

## Table Of Content

<b>Journal Cover</b>	2
<b>Author[s] Statement</b>	3
<b>Editorial Team</b>	4
<b>Article information</b>	5
Check this article update (crossmark)	5
Check this article impact	5
Cite this article	5
<b>Title page</b>	6
Article Title	6
Author information	6
Abstract	6
<b>Article content</b>	7

---

# Academia Open



*By Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*

---

## Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

## Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

## Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licences/by/4.0/legalcode>

## EDITORIAL TEAM

### Editor in Chief

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

### Managing Editor

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

### Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

## Article information

**Check this article update (crossmark)**



**Check this article impact (\*)**



**Save this article to Mendeley**



(\*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

**The Relationship Between Academic Regulation And Academic Flow In Junior High School Students**

*Hubungan Antara Regulasi Akademik Dengan Flow Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*

**Karinka Aurelia Rahma, karinkaaurelia5@gmail.com, (0)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

**Ghozali Rusyid Affandi, ghozali@umsida.ac.id, (1)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

<sup>(1)</sup> Corresponding author

**Abstract**

Students of SMP Negeri 2 Dawarblandong have problems in academic flow, namely students feel unable to concentrate fully and do not enjoy learning and doing math assignments. The purpose of this study was to determine whether there was a relationship between academic self-regulation and academic flow in students of SMP Negeri 2 Dawarblandong in Mathematics. This study uses correlational quantitative methods, the population is all students of SMP Negeri 2 Dawarblandong from grades 7-9 with a total of 510. And the sample is 224 students. The data collection technique used was the academic self-regulation scale with a reliability value of 0.923 and the academic flow scale adapted the flow inventory for students scale with a reliability value of 0.765. The data analysis method uses Spearman's rho correlation with  $r$  value = 0.549 and  $p$  value =  $< .001$ , it can be interpreted that there is a significant relationship between academic self-regulation variables and academic flow. The magnitude of the effect of academic self-regulation on academic flow is quite large (0.549).

Published date: 2022-06-30 00:00:00

## Pendahuluan

Sekolah merupakan kebutuhan dan hal yang penting bagi setiap orang [1]. Pendidikan pada umumnya dipisahkan di berbagai tingkatan, seperti prasekolah, sekolah dasar, sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA) dan kemudian kuliah atau magang di perusahaan [2]. Lewat pendidikan, dalam sehari - hari kehidupan siswa tidak lepas dari aktivitas akademik misalnya mengerjakan tugas dari pagi hingga sore bahkan sekitar waktu malam. Menurut Prihandrijani [3] kecenderungan dalam belajar ini sering membuat siswa kurang nyaman, lelah, dan kehilangan inspirasi.

Masa remaja memiliki makna yang luas termasuk dalam perkembangan mental, emosional, fisik. Menurut Santrock [4] masa remaja atau pra-dewasa merupakan kemajuan dari masa remaja ke masa, yang membentuk perubahan - perubahan secara kognitif, biologis, sampai dengan sosioemosionalnya. Siswa sekolah menengah pertama mereka berusia 12 sampai 15 tahun. Siswa saat ini berada pada masa remaja, dimana terjadi kemajuan dan peningkatan pada diri manusia baik secara fisik, mental, maupun sosial [5], [6].

Siswa SMP adalah remaja dalam tahap negative. Secara umum, karakteristik ini negative untuk kinerja fisik dan psikologis, dan juga negative untuk lingkungan sosial, baik dalam hal menghindari lingkungan atau dalam hal agresivitas terhadap lingkungan [7]. Salah satu permasalahan yang sering dihadapi siswa sekolah menengah adalah terkait dengan pembelajaran matematika, salah satu mata pelajaran yang wajib yang diajarkan dalam sistem pendidikan, dan mata pelajaran penting untuk pemecahan masalah dan pengambilan keputusan di sekolah, keluarga, dan pekerjaan. Menghitung akan mengajarkan seseorang untuk berpikir logis dan membantu siswa memecahkan masalah dalam mata pelajaran yang lain [8].

Dalam dunia pendidikan, sudah menjadi hal yang lumrah ketika siswa seringkali tidak percaya dengan kemampuannya atau hanya bergantung pada nasibnya saja [9]. Padahal untuk dapat berpartisipasi dalam kegiatan akademik dengan hasil yang maksimal, setiap individu harus dapat fokus dan menikmati kegiatan akademik. situasi ini disebut dengan *flow* akademik [10]. Menurut Csikzentmihalyi [3] kondisi *flow* yang terjadi selama kegiatan akademik disebut dengan *flow* akademik. *Flow* akademik adalah suatu keadaan dimana seseorang dapat berkonsentrasi dan menikmati kegiatan akademik[1].

*Flow* akademik yang dimaksud yaitu di mana siswa dapat menikmati setiap kegiatannya dengan rasa senang, memusatkan perhatian pada hal yang sedang dilakukannya, merasa nyaman saat melakukan kegiatannya, memiliki motivasi besar yang datang dari diri mereka sendiri, dan merasa bahwa waktu akan segera berlalu saat melakukan kegiatannya [11]. Ciri - ciri ketika seseorang mengalami kondisi *flow* akademik seperti, merasa senang dan berpartisipasi penuh dalam menyelesaikan suatu tugas. Ini membuat individu merasa tugas lebih mudah dan sederhana [1]. Menurut Bakker [1] terdapat tiga aspek dalam *flow* yaitu *absorption*, mengarah kepada konsentrasi penuh terhadap semua perhatian, kewaspadaan, dan focus pada apa yang sedang berlangsung hingga tidak memperdulikan kejadian di sekitarnya. *Enjoyment* muncul saat melakukan kegiatannya, dan individu bisa terlibat di dalam kegiatan atau aktivitas tersebut untuk waktu yang lama. *Intrinsic motivation* mengarah pada tindakan yang mengarah pada tindakan yang mengacu pada kesenangan dan rasa puas dalam tindakan yang mereka lakukan saat ini.

*Flow* akademik diketahui sangat mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran siswa. mengingat hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Shernoff [12] menunjukkan bahwa siswa yang menjalani proses pembelajaran lebih siap untuk berpartisipasi dalam pembelajaran, meningkatkan proses pembelajaran, dan memiliki lebih banyak semangat untuk tugas-tugas yang menantang, dan siswa yang lebih baik dalam pemahaman cenderung lebih termotivasi, emosional dan memperhatikan prestasi akademiknya dari siswa lainnya. Hasil penelitian terdahulu sebagian besar siswa SMA Adabiah Padang sudah memiliki *flow* akademik yang tergolong sedang, yakni 50% [11].

Namun, tidak semua siswa memiliki *flow* akademik yang baik berdasarkan angket yang dibagikan peneliti, terdapat fenomena *flow* akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Dawarblandong dalam pelajaran matematika. Posisi tertinggi sebanyak 70% responden yang berada pada *absorption* yang mana siswa kurang bisa berkonsentrasi saat belajar dan mengerjakan tugas matematika. Posisi yang kedua berada pada *Intrinsic motivation* yang mana siswa merasa kurang adanya semangat untuk mengerjakan tugas atau belajar matematika tanpa adanya dorongan dari guru atau orang sekitar. Posisi terakhir berada pada *Enjoyment* siswa merasa senang dan kurang senang saat belajar dan mengerjakan tugas matematika. Dari ketiga aspek tersebut terdapat dua aspek yang menandakan adanya fenomena *flow* akademik di SMP Negeri 2 Dawarblandong yaitu dari aspek *absorption* dan *Intrinsic motivation* yang mana siswa kurang bisa berkonsentrasi dan bersemangat saat belajar dan mengerjakan tugas matematika.

Selain data yang diperoleh dari angket tersebut, penulis juga melakukan wawancara untuk mengetahui bagaimana fenomena *flow* akademik yang terjadi pada siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong. Berikut adalah hasil dari wawancara yang dilakukan penulis :

Fenomena *Flow* Akademik juga terjadi di SMP Negeri 2 Dawarblandong. Berdasarkan wawancara dari salah satu murid kelas VII menuturkan:

“aku itu mbak kurang suka pelajaran matematika karena materinya susah dipahami mbak, jadinya kalau belajar itu sering gak bisa konsen mbak. Apalagi kalau mengerjakan PR sendiri suka pusing mbak ngerjakannya kalau udah gitu biasanya tak tinggal hpan mbak sambal nunggu temenku yang sudah selesai baru aku minta di jelasin.”

Kutipan dari hasil wawancara dari siswa lainnya :

“ sebenarnya belajar matematika itu gak susah kak cuman aku itu sering susah untuk fokus belajar kak, jadinya aku susah buat memahami materinya kak. Kayak barusan aja ya kak aku habis belajar matematika sangking susah materinya masuk ke otak akhirnya aku belajar sambil nangis kak”

Berdasarkan hasil kedua wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa yang dialami siswa SMP adanya indikasi kurangnya *flow* akademik pada pelajaran matematika. Hal ini yang kemudian tergambar melalui tidak dapat berkonsentrasi penuh dan tidak *enjoy* dalam pelajarannya sehingga dia memilih untuk mengobrol dengan temannya, selain itu dia juga tidak memperoleh kesenangan saat melakukan aktivitasnya. Hal ini sesuai dengan tiga aspek *flow* akademik yaitu *enjoyment* dimana individu dapat melakukan kegiatannya dalam waktu yang lama dan konsentrasi (*Absorption*) konsentrasi berpusat pada apa yang dilakukannya, sehingga mengakibatkan individu tidak menyadari apa yang ada disekitarnya, dan *Intrinsic motivation* dimana seseorang perlu melakukan tindakan untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan dari aktivitas yang dilakukan.

Csikszentmihalyi [13] menyatakan bahwa terdapat dua faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *flow* akademik, yaitu : faktor dari individu dan faktor dari lingkungan. Faktor dari individu (*person factor*), yaitu kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas. Faktor dari lingkungan (*environment factor*), yaitu berkaitan dengan kompleksitas tugas yang dibebankan kepada seseorang. Faktor lain yang berhubungan dengan *flow* akademik meliputi *student engagement*, motivasi berprestasi, regulasi diri akademik, dukungan sosial, *stress* akademik, *self esteem*, *self efficacy* [13].

Regulasi diri didefinisikan sebagai metode yang digunakan setiap orang untuk mencapai tujuan. Ada dua strategi yang terkait, yaitu *assessment* dan *locomotion* [14]. Menurut Woolfolk [15] regulasi diri (*self-regulation*) adalah proses pengaturan diri dimana setiap orang mengatur pikiran, perilaku dan perasaan untuk mencapai tujuan. Jika asumsi itu menyangkut dengan pembelajaran, maka itu merupakan regulasi diri akademik (*self regulated learning*).

Aspek - aspek regulasi diri akademik menurut Zimmerman [16] adalah sebagai berikut : 1) Metakognitif. Metakognitif bagi orang yang mengalami regulasi diri adalah orang yang dapat merancang, mengatur, mengukur, dan melatih sesuatu dengan kebutuhannya sendiri. Misalnya, fokus dalam hal belajar. 2) Motivasi. Motivasi ialah komponen kebutuhan pengendalian yang berhubungan dengan kemampuan. 3) Perilaku. Perilaku adalah upaya yang dilakukan individu untuk menegdalikan dirinya, memilih, dan menggunakan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya.

Setiap siswa dengan regulasi diri akademik yang baik memiliki tujuan belajar, dan dapat mengendalikan waktu dan tenaganya dalam mengerjakan tugasnya, dan juga mau menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan [16]. Menurut hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa selayaknya setiap siswa harus memiliki regulasi diri akademik sebagai pengendali untuk mencapai kondisi *flow* akademik. Setiap siswa dapat memenuhi kondisi *flow* akademik, tetapi pencapaiannya bisa bervariasi dari satu individu ke individu lainnya [11]. Dengan ini membantu kita untuk mengingat adanya hubungan antara regulasi diri akademik dan *flow* akademik pada siswa. Jadi keterkaitan antara Regulasi diri akademik dengan *Flow* akademik adalah jika Regulasi diri akademik yang tinggi maka *Flow* akademik juga akan tinggi. Karena siswa yang dapat mengendalikan diri atau dapat menyusun strategi untuk pembelajarannya, maka itu dapat berpengaruh pada apa yang akan dikerjakannya. Siswa akan lebih bisa mengikuti atau lebih fokus dalam pembelajaran, serta adanya dorongan dari dalam dirinya untuk menyelesaikan tugas - tugasnya.

Melihat hasil yang sudah diuraikan diatas, maka peneliti ingin memahami dan mempelajari Hubungan Antara Regulasi Diri Akademik Dengan *Flow* Akademik Pada Siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong Dalam Pelajaran Matematika.

## Metode Penelitian

Metode pada penelitian ini menggunakan kuantitatif, ialah sebuah metode untuk mengalisis populasi dan sampel tertentu, menggunakan alat penelitian untuk mengumpulkan data, analisis kuantitatif atau statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan [17]. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional ini bertujuan untuk menguji sejauh mana perubahan suatu variabel terkait dengan perubahan penggunaan satu ataupun lebih variabel berdasarkan pada [18]. Desain penelitian ini bukan eksperimental karena menggunakan analisis statistik untuk mengintepretasikan hasil setiap pengukuran dan tidak memberikan tugas khusus bagi peserta penelitian tersebut.

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong dengan populasi sebanyak 510 siswa dan sampel yang didapatkan dengan tabel *slovin* sebanyak 224 siswa. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampelnya menggunakan *probability sampling* dengan jenis *stratified random sampling*. Teknik

pengumpulan data menggunakan skala psikologis untuk mengukur dua variabel, model skala yang digunakan peneliti adalah model skala *likert*. Model skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial. Penelitian ini menggunakan metode korelasi *product moment spearman's rho* untuk menguji hipotesis, dengan menggunakan JASP (*Jeffrey's Amazing Statistics Program*).

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil Penelitian

Setelah data terkumpul, peneliti melakukan analisis data menggunakan uji asumsi terhadap data penelitian kedua variabel. Uji asumsi yang digunakan adalah uji normalitas dan uji linieritas. Selain itu, peneliti juga menganalisis data untuk menguji hpotesis pada dua variabel.

#### Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan analisis yang dilakukan untuk mengetahui sebaran normal pada masing - masing variabel [19]. Uji normalitas dihitung dengan bantuan SPSS 25 *for windows* menggunakan model *One-Sampel Kolmogorov-Smirnov*. Dang menggunakan pedoman jika nilai *sig p* < 0.05 maka berdistribusi tidak normal dan jika nilai *sig p* > 0,05 maka berdistribusi normal.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual	
N		224	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000	
	Std. Deviation	3,27559899	
	Most Extreme Differences	Absolute	
		Positive	
Negative			
Test Statistic		,076	
Asymp. Sig. (2-tailed)		,003c	

**Table 1.** Hasil Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* diatas, maka diketahui nilai signifikasi variabel regulasi dari akademik dengan *flow* akademik sebesar  $0,003 < 0,05$ . Sehingga dapat diartikan bahwa kedua variabel berdistribusi tidak normal.

#### Uji Linieritas

Uji linieritas ialah pengujian pada garis regresi antara variabel bebas dan variabel tergantung. Uji linieritas digunakan untuk melihat apakah garis lurus dapat ditarik dari sebaran data variabel - variabel penelitian [9]. Uji linieritas menggunakan bantuan SPSS 25 *for windows* dengan mengacu pada nilai *Signifikansi Deviation from Linierity*. Hubungan antara kedua variabel dikatakan linier jika *sig* > 0,05, dan hubungan kedua variabel dikatakan tidak linier jika *sig* < 0,05.

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Flow Akademik * Regulasi Diri Akademik	Between Groups	(Combined)	2012,992	53	37,981	3,935	,000
		Linearity	1261,311	1	1261,311	130,665	,000
		Deviation from	751,681	52	14,455	1,498	,029

	Linearity			
	Within Groups	1641,008	170	9,653
	Total	3654,000	223	

**Table 2.** Hasil Uji Linieritas

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas nilai *Sig. Deviation from Linearity* sebesar 0,029. Dapat diartikan bahwa nilai *Sig. Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara data regulasi diri akademik dengan *flow* akademik. Uji Analisis data berdasarkan hasil uji asumsi diatas dapat diperoleh bahwa data regulasi diri akademik dengan *flow* akademik berdistribusi tidak normal dan memiliki hubungan yang linier. Sehingga peneliti dapat melakukan tahap selanjutnya, yaitu melakukan uji hipotesis dengan menggunakan metode korelasi *product moment Spearman's rho* dengan bantuan JASP (*Jeffrey's Amazing Statistics Program*) versi 0.13.1.0 for windows. Hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan positif antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik pada siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong dalam pelajaran matematika.

### Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi dengan menggunakan uji normalitas dan uji linieritas pada kedua variabel, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis untuk mengetahui hubungan positif antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik pada siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong dalam pelajaran matematika dengan menggunakan bantuan JASP (*Jeffrey's Amazing Statistics Program*). Berikut adalah hasil uji hipotesis yang telah dilakukan :

Spearman's Correlations					
				Spearman's rho	p
Regulasi Diri	-	Flow	0.549	***	< .001
* p < .05, ** p < .01, *** p < .001					

**Table 3.** Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel diatas diketahui nilai  $r = 0.549$  dan nilai  $p = < .001$  dimana nilai tersebut  $< 0.05$  sehingga dapat diartikan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel regulasi diri akademik dengan *flow* akademik. Diketahui nilai  $r$  sebesar  $0.549^{***}$  dan bernilai positif, maka arah hubungan antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik positif. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik dalam pembelajaran matematika pada siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong. Semakin tinggi regulasi diri akademik pada siswa maka tingkat *flow* akademik siswa semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri akademik siswa maka tingkat *flow* akademik siswa semakin rendah juga. Diketahui juga nilai besaran efeknya tergolong besar ( $0.549$ ) berdasarkan tabel besaran efek dari Dr Mark Goss-Sampson [20].

### Kategorisasi

Descriptive Statistics					
N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	
Regulasi Diri Akademik	224	75,00	148,00	110,1920	11,88411
Flow Akademik	224	19,00	40,00	29,7500	4,04792
Valid N (listwise)	224				

**Table 4.** Standart Deviasi dan Mean

Berdasarkan tabel diatas hasil mean teoritik ( $\mu$ ) pada variabel regulasi diri akademik sebesar 110,19 dengan standart deviasi ( $\sigma$ ) sebesar 11,8. Pada variabel *flow* akademik hasil mean teoritik ( $\mu$ ) sebesar 27,7 dan standart deviasi ( $\sigma$ ) sebesar 4,04. Berikut adalah norma yang digunakan untuk mengkategorisasikan variabel regulasi diri akademik *flow* akademik yang dijelaskan pada tabel dibawah ini :

Kategori	Norma	Skor	
Regulasi Diri Akademik	Flow Akademik		
Rendah	$X < \mu - 1 \sigma$	< 98	< 26
Sedang	$\mu - 1 \sigma < X < \mu + \sigma$	98 - 122	26 - 34
Tinggi	$\mu + 1 \sigma < X$	> 122	> 34

**Table 5.** Kategori Skor Regulasi Diri Akademik Dengan Flow Akademik

Berdasarkan tabel kategori skor diatas, maka berikut ini adalah kategori skor subjek pada masing - masing variabel :

Kategori	Skor Subjek			
	Regulasi Diri Akademik		Flow Akademik	
	Siswa	%	Siswa	%
Rendah	38	16,9%	33	14,7%
Sedang	146	65,3%	158	70,6%
Tinggi	40	17,8%	33	14,7%
Jumlah	233	100%	233	100%

**Table 6.** *Kategori Skor Subjek*

Berdasarkan tabel kategori skor subjek diatas dapat disimpulkan bahwa siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong memiliki tingkat regulasi diri akademik dan *flow* akademik yang relatif sedang. Mengenai skala regulasi diri akademik terdapat 38 siswa yang berda pada kategori rendah, 146 siswa pada kategori sedang, dan 40 siswa pada kategori tinggi. Pada skala *flow* akademik terdapat 33 siswa yang berada pada posisi rendah, 158 siswa dengan kategori sedang dan 33 siswa dengan kategori tinggi.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan diatas maka hasil uji analisi data berdasarkan hasil uji asumsi diatas dapat diperoleh bahwa data regulasi diri akademik dengan *flow* akademik dalam pelajaran matematika berdistribusi tidak normal dan memiliki hubungan yang linier. Sehingga peneliti dapat melakukan tahap selajutnya, yaitu melakukan uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *product moment Spearman's rho*, hasil yang diperoleh menunjukkan hasil dari koefisien korelasi *product moment Spearman's rho* sebesar  $r = 0.549$  dan nilai  $p = < .001$  dimana nilai tersebut  $< 0.05$  sehingga dapat diartikan terdapat hubungan yang signifikan antara antara variabel regulasi diri akademik dengan *flow* akademik dalam pelajaran matematika. Diketahui nilai  $r$  sebesar  $0.549^{***}$  dan bernilai positif, maka arah hubungan antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik dalam pelajaran matematika positif. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, karena hasil analisis koefisien korelasi diatas mendukung hipotesis yang di ajukan pemelitan ini, yaitu terdapat hubungan positif antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik pada siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong dalam pelajaran matematika.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [11] terdapat hubungan positif antara *self regulated learning* (regulasi diri akademik) dengan *flow* akademik siswa yang artinya, siswa yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi maka *flow* akademik siswa juga tinggi. Begitu pula sebaliknya, jika *self regulated learning* siswa rendah maka *flow* akademik siswa juga rendah. Hasil tersebut memiliki kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Shernoff [12] menunjukkan bahwa siswa yang mengalami *flow* akademik lebih mau untuk terlibat di dalam proses belajar, mengalami peningkatan performa akademik, lebih merasa bersemangat saat mendapat tugas yang cukup menantang. Menurut hasil wawancara yang dilakukan pada peneliti ini siswa tidak dapat berkonsentrasi penuh dan tidak *enjoy* dalam pelajarannya sehingga dia memilih untuk mengobrol dengan temannya, selain itu dia juga tidak memperoleh kesenangan saat melakukan aktivitasnya. Kondisi tersebut tidak sesuai dengan kondisi *flow* akademik yang mana menikmati setiap aktivitasnya dengan perasaan senang, fokus terhadap apa yang dikerjakan [11].

Csikszentmihalyi [13] menyebutkan ada dua faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *flow*, yaitu : faktor dari individu dan faktor dari lingkungan. Faktor dari individu (*person factor*), yaitu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan suatu aktivitas. Faktor dari lingkungan (*enviroment factor*), yaitu terkait seberapa besar tantangan tugas yang diberikan kepada individu. Faktor - faktor lain yang ditemukan memiliki korelasi dengan *flow* akademik adalah *student engagement*, motivasi berprestasi, regulasi diri akademik, dukungan sosial, *stress* akademik, *self esteem*, *self efficacy* [13].

Seorang siswa yang memiliki regulasi diri yang baik, memiliki tujuan dalam belajar dan mampu mengontrol waktu dan memiliki usaha dalam menyelesaikan tugas, serta mampu untuk menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan [16]. Setiap siswa harus memiliki regulasi diri akademik sebagai pengendali untuk mencapai kondisi *flow* akademik. Setiap siswa mampu mencapai kondisi *flow* akademik, hanya saja pencapaiannya berbeda antara individu yang satu dengan individu yang lainnya. Hal ini mengingat adanya hubungan antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik pada siswa dalam pelajaran matematika. Jika siswa memiliki regulasi diri akademik yang tinggi maka *flow* akademik dalam pelajaran matematikanya juga akan tinggi, karena siswa yang dapat mengendalikan diri atau dapat menyusun strategi untuk pembelajaran matematikanya itu dapat berpengaruh pada apa yang akan dipelajarinya. Siswa akan lebih bisa mengikuti atau lebih fokus dalam pembelajaran matematika, serta adanya dorongan dari dalam dirinya untuk menyelesaikan tugas - tugasnya dalam pelajaran

matematika.

Siswa yang memiliki kemampuan untuk bisa memotivasi diri agar bisa lebih meningkatkan kepercayaan dirinya dalam belajar pelajaran matematika siswa akan bisa mencapai kepuasan saat berhasil dalam mengerjakan tugas – tugas pelajaran matematika, siswa juga akan lebih bisa merasa nyaman dan menikmati aktivitas dalam pelajaran matematika. Karena, siswa yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan bisa mencapai kepuasannya dalam mengerjakan tugas atau belajar pelajaran matematika siswa akan mampu dan bisa lebih menikmati proses pelajaran matematika tersebut. Selain itu, siswa yang bisa menantang dirinya untuk mengatur dan menciptakan lingkungan yang mendukung pada saat belajar pelajaran matematika, siswa akan mengalami kondisi senang dan puas dalam belajar matematika. Apabila seorang individu merasa puas dan menyenangkan dalam belajar pelajaran matematika tersebut, maka siswa akan lebih mudah memahami materi – materi yang disampaikan dan itu akan berdampak besar pada kelancaran proses belajar pelajaran matematikanya.

## Simpulan dan Saran

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri akademik dengan *flow* akademik pada siswa SMP Negeri 2 Dawarblandong dalam pelajaran matematika. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan di atas maka hasil uji analisis data berdasarkan hasil uji asumsi di atas dapat diperoleh bahwa data regulasi diri akademik dengan *flow* akademik berdistribusi tidak normal dan memiliki hubungan yang linier. uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *product moment Spearman's rho*, hasil yang diperoleh menunjukkan hasil dari koefisien korelasi *product moment Spearman's rho* sebesar  $r = 0.549$  dan nilai  $p = < .001$  dimana nilai tersebut  $< 0.05$  sehingga dapat peneliti mengartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan variabel regulasi diri akademik dengan *flow* akademik. Diketahui nilai  $r$  sebesar  $0.549^{***}$  dan bernilai positif, maka arah hubungan antara regulasi diri akademik dengan *flow* positif. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Diketahui juga nilai besaran efeknya tergolong besar ( $0.549$ ) berdasarkan tabel besaran efek dari Dr Mark Goss-Sampson [20].

### Saran

#### Bagi Guru

Guru diharapkan bisa mengembangkan suasana belajar mengajar yang kondusif, agar dapat mengatasi kesulitan belajar, dan dapat mengembangkan cara belajar yang efektif sehingga mencapai hasil belajar yang optimal, atau membantu peserta didik sukses dalam belajar dan mampu menyesuaikan diri terhadap semua tuntutan, dan selalu memberikan umpan balik yang positif kepada siswa. Sehingga, dapat membantu siswa untuk mencapai regulasi diri akademik yang tinggi dan siswa mampu mengembangkan diri sesuai dengan potensi yang dimiliki menciptakan lingkungan belajar.

#### Bagi Siswa

Diharapkan siswa siswi SMP Negeri 2 Dawarblandong dapat meningkatkan regulasi diri akademiknya dengan baik agar mampu mengendalikan dirinya selama bersekolah. Seperti, memperbanyak bertanya dengan orang yang lebih memahami materi pelajaran tersebut seperti guru, orang tua, atau dengan saudara. Bisa juga dengan memperbanyak waktu banyak belajarnya dengan mengikuti les – les yang ada disekolah maupun dirumah, mencatat hal – hal yang penting dalam pelajaran sehingga lebih mudah untuk menghafalkannya. Dengan menerapkan ini siswa bisa lebih mandiri dan aktif menggunakan kognitifnya, dan kemampuan siswa untuk membangkitkan pikiran, perasaan, strategi dan tingkah lakunya yang ditujukan untuk mencapai tujuannya.

#### Bagi Orang Tua

Bagi orang tua diharapkan agar bisa lebih menerapkan regulasi diri pada anak sejak kecil karena bisa memungkinkan anak untuk bisa mencapai *flow* akademik yang tinggi, dengan upaya yang dapat diterapkan adalah memberikan dampingan dan berperan aktif dalam belajar anak, membangun komunikasi yang bagus dengan anak serta menciptakan suasana yang nyaman saat belajar dengan anak.

#### Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melihat faktor lain yang dapat mempengaruhi *flow* akademik, yaitu *student engagement*, motivasi berprestasi, dukungan social, *stress* akademik, *self esteem*, *self efficacy*, serta disarankan pada penelitian selanjutnya dapat menambahkan jumlah sampel penelitian juga dapat membandingkan sekolah satu dengan sekolah lain sehingga dapat mengetahui *flow* akademik dan regulasi diri akademik secara keseluruhan pada siswa SMP ataupun SMA.

## References

1. E. Purwati and M. Akmaliah, "Hubungan antara self efficacy dengan flow akademik pada siswa akselerasi smpn 1 sidoarjo," *Psymphatic J. Ilm. Psikol.*, vol. 3, no. 2, pp. 249-260, 2016, doi: 10.15575/psy.v3i2.1113.
2. S. Bahri, "Implementasi pendidikan karakter dalam mengatasi krisis moral di sekolah," *Ta'allum J. Pendidik. Islam*, vol. 3, no. 1, pp. 57-76, 2015, doi: 10.21274/taalum.2015.3.1.57-76.
3. E. Kemala, J. Safitri, and R. V. Zwagery, "Pengasuhan dengan grit pada peserta didik kelas sembilan smpn 1 banjarbaru The relationship between perception of fathers involvement in parenting with grit on 9 th grade," *J. Kognisia*, vol. 1, no. 2, pp. 70-76, 2018, [Online]. Available: <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/kog/article/view/1548>.
4. A. A. A. Dewi and T. D. Valentina, "Hubungan kelekatan orangtua-remaja dengan kemandirian pada remaja di smkn 1 denpasar," *J. Psikol. Udayana*, vol. 1, no. 1, pp. 181-189, 2013, doi: 10.24843/jpu.2013.v01.i01.p18.
5. U. Rahma and E. W. Rahayu, "Peran dukungan sosial keluarga dalam membentuk kematangan karier siswa smp," *J. Ilmu Kel. dan Konsum.*, vol. 11, no. 3, pp. 194-205, 2018, doi: 10.24156/jikk.2018.11.3.194.
6. Baharuddin, "Pentingnya pola komunikasi orang tua terhadap perkembangan pubertas remaja," *J. Stud. Gend. dan Anak*, vol. 12, no. 1, pp. 610-621, 2019, doi: 10.30994/10.30994/vol1iss1pp16.
7. W. N. Wendari, A. Badrujaman, and A. Sismiati S., "Profil Permasalahan Siswa Sekolah Menengah Pertama (Smp) Negeri Di Kota Bogor," *Insight J. Bimbingan. Konseling*, vol. 5, no. 1, p. 134, 2016, doi: 10.21009/insight.051.19.
8. W. H. Hastuti and N. H. Yoenanto, "Pengaruh Self-Regulated Learning, Kecemasan Matematika, Dukungan Sosial Guru Matematika, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMP Negeri 'X' Surabaya," *J. Psikol. Integr.*, vol. 6, no. 2, pp. 116-130, 2018, doi: 10.14421/jpsi.v6i2.1524.
9. P. Kusumawati and B. H. Cahyani, "Peran Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Pada Pelajaran Matematika Ditinjau Dari Jenis Kelamin," *J. Spirits*, vol. 4, no. 1, p. 54, 2017, doi: 10.30738/spirits.v4i1.1032.
10. L. Yuwanto, "The Nature of Flow," *Nat. Flow*, pp. 1-8, 2013.
11. Firman and S. Wati, "Hubungan Self Regulated Learning dengan Flow Akademik Siswa," *J. Neo Konseling*, vol. 00, no. 00, pp. 1-6, 2018, doi: 10.31227/osf.io/h3a6v.
12. A. Alfarabi, P. Saraswati, and T. Dayakisni, "Religiusitas dengan flow akademik pada siswa," *Psikis J. Psikol. Islam.*, vol. 3, no. 2, pp. 145-154, 2017, doi: 10.19109/psikis.v3i2.1759.
13. A. Gatari, "Hubungan stres akademik dengan flow akademik pada mahasiswa," *Cognicia*, vol. 8, no. 1, pp. 79-89, 2020, [Online]. Available: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia/article/download/11739/pdf>.
14. E. Wardati Maryam, G. Affandi, and V. Rezania, "Sense of community dan self-regulated learning sebagai prediktor pada prokrastinasi akademik mahasiswa," *J. An-Nafs Kaji. Penelit. Psikol.*, vol. 4, no. 2, pp. 182-200, 2019, doi: 10.33367/psi.v4i2.867.
15. K. Kusaeri and U. N. Mulhamah, "Kemampuan regulasi diri siswa dan dampaknya terhadap prestasi belajar matematika," *J. Rev. Pembelajaran Mat.*, vol. 1, no. 1, pp. 31-42, 2016, doi: 10.15642/jrpm.2016.1.1.31-42.
16. I. Alfina, "Hubungan self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi," *ejournal Psikol.*, vol. 2, no. 1, pp. 60-66, 2014, [Online]. Available: <http://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/3575>.
17. Azwar, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
18. P. Saraswati, *Self-Regulated Learning dan Kecerdasan Emosi Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik*, no. August. 2020.
19. M. A. Goss-Sampson, *Analisis Statistik Menggunakan JASP: Buku Paduan Untuk Mahasiswa*. 2019.