

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *SELF REGULATED LEARNING*  
TERHADAP *FLOW* AKADEMIK DI MASA PEMBELAJARAN  
DARING PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI  
PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2021**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Guna Mengajukan Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh :

**NANDA WAFIQAR ROHMAH**

**9.334.256.18**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

**2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *SELF REGULATED LEARNING*  
TERHADAP *FLOW* AKADEMIK DI MASA PEMBELAJARAN  
DARING PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI  
PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2021**

**NANDA WAFIQAR ROHMAH**

NIM : 9.334.256.18

Disetujui oleh:

Pembimbing I



**Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si**

**NIP : 19771215 200501 2 002**

Pembimbing II



**Novi Wahyu Winastuti, M.Psi, Psikolog**

**NIP : 19831113 201903 2 004**

## NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 11 Juni 2022  
Lampiran : 4 (empat) berkas  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : NANDA WAFIQAR ROHMAH  
NIM : 933425618  
Judul : *PENGARUH SELF EFFICACY DAN SELF REGULATED LEARNING TERHADAP FLOW AKADEMIK DI MASA PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2021.*

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



**Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si**  
NIP : 19771215 200501 2 002

Pembimbing II



**Novi Wahyu Winastuti, M.Psi, Psikolog**  
NIP : 19831113 201903 2 004

## NOTA PEMBIMBING

Nomor : Kediri, 11 Juni 2022  
Lampiran : 4 (empat) berkas  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : NANDA WAFIQAR ROHMAH  
NIM : 933425618  
Judul : *PENGARUH SELF EFFICACY DAN SELF REGULATED LEARNING TERHADAP FLOW AKADEMIK DI MASA PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2021.*

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, sesuai dengan beberapa petunjuk dan tuntutan yang diberikan dalam sidang munaqosah yang dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2022, kami dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



**Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si**  
NIP : 19771215 200501 2 002

Pembimbing II



**Novi Wahyu Winastuti, M.Psi, Psikolog**  
NIP : 19831113 201903 2 004

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH SELF EFFICACY DAN SELF REGULATED LEARNING  
TERHADAP FLOW AKADEMIK DI MASA PEMBELAJARAN  
DARING PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI  
PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI ANGKATAN 2021**

**NANDA WAFIQAR ROHMAH**

933425618

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah  
Institut Agama Islam Negeri Kediri  
Pada Tanggal 11 Juli 2022

Tim Penguji,

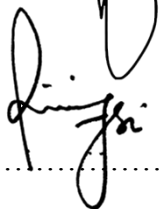
1. Penguji Utama

**Dr. Taufik Alamin, M. Si**  
NIP. 1972072520060410003

(.....  



2. Penguji I

**Dr. Rini Risnawita S, M. Si**  
NIP. 19771215200050120002

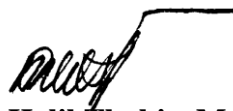
(.....  


3. Penguji II

**Novi Wahyu Winastuti, M. Psi.**  
NIP. 1983111320190320004

(.....  


Kediri, .11 Juli 2022  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri



**Dr. A. Halil Thahir, M. HI.**  
NIP. 1971112120050110006



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**  
**PERPUSTAKAAN**

---

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : NANDA WAFIQAR ROHMAH  
NIM : 933425618  
Fakultas/Jurusan : USHULUDDIN DAN DAKWAH/PSIKOLOGI ISLAM  
E-mail address : nandawafiqarrohmah@yahoo.com  
Jenis Karya Ilmiah :  Skripsi  Tesis  Disertasi  
 Lain-lain (.....)

Judul Karya Ilmiah :

Dengan ini menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan IAIN Kediri, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah tersebut diatas beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan IAIN Kediri berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis dan pengembangan ilmu pengetahuan tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan IAIN Kediri, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Kediri, 11 Juni 2022

Penulis

  
(Nanda Wafiqar Rohmah)

## **MOTTO**

“Selama kita mau dan ada usaha dalam setiap keinginan, Maka tidak ada yang  
tidak mungkin didunia ini”

## **PERSEMBAHAN**

Dengan segenap kerendahan hati kupersembahkan skripsi ini untuk :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Moh. Rofeq dan Ibu Yulianti Zulaikhah, yang telah membesarkan dan mendidikku dengan begitu sabar. Sungguh besar pengorbananmu untukku, hingga tak akan pernah bisa ku balas dengan apapun. Karya ini untukmu Bapak dan Ibuku.
2. Teman-teman organisasiku, saudari Binti Nur Kholifah yang telah menyemangatiku tanpa lelah. Terima kasih untuk dorongan dan do'a yang selalu kau berikan padaku.
3. Teman terbaikku Arkham Almukromin yang selalu menemani saya dan mensupport saya ketika putus asa. Terima kasih untuk do'a dan dukunganmu untukku selama ini.
4. Teman-teman seperjuangan, saudari Suci Pratiwi, Sevina Syahrul Rohmadhoni, Aslihah, Novia Kurniati. Terima kasih untuk dorongannya selama ini.
5. Terakhir saya persembahkan karya tulis ini untuk semua orang yang saya sayangi, terima kasih atas bantuan, do'a, serta dorongan yang telah kalian berikan.



## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nanda Wafiqar Rohmah

Nim : 933425618

Program studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin Dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis iji benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiat, baik sebagian atau seluruhnya. Maka, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 11 Juli 2022  
Penulis



Nanda Wafiqar Rohmah  
933425618

## ABSTRAK

NANDA WAFIQAR ROHMAH, Dosen Pembimbing Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si dan Novi Wahyu Winastuti, M. Psi. Psikolog. Pengaruh *Self Efficacy* Dan *Self Regulated Learning* Terhadap *Flow* Akademik Di Masa Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa Baru Program Studi Psikologi Islam IAIN KEDIRI Angkatan 2021. Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Kediri (IAIN) Kediri, 2022.

Kata kunci : *self efficacy*, *self regulated learning*, *flow* akademik.

Model pembelajaran secara daring ini ditemukan beberapa kendala pada mahasiswa, salah satunya adanya penurunan konsentrasi. Hal ini terlihat dari ketanggapan mahasiswa dalam menjawab pertanyaan dari dosen, kemudian kurang siapnya mahasiswa dalam menerima materi yang disampaikan oleh dosen. Dari adanya penurunan konsentrasi ini tentu tidak ideal jika terus-menerus terjadi dikalangan mahasiswa. Dimana dapat mengakibatkan sulitnya mahasiswa dalam mencapai kondisi *flow* akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* dan *self regulated learning* terhadap *flow* akademik pada masa pembelajaran daring.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis penelitian korelasi. Teknik sampel yang digunakan *simple random sampling*. Dimana cara pengambilan sampelnya dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 102 mahasiswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda, instrumen penelitian ini menggunakan skala likert.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil perhitungan uji regresi sederhana didapatkan data: 1) Nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh yang positif antara *self efficacy* terhadap *flow* akademik. 2) Selanjutnya diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh yang positif antara *self regulated learning* terhadap *flow* akademik. 3) Berdasarkan hasil uji regresi berganda didapatkan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh yang positif antara *self efficacy* dan *self regulated learning* terhadap *flow* akademik. 4) Hasil analisis dari koefisien determinan diperoleh data, besarnya pengaruh antara kedua variabel independen terhadap variabel dependen adalah sebesar 41,8%.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya berupa ilmu pengetahuan, kesehatan, dan petunjuk sehingga skripsi saya dengan judul “ Pengaruh *Self Efficacy* Dan *Self Regulated Learning* Terhadap *Flow* Akademik Di Masa Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa Baru Program Studi Psikologi Islam IAIN KEDIRI Angkatan 2021. ” dapat terselesaikan. Skripsi ini diajukan guna untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Psikologi. Shalawat serta salam disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW dan para sahabat serta pengikut-pengikutnya yang setia.

Terselesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dari berbagai pihak, sehingga dalam kesempatan kali ini, dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya bagi semua pihak yang telah membantu, khususnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektor IAIN KEDIRI.
2. Bapak Prof. Dr. A. Halil Thahir, M. HI. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN KEDIRI.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M. Si. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN KEDIRI.
4. Dosen penguji utama, Dr. Taufik Alamin, M.Si.
5. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M. Si. dan Ibu Novi Wahyu Winastuti, M.Psi. Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, serta meluangkan waktunya hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN KEDIRI.

7. Semua pihak yang terlibat oleh penulis dalam penyusunan skripsi sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kesalahan dari penulisan skripsi ini. Maka dari itu, penulis berharap agar semua pihak membantu memberikan saran dan kritik terhadap penulisan penelitian ini sehingga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi para pembacanya pada umumnya. Semoga Allah SWT meridhoi segala apa yang kita usahakan.

Kediri, 11 Juni 2022  
Penulis

**Nanda Wafiqar Rohmah**  
**NIM : 9.334.256.18**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
NOTA DINAS.....	iii
NOTA PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	viii
ABSTRAK .....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Hipotesis Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Telaah Pustaka .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G. Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. <i>FLOW</i> AKADEMIK.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian <i>flow</i> akademik.....	18
2. Aspek-Aspek <i>Flow</i> akademik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya <i>Flow</i> akademik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>B. SELF EFFICACY</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian <i>Self efficacy</i> ..... <sup>xii</sup>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Aspek-Aspek <i>Self efficacy</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Faktor yang mempengaruhi <i>Self efficacy</i>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>C. SELF REGULATED LEARNING</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian <i>Self Regulated Learning</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Aspek-aspek <i>Self Regulated Learning</i> ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Faktor- Faktor yang mempengaruhi <i>Self Regulated Learning</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>D. KERANGKA BERPIKIR</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Rancangan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Variabel Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Populasi Dan Sampel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Teknik Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Teknik Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Gambaran Umum Subjek penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Deskripsi Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V PEMBAHASAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. PEMBAHASAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

1. Besar pengaruh antara <i>Self efficacy</i> terhadap <i>Flow akademik</i> dimasa pandemi covid-19 pada mahasiswa Program studi Psikologi Islam angkatan 2021 IAIN KEDIRI. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Besar pengaruh <i>self regulated learning</i> terhadap <i>flow akademik</i> dimasa pandemi covid-19 pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam angkatan 2021 IAIN KEDIRI. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Besar pengaruh antara <i>Self Efficacy</i> dan <i>Self Regulated Learning</i> dimasa pandemi covid-19 terhadap <i>Flow Akademik</i> pada mahasiswa Program studi Psikologi Islam angkatan 2021 IAIN KEDIRI.	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Seberapa besar sumbangan efektif variabel <i>self efficacy</i> dan <i>self regulated learning</i> terhadap <i>flow akademik</i> . ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB VI PENUTUP</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Kesimpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Saran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print <i>Flow Akademik</i> .....	39
Tabel 3.2 Blue Print <i>Self Efficacy</i> .....	41
Tabel 3.3 Blue Print <i>Self Regulated Learning</i> .....	42
Tabel 4.1 Jumlah Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	49
Tabel 4.2 Korelasi Aitem Dengan Aitem Total .....	50
Tabel 4.3 Korelasi Aitem Dengan Aitem Total .....	51
Tabel 4.4 Korelasi Aitem Dengan Aitem Total .....	52
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas instrumen Penelitian <i>Flow Akademik</i> .....	53
Tabel 4.6 Hasil Deskripsi Data <i>Flow Akademik</i> .....	54
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian <i>Self Efficacy</i> .....	54
Tabel 4.8 Hasil Deskripsi <i>Self Efficacy</i> .....	54
Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian <i>Self Regulated Learning</i> ....	55
Tabel 4.10 Hasil Deskripsi <i>Self Regulated Learning</i> .....	55
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas .....	56
Tabel 4.12 Hasil Uji Linieritas Variabel <i>Self Efficacy</i> Terhadap <i>Flow Akademik</i>	57
Tabel 4.13 Hasil Uji Linieritas Variabel <i>Self Regulated Learning</i> Terhadap <i>Flow Akademik</i> .....	58
Tabel 4.14 Hasil Uji Multikolinieritas .....	59
Tabel 4.15 Hasil Uji Heteroskedatisitas .....	60
Tabel 4.16 Hasil Uji T Pada Variabel <i>Self Efficacy</i> Terhadap <i>Flow Akademik</i> .....	61
Tabel 4.17 Hasil Uji T Pada Variabel <i>Self Regulated Learning</i> Terhadap <i>Flow Akademik</i> .....	62
Tabel 4.18 Hasil Uji F.....	63
Tabel 4.19 Hasil Uji R Square Dari Kedua Variabel Independen Terhadap Variabel Terikat .....	64
Tabel 4.20 Hasil Uji R Square Dari <i>Self Efficacy</i> Terhadap <i>Flow Akademik</i> .....	65
Tabel 4.21 Hasil Uji R Square Dari <i>Self Regulated Learning</i> Terhadap <i>Flow Akademik</i> .....	66



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	3
------------------------------------	---

