapai tahap *flow*, yang akan berpengaruh terhadap pencapaian prestasi akademiknya. Menurut Chandra (2013) apabila individu gampang dialihkan dan memiliki penilaian yang rendah pada suatu tugasnya maka individu tersebut akan kesusahan untuk berkonsentrasi, merasa tidak nyaman saat melakukannya, serta tidak ada motivasi intrinsik untuk melakukan ataupun menjalani aktivitas akademik tersebut. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa bidikmisi masih kesulitan dalam mencapai *flow* akademik. Hal ini sejalan dengan pendapat Purwati dan Akmaliyah (2016) bahwa tidak semua orang dapat mengalami *flow* akademik.

Menurut Csikszentmihalyi (2014) salah satu faktor dalam mencapai kondisi *flow* akademik yaitu faktor internal dimana diartikan sebagai kemampuan atau keahlian yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan suatu kegiatan. Keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh individu disebut dengan *self-efficacy* (Bandura, 1997). Hal ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor

terjadinya *flow* akademik. Hal ini sesuai dengan ungkapan Salanova, dkk (2006) bahwa *organizational resources* dan *personal resources* seperti *self-efficacy* dan *beliefs* merupakan beberapa faktor pendukung terjadinya *flow*. Sejalan dengan hasil temuan penelitian Purwati & Akmaliyah (2016) yang mengatakan adanya hubungan yang positif antara *self-efficacy* dengan *flow* akademik. Menurut Melisa Susanto (2014) bahwa penilaian pada kemampuan diri (*self-efficacy*) akan menjadikan mahasiswa dapat menikmati aktivitas yang sedang dijalani, dan tingginya suatu penilaian pada kemampuan diri sendiri berpengaruh pada meningkatnya motivasi internal dalam melakukan suatu aktivitas.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh mayoritas subjek penelitian memiliki *self-efficacy* pada kategori yang rendah. Artinya sebagian besar mahasiswa bidikmisi FIP UNP yang memiliki ipk dibawah tiga belum dapat meyakinkan kemampuan diri dengan baik dalam melaksanakan kegiatan atau tugas akademik. Hal ini dapat dilihat dari jawaban subjek pada masing-masing aspek dimana pada aspek *level* didapat bahwa subjek akan menghindari tugas yang sulit. Menurut Endang Pudjiastuti (2012) individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan memilih terlibat langsung saat mengerjakan suatu tugas, sedangkan individu yang memiliki *self-efficacy* rendah cenderung untuk menghindari tugas



tersebut. Kemudian pada aspek *generality* dan *strength* skor subjek juga berada pada kategori rendah. Menurut Bandura (1997) rendahnya *self-efficacy* dapat diakibatkan dari beberapa faktor dalam menilai kemampuan diri individu tersebut diantaranya adalah usia, jenis kelamin, pengalaman, dan tingkat pendidikan individu tersebut.

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul Kontribusi *Self Efficacy* terhadap *Flow* Akademik Pada Mahasiswa Bidikmisi FIP UNP menunjukkan bahwa terdapat kontribusi positif yang signifikan antara *self-efficacy* terhadap *flow* akademik. Artinya, semakin meningkat *self-efficacy* maka semakin meningkat pula tingkat *flow* akademik mahasiswa bidikmisi. Kemudian, semakin rendah *self-efficacy* mahasiswa bidikmisi maka semakin rendah pula tingkat *flow* akademiknya.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai kontribusi *self efficacy* terhadap *flow* akademik, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *self efficacy* mahasiswa bidikmisi FIP UNP terdapat dikategori rendah. Artinya adalah mahasiswa

bidikmisi belum sepenuhnya memiliki keyakinan atau kemampuan dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu untuk mencapai hasil yang diinginkan.

2. *Flow* akademik mahasiswa bidikmisi FIP UNP terdapat dikategori rendah. Artinya bahwa mahasiswa bidikmisi belum sepenuhnya terlibat dalam melakukan suatu aktivitas akademik.
3. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi positif yang sangat signifikan antara *self efficacy* terhadap *flow* akademik pada mahasiswa bidikmisi FIP UNP. Hal tersebut berarti bahwa apabila tingkat *self-efficacy* semakin tinggi maka semakin tinggi pula tingkat *flow* akademiknya mahasiswa bidikmisi. Jika semakin rendah *self-efficacy* mahasiswa bidikmisi maka semakin rendah pula tingkat *flow* akademiknya.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dibawah ini dapat disampaikan saran-saran yang dapat menjadi lahan pertimbangan sebagai berikut:

1. Bagi subjek yaitu Mahasiswa Bidikmisi FIP UNP yang memiliki IPK dibawah 3, disarankan untuk dapat meningkatkan *self efficacy* dan *flow* akademik dengan cara

mengembangkan kemampuan atau keyakinan dalam diri untuk dapat menyelesaikan semua tuntutan tugas akademik demi mencapai suatu hasil yang maksimal, bertahan dengan usaha-usaha dalam mengatasi kesulitan dan hambatan yang ada, menikmati kegiatan akademik yang dihadapi. Sehingga dengan cara tersebut diharapkan mahasiswa bidikmisi FIP UNP dapat meningkatkan indeks prestasi kumulatif.

2. Bagi pengelola bagian kemahasiswaan FIP UNP, penelitian ini dapat

#### DAFTAR RUJUKAN

- Agisni, S. (2017). *Flow akademik siswa di SMP negeri 9 Bandung*. Universitas Pendidikan Indonesia. Repository.Upi.Edu.
- Bandura, Albert. (1997). *Self-efficacy-the exercise of control*, New York: W.H Freeman and Company.
- Chandra, R. I. (2013). Go with the flow: Dukungan sosial dan flow akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2, (2).
- Csikszentmihalyi, M (2014). *Applications of flow in human development and education*. Heidelberg: Springer Dordrecht.
- dijadikan sebagai salah satu pertimbangan untuk memberikan suatu pembinaan terhadap mahasiswa bidikmisi yang memiliki ipk dibawah 3 serta *reward* bagi mahasiswa bidikmisi yang dapat meningkatkan ipk nya sehingga tuntutan-tuntutan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa bidikmisi dapat tercapai.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi acuan untuk menentukan konstruk terkait dengan *self-efficacy* maupun *flow* akademik.
- Endang Pudjiastuti. (2012). Hubungan “Self Efficacy” Dengan Perilaku Mencontek Mahasiswa Psikologi. Fakultas Psikologi Unisba. Vol. XXVIII (1), 103-112.
- Ghufron,. & Risnawita. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ristekdikti. (2018). Pedoman Bantuan Biaya Pendidikan Bidikmisi Tahun 2018. Jakarta Ristekdikti Press.
- Salanova, M., Bakker, A. B., & Llorens, S. (2006). Flow at work: Evidence for an upward spiral of personal and organizational resources. *Journal of Happiness Studies*, 7, 1–22

- Santoso, M. (2014). Self efficacy dan flow akademik ditinjau dari temporal motivation theory pada mahasiswa fakultas psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 3(1), 1-12.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung : Persada.
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Yusuf, M. A. (2007). *Metodologi penelitian*. Padang: UNP press.
- Yuwanto, L. (2018). *Academic flow and cyberloafing. psychology research*. 8(4). David Publishing.