

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Akhir tahun 2019 lalu, terdapat 44 pasien di Wuhan, China, yang dirawat di rumah sakit karena pneumonia tanpa diketahui penyebabnya. Hasil uji laboratorium para pasien menunjukkan penyebab dari pneumonia mereka adalah virus corona yang baru yaitu novel coronavirus (Handayani, Hadi, Isbaniah, Burhan, & Agustin, 2020). *Corona virus disease-2019* atau covid-19 merupakan penyakit yang timbul dari paparan novel coronavirus. Reaksi yang seringkali dirasakan oleh para penderita covid-19 adalah demam, batuk, sakit tenggorokan, dan merasa sesak ketika bernapas (Yuliana, 2020). Virus ini menyebar dengan cepat ke berbagai negara hingga menyebabkan 141 juta kasus positif pada April 2021 (Rizal, 2021). Berbagai upaya dilakukan untuk mengurangi jumlah kasus, seperti penutupan akses wilayah, yang diterapkan oleh China, Denmark, dan Malaysia.

Indonesia turut menjadi salah satu negara yang terdampak oleh covid-19. Kasus pertama di Indonesia diumumkan pada 3 Maret 2020. Berbagai upaya dilakukan untuk menangani kasus covid-19, seperti membatasi aktivitas yang mengharuskan untuk bertatap muka. Beberapa contoh kebijakan dari pemerintah untuk meredam kasus covid-19 diantaranya adalah perubahan metode belajar untuk berbagai sekolah serta perguruan tinggi, transportasi umum dibatasi jumlah penumpangnya, tempat wisata dan hiburan harus ditutup untuk sementara waktu, serta peniadaan kegiatan keagamaan di rumah ibadah (detiknews, 2020).

Pembelajaran tatap muka di sekolah mulai ditiadakan sejak Maret 2020. Sekolah – sekolah yang berada di DKI Jakarta dimulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi tidak diperbolehkan melaksanakan

pembelajaran tatap muka untuk memutus rantai penyebaran covid-19. Peserta didik diharuskan untuk beradaptasi dengan metode belajar baru yaitu pembelajaran jarak jauh. Definisi dari pembelajaran jarak jauh menurut Jusuf, Sobari, dan Fathoni (2020) adalah pembelajaran menggunakan berbagai media yang mampu diakses dengan internet. Mahasiswa diharuskan untuk memanfaatkan internet agar dapat memahami materi, mengumpulkan tugas serta kuis, hingga melaksanakan praktikum ketika melaksanakan pembelajaran jarak jauh (NurCita & Susantiningsih, 2020). Perubahan metode belajar dari tatap muka menjadi daring menuntut siswa untuk cepat beradaptasi dan memanfaatkan keberadaan teknologi, namun hal tersebut tidaklah mudah.

Pendapat siswa di Indonesia terkait pembelajaran jarak jauh dapat ditemukan dari beberapa survei berikut. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2020) dengan 1.700 responden, hasil yang diperoleh adalah sebanyak 77,8% siswa merasa kesulitan belajar karena tugas yang banyak, lalu sebanyak 37,1% responden merasa lelah dan kurang istirahat karena waktu yang diberikan dalam mengerjakan tugas sangat sedikit. Mayoritas siswa merasa tidak senang menjalani pembelajaran jarak jauh, dengan persentase sebesar 76,7%. Menurut survei lain yang dilaksanakan oleh UNICEF Indonesia (2020) menunjukkan sebesar 66% siswa merasa tidak nyaman belajar dari rumah.

Mahasiswa turut mengeluhkan pembelajaran jarak jauh. Survei yang dilaksanakan oleh Kemendikbud menunjukkan 90% mahasiswa lebih memilih untuk berkuliah secara tatap muka (Maharani, 2020). Sejalan dengan survei Kemendikbud, hasil penelitian Asiah (2021) menunjukkan bahwa sebesar 56% mahasiswa lebih menyukai berkuliah secara tatap muka dibandingkan daring. Hasil penelitian lainnya mengungkapkan bahwa sebanyak 47% mahasiswa merasa tidak senang dengan pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (Ningsih & Rahadi, 2020).

Mahasiswa memerlukan konsentrasi untuk memahami materi serta mengerjakan tugas dengan baik. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Asiah (2021) di salah satu fakultas kedokteran dari perguruan tinggi di Jakarta menunjukkan hanya 36% mahasiswa yang mampu berkonsentrasi saat belajar

selama 2 - 3 jam. Penelitian lain menjelaskan bahwa sebanyak 14 dari 20 mahasiswa menyatakan sulit untuk berkonsentrasi selama pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (Aisah, Narinda, & Pratiwi, 2021).

Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh ini tidak selalu mudah, mahasiswa menemui hambatan yang mengganggu konsentrasi belajar. Hambatan yang dirasakan antara lain kuota internet terbatas serta sinyal tidak stabil, terdapat suara-suara yang mengganggu misalnya tetangga sedang membangun rumah, orangtua yang meminta melakukan sesuatu, *gadget* yang dimiliki tidak memiliki kapasitas yang cukup untuk menggunakan aplikasi pembelajaran, serta tidak mudah untuk berkomunikasi dengan teman (Huzaimah & Amelia, 2021). Hambatan lainnya yaitu sulit memahami materi pembelajaran yang diberikan secara *online* dan merasa komunikasi yang dilakukan melalui aplikasi pembelajaran maupun pesan singkat kepada dosen kurang memuaskan (Firman & Rahman, 2020).

Hasil wawancara mahasiswa Jakarta yang dilakukan oleh Fadhal (2020) menunjukkan adanya berbagai hambatan dalam pembelajaran jarak jauh yang mereka rasakan, yakni mahasiswa merasa tidak nyaman dan sulit fokus saat presentasi secara *online*, merasa bosan saat melaksanakan perkuliahan, kelelahan karena terlalu lama berada di depan *gadget* untuk belajar, adanya gangguan dari lingkungan seperti suasana rumah yang tidak memungkinkan untuk belajar serta orangtua yang meminta mahasiswa melakukan aktivitas lain, mahasiswa merasa pembelajaran daring lebih bebas dari pengawasan dosen sehingga menjadi tidak serius dalam belajar, serta kehilangan kesenangan dalam belajar. Perubahan metode belajar tatap muka menjadi daring turut menyebabkan kecemasan mahasiswa karena tidak percaya diri dan tidak terbiasa untuk menyampaikan pendapatnya di dalam kelas (Fadhal, 2020). Berbagai hambatan ini menyebabkan mahasiswa sulit untuk berkonsentrasi dan merasa tidak nyaman dalam menjalani kegiatan akademik, dengan demikian, akan sulit pula mengalami kondisi *flow*.

Flow adalah keadaan di mana seseorang berkonsentrasi, merasa nyaman, dan memiliki motivasi dari dalam dirinya ketika melakukan aktivitas (Csikszentmihalyi dalam Chandra, 2013). Bakker (2008) mendefinisikan flow

sebagai keadaan ketika individu terserap dalam aktivitas yang dilakukan dan menikmatinya. Flow yang dirasakan saat melakukan kegiatan akademik disebut juga flow akademik. Flow akademik merupakan keadaan saat individu mampu belajar atau menjalankan kegiatan akademik dengan nyaman dan tidak menganggapnya sebagai beban, memiliki konsentrasi yang tinggi, serta motivasi internal yang kuat (Putri, 2016).

Flow dibutuhkan saat belajar agar muncul keseimbangan antara tantangan yang diberikan dengan kemampuan diri, sehingga siswa mampu merasakan suasana belajar yang aktif dan menyenangkan (Hidayati & Aulia, 2019). Adanya flow saat belajar dapat membantu siswa lebih fokus, menikmati proses belajar, serta tidak mudah terganggu dengan keadaan sekitar sehingga lebih efektif dalam belajar. Menurut Yuwanto (2018), flow dapat meningkatkan motivasi dan memengaruhi keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik. Barret (dalam Markamad & Khuzaemah, 2019) menyebutkan bahwa flow juga dapat membantu siswa lebih mudah memahami materi pelajaran.

Siswa dengan *flow* akademik yang rendah rentan mengalami hambatan dalam proses belajar, seperti prokrastinasi akademik dan stres akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Pradana & Putri (2019) menunjukkan hubungan antara *flow* dengan prokrastinasi, semakin tinggi *flow* maka semakin rendah tingkat prokrastinasi. Individu dengan *flow* yang tinggi akan merasa nyaman saat mengerjakan tugasnya dan tidak akan menunda menyelesaikannya. Jika tidak merasa nyaman dan tidak berkonsentrasi ketika belajar, siswa dapat mengalami stres akademik. Hubungan antara *flow* dengan stres akademik adalah semakin tinggi stres akademik, akan semakin rendah tingkat *flow* yang dialami (Gatari, dalam Masviah & Mariyati, 2021). Yuwanto (2018) menyebutkan dampak negatif dari rendahnya *flow*, yaitu siswa menjadi tidak fokus, tidak termotivasi, dan tidak menikmati aktivitas akademik sehingga akan lebih memilih melakukan aktivitas lainnya.

Faktor yang mempengaruhi *flow* menurut Csikszentmihalyi (dalam Chandra, 2013) adalah faktor individu dan faktor lingkungan. Markamad dan Khuzaemah (2019) menyebutkan faktor lainnya yaitu motivasi berprestasi, efikasi

diri, metode pembelajaran yang diterapkan, dukungan sosial, tingkat religiusitas, serta *self regulated learning*.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *flow* adalah efikasi diri, yaitu evaluasi diri individu terhadap kemampuan atau kompetensinya sendiri untuk mencapai tujuan, melakukan suatu tugas, atau melewati rintangan (Bandura dalam Kurland & Siegel, 2016). Efikasi diri bersifat spesifik terhadap bidang yang berkaitan dengan target perilaku, jika berhubungan dengan akademik maka disebut dengan efikasi diri akademik. Keyakinan individu untuk menguasai situasi akademik yang dihadapi dan mendapatkan hasil yang baik merupakan definisi dari efikasi diri akademik (Mukti & Tentama, 2019). Menurut Zajacova et al., (2005) efikasi diri akademik ialah kepercayaan siswa terhadap kemampuannya sendiri untuk menyelesaikan berbagai tugas akademik seperti menyiapkan diri untuk ujian dan menulis berbagai makalah.

Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh membuat mahasiswa harus beradaptasi dengan perubahan metode belajar dan tetap mendapatkan hasil belajar yang baik. Menurut Zulkosky (2009), individu dengan efikasi diri yang tinggi akan menganggap tugas yang sulit sebagai tantangan dan tidak akan menghindarinya. Efikasi diri akademik dapat mempengaruhi proses hasil belajar siswa serta berperan dalam menyelesaikan masalah yang sulit (Sariroh & Yulianto, 2018). Menurut Baron & Byrne (dalam Kurland & Siegel, 2016) efikasi diri dalam bidang akademik mempengaruhi kemampuan siswa dalam menyelesaikan tugas, mengatur pembelajaran, serta memenuhi ekspektasi akademik dirinya sendiri dan orang lain. Hasil penelitian Chairiyati (2013) menunjukkan bahwa efikasi diri akademik adalah salah satu prediktor untuk prestasi akademik. Jika efikasi diri akademik yang dimiliki baik, maka prestasi akademik akan baik pula.

Individu yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung memilih untuk melakukan kegiatan menantang, berusaha keras, serta tetap mempertahankan usahanya meski mengalami hal tidak menyenangkan (Nugraheni, 2016). Mahasiswa dengan efikasi diri akademik yang tinggi akan memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu mempelajari semua materi dalam perkuliahan walaupun

tidak mudah, memiliki sikap positif selama menjalani proses perkuliahan, serta memiliki motivasi untuk berpartisipasi aktif di kelas dalam pembelajaran jarak jauh (Septiana, 2020). Jika mahasiswa merasa yakin dengan kemampuannya sendiri, maka proses pembelajaran akan dirasa menyenangkan karena mahasiswa merasa nyaman serta memiliki konsentrasi dan motivasi yang baik.

Penelitian Santoso (2014) menjelaskan bagaimana hubungan antara efikasi diri dengan *flow* akademik. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara keduanya, semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi *flow* akademik. Adanya penilaian terhadap kemampuan diri membuat mahasiswa dapat menikmati kegiatan akademik yang dilakukan. Penilaian terhadap kemampuan diri sendiri juga memicu timbulnya motivasi dari dalam diri untuk melakukan aktivitas.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh Purwati & Akmaliyah (2016) menunjukkan adanya korelasi antara efikasi diri dengan *flow* akademik. Semakin tinggi efikasi diri, akan semakin tinggi pula *flow* akademik. Siswa dengan efikasi diri yang baik akan mampu mengontrol perilakunya untuk fokus terhadap tugas yang dikerjakan, sehingga akan lebih mudah mencapai kondisi *flow*.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah efikasi diri akademik dapat memengaruhi *flow* akademik yang dirasakan oleh mahasiswa di masa pandemi covid-19 karena terjadinya perubahan metode belajar di perkuliahan dari tatap muka menjadi daring menimbulkan berbagai fenomena terkait *flow* akademik. Penelitian ini akan difokuskan kepada mahasiswa yang menjalani pembelajaran secara daring di masa pandemi.

Penelitian dengan variabel efikasi diri dan *flow* akademik ini sudah dilaksanakan sebelumnya oleh Purwati & Akmaliyah (2016) dengan siswa SMP yang mengikuti program akselerasi sebagai subjeknya, namun penelitian tersebut dilakukan sebelum masa pandemi covid-19. Berdasarkan data – data yang sudah dibahas sebelumnya, peneliti menyimpulkan bahwa *flow* akademik merupakan hal penting bagi mahasiswa yang sedang menjalani pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian

terkait pengaruh efikasi diri akademik terhadap *flow* akademik pada mahasiswa di masa pandemi covid-19.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran efikasi diri akademik pada mahasiswa?
2. Bagaimana gambaran *flow* akademik pada mahasiswa?
3. Apakah terdapat pengaruh efikasi diri akademik terhadap *flow* akademik mahasiswa di Jakarta pada masa pandemi covid-19?

## 1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, penelitian ini berfokus untuk membahas pengaruh efikasi diri akademik terhadap *flow* akademik mahasiswa di Jakarta pada masa pandemi covid-19.

## 1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh efikasi diri akademik terhadap *flow* akademik mahasiswa di Jakarta pada masa pandemi covid-19?

## 1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh efikasi diri akademik terhadap *flow* akademik mahasiswa di Jakarta pada masa pandemi covid-19.

## 1.6. Manfaat Penelitian

### 1.6.1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam ilmu psikologi positif terkait *flow* dan efikasi diri dalam bidang akademik serta menggambarkan bagaimana pengaruh antara efikasi diri akademik dan *flow* akademik.

### 1.6.2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa terkait efikasi diri akademik serta *flow* akademik serta manfaatnya selama proses belajar di perkuliahan.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya terkait efikasi diri akademik atau *flow* akademik.

