

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar adalah serangkaian kegiatan jiwa dan raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya yang meliputi kognitif, afektif, dan psikomotoriknya. Belajar merupakan perubahan yang dialami individu, baik perubahan tingkah laku, cara berpikir, keterampilan bahkan pribadi yang merupakan hasil dari latihan dan pengalaman, di mana perubahan itu nantinya bisa mempengaruhi pola pikir individu untuk bertindak (Djamarah, 2011). Tujuan belajar ini dapat tercapai dengan hasil yang maksimal jika siswa dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik.

Menurut Johana (dalam Prihandrijani, 2016) siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar menunjukkan tidak adanya kemajuan dalam belajarnya. Padahal dalam mengikuti suatu kegiatan agar bisa memperoleh hasil yang maksimal diperlukan suatu kondisi yang disebut sebagai *flow*. Keadaan ketika seseorang bisa fokus atau terhanyut sepenuhnya pada kegiatan yang dilakukannya, seluruh perhatiannya tercurahkan pada kegiatan tersebut dinamakan dengan *flow*. Siswa yang mengalami *flow* mampu menikmati setiap aktivitasnya dengan perasaan senang, fokus terhadap apa yang dikerjakan, memiliki perasaan nyaman dalam melakukannya, memiliki

motivasi yang baik yang berasal dari dirinya sendiri, serta merasa bahwa waktu sangat cepat berlalu ketika mengerjakan kegiatan ataupun pekerjaan tersebut

Flow akademik 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). Pembahasan mengenai kondisi *flow* akademik siswa dapat dilihat melalui aspek-aspek berikut: aspek *absorption*, aspek *work enjoymen* dan aspek *intrinsic motivation*.

Dasarnya hal ini adalah suatu pengalaman yang normatif bagi semua orang namun ternyata dapat menimbulkan masalah atau stress (Danan, 2012). *Flow* akademik merupakan suatu unsur yang perlu dimiliki siswa dalam proses pembelajarannya. *Flow* yang dimaksud yaitu kondisi saat siswa dapat berkonsentrasi, munculnya rasa nyaman, memiliki motivasi yang berasal dari dirinya sendiri, serta menikmati aktivitas akademik yang dilakukan (Utami, 2017). Ciri-ciri ketika seseorang mengalami kondisi *flow* akademik seperti, merasakan kenyamanan dalam mengerjakan aktivitas dan ikut serta secara total dalam aktivitas tersebut. Sehingga tugas-tugas yang sedang dikerjakan menjadi mudah (Puspita, 2014).

Oleh karena itu, faktor dalam *flow* akademik salah satunya adalah *self regulated learning* (Bauman dan Scheffer, 2010). Peningkatan *self regulated learning* dapat dilakukan oleh siswa dengan membiasakan diri untuk tekun

dan berusaha dalam mengerjakan tugas- tugas belajar, menjaga motivasi belajar dan aktif dalam proses pembelajaran. Selanjutnya, untuk lebih jelasnya pembahasan mengenai kondisi *self regulated learning* siswa dapat dilihat melalui aspek berikut: Aspek metakognitif berada pada kategori tinggi.

Schank (2012) menambahkan bahwa pengetahuan mengenai kognisi meliputi perencanaan, pemantauan, dan perbaikan dari perilakunya. Sehingga, dengan demikian seorang siswa perlu meningkatkan kemampuan metakognitifnya agar memiliki *self regulated learning* yang baik. Kemudian ada aspek motivasi berada pada kategori tinggi. Aspek ini berkaitan dengan kemandirian siswa dalam belajar.

Aspek perilaku berada pada kategori tinggi, aspek ini berkaitan dengan mengatur diri dalam belajar dan menyeleksi sesuatu yang mendukung kegiatan belajar. Oleh sebab itu, siswa perlu meningkatkan perilakunya dalam belajar (Rozali, 2014). Hal ini sesuai dengan penelitian Hargis bahwa seseorang yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi cenderung belajar dengan baik, mampu memantau, mengevaluasi dan mengatur belajarnya secara efektif, serta mampu menghemat waktu dalam menyelesaikan tugasnya (Baumeister, 2014).

Siswa juga perlu memiliki komitmen yang tinggi agar dapat menampilkan perilaku tersebut dengan baik seperti mencari sumber belajar, menggunakan pendekatan dalam belajar, dan menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan. Oleh karena itu, siswa perlu memiliki perilaku yang

bagus dalam mendukung proses pembelajarannya (Rozali, 2014).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SMPN 9 Padang pada tanggal 6 November 2023, Wali kelas menyampaikan bahwa beberapa siswa mengalami sulit untuk berkonsentrasi dalam pembelajaran. Misalnya ada siswa yang tidak bisa menikmati aktivitas belajarnya, maka dia lebih mudah untuk mengalami kebosanan. Kemudian sebagian siswa ada yang belum mampu berpikir positif dalam pembelajaran, seperti para siswa cenderung memikirkan hal hal diluar pembelajaran dan kurang fokus terhadap pembelajaran dikelas. Para guru juga melihat ada beberapa siswa yang tidak semangat didalam mengikuti pembelajaran khususnya pada mata pelajaran matematika, terkadang mereka tertidur dikelas pada saat pembelajaran berlangsung.

Peneliti juga melakukan observasi dan wawancara kepada beberapa orang siswa SMPN 09 Padang pada tanggal 6 November 2023, diperoleh informasi bahwa siswa tersebut ketika proses pembelajaran sering merasa hilang fokus dan ingin pembelajaran itu cepat selesai. Mereka tidak mendengar penjelasan guru mereka. Mereka mudah terpecahkan konsentrasinya ketika guru menerangkan. Hal ini disebabkan karena kurangnya minat siswa dalam mata pelajaran pada saat itu. Mereka juga menganggap pembelajaran dikelas sangat membosankan dan mereka lebih senang datangnya waktu istirahat.

Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara lanjutan pada tanggal 6 Desember 2023 mengenai *self regulated learning* siswa, wali kelas

mengatakan beberapa siswa dihadapkan kesulitan dalam gaya belajar siswa yang dimana mereka masih bergantung pada orang lain. Mereka belum mampu mandiri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru mereka. Guru juga mengatakan bahwasanya para siswa lebih memilih menyontek dengan teman sebelah mereka walaupun mereka harus menunggu jawabannya terlebih dahulu, tidak ada kemandirian terhadap siswa tersebut. Dapat dilihat dampaknya bagi siswa, mereka tidak ada motivasi dalam belajar dan sulit untuk mandiri dalam pembelajaran tersebut.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada beberapa orang siswa SMPN 09 Padang, diperoleh informasi bahwa siswa tersebut ketika proses pembelajaran sulit untuk menyelesaikan tugas dari guru. Para siswa masih sulit untuk mengerjakan tugas mereka sendirian dan masih perlu bimbingan dari guru guru mereka. Ketika guru memberikan tugas kepada siswa, siswa tersebut memilih untuk menunggu temannya selesai mengerjakan tugas kemudian mencontek tugas temannya tersebut dan mereka merasa jenuh atau bosan dan terbebani dengan tugas yang diberikan guru dan mereka mengerjakan tugas karena terpaksa. Jika mereka tidak mengerjakan tugas, guru yang bersangkutan akan memarahi siswa yang ketahuan mencontek.

Jadi dapat disimpulkan bahwa siswa sulit mengalami kondisi *self regulated learning*. Siswa yang sulit mengalami kondisi *flow* akademik cenderung menunjukkan kurangnya antusiasme dalam mengikuti proses belajar mengajar dan menyelesaikan tugas-tugas akademik (Prihandrijani, 2016). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi siswa sulit mengalami *flow* akademik

yaitu *self regulated learning* (Wati & Firman, 2017). Menurut Pintrich (dalam Rosito, 2018) *self regulated learning* merupakan suatu proses yang sifatnya membangun dan siswa bersemangat dalam membuat tujuan belajar, berusaha untuk mengatur dan mengelola strategi belajar baik dengan cara kognisi, motivasi, dan perilakunya demi mencapai tujuan yang diinginkan.

Terdapat penelitian sebelumnya dilakukan oleh Firman dan Satria Wati pada tahun 2018 dengan judul “Hubungan *self regulated learning* dengan *flow* akademik siswa”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *self regulated learning* siswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi. Artinya, sebagian besar siswa sudah mampu untuk mengatur dirinya dalam belajar, sedangkan *flow* akademik siswa secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Artinya, beberapa siswa belum mampu untuk mencapai kondisi *flow* ketika belajar maupun mengerjakan tugas dan terdapat hubungan yang signifikan antara *self regulated learning* dengan *flow* akademik siswa. 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.

Berdasarkan penjelasan fenomena diatas maka peneliti ingin melihat apakah ada hubungan antara *self regulated learning* dengan *flow* akademik di SMPN 09 Padang. Dengan judul penelitian ini adalah Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan *Flow* Akademik di SMPN 09 Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena dan latar belakang masalah yang telah teruraikan dalam latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *self regulated learning* dengan *flow* akademik pada siswa SMPN 09 Padang.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self regulated learning* dengan *flow* akademik pada siswa SMPN 09 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan informasi agar menambah wawasan dan khasanah pengetahuan dalam perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi sosial

2. Manfaat Praktis

a) Untuk Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan agar sekolah mampu memiliki kemampuan *self regulated learning* yang mampu meregulasi dirinya sendiri, serta mampu memiliki kemampuan *flow* akademik agar dapat memiliki kemampuan untuk berkonsentrasi penuh.

b) Untuk Guru

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan terhadap guru agar lebih mampu untuk menggali potensi siswa serta mampu untuk memberikan motivasi lebih terhadap siswa agar tidak malu dan mampu mengeluarkan pendapat yang dimilikinya.

c) Untuk Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi peneliti lain yang berkeinginan melanjutkan dan mengembangkan penelitian ini.