



## **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN FLOW AKADEMIK PASCA PENDEMI COVID-19 PADA SISWA SMA**

**Fitria Evi Apriani**

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia  
Email: fitriaeviapriani@gmail.com

**Dwi Nastiti**

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia  
Email: dwinastiti@umsida.ac.id

---

### **Abstrak**

*Penelitian ini dilakukan karena ditemukannya fenomena masalah yang berkaitan dengan flow akademik, dimana siswa mengaku kurang fokus mengikuti aktivitas pembelajaran, apalagi yang mengharuskan siswa mengikuti pembelajaran secara penuh, lebih fokus dengan chat dari teman saat guru menjelaskan materi pembelajaran, juga ajakan keluar kelas atau ke kantin dari teman pada saat pembelajaran berlangsung, dan kurang ada dorongan untuk mengerjakan sendiri tugas yang diberikan guru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan flow akademik pada siswa SMA. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif kolerasi. Subyek penelitian ini adalah siswa di SMA Yadika Bangil berjumlah 193 siswa.. Teknik pengumpulan data menggunakan 2 skala psikologi yaitu skala dukungan sosial dan skala flow akademik. Teknik analisis data menggunakan statistik korelasi Product Moment yang perhitungannya menggunakan SPSS 20.0 for windows. Hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,324$  dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Hasil dari penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan flow akademik siswa. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi pula flow akademik siswa. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula Flow akademik siswa*

**Kata Kunci:** *Dukungan Sosial, Flow Akademik, Siswa SMA*

---

### **Abstact**

This research was conducted because of the discovery of problem phenomena related to academic flow, where students claimed to be less focused on participating in learning activities, especially those that required students to take part in full learning, focus more on chat from friends when the teacher explains the subject matter, as well as invitations to leave the class or to the canteen from

friends during learning, and there is less encouragement to do assignments from the teacher. This study aims to determine the relationship between social support and academic flow in high school students. This research is a correlation quantitative research. The subjects of this study were 193 students at SMA Yadika Bangil. The data collection technique uses 2 psychological scales, namely the social support scale and the academic flow scale. The data analysis technique uses Product Moment correlation statistics, which are calculated using SPSS 20.0 for windows. The results of data analysis obtained correlation coefficient  $r_{xy} = 0.324$  with a significance of 0.000 ( $<0.05$ ). The results of this study prove that there is a significant positive relationship between social support and students' academic flow. Thus, the higher the social support received, the higher the student's academic flow. Vice versa, the lower the social support, the lower the student's academic flow.

*Keywords: Social Support, Academic Flow, Student*

---

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu upaya untuk membentuk sumber daya manusia yang kompeten dan berkualitas. UU RI Nomor 20 tentang Pendidikan di Indonesia Tahun 2003 menjelaskan bahwa Pendidikan adalah suatu usaha terencana guna menciptakan kondisi belajar serta proses pembelajaran agar seperti didik bisa aktif mengembangkan potensinya guna memiliki kekuatan agama, pengendalian diri, spiritual, masyarakat, bangsa dan negara. Sekolah adalah tempat dimana individu mendapatkan hak untuk mengembangkan potensi akademik dan non-akademik, sehingga memungkinkan potensi tersebut dapat teraktualisasi (Puspita et al., 2018). Di sekolah Siswa dapat melakukan proses belajar baik secara akademik maupun non akademik. Merebaknya Pandemi Covid-19 ini menjadi suatu pemicu kecemasan yang dialami dari berbagai pihak. Seperti diketahui, pandemi Covid-19 adalah krisis kesehatan yang menjadikan semua hal berubah, termasuk kegiatan di dunia pendidikan. Salah satunya kegiatan sekolah yang dilakukan secara daring/online (Aimang, 2022). Karena salah satu kebijakan pemerintah yang mengaplikasikan pembatasan sosial berskala besar (psbb) sehingga mengharuskan semua orang untuk tinggal dan melakukan segala aktifitas di rumah.

Sekarang, pasca pandemi Covid-19, pembelajaran daring ternyata pengaruhnya masih terasa ketika siswa melaksanakan kegiatan akademik. Saat pandemi covid 19, siswa kurang mampu mengendalikan diri untuk fokus dalam belajar daring, dan hal ini mengganggu keefektifan belajar, kelambanan berfikir, dan mudah muncul kebosanan. Rutinitas akademik pasca pandemi masih terpengaruh, dimana aktivitas pembelajaran seringkali membuat siswa bosan, tidak nyaman, atau bahkan tidak termotivasi. Untuk melakukan kegiatan tersebut

setiap hari dengan tujuan mendapatkan hasil yang maksimal sangat membutuhkan sebuah kondisi yang disebut dengan flow (Laili, 2020). Flow yaitu kondisi yang mana seseorang bisa konsentrasi penuh, perasaan nyaman dan mempunyai motivasi dalam diri sendiri guna menyelesaikan tugas atau tanggung jawabnya (Ignatissus, 2013). Flow merupakan suatu pengalaman yang menyenangkan dan mendalam. Flow yang dirasakan siswa saat melakukan aktivitas yang berkaitan dengan akademik, seperti halnya mengikuti pembelajaran di sekolah ataupun belajar sendiri di rumah dan melakukan pekerjaan yang menjadi tugasnya bisa disebut sebagai flow akademik (Prihandrijani, 2016).

Saat siswa berada dalam keadaan flow, siswa dapat berkonsentrasi secara penuh serta mencurahkan seluruh perhatiannya pada tugas-tugasnya, nyaman, dan merasakan kenikmatan, kesenangan, hingga saat siswa melakukan aktivitas yang berkaitan dengan akademik tidak akan merasa cepat lelah dan jenuh, siswa tersebut juga tidak akan mengeluh ketika mengerjakan tugas seperti belajar dan mengerjakan pekerjaan rumah (PR) (Astuti et al., 2019). Dalam keadaan inilah siswa dapat berkonsentrasi penuh dan bersemangat pada saat pembelajaran yang diikutinya, dan dapat menunjukkan antusias saat proses belajar, dengan begitu siswa bisa termotivasi dan bisa menggunakan waktunya secara maksimal serta menghindari diri pada kejenuhan saat proses pembelajaran ataupun saat mengerjakan tugas akademik yang lainnya. Siswa dengan kurangnya flow akademik lebih sering menunjukkan kurangnya antusias dan kurangnya minat dalam mengikuti pelajaran serta mengerjakan tugas. Apabila siswa memiliki flow akademik redah secara terus menerus maka siswa tersebut tidak akan mendapatkan hasil belajar yang maksimal (Amira, 2020).

Hal di atas menunjukkan flow akademik seharusnya dimiliki oleh setiap siswa, karena siswa tersebut dapat mengikuti kegiatan akademik dengan maksimal. Saat siswa merasakan flow akademik, maka siswa dapat mengikuti kegiatan akademiknya dengan nyaman, fokus, dan sangat bersemangat sehingga materi yang disampaikan guru akan terserap dengan baik. Namun tidak dapat dipungkiri masih ada sebagian siswa yang belum bisa mengalami flow akademik ketika melakukan proses kegiatan akademik, sehingga belum memiliki gairah dalam kegiatan akademik yang sedang dijalannya (Husna & Rosiana, 2014). Survei terdahulu yang dilakukan di SMP "X" di Surabaya, diketahui hanya 10-15 siswa saja yang mengalami flow akademik, selebihnya 7-10 siswa mengobrol dengan temannya, dan 3-5 siswa mengerjakan tugas pelajaran lain. Pada saat guru menegur hanya beberapa siswa yang

menyadari kesalahannya, ada juga siswa yang tidak memperdulikan. Berdasarkan data di atas, bisa terlihat jika ada beberapa siswa yang belum mengalami kondisi flow akademik (Husna & Rosiana, 2014). Penelitian lain pada 37 siswa SMA “X” siswa juga membuktikan siswa yang menunjukkan flow akademik sangat tinggi (0%), yang menunjukkan flow akademik tinggi (4%), menunjukkan flow akademik tingkat menengah (62%) dan (27%) menunjukkan flow akademik rendah. Berdasarkan data dari kedua penelitian dapat dilihat bahwa masih ada siswa yang belum mengalami kondisi flow akademik (Husna & Rosiana, 2014).

Peneliti menemukan fenomena dimana terdapat siswa yang mengaku kurang fokus mengikuti pembelajaran secara penuh, lebih fokus dengan chat dari teman saat guru menjelaskan, apalagi yang mengharuskan siswa mengikuti pembelajaran secara penuh, belum lagi ajakan keluar kelas atau ke kantin dari teman pada saat pembelajaran berlangsung, yang turut mempengaruhi kefokusannya dalam belajar. Guru SMA Yadika Bangil mengatakan hanya 50% siswa yang dapat mengikuti proses belajar dengan fokus kegiatan belajar yang dilakukan dan kurang ada dorongan untuk mengerjakan sendiri tugas yang diberikan guru. Peneliti menyimpulkan bahwa terdapat fenomena yang menunjukkan kurangnya flow akademik pada beberapa siswa. Flow akademik mempunyai 3 dimensi, yaitu Absorption (kondisi dimana seseorang bisa konsentrasi secara penuh serta menikmati aktifitas yang ada), Enjoyment (keadaan dimana individu merasa nyaman dan menikmati tugas/kegiatan) dan Intrinsic Motivation (keadaan dimana individu ingin melakukan aktifitas yang muncul dari dalam diri sendiri, tanpa harus menunggu stimulus dari orang lain) (Prihandrijani, 2016).

Kondisi *flow* akademik siswa dipengaruhi faktor internal dan faktor eksternal dari flow akademik yang, faktor internal antara lain: (a) Self efficacy, apabila seorang siswa mempunyai minat dan mampu mengontrol perilaku untuk mempertahankan usaha dalam mengerjakan tugas maka siswa tersebut akan mampu berkonsentrasi dan merasa terhanyut ketika mengerjakan tugas; (b) Self regulated learning, yaitu adanya proses dalam diri siswa guna mengontrol, mengatur, serta memonitor perilakunya saat belajar, sehingga mendapatkan hasil yang lebih optimal; (c) Motivasi berprestasi. Siswa yang memiliki ambisi sangat tinggi dalam hal prestasi akademik akan memiliki penilaian yang penting akan tugas-tugas yang dimiliki; (d) Religiusitas. Siswa dengan religiusitas tinggi memiliki motivasi dalam dirinya untuk melakukan kegiatan sehari-hari sesuai dengan keyakinan yang ditaati, bisa merasa

nyaman dan tidak mudah merasa cemas akan apa yang dihadapi. Selain faktor internal, adapun faktor eksternal yaitu : (a) Metode pembelajaran. Guru mendukung pilihan yang disenangi siswa, dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif terlibat dalam kegiatan yang memiliki kaitannya dengan minat kemudian mengajarkannya dengan tanpa adanya paksaan; (b) Social support, yang didapat oleh siswa akan membuat stres yang dialami siswa mampu teratasi serta beban akademik yang dihadapi, karena mempunyai orang yang dipercayai mampu membantunya. Sehingga hal tersebut memiliki dampak untuk tercapainya sebuah prestasi akademik secara optimal (Markamad & Khuzaemah, 2019).

Seperti disebutkan di atas, salah satu faktor yang dianggap berkorelasi dengan flow akademik adalah dukungan sosial. Dukungan sosial adalah bantuan nyata atau tidak terwujud yang diberikan oleh orang sekitar seseorang guna menolong seseorang saat menghadapi permasalahannya, hingga bisa memberikan efek secara emosional dan perbuatan bagi penerimanya. Individu yang merasakan mendapat dukungan sosial akan memiliki perasaan lega dan senang dikarenakan menerima suatu hal yang dibutuhkan dirinya seperti halnya nasehat, perhatian yang lebih, hingga tidak merasa diabaikan serta mendapatkan penyelesaian masalah (Markamad & Khuzaemah, 2019). Aspek-aspek dukungan sosial ada empat aspek dukungan sosial yaitu : (a) Dukungan emosi, seperti rasa empati, peduli, serta adanya perhatian dari orang lain saat kondisi stres; (b) Dukungan penghargaan, terjadinya dukungan melewati ekspresi orang lain tentang hal positif, seperti membesarkan hatinya, sependapat akan ide-ide ataupun perasaan seseorang, memiliki perbandingan secara positif antara orang satu dengan orang lain, seperti halnya seseorang dengan kekurangannya ataupun yang lebih buruk; (c) Dukungan Instrumen, seperti halnya bantuan secara langsung dengan cara membantu melakukan suatu pekerjaan ataupun tugas seseorang ketika kondisi stress. (d) Dukungan Informasi, seperti memberikan saran, nasihat bahkan feedback tentang seseorang ketika mengalami stress (Markamad & Khuzaemah, 2019).

Dukungan sosial dari aspek dukungan emosional seperti memberikan perhatian maupun cinta serta kasih sayang akan dapat mempengaruhi salah satu aspek flow akademik yaitu absorption, misal siswa yang selalu diingatkan orang tuanya jika ada tugas segera dikerjakan, siswa akan mengingat dan merasa bahwa dirinya mendapat perhatian dari orang tua sehingga siswa akan mengikuti perkataan orang tuanya dengan begitu siswa dapat fokus saat mengerjakan tugas dan tidak teralihkan konsentrasinya (absorbtion). Aspek kedua dari

dukungan sosial yaitu dukungan penghargaan juga dapat mempengaruhi salah satu aspek flow akademik yaitu intrinsik motivation, bentuk dukungan penghargaan meliputi penghargaan positif, perbandingan positif dan persetujuan yang bisa didapatkan dari orang tua, siswa yang sering mendapatkan penghargaan positif dari orang tua tentang prestasi yang dicapai akan membuat siswa memiliki keinginan dalam dirinya untuk terus mengembangkan potensi akademiknya. Aspek ketiga dari dukungan sosial yaitu dukungan instrumental dapat mempengaruhi salah satu aspek flow akademik yaitu enjoyment, Dukungan instrumental seperti menyediakan peralatan, perlengkapan maupun sarana pendukung dari orang lain seperti orang tua dan teman, misal dukungan dari teman bisa berbentuk catatan materi pelajaran atau buku, saat siswa tidak dapat hadir waktu sekolah, bantuan tersebut akan memudahkan siswa dalam melakukan serta memahami tugas seperti yang sudah diinginkan oleh guru, hal ini akan menjadikan siswa bisa melakukan dengan perasaan nyaman walaupun tugas yang dikerjakan sulit. Sebaliknya, jika siswa tidak mendapatkan pinjaman catatan materi pelajaran saat siswa tersebut tidak hadir waktu kuliah, mengakibatkan siswa merasa adanya tekanan saat mengerjakan tugas (Santoso, 2014).

Analisis tentang pengaruh dukungan sosial terhadap flow akademik memunculkan hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan flow akademik pada siswa SMA. Hipotesis ini berarti tingginya dukungan sosial siswa, akan semakin tinggi juga flow akademiknya. Begitupun sebaliknya, rendahnya dukungan sosial siswa, maka semakin rendah juga flow akademiknya.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas mengarahkan pada pertanyaan yang perlu mendapatkan jawaban dengan melakukan penelitian ini yaitu adakah hubungan antara dukungan sosial dengan flow akademik pada siswa SMA. Dengan demikian tujuan utama dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan flow akademik pada Siswa SMA. Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberi informasi serta pengetahuan bagi guru, serta orang tua mengenai pentingnya dukungan sosial untuk meningkatkan flow akademik dan mengaplikasikan dalam proses belajar siswa hingga siswa memiliki kompetensi dan berkualitas seperti tujuan pendidikan.

## **METODE**

Jenis penelitian yang dipergunakan yaitu kuantitatif koelasional karena penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Variabel yang ada dalam penelitian ini yaitu Dukungan Sosial (variabel bebas), dan Flow akademik (variabel tergantung). Populasi pada penelitian ini ialah siswa SMA Yadika Bangil tahun ajaran 2021/2022 dengan jumlah 193 siswa. Teknik sampling yang dipergunakan peneliti dalam penelitian ini menggunakan metode nonprobability sampling dengan teknik sampling jenuh yaitu pengambilan sampelnya dengan menggunakan seluruh populasi yang dijadikan sebagai sampel (Santoso, 2014). Dengan demikian, sampel yang dipergunakan ialah 193 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah 2 skala psikologi yaitu skala dukungan sosial dan skala flow akademik yang disusun dengan model skala likert. Skala likert merupakan skala psikologi yang dipergunakan sebagai pengukur sifat, persepsi serta pendapat individu hingga kelompok orang tertentu tentang fenomena sosial (Santoso, 2014). Skala Likert adalah skala dalam bentuk pernyataan-pernyataan favorabel dan unfavorabel yang dalam penelitian ini disertai 4 pilihan yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Untuk skala dukungan sosial ini, peneliti mengadopsi skala yang dikembangkan oleh Prihandrijani yang memiliki 35 butir aitem valid, dengan nilai reliabilitasnya 0,936. Sedangkan skala flow akademik yang digunakan oleh peneliti merupakan adaptasi dari skala Flow Akademik yang telah disusun oleh Wahyu Dewi yang mengacu pada aspek-aspek flow Akademik yaitu; Absorption, Enjoyment, Instrinsic Motivation. skala flow akademik dengan 15 aitem valid, dan nilai reliabilitas 0,944. Hasil tersebut menunjukkan nilai koefisien reliabilitas yang mendekati 1,00 maka dapat dinyatakan reliabel sebagai instrument pengumpulan data. Teknik analisis data yang dipakai oleh peneliti guna mengetahui hubungan antara dukungan social terhadap flow akademik yaitu menggunakan metode korelasi Product Moment dengan bantuan program statistik SPSS 20.0 for windows.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebelum menjelaskan hasil penelitian, peneliti melakukan uji asumsi sebagai persyaratan uji korelasi, yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji Normalitas data

yaitu digunakan untuk mengetahui kenormalan data variabel Dukungan social (X) dan variabel Flow akademik (Y) yang telah diperoleh dan telah diujikan. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dengan asumsi data yang memiliki nilai signifikansi  $< 0,05$  dapat dinyatakan data tidak terdistribusi normal, sedangkan data yang memiliki nilai  $> 0,05$  maka dapat dinyatakan data terdistribusi normal (Istivaiyah, 2020). Data hasil uji normalitas (tabel 1)

Tabel 1. Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>			
		Dukungan sosial	Flow akademik
N		193	193
<i>Normal Parameters<sup>a,b</sup></i>	<i>Mean</i>	80.8238	55.5440
	<i>Std. Deviation</i>	11.69624	9.00401
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.065	.085
	<i>Positive</i>	.065	.072
	<i>Negative</i>	-.045	-.085
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>		.897	1.184
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.397	.121

Berdasarkan dari hasil uji normalitas di atas menunjukkan bahwa data terdistribusi normal dikarenakan memiliki nilai (p)= 0,397 pada variabel (X) dan (p)= 0,121 pada Variabel (Y) dengan signifikansi  $> 0,05$ . Selanjutnya dilakukan pengujian linearitas yang digunakan untuk mengetahui linear atau tidaknya dari hubungan kedua variabel. Pedoman yang dijadikan pengambilan keputusan linearitas adalah dengan melihat nilai signifikansi (Sig) pada kolom linierity : (a). Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka dikatakan linier. (b). Jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dikatakan tidak linier (Istivaiyah, 2020). Hasil uji linearitas (tabel 2).

Tabel 2. Uji Linieritas

		ANOVA Table				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Flowakademik * Dukungansosial	Between (Combined) Groups	4872.347	45	108.274	1.488	.041
	Linearity	1633.633	1	1633.633	22.457	.000
	Deviation from Linearity	3238.714	44	73.607	1.012	.463
	Within Groups	10693.529	147	72.745		
Total		15565.876	192			

Uji linieritas dari tabel di atas diperoleh nilai F Linearity sebesar 22.457 dengan signifikansi 0,000 yang artinya  $< 0,05$  sehingga data di atas dapat dikatakan linear. Kesimpulannya, pada penelitian ini variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linier. Setelah melakukan uji asumsi yang menunjukkan data terdistribusi normal serta hubungan kedua variabel linier, maka dapat dilanjutkan pada tahap berikutnya yaitu menguji hipotesis. Uji hipotesis penelitian ini dilakukan dengan teknik korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan program statistik SPSS 20.0 for windows.

Tabel 3. Uji Hipotesis

Correlations		Dukungan sosial		Flowakademik	
Dukungan Sosial	Pearson Correlation		1		.324**
	Sig. (1-tailed)				.000
	N		193		193
Flow Akademik	Pearson Correlation	.324**			1
	Sig. (1-tailed)	.000			
	N	193			193

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,324$  dengan nilai signifikansi 0,000 ( $< 0,05$ ). Artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan social terhadap Flow akademik pada siswa, artinya semakin tinggi dukungan social yang diterima maka semakin tinggi pula Flow akademik siswa. Begitupun sebaliknya, apabila semakin rendah dukungan social maka semakin rendah pula Flow akademik siswa.

Dukungan sosial adalah sebuah dukungan sebagai kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman-teman dan keluarga individu dan bersedia untuk memberi bantuan baik berupa informasi, nasehat baik verbal maupun non verbal, pemberian bantuan serta materi yang memberi manfaat bagi penerimanya. (Prihandrijani, 2016), tidak semua siswa saat sekolah dapat menyerap informasi dengan baik, dan banyaknya tugas menumpuk sehingga tidak dapat mengerjakan dengan baik. Disaat kondisi siswa seperti ini seorang siswa membutuhkan dorongan dukungan dari orang di sekitarnya agar selalu dapat mengikuti proses belajar secara optimal dan mendapatkan hasil belajar yang maksimal. (Husna & Rosiana, 2014) teman sebaya memiliki peran besar dalam memberi dukungan sosial. Rasa kebersamaan dan keterkaitan satu sama lain mendorong untuk melibatkan diri pada kepentingan teman tanpa diminta. Dengan adanya dukungan teman sebaya siswa merasa bisa menikmati proses belajar sebagai suatu proses yang menyenangkan, dan siswa mengalami kondisi flow. Siswa yang mengalami flow akan dengan mudah mengerjakan tugas yang diberikan, dan merasa nyaman dengan apa yang dilakukannya sehingga waktu yang dilalui terasa cepat berlalu (Cobo-Rendón et al., 2020).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Chandra, 2013) bahwa terbukti secara empiris memiliki korelasi yang positif antara dukungan social dengan Flow akademik dengan hasil menunjukkan ( $r = 0,254/ p = 0,02$ ). Siswa yang memiliki dukungan social positif akan menciptakan suasana nyaman saat menjalani kegiatan akademik maupun tugas tugas akademiknya. Siswa yang memiliki dukungan sosial tinggi akan menunjukkan kondisi emosional yang positif dan akan merasa lebih tenang dalam menjalani beban kehidupannya sehingga menyebabkan individu memiliki flow akademik yang baik. Apabila keluarga maupun lingkungan sekitar guru dan teman sebaya dirasa tidak mendukung, tidak peduli, menjengkelkan, maka individu akan merasa tertekan, kesulitan untuk konsentrasi dan fokus pada aktivitas akademiknya. Dukungan sosial akan memberikan ketenangan, keamanan, kenyamanan, kepercayaan diri serta merasa mendapat perhatian, adanya dukungan dari seseorang disekitar, semuanya akan terasa mudah saat menghadapi kondisi yang susah.

Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian Nastiti & Cucuk yang meneliti dukungan sosial teman sebaya dan flow akademik, dan hasilnya menunjukkan ada koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,536$  dengan signifikan  $0,000 < 0,05$ . Untuk dapat mencapai flow

akademik dibutuhkan beberapa faktor pendukung, salah satunya yaitu faktor dari lingkungan yang berupa dukungan instrumental, dukungan penghargaan, dukungan emosional, dukungan informatif yang didapat dari orang disekitar seperti orang tua, teman dan guru. Apabila dukungan sosial pada siswa dengan kehidupan di lingkungan sekitarnya buruk maka akan berakibat buruk pula, bahkan siswa dapat berhenti sekolah karena hal itu dan flow akademik tidak akan tercapai. Sebaliknya jika dukungan sosial baik maka akan mendukung untuk tercapainya flow akademik. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi flow akademik yang dimiliki individu, begitupun sebaliknya. Dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting yang bisa membuat para mahasiswa termotivasi untuk belajar. Di lingkungan akademik, mahasiswa akan mempunyai semangat belajar saat ada yang mendukung kegiatan perkuliahannya, seperti dapat memaksimalkan belajarnya dengan dapat berkonsentrasi dan fokus terhadap aktivitas akademiknya jika terdapat dukungan social (Nastiti & Cucuk Nur Cahyani, 2022).

Selain uji hipotesis di atas, peneliti juga mencari sumbangan efektif variabel dukungan sosial terhadap variabel Flow akademik seperti ditunjukkan dalam tabel 4 di atas.

Tabel 4. Sumbangan Efektif

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.324 <sup>a</sup>	.105	.100	8.54071

a. Predictors: (Constant), Dukungan sosial

Hasilnya menunjukkan kalau variabel dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap Flow akademik sebesar 10,5% (R Square = 0,105). Dengan demikian ada faktor lain yang mempengaruhi flow akademik sebesar 89,5%. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi Flow akademik yaitu self efficacy, self regulated learning, motivasi berprestasi, dan religiusitas (Markamad & Khuzaemah, 2019). Penelitian tentang Hubungan Antara Self Efficacy dengan Flow Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama menunjukkan koefisien korelasi (r<sub>xy</sub>) 0.465 dengan signifikansi 0.000 (<0.05). Siswa yang memiliki rasa percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya akan memiliki tujuan untuk mencapai nilai yang diinginkan yaitu prestasi akademik, maka siswa tersebut akan mengalami flow akademik yang tinggi, akan mudah untuk fokus dalam pelajaran yang diterima dan ada dorongan sendiri untuk menguasai pelajaran tersebut (Rochmawati & Nastiti, 2022). Penelitian Arbi Alfarabi, dkk

tentang Religiusitas dengan Flow Akademik pada siswa menunjukkan koefisien korelasi  $r = 0.508$ , dengan signifikansi  $0.000 (<0.01)$ . Flow yang mengacu pada konsentrasi total memiliki kemiripan dengan makna khusyu'. Saat seseorang menjalankan shalat dengan khusyu', berarti seseorang menjaga konsentrasinya pada saat shalat. Jika seseorang selalu khusyu', maka selanjutnya tumbuh kemampuan konsentrasi dalam aktivitas lainnya, seperti saat melakukan aktivitas akademik (Alfarabi et al., 2018).

Hasil lain dari penelitian ini adalah deskripsi kategorisasi dukungan sosial dan flow akademik berdasarkan perhitungan norma di tabel 5.

Tabel 5. Norma Kategori Variabel Dukungan Sosial dan Flow Akademik

Kategori	Norma	Skor	
		Dukungan Sosial	Flow Akademik
Tinggi	$X > (\mu + 1,5 \sigma)$	>98	>69
Sedang	$(\mu - 1,5 \sigma) < X \leq (\mu + 1,5 \sigma)$	64 – 97	43-68
Rendah	$X < (\mu - 1,5 \sigma)$	<63	<42

Berdasarkan hasil penormaan variabel dukungan sosial dan flow akademik di atas maka dapat diketahui kategorisasi kedua variabel (tabel 6).

Tabel 6. Kategori Dukungan Sosial dan Flow Akademik Siswa SMA Yadika Bangil

Kategori	Skor Subjek			
	Dukungan Sosial		Flow Akademik	
	Frequency	%	Frequency	%
Tinggi	18	9,3%	10	5,2%
Sedang	162	83,9%	172	89,1%
Rendah	13	6,7%	11	5,7%
Total	193	100%	193	100%

Dengan melihat tabel kategori kedua variabel di atas dapat dijelaskan bahwa ada 162 siswa (83,9%) yang mendapat dukungan sosial sedang (cukup tinggi), bahkan 18 siswa (9,3%) mendapat dukungan sosial yang tinggi. Sedangkan 13 siswa (6,7%) mendapat dukungan sosial yang rendah. Dalam hal flow akademik, terdapat 172 siswa (89,1%) mengalami flow akademik sedang (cukup tinggi), bahkan ada 10 siswa (5,2%) yang flow akademiknya tinggi. Sebaliknya, terdapat 11 siswa mengalami flow akademik yang tergolong rendah (tabel 6). Dapat disimpulkan bahwa masih ada siswa yang dukungan sosialnya tergolong rendah dan masih ada siswa yang flow akademiknya rendah. Rendahnya dukungan

sosial menjadi salah satu faktor yang bisa membuat flow akademik siswa menjadi rendah juga, meskipun tidak hanya dukungan sosial yang mempengaruhi tinggi rendahnya flow akademik, seperti telah dijelaskan di atas.

Limitasi dalam penelitian ini adalah peneliti hanya terbatas dalam mengungkapkan hubungan antara Dukungan Sosial terhadap Flow Akademik pada siswa SMA Yadika Bangil, tidak mempertimbangkan variabel maupun faktor lain yang dapat mempengaruhi flow akademik.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang ada dalam penelitian ini diterima. yaitu ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan flow akademik. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa maka semakin tinggi flow akademik individu. Sebaliknya. semakin rendah dukungan sosial yang diterima siswa maka semakin rendah pula flow akademik pada siswa SMA Yadika Bangil. Selain itu, dukungan sosial mempengaruhi flow akademik sebesar 10,5%; selebihnya flow akademik dipengaruhi faktor lain sebesar 89,5%.

Mengingat ada beberapa siswa yang dukungan sosialnya rendah, maka dengan adanya penelitian ini diharapkan semua pihak yang terlibat dalam proses pembelajaran siswa (teman, guru, orang tua) memberi dukungan dalam bentuk memberikan informasi, menunjukkan empati, memberi semangat sehingga siswa bisa merasakan flow akademik selama melakukan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan akademik di lingkungan sekolah. Sekolah diharapkan dapat menyediakan sarana dan prasarana yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Selain itu, Penelitian ini mengetahui pengaruh flow akademik hanya menggunakan satu variabel X, diharapkan peneliti lain yang tertarik dengan tema penelitian ini dapat mempertimbangkan faktor – faktor atau variabel lain yang mempengaruhi flow akademik, dan mempertimbangkan jumlah sampel agar dapat memperoleh hasil yang lebih signifikan.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak di SMA Yadika Bangil yang telah memberi kesempatan dalam melaksanakan penelitian dan mengambil data siswa siswi SMA Yadika Bangil.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aimang, H. a. (2022). *Survey Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid 19* Hasrat a Aimang. 62–69.
- Alfarabi, A., Saraswati, P., & Dayakisni, T. (2018). Religiusitas Dengan Flow Akademik Pada Siswa. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 3(2), 145–154. <https://doi.org/10.19109/psikis.v3i2.1759>
- Amira, R. D. (2020). Hubungan Antara Self Regulated Learning, Self-Esteem, Dukungan Sosial Dengan Flow Akademik Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler. In *Engineering, Construction and Architectural Management* (Vol. 25, Issue 1, pp. 1–9). UIN Sunan Ampel Surabaya. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jss.2014.12.010><http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.03.034><https://www.iiste.org/Journals/index.php/JPID/article/viewFile/19288/19711><http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.678.6911&rep=rep1&type=pdf>
- Astuti, J. P., Mayangsari, M. D., & Zwagery, R. V. (2019). Hubungan Kesadaran Diri Dengan Flow Akademik Pada Siswa di Daerah Lahan Gambut. *Jurnal Kognisia: Jurnal Mahasiswa Psikologi Online*, 2(2), 68–74. <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/kog/article/view/1659>
- Chandra, R. I. (2013). Go with the flow: Dukungan sosial dan flow akademik pada mahasiswa. *Calyptra*, 2(1), 1–19.
- Cobo-Rendón, R., López-Angulo, Y., Pérez-Villalobos, M. V., & Díaz-Mujica, A. (2020). Perceived Social Support and Its Effects on Changes in the Affective and Eudaimonic Well-Being of Chilean University Students. *Frontiers in Psychology*, 11(December). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.590513>
- Husna, N., & Rosiana, D. (2014). Hubungan social support dengan flow pada mahasiswa fakultas psikologi. *Prosiding Psikologi*, 1–6.
- Ignatissus, R. (2013). Go with the flow: Dukungan sosial dan flow akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), 1–19.
- Istivaiyah, L. (2020). Hubungan antara self efficacy akademik dengan flow akademik pada siswa sma negeri 1 rumbio jaya. *Skripsi*, 1–115.
- Laili, K. (2020). Hubungan religiusitas dengan Flow Akademik pada siswa MA Islamiyah at-tanwir Bojonegoro. *Bussiness Law Binus*, 7(2), 33–48. <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/46451>
- Markamad, A., & Khuzaemah. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Flow Akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 201–206.
- 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. In *Perpustakaan Universitas Airlangga*.
- 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 the Correlation of Task Commitment and Flow Academic on Students With Superior Intellectual Intelligence in Sman 1 Martapura. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 47–54. <http://sman1martapura.sch.id>
- Rochmawati, R., & Nastiti, D. (2022). The Relationship Between Self Efficacy and Academic Flow in Junior High School Students. *Indonesian Journal of Education Methods Development*, 19, 6–11. <https://doi.org/10.21070/ijemd.v19i.656>
- Santoso, M. (2014). Self-efficacy dan flow akademik ditinjau dari temporal motivation theory pada mahasiswa Fakultas Psikologi. *Calyptra*, 3(1), 1–12.