

**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN *FLOW* AKADEMIK  
PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 3  
TOBOALI**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

**Oleh:**

**DIANA NATALIA  
1924006**

**Program Studi Psikologi Islam  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam**

**Kepada:**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDUR RAHMAN SIDDIK  
BANGKA BELITUNG  
2023**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Kep. Bangka Belitung 33173  
E-mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id) Website : [iainsasbabel.ac.id](http://iainsasbabel.ac.id)

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME**  
**Nomor : B.536/FD/B12/PP.00.9/10/2023**

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Diana Natalia  
NIM : 1924006  
Program : Strata 1  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Flow* Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Toboali.

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 20% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 19 Oktober 2023  
Dekan,



*[Signature]*  
Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP. 196601051997031001

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini

Nama : Diana Natalia  
Nim : 1924006  
Jurusan : Dakwah Dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "**Hubungan Self Regulated Learning dengan Flow Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Toboali**". Ini adalah asli karya atau penelitian saya sendiri bukan merupakan karya yang pernah di ajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi manapun sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis dijadikan acuan kutipan dalam narasi skripsi ini.

Bangka, 12 Oktober 2023

Yang menyatakan  
  
Diana Natalia

Nim 1924006



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka,  
Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal. : Skripsi  
Diana Natalia

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
Di Bangka  
*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Penguji berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Diana Natalia  
NIM : 1924006  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Hubungan *Self Regulated Learning* Dengan Flow Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Toboali

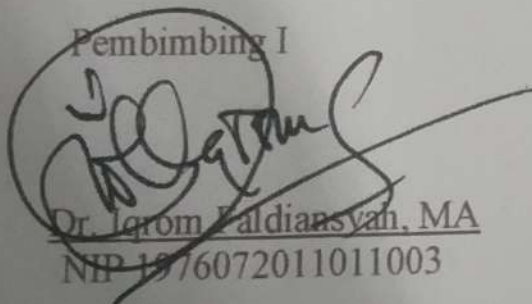
Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami Semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.

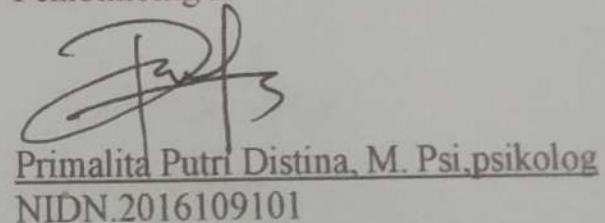
*Wassalamu 'alaikum, Wr. Wb.*

Bangka, 13 Oktober 2023

Pembimbing I

  
Dr. Iqrom Faldiansyah, MA  
NIP. 1976072011011003

Pembimbing II

  
Primalita Putri Distina, M. Psi, psikolog  
NIDN.2016109101





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka,  
Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS PENGUJI

Hal : Skripsi  
Diana Natalia

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
Di Bangka  
*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Penguji berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Diana Natalia  
NIM : 1924006  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Hubungan *Self Regulated Learning* Dengan Flow Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Toboali

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami Semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas penguji ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum, Wr. Wb.*

Bangka, 18 Oktober 2023

Penguji I

Dr. Zaprulkhan, M.S.I  
NIP 197402132009011005

Penguji II

Zulkarnain, M.A  
NIDN.2002039001



### PENGESAHAN

Nomor: B.226/FD/10/2023

Skripsi dengan judul: "Hubungan self regulated learning dengan flow akademik pada siswa sekolah menengah pertama (SMP) Negeri 3 Toboali"

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Diana Natalia

N I M : 1924006

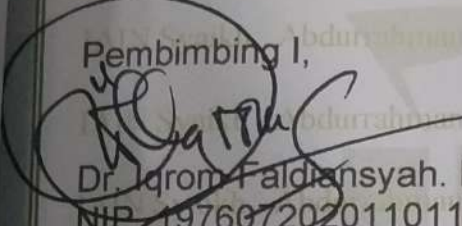
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Psikologi Islam

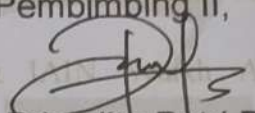
telah di munaqasyahkan pada hari Selasa, Tanggal 17 Oktober 2023 dengan nilai **B (84,60)**, dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi.).

### DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

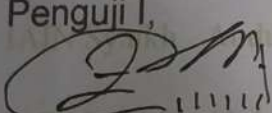
Pembimbing I,

  
Dr. Iqrom Faldiansyah, M.A  
NIP. 197607202011011003

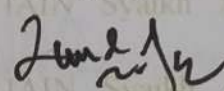
Pembimbing II,

  
Primalita Putri Distina, M.Psi, Psikolog  
NIP. 199110162023212035

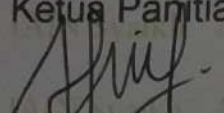
Penguji I,

  
Dr. Zaprul Khan, M.S.I  
NIP. 197402132009011005

Penguji II,

  
Zulkarnain, M.A  
NIDN. 2002039001

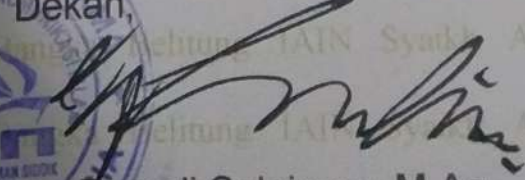
Ketua Panitia

  
Afriadi, M.Sos.

NIP. -

Bangka, 20 Oktober 2023

Dekan,

  
Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.

NIP. 196601051997031001



## **MOTTO**

” Jika kamu ingin hidup bahagia,  
terikatlah pada tujuan, bukan orang atau benda.”

~ALBERT EINSTEIN~

“Apapun yang menjadi takdirmu,  
akan mencari jalannya menemukanmu.”

~ALI BIN ABI THALIB~

“Perbanyak rasa bersyukur, kurangi mengeluh, perbanyak rasa sabar&ikhlas. Buka mata, jemberkan telinga, perluas hati. Sadari kamu yang sekarang, bukan kemarin atau besok, nikmati setiap momen hidup, dan berpetualanglah.”

~DIANA NATALIA



## PERSEMBAHAN



*Assalamu 'alaikum Wr. Wb*

Peneliti panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT telah memberikan rahmat, serta hidayah-Nya kepada semua hamba-Nya sehingga kita bisa merasakan nikmatnya yang masih mendapatkan keimanan dan keislaman hingga saat ini. Solawat serta salam senantiasa tercurahkan pada nabi besar kita Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kebodohan menuju zaman yang serba modern ini.

Disetiap waktu mengawali sesuatu yang baik tidaklah mudah, apalagi harus menjaga dan membawanya kearah yang lebih baik dan sempurna, begitu pula dengan penulisan skripsi ini. Peneliti memulai penulisan skripsi ini penuh dengan perasaan yang sabar dan tekad usaha yang gigih, serta tidak lupa untuk terus berdoa supaya dipermudahkan dalam penulisan skripsi ini sehingga akhirnya peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Disamping itu, dalam kesempurnaan penulisan skripsi tidak lepas berkat adanya dorongan serta nasehat dari berbagai pihak.

1. Sujud syukur saya persembahkan kepada yang Maha Agung dan Maha Tinggi dan Maha Adil dan Maha Penyayang dan Maha Kuasa yaitu Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya hingga kepada dialah segalanya bergantung.



2. Nabi besar kita yaitu Nabi Muhammad SAW sebagai sang inspirator hidup yang selalu menjadi tauladan disetiap langkahnya.
3. Terimakasih kepada diri sendiri, Diana Natalia karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.
4. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Riyanto. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
5. Pintu surgaku, Ibunda Elmi. Beliau sangat berperan penting dalam penyelesaian program study penulis, beliau juga memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai di bangku perkuliahan, tapi semangat, motivasi serta do'a yang selalu beliau berikan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai selesai.
6. Untuk kaka perempuanku Rita Elviani dan ke empat adikku, Husnul Khotimah, M. Solihin, Inayah Amelia, Muslimah, dan satu-satu nya keponakanku Syifa Nabila. Terimakasih sudah menemani penulis sejauh ini, dan terimakasih sudah menjadi Mood boster dan menjadi alasan penulis untuk selalu ingin pulang ke rumah.

7. Untuk partner terbaik dalam segala hal di masa perkuliahan Messy Okta Purnama Sari, terimakasih sudah menemani penulis hingga menyelesaikan studinya sampai sarjana, terimakasih atas segala bantuan, waktu, support dan kebaikan yang diberikan kepada penulis disaat masa sulit mengerjakan skripsi, dan terimakasih selalu mendengarkan keluh kesah penulis dari A sampai Z.
8. Untuk salah satu teman terbaik di masa perkuliahan Indah Pertiwi. Terimakasih selama perkuliahan sudah banyak sekali membantu penulis dalam segala hal, salah satunya membantu penulis menyebar kuesioner, terimakasih atas waktu, support dan kebaikan yang diberikan kepada penulis disaat masa sulit mengerjakan skripsi ini.
9. Dan terimakasih untuk Grup NGESKRI-Psi yang selalu membangkitkan semangat penulis untuk menyelesaikan Skripsi. Terimakasih teruntuk Antika sudah bersedia membantu penulis menyelesaikan Skripsi, dan semua teman-teman seperjuangan dari semester awal sampai semester akhir ini, Psikologi Islam 2019. Dan kepada semua pihak yang telah membantuku dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kalian dengan balasan yang lebih dari mereka berikan kepada peneliti. Peneliti juga menyadari dengan sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga penulis berharap untuk mendapatkan kritikan dan saran. Peneliti berharap skripsi ini bisa bermanfaat bagi kita semua. *Aamiin Ya Rabbal alaamiin.*

**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN *FLOW*  
AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
(SMP) NEGERI 3 TOBOALI**

**Diana Natalia**

**Program Studi Psikologi Islam**

**Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam**

**Institut Agama Islam Negeri**

**Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung**

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan masalah yang terjadi saat ini pada siswa adalah merasa bosan dengan materi pelajaran, siswa merasa terbebani dengan tugas yang diberikan guru, siswa sulit berkonsentrasi saat proses belajar mengajar, siswa cepat merasa bosan dan tidak memiliki antusias yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Flow Akademik* pada siswa sekolah menengah pertama (SMP) Negeri 3 Toboali. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 3 Toboali sebanyak 411 siswa. Penentuan sampel menggunakan teknik proportionate stratified random sampling. Perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan hasil 108 siswa. Metode pengumpulan data menggunakan angket. Hasil uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach yakni sebesar 0,924 untuk *Flow Akademik* dan hasil uji reliabilitas *Self Regulated Learning* sebesar 0,969. Uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Product Moment* dari Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *Flow Akademik* dengan *Self Regulated Learning* pada siswa SMP Negeri 3 Toboali dengan nilai korelasi sebesar 0,597 dengan signifikan  $p=0,000$  ( $<0,05$ ) maka  $H_a$  diterima.

**Kata kunci:** *Flow Akademik, Self Regulated Learning, Siswa*



## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrohmanirrohim, Alhamdulillah* puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, atas ridhonya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Adapun judul skripsi yang saya ajukan adalah **“HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN *FLOW* AKADEMIK PADA SISWA MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 3 TOBOALI”**

Penulisan skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat akademik yang harus ditempuh dalam rangka menyelesaikan Program Studi pada jurusan Psikologi Islam. Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Irawan, M.S.I , selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, beserta para staf.
3. Oktarizal Drianus, M.Psi, selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Yandi Hafizallah, M.A dan Wahyu Kurniawan, M.Psi, selaku Penasehat Akademik.
5. Dr. Iqrom Faldiansyah, M.A, selaku Pembimbing I.
6. Primalita Putri Distina, M.Psi, Psikolog, selaku Pembimbing II.
7. Dr. Zaprul Khan, M.S.I, selaku Penguji Sidang I.
8. Zulkarnain, M.A, selaku Penguji Sidang II.

9. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
10. Rekan-rekan seperjuangan, yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Dan saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan ilmu yang saya miliki. Untuk itu saya dengan kerendahan hati mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dari semua pihak demi membangun proposal penelitian ini. Harapan saya skripsi ini semoga dapat berguna bagi pihak-pihak yang terkait, lingkungan Psikologi Islam IAIN SAS BABEL serta para pembaca pada umumnya.

Bangka, 12 Oktober 2023



DIANA NATALIA

Nim 1924006

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING.....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PENGUJI .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I</b>	
<b>PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	10
E. Telaah Pustaka .....	12
F. Sistematika Penulisan .....	14
<b>BAB II</b>	
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Teori <i>Flow</i> Akademik .....	21
1. Pengertian <i>Flow</i> Akademik.....	21
2. Aspek-aspek <i>Flow</i> Akademik .....	23
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Flow</i> Akademik .....	24
B. Teori <i>Self Regulated Learning</i> .....	25
1. Pengertian <i>Self Regulated Learning</i> .....	25
2. Aspek-aspek <i>Self Regulated Learning</i> .....	26
C. Teori Remaja dan Perkembangannya.....	30
1. Pengertian Remaja .....	30
2. Batas Usia Remaja .....	31



3. Ciri-ciri Remaja .....	32
4. Aspek-aspek Perkembangan Remaja.....	34
D. Hubungan <i>Self Regulated Learning</i> dengan <i>Flow Akademik</i> .....	37
<b>BAB III</b>	
<b>METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	40
1. Jenis Penelitian.....	40
2. Desain Penelitian.....	41
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	41
D. Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
E. Definisi Konseptual Variabel.....	46
F. Definisi Operasional Variabel.....	48
G. Hipotesis Penelitian .....	49
I. Prosedur Penelitian .....	54
J. Uji Coba Keterbacaan Alat Ukur Penelitian .....	56
K. Uji Coba Alat Ukur Pertama.....	58
<b>BAB IV</b>	
<b>ANALISIS HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Responden Penelitian .....	60
B. Uji Asumsi Klasik.....	65
1. Uji Normalitas.....	65
2. Uji Linieritas .....	67
3. Kategorisasi.....	69
4. Gambaran Umum Hasil Penelitian .....	70
5. Pembahasan.....	73
<b>BAB V</b>	
<b>PENUTUP</b>	
A. KESIMPULAN.....	78
B. SARAN.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	