

Pengaruh Metode Pembelajaran terhadap Tingkat *Flow* pada Mahasiswa X Bandung

¹Ega Putri Dwiyanti, ²Dewi Rosiana

^{1,2} *Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116*
e-mail: ¹egaputridwiyanti@gmail.com, ²Dewirosiana@yahoo.com

Abstrak. Dalam pendidikan tidak semua mahasiswa terlibat dalam proses belajar. Padahal keterlibatan mahasiswa merupakan akar terbentuknya *flow* pada mahasiswa. *Flow* adalah keadaan mental yang sangat mendalam pada aktivitas, yang ditandai dengan sebuah perasaan yang bersemangat untuk fokus, keterlibatan mendalam dan *enjoyment* dalam proses aktivitas (Csikszentmihalyi, 1990, 1997). Agar terjadi pengalaman *flow* pada mahasiswa, salah satu aspek yang berpengaruh dalam proses belajar ialah *Instructional and teacher factors* atau metode pembelajaran. Pada mata kuliah strategi pemasaran terdapat metode pembelajaran yang berbeda yaitu seminar, praktikum lapangan dan diskusi kelompok besar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada perbedaan tingkat *flow* pada ketiga metode pembelajaran dan melihat metode mana yang paling efektif dalam membentuk *flow* pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan quasi eksperimen dengan menggunakan desain *one group post test only*. Pengumpulan data menggunakan *Flow Short Scale* dari Steffan Engeser (2008) dan *Flow Questionnaire* dari Csikszentmihalyi. Teknik analisis data yang digunakan ialah analisis varians (ANOVA). Hasil menunjukkan F hitung (6,245) > F tabel (2,75) serta taraf signifikansi $\alpha = 0,03$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Dari hasil tersebut, maka dapat dikemukakan ada perbedaan yang sangat signifikan tingkat *Flow* ditinjau dari metode pembelajaran pada mahasiswa. Rata-rata tingkat *flow* tertinggi pada metode pembelajaran praktikum lapangan dan terendah pada metode pembelajaran diskusi kelompok besar.

Kata Kunci : *Flow*, Metode pembelajaran, mahasiswa

A. Pendahuluan

Pendidikan memegang peranan yang penting dalam mempersiapkan sumber daya yang berkualitas. Pendidikan hendaknya dikelola dengan baik, baik secara kualitas maupun secara kuantitasnya. Salah satu lembaga penyelenggara pendidikan ialah perguruan tinggi. Perguruan tinggi mempunyai tanggung jawab mencerdaskan kehidupan bangsa. Beberapa manfaat dari adanya pendidikan antara lain, pendidikan mengasah kemampuan kita untuk berpikir, pendidikan menjadikan kita insan yang mampu berinteraksi dan beradaptasi dengan baik, pendidikan menjadikan pribadi yang mampu berpikir kreatif dan kritis serta dapat memanfaatkan kemampuan yang telah dipelajari untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Zurinal Z. 2006:h5). Dalam dunia pendidikan tidak semua siswa dapat merasakan manfaat dari pendidikan yang dialaminya. Salah satu penyebabnya adalah dalam proses belajar, tidak semua siswa dapat benar-benar mendalami dan memahami materi yang disampaikan. Seperti pada penelitian Goodlad, 1984; Steinberg, 1996 *public school are continually characterized by pervasive boredom*, dengan lebih dari dua per tiga siswa dari *public school* diklasifikasikan *disengaged* atau tidak terlibat dalam belajar (Cothran & Ennis, 2000 dalam David J. Shernoff, Csikszentmihalyi, 2007). Penelitian di Michigan Amerika, menunjukkan banyaknya mahasiswa yang absen dari kegiatan perkuliahan, ada yang menghadiri kelas secara sporadis, dan yang paling buruk, hanya hadir pada saat ujian saja. Meminjam catatan perkuliahan dari rekan lainnya, membacanya dan berharap perilaku tersebut cukup untuk memperoleh nilai ujian yang bagus (Wyatt, 1992 dalam Hilal, Arwood, Karsky & Tracton-Bishop, 2004). "*I don't think the problem is that they*

don't understand or that they can't cope intellectually with school. I think the problem is that they don't want to get involved, they don't want to learn" (Csikszentmihalyi, 2014).

Penguasaan materi ini tidak akan terjadi tanpa adanya keterlibatan siswa itu sendiri dalam proses pembelajaran. Padahal, untuk mencapai manfaat dari pendidikan yang diperoleh, seharusnya siswa terlibat dalam proses pembelajaran untuk memahami dan menguasai apa yang telah diajarkan. Reyes, Brackett, Rivers, White & Salovey (2012) mengungkapkan bahwa saat siswa memiliki keterlibatan yang baik, maka dalam proses belajarnya siswa akan memberikan perhatian yang penuh dan berpartisipasi dalam diskusi kelas, dan menunjukkan minat dan motivasi saat pembelajaran berlangsung. Menurut Shernoff dan Csikszentmihalyi (2009), "kami telah mengkonseptualisasikan dan mengukur *engagement* dalam belajar sebagai akar dari pengalaman *flow*, dengan mengukur terjadinya *high concentration, enjoyment* dan *interest* secara simultan". *Flow* adalah keadaan mental yang sangat mendalam pada aktivitas, yang ditandai dengan sebuah perasaan yang bersemangat untuk fokus, keterlibatan mendalam dan *enjoyment* dalam proses aktivitas (Csikszentmihalyi, 1990, 1997). Situasi ini merujuk kepada perasaan yang sangat menyenangkan ketika seseorang sedang melakukan aktivitas yang memerlukan keterlibatan, konsentrasi dan kesenangan secara total selama melakukan aktivitas tersebut.

Pada mahasiswa angkatan 2012 program studi X menunjukkan bahwa mahasiswa kurang ikut terlibat dalam proses belajar mengajar. Mahasiswa mengakui bahwa pembelajaran yang dilakukan di kelas membosankan dan mahasiswa hanya bersemangat pada mata kuliah tertentu yang mahasiswa sukai. Dari hasil wawancara yang didapatkan bahwa hal yang membuat mahasiswa tidak ingin terlibat dalam pembelajaran adalah proses pembelajaran yang diberikan dosen, mahasiswa mengakui jika mata kuliah yang mahasiswa sukai namun cara pembelajaran yang diberikan membosankan mahasiswa menjadi bosan dan malas. Pada semester 6 terdapat mata kuliah konsentrasi yang harus dijalani mahasiswa. Bidang konsentrasi tersebut merupakan peminatan mahasiswa pada mata kuliah yang akan diambil. Pada setiap bidang konsentrasi tersebut memiliki masing-masing empat mata kuliah yang harus dijalani mahasiswa. Pada setiap mata kuliah tersebut memberikan metode pembelajaran yang berbeda kepada mahasiswa. Metode pembelajaran adalah teknik atau pendekatan yang digunakan oleh pengajar agar peserta didik dapat memahami isi materi yang akan dipelajari.

Menurut Csikszentmihalyi salah satu aspek yang mempengaruhi terbentuknya *flow* adalah *Instructional and teacher factors*. *Flow* juga dapat dipengaruhi oleh faktor kelas dan kontekstual, seperti instruksi yang disampaikan dan mata pelajaran. Dengan definisi tersebut maka, metode pembelajaran yang diberikan pada mahasiswa akan mempengaruhi bagaimana pengalaman *flow* mahasiswa pada mata kuliah tersebut.

Pada bidang pengelolaan metode pembelajaran yang diberikan pada mahasiswa ialah diskusi kelompok besar dan kecil, presentasi, praktek simulasi dan tugas individu. Sedangkan pada bidang pengembangan metode pembelajaran yang digunakan dalam bidang ini berupaseminar, praktikum lapangan dan diskusi kelompok besar. Dimana pada hasil survey menunjukkan bahwa mahasiswa lebih terlibat pada bidang pengembangan dibandingkan pada bidang pengelolaan. Pada bidang pengembangan sendiri pun didapatkan hasil bahwa mahasiswa menunjukkan keterlibatan yang mendalam pada mata kuliah strategi pemasaran *resort and leisure* dibandingkan dengan mata kuliah lain. Dimana pada mata kuliah ini pun terdapat beberapa metode yang diberikan kepada mahasiswa. Saat berada di kelas mahasiswa biasanya diberikan

metode diskusi kelas besar dimana mahasiswa dan dosen mendiskusikan mengenai suatu masalah dan terjalin interaksi antara dosen dan mahasiswa dengan tanya jawab. Dosen biasanya memberikan juga tugas individu atau kelompok kecil pada mahasiswa untuk dibahas di minggu berikutnya. Selain itu mahasiswa pun biasanya diberikan pembelajaran untuk langsung ke lapangan dalam mengerjakan tugas atau biasanya disebut praktikum mata kuliah.

Berdasarkan hal tersebut, karena mahasiswa menunjukkan keterlibatan yang lebih tinggi pada mata kuliah strategi pemasaran *resort and leisure* maka mahasiswa pun akan menunjukkan penghayatan yang berbeda ketika pembelajaran. Penghayatan tersebut merupakan pengalaman *flow* yang terbentuk dari diri mahasiswa yang mempersepsikan tugas yang dilakukannya penting untuk dirinya, individu merasakan kelancaran aktivitas yang dilaksanakan, individu merasa terhanyut ketika melakukan aktivitasnya dan mempersepsikan tantangan yang diberikan sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya (2003; cf. Engeser & Rheinberg, 2008) dari mahasiswa selama proses pembelajaran.

Tujuan pada penelitian ini pertama, mengetahui apakah terdapat perbedaan pengaruh metode pembelajaran terhadap tingkat *flow* pada mahasiswa X Bandung. Kedua, mengetahui metode pembelajaran mana yang paling efektif mempengaruhi tingkat *flow* mahasiswa X Bandung.

Penelitian ini termasuk pada jenis penelitian eksperimen semu (quasi experimental). Dalam penelitian ini variabel ekstra tidak dimungkinkan untuk dapat dikendalikan secara ketat, seperti faktor lingkungan lainnya selain metode pembelajaran yang dapat mempengaruhi pengalaman *flow* mahasiswa. Pada penelitian ini dilakukan uji populasi, dimana seluruh anggota kelompok dalam penelitian diberi *treatment* dan dilakukan observasi dan pengukuran terhadapnya. Jadi yang akan dilihat pada penelitian ini adalah ada atau tidaknya pengaruh dari suatu perlakuan. Dalam hal ini adalah pengaruh metode pembelajaran pada mata kuliah strategi pemasaran terhadap *flow* mahasiswa X Bandung. Rancangan eksperimen yang digunakan adalah *One Group posttest-only design*. *Design* terdiri dari satu kelompok yaitu kelompok eksperimen. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner *flow short scale*. Dimana partisipan akan mendapatkan kuisioner baku mengenai *flow* dari Rheinberg, Vollmeyer, and Engeser (2003; cf. Engeser & Rheinberg, 2008) dan *Flow Questionnaire* dari Csikszentmihalyi.

B. Landasan Teori

Teori yang digunakan pada penelitian ini adalah teori mengenai metode pembelajaran menurut (Bastable, 2002). Metode pembelajaran adalah teknik atau pendekatan yang digunakan oleh pengajar agar peserta didik dapat memahami isi materi yang akan dipelajari. Pembelajaran yang efektif adalah suatu keterampilan yang dapat dipelajari untuk mengembangkan keterampilan, pengetahuan tentang proses pendidikan termasuk metode pembelajaran yang ada dan cara penggunaannya pada beraneka ragam peserta didik dan lingkungannya. Bastable (2002) dan Reilly (1999) menyatakan bahwa metode pembelajaran yang sering digunakan adalah Metode ceramah, Metode diskusi kelompok, Metode demonstrasi, Metode penugasan, Metode studi kasus, Metode problem solving, Metode simulasi dan Metode karyawisata (*Fieldtrip*).

Sedangkan, teori *Flow* yang digunakan adalah teori *flow* menurut Csikszentmihalyi dan penurunan alat ukur menurut Rheinberg, Vollmeyer, and Engeser. *Flow* adalah keadaan mental yang sangat mendalam pada aktivitas, yang ditandai

dengan sebuah perasaan yang bersemangat untuk fokus, keterlibatan mendalam dan *enjoyment* dalam proses aktivitas (Csikszentmihalyi, 1990, 1997). Situasi ini merujuk kepada perasaan yang sangat menyenangkan ketika seseorang sedang melakukan aktifitas yang memerlukan keterlibatan, konsentrasi dan kesenangan secara total selama melakukan aktifitas tersebut. Pada pengalaman flow seseorang merasa melakukan aktifitasnya dengan baik dan akan berhasil dalam melakukannya. Flow tidak terjadi secara tiba-tiba. Menurut Csikszentmihalyi (1997, dalam Shernoff, Csikszentmihalyi, Schneider & Shernoff, 2003), untuk dapat mengalami flow, (1) seseorang perlu berkonsentrasi, (2) merasa berminat, serta (3) bersemangat pada saat ia melakukan suatu aktivitas. Ketiga unsur tersebut perlu untuk terpenuhi pada saat yang bersamaan agar flow bisa terjadi.

Di dalam setting sekolah, flow diketahui dapat terjadi pada siswa jika tugas-tugas yang diberikan oleh guru sesuai dengan kemampuan yang dimiliki siswa. Tugas-tugas sekolah yang diberikan kepada siswa sebaiknya tidak terlalu mudah tapi juga tidak terlalu mudah. Flow juga terjadi saat kondisi lingkungan belajar dapat membuat siswa lebih semangat, terstimulasi, serta mau untuk lebih terlibat di dalam proses belajar. Selain itu, flow bisa pula terjadi jika siswa menemukan adanya relevansi antara materi yang dipelajari dengan kehidupan mereka sehari-hari. Terakhir, adanya keleluasaan yang cukup besar pada siswa untuk mengontrol aktivitas belajarnya juga diketahui dapat membuat siswa mengalami flow. Kondisi-kondisi yang memfasilitasi terjadinya flow ialah *Clear Goals, Immediate and Clear Feedbacks, Challenge Skill Balance, Action-Awareness Merging, Concentration on Task at Hand, Sense of Control, Loss of Self-Consciousness = transcendence, Transformation of Time* dan *Autotelic Experience*. Rheinberg, Vollmeyer, dan Engeser menggabungkan 3 aspek flow (*concentration, enjoyment* dan *interest*) dengan 9 kondisi flow menurut Csikszentmihalyi menjadi 4 aspek yaitu *fluency of performance, Absorption by activity*, Persepsi mengenai pentingnya tugas dan Persepsi kesesuaian antara *challenge* dan *skill*.

Faktor-faktor yang mempengaruhi Flow dalam Pendidikan adalah *Phenomenological factors* yaitu instruksi yang relevan yang diberikan guru atau dosen, *Instructional and teacher factors* yaitu faktor kontekstual yang disampaikan guru dan suasana kelas dan *Demographic factors and learning history* yaitu *individual factors* da sejarah *reinforcement* dari individu tersebut atau berapa banyak penyelesaian tugas yang diberi *reward* atau dihargai.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik varians (ANOVA). Analisis Varians digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan antara rata-rata hitung lebih dari dua kelompok data. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh nilai rata-rata tingkat *flow* dari ketiga metode pembelajaran sebagai berikut:

Tabel 2. Rata-rata Tingkat flow dari Ketiga Metode Pembelajaran

Metode Pembelajaran	Rata-rata Tingkat flow
Seminar/Diskusi Kelompok Kecil	77,64
Praktikum Lapangan	85,96
Diskusi Kelompok Besar	77,08

Tabel 3.
Uji Perbedaan Rata-rata tingkat flow dari Ketiga Metode Pembelajaran

	Nilai
ANOVA (F)	6,254
Nilai probabilitas (Sig) .	0,003
Nilai α	0,05
Kesimpulan	H_0 ditolak

Tabel 4.
Perbandingan Rata-rata Tingkat flow Ketiga Metode Pembelajaran

(I) Metode Pembelajaran	(J) Metode Pembelajaran	Mean Difference (I-J)	Sig.
Seminar	Praktikum Lapangan	-8.320*	.004
	Diskusi Kelompok Besar	.560	.843
Praktikum Lapangan	Seminar	8.320*	.004
	Diskusi Kelompok Besar	8.880*	.002
Diskusi Kelompok Besar	Seminar	-.560	.843
	Praktikum Lapangan	-8.880*	.002

Berdasarkan hasil perhitungan dinyatakan bahwa terdapat perbedaan rata-rata tingkat flow yang signifikan yang ditinjau dari metode pembelajaran mata kuliah strategi pemasaran *resort* dan *leisure* bidang pengembangan UPI Bandung. Hal ini ditunjukkan oleh F hitung lebih besar dari F tabel ($6,245 > 2,75$) serta taraf signifikansi 0,03 lebih kecil dari 0,05. Adanya perbedaan tingkat flow mahasiswa bidang pengembangan tersebut dapat disebabkan oleh adanya metode pembelajaran yang berbeda. Pada hasil survey sebelumnya juga didapatkan bahwa mahasiswa bidang pengembangan pada mata kuliah strategi pemasaran *resort* dan *leisure* menunjukkan keterlibatan yang paling tinggi.

Berdasarkan uji post-hoc terdapat perbedaan rata-rata tingkat flow antara metode pembelajaran praktikum lapangan dengan seminar (nilai probabilitas sig. sebesar $\alpha = 0,004 < \alpha = 0,05$) dan terdapat perbedaan antara metode pembelajaran praktikum lapangan dengan diskusi kelompok besar (nilai probabilitas sig. sebesar $0,002 < \alpha = 0,05$). Sedangkan rata-rata tingkat flow antara metode pembelajaran seminar dengan diskusi kelompok besar tidak terdapat perbedaan yang signifikan (nilai probabilitas sig. sebesar $0,843 > \alpha = 0,05$). Sehingga metode pembelajaran praktikum lapangan merupakan metode yang paling efektif berpengaruh terhadap tingkat flow dibandingkan metode pembelajaran seminar dan diskusi kelompok besar.

Dilihat dari rata-rata tingkat flow pada aspek persepsi mengenai pentingnya tugas, metode pembelajaran yang paling efektif berpengaruh pada aspek persepsi pentingnya tugas adalah metode praktikum lapangan. rata-rata tingkat flow pada aspek *fluency of performance* maka metode pembelajaran yang paling efektif adalah metode pembelajaran praktikum lapangan. Begitu juga pada aspek *Absorption by activity* metode pembelajaran yang paling efektif adalah metode praktikum lapangan. Namun

pada aspek kesesuaian antara *challenged* dan *skill* menunjukkan nilai signifikansi $0,432 > 0,05$ yang berarti bahwa tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara ketiga metode pembelajaran terhadap tingkat flow berdasarkan aspek kesesuaian antara *challenged* dan *skill*.

Berdasarkan hal tersebut baik pada rata-rata tingkat flow maupun pada setiap aspek tingkat flow, metode pembelajaran praktikum lapangan merupakan metode yang lebih efektif dibandingkan metode pembelajaran yang lain.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengolahan data dan pembahasannya, maka penulis dapat menarik kesimpulan yang diharapkan dapat mampu menjawab tujuan dan kegunaan penelitian. Pertama, terdapat pengaruh metode pembelajaran pada mata kuliah strategi pemasaran terhadap tingkat flow pada mahasiswa. Kedua, terdapat perbedaan pengaruh metode pembelajaran seminar, praktikum lapangan dan diskusi kelompok besar terhadap skor tingkat flow pada mahasiswa mata kuliah strategi pemasaran. Ketiga, skor rata-rata Tingkat flow pada metode pembelajaran praktikum lapangan lebih tinggi dibandingkan skor rata-rata tingkat flow pada metode pembelajaran seminar dan diskusi kelompok besar dan metode pembelajaran praktikum lapangan merupakan metode paling efektif untuk meningkatkan aspek persepsi mengenai pentingnya tugas, *fluency of performance*, *Absorption by activity*. Namun pada aspek persepsi kesesuaian *challenge* dan *skill* ketiga metode pembelajaran menunjukkan hasil yang setara.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi (2010). *Metode Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Abdurrahman Ginting (2008). *Esensi Praktis Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Humaniora.
- Bastable, Susan, B. (2002). *Perawat Sebagai Pendidik: Prinsip Pengajaran*. Jakarta: EGC.
- Blackwell, Wiley. (2014). *The wiley Blackwell handbook of positive psychological interventions*, first edition. John Wiley & Sons, Ltd. Published.
- Carr, R., Hagel, P. & ellier, P. (2010). *Measuring student engagement: Using 'flow' theory to guide question development*. In M. Devlin, J. Nagy and A. Lichtenberg (Eds.) *Research and Development in Higher Education: Reshaping Higher Education*, 33 (pp. 167-177). Melbourne.
- Csikszentmihalyi, Mihalyi. (2014). *Applications of Flow in Human Development and Education: The Collected Works of Mihaly Csikszentmihalyi*. Springer Science+Business Media Dordrecht.
- Csikszentmihalyi, Mihalyi. (2014). *Flow and the Foundation of Positive Psychology*. Springer Science+Business Media Dordrecht.

- David J. Shernoff, Mihaly Csikszentmihalyi, Barbara Schneider, Elisa Steele Shernoff. *Student Engagement in High School Classrooms from the Perspective of Flow Theory*, School Psychology Quarterly, Vol. 18, No. 2, 2003, pp. 158–176.
- Djamarah. (2006). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rhineka Cipta.
- Engeser, Stefan & Falko Rheinberg. (2008). *Flow, performance and moderators of challenge-skill balance*. Springer Science+Business Media, LLC.
- Engeser, Stefan. (2012). *Advances in Flow Research*. Institute of Psychology University of Trier, Germany : Springer Science+Business Media.
- David J. Shernoff & Mihaly Csikszentmihalyi. (2014). *Flow in school, chapter 11*, 134. Springer Science+Business Media Dordrecht.
- Guo, Yi Maggie & Young K. Ro. (2008). *Capturing Flow in the Business Classroom*. Vol 6, No 2.
- Hilal, S., Arwood, D., Karsky, J. & Tracton-Bishop, B. (2004). *Academic Goals, Role Performance and Grades : A Symbolic Interactionis Explanation*. Dalam <http://www.misu.nodak.edu>
- Joel M. Hektner, Jennifer A. Schmidt, Mihaly Csikszentmihalyi. (2007). *Experience Sampling Method : Measuring the Quality of Everyday Life*. Sage Publications, Inc.
- John P. Steele, Clive J. Fullagar. (2009). *Facilitators and Outcomes of Student Engagement in a College Setting*. Kansas State University *The Journal Of Psychology*. 143(1), 5–27: Heldref Publications.
- Kaplan, Robert M. & Dennis P. Saccuzzo. 2005. *Psychological Testing principles, Application, and Issues*. California: Brooks/Cole Publishing Company, Pacific Grove.
- Magyaródi, Tímea & Henriett Nagy. (2013). *The Journal of Happiness & Well-Being*. 1(2).
- Noor, Hasanuddin. (2012). *Psikometri: Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung : Fak. Psikologi-UNISBA.
- Shernoff, David J. (2013). *Optimal Learning Environments to Promote Student Engagement*. Media New York : Springer Science+Business.
- Thais Piassa Rogatko. (2007). *The Influence of Flow on Positive Affect in College Students*. Published online: 14 August 2007. Springer Science+Business Media B.V.