



(c) (i) Dicensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International Published by: Indonesian Academy of Social and Religious Research

The Level of Academic Flow Among 11th Grade Students at State Islamic Senior High School 2 Hulu Sungai Utara

[Tingkat Flow Akademik Pada Siswa-Siswi Kelas XI MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara]

Muhammad Svafi'i^{1*} | Musfichin² | Siti Faridah³

¹²³Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Email: 1*syafiimuhammad035@gmail.com, 2musfichin@uin-antasari.ac.id, ³sitifaridah@uin-antasari.ac.id

ARTICLE INFO:

ABSTRACT:

Correspondence:

Muhammad Syafi'i. syafiimuhammad035@ gmail.com

Article History:

Received: 26/12/2023 Accepted: 22/03/2024 Published: 02/04/2024

Keywords: Students, Academic Flow, Flow

Academic Flow is a state in which an individual is fully focused and engaged in academic work or activities. It occurs when someone enjoys their work and maintains a high level of concentration, especially if the task aligns with their interests. The level of academic flow reflects the extent to which an individual experiences a flow state during the learning process or participation in academic activities. This flow experience encompasses full concentration, excitement, and a loss of awareness of time. The aim of this research is to assess the level of academic flow among students in the 11th grade of State Islamic Senior High School 2 Hulu Sungai Utara. The method employed is a quantitative survey with random sampling, involving 176 students. Data were collected through a questionnaire survey. The results indicate that the majority of students (60.8%) experience a moderate level of academic flow, 39.2% have a high level, while no students exhibit a low level (0%).

Pendahuluan

Pendidikan adalah sarana penting untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam kegiatan akademik, mencari ilmu, mengembangkan minat bakat,



dan membentuk karakter (Ramon dkk 2021: 196). UU No. 20 tahun 2003 menegaskan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar agar siswa dapat mengembangkan potensi dan kepribadiannya (Eni dan Mashubatul 2016: 249).

Kegiatan pembelajaran adalah unsur penting dalam pendidikan, yang mencakup kegiatan belajar dan mengajar (Artha dan Nurdatul 2019:161). Siswa, sebagai subjek dan objek pendidikan, terlibat dalam aktivitas fisik dan mental, seperti menulis, membaca, berpikir, dll. Kegiatan belajar memungkinkan siswa memperoleh pengalaman pribadi dan mengubah perilaku, kemampuan, keyakinan, atau sikap mereka.

Menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan guru merupakan bagian dari kegiatan belajar, walaupun kadang tugas tersebut berat, terutama di SMA. Siswa dituntut untuk menyelesaikan tugas dalam waktu yang ditentukan. Dalam konteks ini, aktivitas mental, khususnya flow akademik, berperan penting dalam pengaruhnya terhadap belajar siswa. Mental siswa yang sehat tercermin dalam pengalaman belajar yang menyeluruh.

Flow adalah keadaan di mana seseorang sepenuhnya berkonsentrasi dalam melakukan pekerjaan (Nabila dan Irfan 2020: 370), membuat mereka terlibat sepenuhnya dalam aktivitas tersebut, terutama jika pekerjaan tersebut sesuai dengan minat mereka. Dalam keadaan flow, perhatian mereka hanya terfokus pada tugas yang sedang dijalankan (Arbi dkk 2014: 2). Csikszentmihalyi menyatakan bahwa kunci terjadinya flow adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan suatu pekerjaan atau aktivitas.

Konsep flow juga berlaku dalam konteks pendidikan, terutama ketika siswa sedang belajar. Siswa yang mencapai flow cenderung tidak sadar akan lingkungan sekitar dan merasa waktu berlalu dengan cepat (Melisssa Santoso, 2014:2). Antusiasme dan keingintahuan yang tinggi dalam proses belajar adalah ciriciri dari keadaan flow, menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan. Sebaliknya, kesulitan mencapai flow akademik dapat menunjukkan hambatan dalam proses belajar, seperti stres dan penundaan.

Lingkungan belajar yang mendukung di sekolah dapat meningkatkan kemungkinan mencapai flow akademik. Flow akademik dapat memberikan kenyamanan dalam menjalankan tugas-tugas akademik, meningkatkan fokus, dan memotivasi secara internal. Penelitian menunjukkan bahwa siswa



yang mengalami flow cenderung lebih terbuka untuk berpartisipasi dalam pembelajaran, mencapai prestasi akademis yang lebih baik, memiliki semangat menghadapi tugas sulit, dan menunjukkan rentang perhatian, suasana hati, dan motivasi belajar yang lebih baik (Nuril 133).

Tingkat flow akademik merujuk pada sejauh mana seseorang merasakan pengalaman flow saat belajar atau terlibat dalam aktivitas akademik. Pengalaman flow ini mencakup keterlibatan penuh dalam proses belajar, tingkat fokus yang tinggi, kebahagiaan, dan hilangnya kesadaran terhadap waktu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tingkat flow akademik pada siswa-siswi kelas XI di MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara. Flow akademik merupakan kondisi di mana siswa sepenuhnya terbenam dan fokus dalam pembelajaran, meningkatkan keinginan untuk belajar, memanfaatkan waktu secara efektif, dan menghindari kebosanan. Keterkaitan antara keikhlasan dan flow akademik menurut Dewi Rosiana dan Nusar Hajarisman juga menjadi perhatian, dengan penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang hidup dengan tulus cenderung memiliki tingkat flow akademik yang tinggi.

Selain itu, penelitian mencatat korelasi positif antara religiusitas dan tingkat flow akademik yang dirasakan. Di MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara, meskipun merupakan sekolah unggulan dengan banyak prestasi, observasi peneliti menunjukkan adanya siswa-siswa yang kurang konsentrasi, tidak fokus, dan minim keterlibatan dalam proses belajar mengajar, menandakan adanya indikasi tingkat flow akademik yang rendah.

Dengan memperhatikan permasalahan ini, penelitian ini didorong oleh keinginan untuk mendalami tingkat flow akademik pada siswa-siswi kelas XI di MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan dan rekomendasi untuk meningkatkan kondisi pembelajaran dan motivasi siswa di sekolah tersebut.

Metode

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode kuantitatif survey dengan teknik pengambilan sampel probability sampling, khususnya metode random atau acak. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menilai tingkat flow akademik pada siswa-siswi kelas XI MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara. Metode random sampling digunakan untuk memilih subjek penelitian, yang



berjumlah 176 orang. Teknik pengumpulan data yang diterapkan adalah melalui penggunaan angket kuesioner.

Dengan pendekatan kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih luas tentang sejauh mana siswa-siswi di kelas XI mengalami flow akademik. Hasil dari angket kuesioner diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas tentang tingkat konsentrasi, kegembiraan, dan hilangnya kesadaran terhadap waktu selama proses belajar atau berpartisipasi dalam kegiatan akademik. Selain itu, dengan menganalisis data berdasarkan jenis kelamin, penelitian ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi kemungkinan perbedaan dalam pengalaman flow akademik antara siswa laki-laki dan perempuan di kelas XI MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara.

Dengan demikian, penggunaan metode kuantitatif survey dan teknik probability sampling diharapkan dapat memberikan hasil yang dapat diandalkan untuk mendukung pemahaman dan interpretasi terhadap tingkat flow akademik siswa-siswi di konteks penelitian ini.

Hasil dan Pembahasan

Flow adalah keadaan fokus penuh dalam menghadapi tantangan tugas demi mencapai hasil positif (Nadiah dan Rudi, 2017:67). Ini melibatkan kesadaran, pikiran, keinginan, dan tindakan. Pengalaman subjektif dari flow terjadi saat keterampilan dan kesuksesan dalam suatu aktivitas terasa mudah, dengan penggunaan intensif energi fisik dan mental. Flow cenderung meningkat saat menghadapi tugas-tugas khusus. Dalam proses belajar, konsep flow menjadi kritis karena membantu fokus dan memberikan kenyamanan dalam menjalankan aktivitas akademik (Purwati dan Akmaliyah, 252).

Agar dapat mengalami flow, seseorang perlu memiliki konsentrasi, penilaian positif terhadap tugas, dan keinginan internal. Ketiga unsur ini harus bersamaan agar flow terjadi. Kajian tentang flow sangat relevan dengan kegiatan sehari-hari, termasuk kegiatan akademik. Dalam konteks akademik, konsentrasi diperlukan untuk menyelesaikan tugas, kenyamanan saat mengerjakan tugas, dan dorongan internal untuk belajar lebih baik, sehingga individu terlibat secara mendalam dalam kegiatan tersebut (Marina dan Senda, 2019:48). Dengan merinci konsep di atas, dapat disimpulkan bahwa flow akademik adalah keadaan fokus penuh



saat menghadapi tugas dan aktivitas akademik untuk mencapai hasil yang baik, melibatkan kesadaran, pikiran, keinginan, dan tindakan.

Faktor-faktor yang memengaruhi pengalaman flow akademik dapat dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu faktor individu (*internal*) dan faktor lingkungan (*eksternal*).

Faktor individu melibatkan aspek-aspek dalam diri manusia. Dalam hal fisik, kekuatan dan ketahanan fisik seseorang memainkan peran krusial. Individu yang memiliki kekuatan fisik dan ketahanan yang baik cenderung memiliki energi yang memadai untuk menjalani aktivitas dalam kondisi flow. Aspek psikis juga menjadi pertimbangan, di mana kesehatan mental individu memungkinkan konsentrasi penuh. Keseluruhan keseimbangan pikiran dan jiwa yang terlibat secara bersamaan dapat mempermudah individu mencapai kondisi flow (Marina dan Senda, 371).

Sementara itu, faktor lingkungan mencakup kondisi dalam lingkungan belajar, metode pembelajaran, dan situasi sekitarnya. Ini termasuk sejauh mana tantangan atau tugas yang dihadapi oleh individu dalam konteks lingkungan tersebut.

Ketika faktor-faktor ini saling berinteraksi, mereka dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengalaman flow akademik seseorang. Sejauh mana individu dapat mengintegrasikan kekuatan internal dan merespon dengan baik terhadap lingkungan belajarnya akan memengaruhi sejauh mana mereka dapat mencapai keadaan flow yang diinginkan.

Flow akademik melibatkan banyak aspek yang berkembang dari penelitian awal terhadap seniman yang mengalami kelancaran dalam karya mereka. Konsep ini tidak hanya terbatas pada olahraga dan musik, tetapi juga merambah ke dunia pendidikan. Bakker mengidentifikasi tiga aspek kunci flow, yaitu *absorption*, *enjoyment*, dan *intrinsic motivation* (Nabila dkk, 2019: 44).

Absorption terkait dengan fokus penuh pada aktivitas, di mana individu lupa waktu dan sekitarnya. Enjoyment melibatkan perasaan kenikmatan dan kebahagiaan selama melakukan suatu aktivitas, memberikan evaluasi positif tanpa rasa bosan. Intrinsic motivation menunjukkan kebutuhan untuk melakukan aktivitas demi kesenangan dan kepuasan pribadi, bukan karena tekanan eksternal atau harapan imbalan. Konsep-konsep ini membentuk dasar pemahaman tentang bagaimana individu terlibat dalam aktivitas akademik dengan penuh fokus dan kepuasan.



Dalam menggali konsep Flow Akademik, teridentifikasi beberapa dimensi kunci. Pertama, individu menetapkan tujuan dengan jelas untuk setiap langkah, mengidentifikasi masalah, dan merencanakan tindakan. Selanjutnya, keterlibatan dengan umpan balik langsung memberikan panduan untuk memperbaiki kinerja.

Keseimbangan antara tantangan dan keterampilan menciptakan perasaan produktif dan menyenangkan, memotivasi mengatasi setiap tantangan. Kesatuan antara kewaspadaan dan tindakan memastikan keterlibatan sepenuhnya, meskipun perilaku sadar dapat berkurang.

Fokus konsentrasi yang tinggi dicapai dengan menghilangkan gangguan, memungkinkan eksplorasi aktivitas secara mendalam. Rasa kontrol pribadi berkembang melalui latihan kendali diri, terutama dalam situasi sulit.

Hilangnya self-consciousness menggambarkan pengalaman menyatu sepenuhnya dengan aktivitas. Distorsi waktu terjadi saat individu larut dalam tantangan atau aktivitas, tanpa menyadari perjalanan waktu.

Penghargaan diri atau pengalaman autentik menetapkan tujuan berdasarkan nilai pribadi, bukan hanya harapan eksternal. Gabungan dimensi ini membantu pemahaman holistik mengenai mencapai flow akademik, memungkinkan keterlibatan penuh dalam proses belajar dengan tingkat konsentrasi tinggi dan pencapaian maksimal.

Menurut Yuwanto, terlibat dalam aktivitas dalam keadaan flow memiliki beberapa keuntungan. Pertama, memberikan pengalaman optimal dengan kenyamanan dan fokus penuh, memungkinkan individu menikmati setiap aspek kegiatan. Kedua, memudahkan penyerapan informasi, pemecahan masalah, dan pengembangan pemikiran kreatif tanpa terpengaruh gangguan eksternal. Ketiga, meningkatkan tingkat produktivitas dan kualitas kerja. Keempat, menciptakan keteraturan dalam menjalankan kegiatan. Kelima, mendukung pengembangan keterampilan dengan menghargai proses pelaksanaan sebagai sarana pertumbuhan pribadi.

Dalam perspektif Islam, flow akademik mengacu pada menciptakan kondisi nyaman, fokus tinggi, motivasi diri, dan menikmati setiap aspek proses akademik. Prinsip ini sejalan dengan ajaran Al-Qur'an, yang menekankan usaha sungguhsungguh untuk mencapai tujuan dengan penuh kesabaran. Allah menjanjikan petunjuk bagi mereka yang berjuang dengan sungguh-sungguh,



Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridhaan) Kami, benarbenar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik. (Surah Al-Ankabut, 29:69).

Ayat-ayat lain dalam Al-Qur'an menegaskan bahwa setiap individu memiliki bagian dan karunia masing-masing dari Allah. Kenikmatan hidup yang diberikan Allah memiliki batas waktu tertentu, dan hilangnya kenikmatan tersebut adalah kuasa Allah sebagai bentuk ujian kepada hamba-Nya. Allah berfirman,

Dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang dikaruniakan Allah kepada sebahagian kamu lebih banyak dari sebahagian yang lain. (Karena) bagi orang laki-laki ada bahagian dari pada apa yang mereka usahakan, dan bagi para wanita (pun) ada bahagian dari apa yang mereka usahakan, dan mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui segala sesuatu. (An-Nisa, 4:32)

Dengan demikian, kebahagiaan yang diperoleh melalui usaha dan kesabaran dalam mencapai tujuan, sejalan dengan nilai-nilai Islam yang menekankan bahwa nikmat dunia bersifat sementara dan kekal hanya di akhirat.

Flow akademik One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test N 176 Mean 72,74 Normal Parameters^{a,b} Std. Deviation 7,401 Absolute .057 Most Extreme Differences Positive ,057 **Negative** -,043 Kolmogorov-Smirnov Z ,753 Asymp. Sig. (2-tailed) ,621

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas

Berdasarkan hasil Tabel 1 di bagian Asymp. Sig. (2-tailed), ditemukan nilai signifikansi untuk flow akademik sebesar 0,621. Karena nilai ini lebih besar dari tingkat signifikansi yang umumnya digunakan (0,05), dapat disimpulkan bahwa hasil data penelitian ini mengindikasikan distribusi normal. Dengan kata lain,

100,0



Total

tidak ada bukti yang cukup kuat untuk menolak hipotesis bahwa data mengikuti distribusi normal.

Valid **Cumulative Jenis Kelamin Percent** Frequency Percent Percent Laki-Laki 88 50,0 50,0 50,0 88 50,0 50,0 Valid Perempuan 100,0

100,0

Tabel 2 Jenis Kelamin Responden

Dari Tabel 2, terlihat bahwa jumlah responden dalam penelitian ini adalah 176 siswa-siswi MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara. Populasi tersebut dibagi menjadi dua kelompok, di mana masing-masing kelompok memiliki 88 responden.

176

Cumulative Percent Frequency Percent Valid Percent 15 10 5,7 5,7 5,7 16 125 71,0 71,0 76,7 Valid 17 36 20,5 20,5 97,2 5 2,8 2,8 100,0 18 Total 176 100,0 100,0

Tabel 3 Usia Responden Penelitian

Dilihat dari tabel diatas bahwa untuk responden yang berumur 15 tahun berjumlah 10 orang dengan persentase 5,7%, umur 16 tahun berjumlah 125 orang atau 71,0%, umur 17 tahun berjumlah 36 orang persentase 20,5% dan yang berumur 18 tahun berjumlah 5 orang dengan persentase 2,8%.

Tabel 4 Analisis Statistik Deskriptif Kategorisasi Flow Akademik

Kategori-Kategori		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	Sedang	107	60,8	60,8	60,8
Valid	Tinggi	69	39,2	39,2	100,0
	Total	176	100,0	100,0	

Pada tabel diatas menunjukka bahwa tingkat flow akademik pada siswasiswi kelas XI MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara yang berjumlah 176 orang dengan kategori sedang 107 orang (60,8%), sedangkan kategori tinggi berjumlah 69 orang (39,2%).



Tabel 5 Hasil Statistik Deskriptif Berdasarkan Aspek Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Absortion	176	20	17	37	27,31	3,660	13,393
Enjoyment	176	9	11	20	14,93	2,052	4,212
Intrinsic	176	16	21	37	30,49	3,396	11,531
Motivation							
Valid N (listwise)	176						

Pada tabel ini dijelaskan bahwa dari aspek Absortion memiliki nilai mean 27,31 dan standar deviasinya adalah 3,660. Aspek Enjoyment sendiri memiliki nilai mean 14,93 dan standar deviasinya adalah 2,052. Aspek Intrinsic Motivation sendiri memiliki nilai mean 30,49 dan standar deviansinya adalah 3,396.

Tabel 6 Hasil Statistik Deskriptif Flow Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin

Ionia kalamin	Tingkat Flow Akademik					
Jenis kelamin	Rendah	Sedang	Tinggi			
Laki-laki	-	52	36			
Perempuan	-	55	33			

Pada tabel di atas menjelaskan bahwa siswa laki-laki ada 55 orang yang memiliki flow akademik sedang, 36 siswa yang memiliki tingkat flow akademik tinggi dan tidak ada siswa laki-laki yang memiliki flow akademik rendah. Sedangkan untuk siswi perempuan ada 55 orang yang memiliki tingkat flow akademik yang sedang, 33 orang siswi yang memiliki tingkat flow akademik tinggi dan tidak ada siswi perempuan yang memiliki tingkat flow akademik yang rendah.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menilai tingkat flow akademik pada siswasiswi kelas XI MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara. Dari populasi 313 responden, diambil sampel acak sebanyak 176 siswa, dengan distribusi jenis kelamin seimbang. Data dikumpulkan melalui angket Gform dengan 25 item pernyataan, kemudian diolah menggunakan Ms.Excel dan SPSS versi 21.



Hasil penelitian menunjukkan tingkat flow akademik siswa kelas XI MA Negeri 2 Hulu Sungai Utara cenderung sedang. Dari 107 siswa, 60,8% memiliki flow akademik sedang, 39,2% memiliki tingkat tinggi, dan tidak ada yang memiliki tingkat rendah.

Berdasarkan jenis kelamin, laki-laki dan perempuan cenderung memiliki tingkat flow akademik sedang, menunjukkan fokus dan motivasi dalam proses belajar. Meskipun ada siswa dengan tingkat rendah, hal ini menunjukkan perlunya peningkatan flow akademik di lingkungan tersebut.

Aspek-aspek flow akademik, seperti Absorption, Enjoyment, dan Intrinsic Motivation, memiliki rata-rata tertinggi pada aspek Intrinsic Motivation. Ini menunjukkan tingginya dorongan internal pada siswa untuk mencapai kepuasan dan kesenangan dalam aktivitas belajar.

Meskipun penelitian ini mengikuti prosedur ilmiah, ada keterbatasan dalam pengambilan data, terutama terkait dengan metode skala likert yang dapat memengaruhi kejujuran jawaban responden.

Referensi

- Paryontri, R. A., Affandi, G. R., & Suprapti, S. (2021). Peranan School Well-Being Pada Flow Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Psikodimensia Kajian Ilmiah Psikologi*, 20(2), 196.
- Purwati, E., & Akmaliyah, M. (2016). Hubungan Antara Self-efficacy dengan Flow Akademik Pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 249.
- Lumbantoruan, A., & Jannah, N. (2019). Deskripsi Sikap Peserta Didik Terhadap Fisika. *Jurnal Kajian Pendidikan Sains*, 5(2), 161.
- Aini, N. Q., & Fahriza, I. (2020). Flow Akademik Pada Pendidikan. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 13(3), 370.
- Alfarabi, A., Saraswati, P., & Dayakisni, T. (2017). Religiusitas Dengan Flow Akademik Pada Siswa. *Psikis Jurnal Psikologi Islami*, 3(2), 146.
- Hidayati, N. (t.t.). Flow Akademik dan Prokrastinasi Akademik. Jurnal Psikologi, 6(2), 133.
- Santoso, M. (2014). Self-efficacy dan Flow Akademik Ditinjau dari Temporal Motivation Theory pada Mahasiswa Fakultas Psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas* Surabaya, 3, 2.