

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN *FLOW* PADA
MAHASISWA UPI YANG SEDANG SKRIPSI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Pada Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Disusun Oleh:
Naida Rahma Fidela
NIM 1800984

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN *FLOW* PADA
MAHASISWA UPI YANG SEDANG SKRIPSI**

Oleh: Naida Rahma Fidela

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Psikologi pada Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

Naida Rahma Fidela

Universitas Pendidikan Indonesia

2023

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang. Skripsi ini tidak boleh diperbanyak
seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya
tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

Naida Rahma Fidela NIM. 1800984

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN *FLOW* PADA MAHASISWA UPI YANG SEDANG SKRIPSI

Disetujui dan Disahkan oleh:

Pembimbing I



Sitti Chotidjah, S.Psi. M.A., Psikolog

NIP. 19771205 200604 2 001

Pembimbing II



Muhammad Ariez Musthofa, S.Ag., M.Si

NIP. 19740409 200812 1 002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog

NIP. 19700726 200312 2 001

SKRIPSI TELAH DIUJIKAN PADA:

Hari, tanggal : Selasa, 24 Januari 2023

Waktu : 11.00 WIB

Tempat : Ruang Sidang 2 LT.8

Para Penguji terdiri dari:

Penguji I



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog

NIP. 19700726 200312 2 001

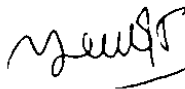
Penguji II



Ita Juwitaningrum, S. Psi., M.Pd.

NIP. 19780312 200501 2 002

Penguji III



Sitti Chotidjah, S.Psi. M.A., Psikolog

NIP. 19771205 200604 2 001

Tanggung Jawab Yuridis ada pada:

Peneliti,



Naida Rahma Fidela

1800984

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini peneliti menyatakan bahwa skripsi dengan judul, “**Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan *Flow* Pada Mahasiswa UPI yang Sedang Skripsi**” merupakan karya peneliti sepenuhnya. Tidak ada bentuk plagiat dari karya orang lain serta pengutipan yang tidak sesuai dengan etika penelitian yang berlaku. Dengan adanya surat ini peneliti siap menanggung resiko jika ditemukan adanya pelanggaran dari etika penelitian dalam skripsi saya.

Bandung, Januari 2023

Peneliti



Naida Rahma Fidela

NIM. 1800984

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang atas rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi mengenai “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan *Flow* pada Mahasiswa UPI yang sedang Skripsi”. Shalawat dan salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, serta pengikutnya hingga akhir zaman. Skripsi ini merupakan salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Variabel X dan Y pada skripsi ini menarik untuk dikaji karena sesuai dengan fenomena dan permasalahan mahasiswa saat ini. Bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan *flow* pada mahasiswa UPI yang sedang skripsi. Maka, peneliti berharap dengan selesai disusunnya skripsi ini, pembaca akan mendapatkan wawasan mengenai bagaimana hubungan antara efikasi diri dengan *flow* pada mahasiswa UPI yang sedang skripsi. Peneliti menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini. Terlepas dari itu semua, peneliti menyadari sepenuhnya terdapat kekurangan dan keterbatasan dalam skripsi ini sehingga peneliti terbuka untuk menerima kritik dan saran.

Terima kasih

Bandung, Januari 2023

Peneliti



Naida Rahma Fidela

NIM. 1800984

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang atas rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Selama penyusunan skripsi peneliti mendapatkan banyak dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Maka dari itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua peneliti, Ibu Neni, dan Bapak Agus yang senantiasa selalu memberikan doa, kasih sayang, dan dukungan untuk terus bertahan dan berjuang hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
2. Saudara kembar peneliti, Nadia Rahma Fidela yang membantu, mendukung dan senantiasa mendoakan.
3. Kepada pemilik NIM 20181410021 yang telah kebersamai penulis pada hari-hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi. Terima kasih telah menjadi rumah yang tidak hanya berupa tanah dan bangunan. Tetap kebersamai dan tidak tunduk pada apa-apa. Tabah sampai akhir.
4. Sahabat peneliti, Dea Setianingsih, Mabda Dhiya`u R, Nabilah Muthmainnah, Akira Paquismi B, Yuniar dan Isye yang telah memberikan dukungan untuk terus berprogres dan berbaik hati menampung segala keluh kesah peneliti selama proses penyusunan skripsi.
5. Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan banyak dedikasinya pada program studi psikologi UPI.
6. Dosen Pembimbing, Ibu Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog dan bapak Ariez Musthofa, S.Ag., M.Si yang selalu sabar dalam memberikan dukungan, arahan, dan masukan dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
7. Dosen Verifikator, Bapak Helli Ihsan, S.Ag., M.Si yang membimbing peneliti dalam mempelajari statistika.
8. Seluruh dosen dan staf Program Studi Psikologi UPI yang ikut serta memberikan pengalaman bagi peneliti selama masa perkuliahan berlangsung.
10. Seluruh mahasiswa UPI yang telah membantu dalam mengisi kuisisioner penelitian.

Bandung, Januari 2023
Peneliti



Naida Rahma Fidela
NIM.1800984

ABSTRAK

Naida Rahma Fidela (1800984). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Flow pada Mahasiswa UPI yang Sedang Skripsi.* Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung (2023).

Mahasiswa yang mempunyai minat terhadap skripsi, serta mampu mengontrol perilaku untuk mempertahankan usaha dalam mengerjakan skripsi maka akan mudah berkonsentrasi dan merasa tenggelam dalam mengerjakan skripsi yang sedang dijalannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan flow pada mahasiswa UPI yang sedang skripsi. Pengambilan data dilakukan pada 283 mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia dengan teknik *purposive sampling*. Efikasi diri dengan *flow* diukur menggunakan alat ukur adaptasi *self efficacy scale* dan *flow scale*. Kedua alat ukur tersebut memiliki nilai reliabilitas serta validitas yang memadai. Analisis data dilakukan menggunakan *spearman correlation*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan *flow* ($r\ 0,574$). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi efikasi diri mahasiswa UPI yang sedang skripsi, semakin tinggi *flow*nya.

Kata kunci: Efikasi Diri, *Flow*, Mahasiswa UPI, Skripsi

ABSTRACT

Naida Rahma Fidela (1800984). *Relationship Between Self-Efficacy and Flow Among UPI's Students Who Are Doing Their Thesis.* Psychology Study Program, Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung (2023).

Students who have an interest in their thesis and are able to control their behavior to maintain their efforts in working on their thesis will easily concentrate and feel immersed in working on the thesis they are currently undertaking. The aim of this study is to find out the relationship between self-efficacy and flow among UPI's students who are doing their thesis. The research participants are 283 students of the Indonesian University of Education that collected using purposive sampling technique. Self-efficacy and flow was measured with the adaptation of self-efficacy scale and flow scale. All measurements had good reliability and validity. Data analysis was done using Spearman correlation. The results of this study indicates that self-efficacy has a significant positive correlation with flow ($r = 0.574$). Therefore, it can be concluded that the higher self-efficacy level students who are doing their thesis, the higher their flow will be.

Keywords: Self-efficacy, flow, thesis

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Pertanyaan Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat/Signifikansi Penelitian.....	5
E. Sistematika Penulisan Skripsi	6
BAB II	8
KAJIAN PUSTAKA	8
A. Efikasi Diri.....	8
1. Pengertian Efikasi Diri.....	8
2. Dimensi Efikasi Diri	8
3. Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri	9
B. Kajian Tentang <i>Flow</i>	11
1. Definisi <i>Flow</i>	11
2. Dimensi <i>Flow</i>	12
3. Faktor yang Mempengaruhi Flow	13
C. Kerangka Berpikir	15
D. Hipotesis Penelitian.....	17
BAB III	18

METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian.....	18
B. Partisipan	18
C. Populasi dan Sampel	18
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	19
E. Teknik Pengambilan Data	20
F. Instrumen Penelitian.....	21
G. Analisis Data.....	23
H. Prosedur Penelitian.....	24
BAB IV	25
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	25
A. Gambaran Umum.....	25
B. Analisis Statistik Deskriptif.....	27
C. Uji Asumsi Klasik	31
D. Uji Hipotesis	33
E. Pembahasan	33
F. Keterbatasan Penelitian	37
BAB V.....	38
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	38
A. Kesimpulan	38
B. Rekomendasi.....	38
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrumen Efikasi Diri	21
Tabel 3. 2 Penskoran Instrumen	21
Tabel 3. 3 Kategorisasi Skor	22
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Instrumen	22
Tabel 3. 5 Kategorisasi Skor	23
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin.....	25
Tabel 4. 2 Tabel Sebaran Mahasiswa Sesuai Fakultas	25
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kontrak Skripsi	25
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Angkatan.....	26
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Tempat Tinggal.....	26
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Jumlah Pembimbing.....	26
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Efikasi Diri	27
Tabel 4. 8 Gambaran Efikasi Diri Berdasarkan Dimensi.....	27
Tabel 4. 9 Uji Beda Efikasi Diri Berdasarkan Demografi	28
Tabel 4. 10 Kategorisasi Skor <i>Flow</i>	29
Tabel 4. 11 Gambaran <i>Flow</i> Berdasarkan Dimensi.....	30
Tabel 4. 12 Uji Beda <i>Flow</i> Berdasarkan Demografi	31
Tabel 4. 13 Uji Normalitas	32
Tabel 4. 14 Hasil Uji Linearitas.....	32
Tabel 4. 15 Uji Korelasi Spearman.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran	17
--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan Pengangkatan Pembimbing	45
Lampiran 2. Kartu Bimbingan.....	46
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian	47
Lampiran 4. Demografi Responden.....	53
Lampiran 5. Kategorisasi Efikasi Diri dan Flow	60
Lampiran 6. Hasil Uji Normalitas & Linearitas	66
Lampiran 7. Hasil Uji Hipotesis	67
Lampiran 8. Skor Efikasi Diri	70
Lampiran 9. Skor Flow	77
Lampiran 10. Riwayat Hidup	88

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Q. N., & Saripah, I. (2019). Aspek-Aspek Flow Akademik. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 43–51.
- Alfarabi, Saraswati, & Dayakisni. (2017). Religiusitas dengan Flow pada Siswa. *PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami*, 3(2), 145–154.
- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press
- Anggraini, M. S. (2017). Kajian Kendala Penyelesaian Tugas Akhir Mahasiswa Pendidikan IPA Universitas Negeri Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Arif, K. (2013). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dan Flow Akademik. *Calyptra*, 2(1), 1–12.
- Astuti, J. P., Mayangsari, M. D., & Zwagery, R. V. (2020). Hubungan Kesadaran Diri dengan Flow pada Siswa di Daerah Lahan Gambut. *Jurnal Kognisia: Jurnal Mahasiswa Psikologi Online*, 2(2), 68–74.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. 1997. Self Efficacy – The Exercise of Control (Fifth Printing, 2002). New York: W.H. Freeman & Company.
- Blanca, M., Di, Á., Villarán, D., & Delgado, C. (2014). Computers & Education Experimenting with electromagnetism using augmented reality : Impact on flow student experience and educational effectiveness. *Computers & Education*, 71, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2013.09.004>
- Clarke, S. G. (1994). „Flow“ experience in the daily lives of sixth-form college students. *British Journal of Psychology*, 85, 511-523.
- Csikszentmihalyi, M. (2000). Beyond boredom and anxiety: Experiencing flow in work and play. San Francisco: JosseyBass
- Csikszentmihalyi, M. (2014). Applications Offlow in Human Development and Education. *London: Springer dordrecht heidelberg*
- Dewi, N. R. (2018). Kesulitan Mahasiswa Semester Akhir dalam Menyusun Skripsi. Universitas Islam Neferi Sulthan Thaha Saifuddin.
- Feist, J & Feist, G. J. (2010). Teori Kepribadian, edisi 7. *Jakarta: Salemba Humanika*
- Fritz, B. S., & Avsec, A. (2007). The experience of flow and subjective well-being of music students. *Psihološka Obzorja / Horizons of Psychology*, 16(2), 5–17.

- Gatari, A. (2020). Hubungan stres akademik dengan flow akademik pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(1), 79–89. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11739>
- Husna, & Rosiana. (2015). Hubungan Social Support dengan Flow pada Mahasiswa Fakultas Psikologi. *Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba (Sosial Dan Humaniora)*, 574–579.
- Jackson, S. A., Eklund, R. C., & Martin, A. J. (2010). *The flow scales*. Menlo Park: Mind Garden
- Kandra. (2016). Kuliah itu berapa lama sih? Ini jawabannya. Pencaricerah. Diakses dari: <https://pencaricerah.com/kuliah-ituberapa-tahun>
- Kawabata, M., & Mallett, C. (2011). Flow experience in physical activity: Examination of the internal structure of flow from a process-related perspective Article. December. <https://doi.org/10.1007/s11031-011-9221-1>
- Landhäuser, A., & Keller, J. (2012). *Flow and Its Affective , Cognitive , and Performance-Related Consequences*. 65–85. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2359-1>
- Mahesti, N. P. R. E., & Rustika, I. M. (2020). Peran Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(2), 53. <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i02.p06>
- Markamad, A., & Khuzaemah, K. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Flow. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 201–206.
- McCloskey, J., & Scielzo, S. A. (2015). Finally!: The development and validation of the academic procrastination scale. Diambil dari <http://www.researchgate.net>
- Meggs, J., Chen, M. A., & Koehn, S. (2018). Relationships Between Flow , Mental Toughness , and Subjective Performance Perception in Various Triathletes. <https://doi.org/10.1177/0031512518803203>
- Mesurado, B., Richaud, M. C., & Mateo, N. J. (2016). Engagement , Flow , Self-Efficacy , and Eustress of University Students: A Cross-National Comparison Between the Philippines and Argentina. *The Journal of Psychology*, 150(3), 281–299. <https://doi.org/10.1080/00223980.2015.1024595>
- Nugroho, P. A., Rosiana, D., & Hamdan, S. R. (2022). Flow Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring Menggunakan Metode Belajar Group Investigation. *Sukma: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 61–90.
- Pineau, T. R., Glass, C. R., Kaufman, K. A., & Bernal, D. R. (2014). *Self- and Team-Efficacy Beliefs of Rowers and Their Relation to Mindfulness and*

Flow. 142–158.

- Pradana, A. S., Putri, D. E., Psikologi, F., Gunadarma, U., & Barat, J. (2019). Flow Experience Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *12*(100), 44–56.
- Priyatna, A. (2012). Inilah faktor penghambat lulus kuliah. Kompasiana. Diakses dari <http://kompasiana.com/andryandrea/inilah-faktor-penghambat-lulus-kuliah>
- Purwati, E., & Akmaliah, M. (2016). Hubungan antara Self Efficacy dengan Flow pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo. *3*(20), 249–260. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1113>
- Putriningtias, I. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Orientasi Masa Depan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Uin Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Rahayu, S. (2020). Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi. Universitas Sriwijaya.
- Rizmen, S. (2015). Analisis Kesulitan Mahasiswa dalam Penyelesaian Skripsi di Prodi Pendidikan Matematika STKIP PGRI. LEMMA: Prodi Pendidikan Matematika STKIP PGRI Sumbar, *1*(2), 35–48.
- Rodríguez-sánchez, A., Salanova, M., Cifre, E., & Schaufeli, W. B. (2015). *Revista de Psicología Social: International Journal of Social Psychology* When good is good: A virtuous circle of self- efficacy and flow at work among teachers When good is good: A virtuous circle of self- Resumen Cuando lo bueno es bueno: el círculo virtuoso de autoeficacia y flow entre profesores Abstract. *April 2015*, 37–41. <https://doi.org/10.1174/021347411797361257>
- Sachitra, V., & Bandara, U. (2017). Measuring the academic self-efficacy of undergraduates: the role of gender and academic year experience. *World Academy of Science, Engineering and Technology, International Journal of Social, Behavioral, Educational, Economic, Business and Industrial Engineering*, *11*(11), 2321–2325.
- Salanova, M., Rodríguez-sánchez, A. M., Schaufeli, W. B., & Cifre, E. (2013). The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Salanova, Marisa, et al. The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied Flowing Together: A Longitudinal Study of Collective Efficacy and Collective Flow Among Workgroups. *no. December 2014*, *201. December 2014*, 37–41. <https://doi.org/10.1080/00223980.2013.806290>
- Santoso, M. (2014). Self-efficacy dan Flow Akademik Ditinjau dari Temporal Motivation Theory pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *3*(1), 1–12.

- Schmidt, S. C. E., Gnam, J. P., Kopf, M., Rathgeber, T., & Woll, A. (2020). The Influence of Cortisol, Flow, and Anxiety on Performance in E-Sports: A Field Study. *BioMedResearchInternational*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/9651245>
- Shernoff, D., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Shernoff, E., S. (2003). Student engagement in high school classroom from the perspective of flow theory. *School Psychology Quarterly*.
- Suhargo, A. K. (2012). Hubungan antara self-efficacy dan flow akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya
- Suryaningsih, A. (2016). Hubungan antara optimisme dan self efficacy dengan flow siswa SMA. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5(1), 1–22.
- Tanjung, R., Arifudin, O., Sofyan, Y., & Hendar. (2020). Pengaruh Penilaian Diri dan Efikasi Diri Terhadap Kepuasan Kerja Serta Implikasinya Terhadap Kinerja Guru. *Jurnal Ilmiah Manajemen, Ekonomi Dan Akuntansi*, 4(1), 380–391.
- Wati, & Firman. (2017). Hubungan Self Regulated Learning dengan Flow Akademik Siswa. *Jurnal Neo Konseling*, 1(6).
- Yuwanto, L. (2011). Stres akademik dan flow akademik. Naskah tidak dipublikasikan. Universitas Pelita Harapan, Jakarta.

