

Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan *Flow* Akademik Pada Siswa Asrama Manba'ul Qur'an

Mayang Dwi Amanda¹, Berliana Henu Cahyani², Rini Eka Sari³

¹⁻³ Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa

Article Info

Article history:

Received Sep, 2026

Revised Sep, 2026

Accepted Sep, 2026

Kata Kunci:

Dukungan Sosial, Teman Sebaya, Flow Akademik, Siswa Asrama, Manba'ul Qur'an

Keywords:

Social Support, Peers, Academic Track, Boarding Students, Manba'ul Qur'an

ABSTRAK

Flow akademik merupakan kondisi ketika siswa berkonsentrasi penuh, menikmati proses belajar, dan terlibat secara optimal dalam kegiatan akademik. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam terbentuknya *flow* akademik adalah dukungan sosial teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *flow* akademik pada siswa Asrama Manba'ul Qur'an MAN Temanggung. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 97 siswa yang dipilih sebagai responden. Data dikumpulkan menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya dan skala *flow* akademik, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan Jamovi versi 2.6.44.0. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *flow* akademik ($r = 0,675$; $p < 0,001$). Dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 45,6% terhadap *flow* akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa dari teman sebaya, semakin tinggi pula tingkat *flow* akademik yang dimiliki. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *flow* akademik pada siswa Asrama Manba'ul Qur'an MAN Temanggung terbukti.

ABSTRACT

Academic flow is a psychological state in which students are fully concentrated, enjoy the learning process, and are optimally engaged in academic activities. Peer social support is considered one of the factors that may contribute to the development of academic flow. This study aimed to examine the relationship between peer social support and academic flow among students at the Manba'ul Qur'an Boarding School of MAN Temanggung. A quantitative approach with a correlational research design was employed. The participants consisted of 97 boarding school students. Data were collected using the Peer Social Support Scale and the Academic Flow Scale and were analyzed using the Pearson Product-Moment correlation test with Jamovi version 2.6.44.0. The findings revealed a significant positive relationship between peer social support and academic flow ($r = 0.675$, $p < .001$). Peer social support accounted for 45.6% of the variance in academic flow. These results indicate that students who receive higher levels of peer social support tend to experience higher levels of academic flow. Therefore, the research hypothesis proposing a positive relationship between peer social support and academic flow among

students at the Manba'ul Qur'an Boarding School of MAN Temanggung was supported.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Name: Mayang Dwi Amanda

Institution: Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, Jl. Batikan, UH-III/1043, Kelurahan Tahunan, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta (55167)

Email: mayangamanda3@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Model pendidikan berbasis asrama merupakan salah satu bentuk pendidikan yang dinilai ideal untuk diterapkan di Indonesia karena tidak hanya menekankan pencapaian akademik, tetapi juga pembentukan karakter dan akhlak peserta didik (Kemendikbud, 2018). Melalui berbagai aturan dan aktivitas yang diterapkan secara terstruktur, asrama berfungsi sebagai lingkungan yang mendukung pembentukan perilaku positif, kedisiplinan, serta penanaman nilai-nilai kemanusiaan dan keagamaan dalam kehidupan sehari-hari (Suntiah dkk., 2020; Handayani dkk., 2023). Selain itu, pendidikan berbasis asrama berperan penting dalam mengembangkan kemampuan sosial dan emosional siswa sebagai bekal menghadapi berbagai tantangan di masa depan (Hasna, 2025). Dalam konteks pembelajaran, salah satu konsep yang relevan adalah *flow*, yaitu kondisi ketika individu terlibat secara penuh dalam suatu aktivitas sehingga mampu menikmati proses yang dijalani dan mencapai keterlibatan belajar yang optimal (Bakker, 2005).

Flow merupakan salah satu konsep penting dalam psikologi positif yang menggambarkan kondisi individu ketika terlibat secara penuh dalam suatu aktivitas (Akbar dkk., 2025). Dalam konteks pendidikan, siswa perlu mengalami *flow* akademik karena kondisi ini berperan penting dalam mendukung efektivitas proses pembelajaran (Hastiana & Pratisti, 2024). *Flow* akademik merupakan keadaan psikologis ketika siswa berada pada kondisi kognitif yang optimal, memiliki motivasi tinggi, berkonsentrasi penuh, serta merasakan kesenangan selama menjalani aktivitas akademik sehingga mampu menyelesaikan tugas secara efektif dan optimal (Kristanti & Sari, 2021; Candra & Hidayah, 2023). Kondisi ini juga mendorong siswa untuk mencapai prestasi akademik yang memuaskan melalui keterlibatan penuh dalam proses belajar (Hasibah, 2024). Siswa yang mengalami *flow* cenderung lebih fokus pada materi pelajaran, antusias dalam belajar, dan merasa terbenam dalam aktivitas pembelajaran (Mayangsari dkk., 2022; Putri dkk., 2023). Menurut Apriani dan Nastiti (2023), *flow* akademik dipengaruhi oleh faktor internal, seperti *self-efficacy*, *self-regulated learning*, dan motivasi berprestasi, serta faktor eksternal yang meliputi metode pembelajaran dan dukungan sosial.

Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa masih terdapat siswa dengan tingkat *flow* akademik yang rendah. Penelitian Dethan dan Amseke (2024) pada siswa kelas X SMA X Surabaya menemukan sekitar 10–15 siswa di setiap kelas belum mencapai *flow* akademik yang optimal. Hal ini ditunjukkan oleh perilaku siswa yang berbicara dengan teman saat pembelajaran, memainkan gawai secara diam-diam, serta kurang memberikan respons positif ketika mendapat teguran dari

guru. Temuan tersebut mengindikasikan rendahnya keterlibatan dan konsentrasi siswa dalam proses pembelajaran. Temuan serupa dilaporkan oleh Wardaniati dkk. (2024) pada 39 siswa SMAN 8 Gowa. Hasil angket menunjukkan bahwa 51% siswa mengalami kesulitan berkonsentrasi selama pembelajaran, 67% sering merasa bosan terhadap kegiatan akademik, dan 62% cenderung menunda atau enggan menyelesaikan tugas. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa rendahnya *flow* akademik dipengaruhi oleh kurangnya dukungan sosial, terutama dari guru (72%) dan teman sebaya (54%), yang berdampak pada rendahnya keterlibatan siswa, di mana 54% responden mengaku tidak memperhatikan instruksi guru selama proses pembelajaran.

Permasalahan yang sama terkait *flow* akademik juga terjadi di Asrama Manba'ul Qur'an, dimana sejumlah siswa masih menunjukkan rendahnya *flow* akademik. Hal tersebut didasarkan pada temuan saat wawancara, wawancara dilakukan kepada 3 subjek dan 1 subjek pendukung.

Wawancara Subjek 1 yang dilakukan pada 13 November 2025 mengatakan bahwa:

"Kadang aku ngerasa terbebani dan enggak semangat buat belajar apalagi belajar soal hafalan, karena menurutku aku lemah soal hafalan ini jadi ngerasa udah males dulu mba,... kayak enggak senang aja kalau lagi belajar mba"

Kemudian wawancara Subjek 2 yang dilakukan pada 28 November 2025 mengatakan bahwa :

"emmm aku suka enggak fokus aja sih mba kalau belajar sama cepet capek, makanya kadang suka paling terakhir sendiri selesainnya".

Subjek 3 mengatakan bahwa :

" Lebih karena kewajiban aja ya mba, kalau aku enggak belajar takut dimarahin ustad aja sama ortu terus takut juga dapet nilai jelek, bukan karena aku suka materinya"

Hasil wawancara menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki indikasi *flow* akademik yang rendah. Subjek pertama mengaku sering merasa terbebani, malas, tidak bersemangat, dan tidak menikmati kegiatan belajar. Kondisi tersebut menunjukkan rendahnya aspek *enjoyment*, yaitu perasaan nyaman dan senang yang mendukung keterlibatan siswa dalam proses belajar. Subjek kedua mengungkapkan sering kehilangan fokus dan mudah lelah saat belajar, yang mencerminkan rendahnya aspek *absorption*, yaitu kemampuan untuk berkonsentrasi dan terlibat secara penuh dalam aktivitas akademik. Sementara itu, subjek ketiga memandang belajar hanya sebagai kewajiban untuk menghindari kemarahan ustaz atau orang tua, bukan karena ketertarikan terhadap materi. Hal ini mengindikasikan rendahnya aspek *intrinsic motivation*, yaitu dorongan dari dalam diri untuk belajar karena adanya rasa senang dan kepuasan terhadap aktivitas belajar itu sendiri. Salah satu peristiwa yang pernah terjadi adalah berpindahnya siswa asrama dari MAN Temanggung ke sekolah lainnya.

Menurut informasi dari subjek 4 selaku salah satu pengurus asrama, menyampaikan bahwa:

"Banyak juga sih mba siswa yang suka tidur dikelas dari pada liat guru jelasin materi, siswa yang akhirnya memilih pindah sekolah juga ada karena ingin ganti kelas reguler bukan asrama lagi mba,

alasanya karena enggak betah tinggal diasrama diduga sih permasalahan sama tema-temanya, tapi dalam peraturan tidak diperbolehkan, siswa asrama harus menjadi siswa asrama sampai lulus”

Pernyataan subjek keempat semakin memperkuat dugaan bahwa masih terdapat siswa asrama dengan *flow* akademik yang rendah, yang ditunjukkan oleh perilaku lebih memilih tidur di kelas daripada mengikuti penjelasan guru. Selain itu, keputusan salah satu siswa untuk pindah sekolah akibat permasalahan dengan teman sebaya mengindikasikan bahwa lingkungan sosial memiliki peran penting dalam menciptakan kenyamanan belajar. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya maupun lingkungan sekitar berpengaruh terhadap pengalaman belajar siswa. Dukungan sosial yang positif dapat meningkatkan rasa nyaman dan motivasi belajar, sedangkan kurangnya dukungan berpotensi menurunkan *flow* akademik siswa.

Beberapa temuan tersebut menunjukkan bahwa *flow* akademik pada siswa asrama dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah dukungan sosial dari lingkungan sekitar, khususnya teman sebaya. Kasus siswa yang memilih pindah sekolah karena merasa tidak betah mengindikasikan bahwa kualitas hubungan pertemanan berperan penting dalam menciptakan kenyamanan dan keberlangsungan proses belajar di asrama. Rachmaningtyas dan Khoirunnisa (2022) menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan penting dalam proses belajar melalui pemberian bantuan, motivasi, saran, pemahaman, serta rasa nyaman yang mendorong keterlibatan siswa dalam aktivitas akademik. Dukungan sosial juga mencakup pemberian informasi dan bantuan emosional yang membantu individu menghadapi berbagai permasalahan (Hartati dkk., 2022). Menurut Hafidzoh (2020) dan Salmiah dkk. (2025), dukungan teman sebaya mampu meningkatkan semangat dan motivasi belajar siswa. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Nastiti dan Cahyani (2022) yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan faktor penting dalam membentuk dan mempertahankan *flow* akademik. Sebaliknya, individu dengan *flow* akademik yang rendah cenderung kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran maupun menyelesaikan tugas akademik.

Berdasarkan uraian permasalahan tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap *Flow* Akademik Pada Siswa Asrama Manba’ul Qur’an”.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Flow Akademik

Flow pertama kali diperkenalkan oleh Mihaly Csikszentmihalyi pada tahun 1990 dan dikenal sebagai The Father of Flow Theory (Heutte dkk., 2021). Dalam konteks pendidikan, *flow* akademik merupakan kondisi ketika siswa sepenuhnya terlibat, fokus, dan menikmati proses pembelajaran sehingga menumbuhkan motivasi, ketekunan, serta kepuasan intrinsik (Putri dkk., 2023; Hastiana & Pratisti, 2024). Sebaliknya, rendahnya *flow* akademik dapat menyebabkan minat belajar menurun, kesulitan berkonsentrasi, kurang aktif dalam pembelajaran, serta munculnya kejenuhan yang menghambat proses belajar (Anisa dkk., 2024). Siswa yang memiliki *flow* akademik cenderung lebih mudah memahami materi, tetap fokus, dan menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti pembelajaran, sehingga hasil belajar menjadi lebih optimal (Mayangsari dkk., 2022; Anurda & Nastiti, 2024). Dengan demikian, *flow* akademik dapat disimpulkan sebagai kondisi psikologis optimal yang membuat siswa terlibat

penuh, nyaman, dan menikmati proses belajar, sehingga mendukung pencapaian akademik yang lebih baik (Hasibah, 2024).

2.2 *Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya.*

Dukungan sosial teman sebaya merupakan berbagai bentuk bantuan, perhatian, dan penerimaan yang diberikan oleh teman sebaya kepada individu (Hafidzoh, 2020). Dukungan ini berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar, karena teman sebaya dapat saling mendorong dan menyemangati dalam proses pembelajaran (Salmiah dkk., 2025). Dukungan sosial juga dapat berupa nasihat, motivasi, bimbingan, empati, kasih sayang, serta bantuan praktis yang membuat individu merasa dihargai, diperhatikan, dan memperoleh pertolongan ketika menghadapi kesulitan (Noorrahman dkk., 2023; Absyashofa, 2025). Selain itu, dukungan dari lingkungan sosial mampu menumbuhkan rasa optimis dan keyakinan diri dalam menghadapi berbagai tantangan (Sembiring, 2022). Dengan demikian, dukungan sosial teman sebaya berkontribusi dalam menciptakan kenyamanan dan penguatan psikologis yang dapat meningkatkan flow akademik siswa sehingga mereka lebih fokus, termotivasi, dan terlibat dalam proses belajar.

2.3 *Siswa Asrama*

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, siswa atau peserta didik adalah anggota masyarakat yang berupaya mengembangkan potensi dirinya melalui proses pembelajaran pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Dalam konteks sekolah berasrama, Kemendikbud (2018) mendefinisikan asrama sebagai tempat tinggal bagi siswa dan pengelolanya yang mendukung proses pembelajaran secara intensif selama 24 jam. Umumnya, siswa asrama berada pada rentang usia remaja, yaitu 16–18 tahun. Sekolah berasrama tidak hanya menyediakan tempat tinggal, tetapi juga menciptakan lingkungan pendidikan yang terintegrasi untuk mendukung perkembangan akademik dan karakter siswa. Dengan demikian, siswa asrama dapat diartikan sebagai peserta didik yang mengembangkan potensi dirinya melalui proses pembelajaran sekaligus tinggal di asrama sebagai lingkungan belajar yang mendukung pendidikan secara menyeluruh.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel pada penelitian ini sebanyak 97 siswa asrama Manba'ul Qur'an, Analisis data yang digunakan untuk melihat peran dukungan sosial teman sebaya dengan flow akademik pada siswa asrama Manba'ul Qur'an yaitu dengan menggunakan teknik korelasi product moment pearson. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik korelasi product moment dengan bantuan program JAMOV 2.6.44.0. Penilaian skala dukungan sosial teman sebaya menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Regresi Linear Berganda

Model Coefficients – Flow				
Predictor	Estimate	SE	t	p
Intercept	27.505	4.3135	6.38	<.001
DS	0.563	0.0631	8.91	<.001

Sumber: JAMOV 2.6.44.0.

Berdasarkan hasil analisis regresi linear, diperoleh nilai konstanta (*intercept*) sebesar 27,505 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa ketika variabel dukungan sosial teman sebaya tidak mengalami perubahan, nilai dasar *flow* akademik siswa berada pada angka 27,505. Sementara itu, variabel dukungan sosial teman sebaya (DS) memiliki koefisien regresi sebesar 0,563, nilai $t = 8,91$, dan $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh positif dan signifikan terhadap *flow* akademik siswa.

Tabel 2. Hasil Uji T

Model Coefficients – Flow				
Predictor	Estimate	SE	T	P
Intercept	27.505	4.3135	6.38	<.001
DS	0.563	0.0631	8.91	<.001

Sumber: JAMOV 2.6.44.0.

Berdasarkan hasil uji t, diperoleh nilai t hitung variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya (DS) sebesar 8,91, sedangkan nilai t tabel sebesar 1,66. Dengan demikian, $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ ($8,91 > 1,661$). Selain itu, diperoleh nilai signifikansi $p < 0,001$, yang lebih kecil dari 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh positif dan signifikan terhadap *flow* akademik siswa Asrama Manba'ul Qur'an MAN Temanggung. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa dari teman sebayanya, maka semakin tinggi pula tingkat *flow* akademik yang dimiliki siswa. Dukungan tersebut dapat meningkatkan motivasi, konsentrasi, serta keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran sehingga mereka mampu mencapai kondisi belajar yang optimal.

Tabel 3. Uji F

Omnibus ANOVA Test					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p
X	7365	1	7364.6	79.4	<.001
Residuals	8808	95	92.7		

Note. Type 3 sum of squares

Sumber: JAMOV 2.6.44.0.

Berdasarkan hasil uji F, Pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$, diperoleh nilai F tabel sebesar 3,09. Hasil analisis menunjukkan bahwa F hitung sebesar 79,4, sehingga F hitung > F tabel ($79,4 > 3,09$). Selain itu, diperoleh nilai signifikansi $p < 0,001$, yang lebih kecil dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini signifikan. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti variabel dukungan sosial teman sebaya secara signifikan berpengaruh terhadap *flow* akademik siswa Asrama Manba'ul Qur'an MAN Temanggung.

Tabel 4. Koefisien Determinasi

Model Fit Measures		
Model	R	R ²
1	0.675	0.455

Note. Models estimated using sample size of N=97

Sumber: JAMOV 2.6.44.0.

Hasil analisis menunjukkan nilai R² sebesar 0,455. Yang artinya bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 45,5% terhadap *flow* akademik, kontribusi tersebut diperoleh melalui perhitungan ($R^2 \times 100\%$). Sedangkan 54,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh positif dan signifikan terhadap *flow* akademik siswa Asrama Manba'ul Qur'an MAN Temanggung. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, diperoleh koefisien regresi sebesar 0,563, yang menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan dukungan sosial teman sebaya akan meningkatkan *flow* akademik sebesar 0,563 satuan. Selanjutnya, hasil uji t menunjukkan nilai t hitung sebesar 8,91, lebih besar daripada t tabel sebesar 1,661 ($8,91 > 1,661$), dengan nilai signifikansi $p < 0,001$, sehingga hipotesis penelitian diterima. Hasil uji F juga menunjukkan nilai F hitung sebesar 79,4 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan layak untuk menjelaskan pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *flow* akademik.

Temuan tersebut diperkuat oleh nilai koefisien determinasi (R²) sebesar 0,455. Nilai ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi efektif sebesar 45,5% terhadap *flow* akademik, sedangkan 54,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor tersebut dapat berupa motivasi belajar, efikasi diri, keterlibatan belajar (*student engagement*), regulasi diri, lingkungan belajar, maupun faktor psikologis lainnya yang turut memengaruhi terciptanya *flow* akademik. Selain itu, hasil analisis menunjukkan interval kepercayaan 95% berada pada kisaran 0,437 hingga 0,688 dan seluruh rentang tersebut berada pada nilai positif tanpa melintasi angka nol. Hal ini mengindikasikan bahwa hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *flow* akademik bersifat positif, konsisten, serta memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Nastiti dan Cahyani (2022) yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor yang berkontribusi

terhadap meningkatnya *flow* akademik siswa, meskipun masih terdapat faktor-faktor lain yang turut memengaruhinya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya, maka semakin tinggi pula *flow* akademik yang dialami siswa. Dukungan tersebut dapat berupa perhatian, motivasi, empati, penghargaan, maupun bantuan dalam menyelesaikan tugas akademik. Lingkungan pertemanan yang positif membuat siswa merasa diterima, dihargai, dan memiliki tempat untuk berbagi pengalaman belajar. Kondisi tersebut membantu siswa lebih fokus, menikmati proses pembelajaran, serta terlibat secara optimal dalam aktivitas akademik.

Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Noorrahman dkk. (2023) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk perhatian, penerimaan, motivasi, dan bantuan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar individu sehingga individu merasa dihargai, dicintai, dan memperoleh pertolongan ketika menghadapi berbagai kesulitan. Demikian pula, Absyashofa (2025) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya meliputi dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan bantuan nyata yang mampu meningkatkan rasa percaya diri serta kesejahteraan psikologis individu. Dalam lingkungan asrama, dukungan tersebut menjadi semakin penting karena siswa menghabiskan sebagian besar waktunya bersama teman sebaya, sehingga hubungan sosial yang terjalin memiliki pengaruh yang besar terhadap proses belajar.

Dalam konteks akademik, *flow* ditandai dengan fokus belajar yang tinggi, keterlibatan aktif dalam pembelajaran, dan munculnya kepuasan intrinsik selama belajar. Dukungan sosial dari teman sebaya mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan kondusif sehingga siswa lebih mudah mencapai kondisi *flow* akademik. Selain itu, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mayangsari dkk. (2022) yang menyatakan bahwa siswa yang mengalami *flow* akademik akan menunjukkan perhatian penuh terhadap materi pembelajaran, memiliki antusiasme tinggi, dan mampu berkonsentrasi dalam waktu yang lebih lama. Penelitian Anurda dan Nastiti (2024) juga menjelaskan bahwa siswa yang memiliki *flow* akademik cenderung lebih mudah memahami materi, tetap fokus ketika menghadapi tugas tambahan, dan memperoleh pengalaman belajar yang lebih efektif. Dengan demikian, dukungan teman sebaya menjadi salah satu faktor eksternal yang mampu meningkatkan motivasi belajar dan mengurangi tekanan akademik sehingga siswa lebih mudah mencapai kondisi *flow*.

Berdasarkan hasil kategorisasi, diketahui bahwa 46,39% siswa memiliki tingkat *flow* akademik pada kategori sedang, sedangkan 40,21% siswa memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya pada kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memperoleh dukungan sosial yang cukup baik dari teman sebayanya, namun dukungan tersebut belum sepenuhnya optimal dalam mendorong terciptanya *flow* akademik yang tinggi. Kondisi ini mengindikasikan bahwa siswa telah memiliki kemampuan untuk terlibat dalam proses pembelajaran dengan cukup baik, tetapi masih diperlukan upaya untuk meningkatkan kualitas interaksi dan dukungan antarteman di lingkungan asrama. Peningkatan dukungan sosial dapat dilakukan melalui kegiatan belajar kelompok, program pendampingan teman sebaya (*peer mentoring*), diskusi akademik, maupun kegiatan kebersamaan yang mampu mempererat hubungan sosial antar siswa. Dengan demikian, *flow* akademik siswa diharapkan dapat berkembang secara lebih optimal dan pada akhirnya mendukung peningkatan prestasi serta keberhasilan akademik.

Kondisi tersebut sangat relevan dengan karakteristik kehidupan di asrama. Siswa asrama dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, mengikuti jadwal kegiatan yang padat, serta hidup jauh dari keluarga. Dalam situasi tersebut, teman sebaya menjadi sumber

dukungan sosial yang paling dekat dan paling sering berinteraksi dengan siswa. Oleh karena itu, hubungan yang harmonis, saling membantu, dan saling memotivasi antarsiswa akan memberikan dampak positif terhadap kenyamanan belajar, meningkatkan motivasi akademik, serta membantu siswa mencapai kondisi *flow* selama mengikuti proses pembelajaran.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa Asrama Manba'ul Qur'an, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap flow akademik, sehingga hipotesis penelitian ini diterima. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh siswa dari teman sebayanya, maka semakin tinggi pula flow akademik yang dimiliki siswa. Sebaliknya, apabila dukungan sosial teman sebaya yang diterima siswa rendah, maka flow akademik yang dimiliki siswa juga cenderung rendah. Hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 45,5% terhadap flow akademik pada siswa, dan sisanya sebesar 54,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Absyashofa, F. N. (2025). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Fakultas Dakwah UIN STS Jambi*.
- Ahbar, U. F., Suarni, W., & Yunita, A. (2025). Dukungan sosial dengan flow akademik pada siswa SMA Negeri 2 Kendari. *Jurnal Sublimapsi*, 6(3), 216–221.
- Akbar, M. N., Murdiana, L., Daini, R., Eliana, D., Zuhra, Z., Safarina, N. A., & Safitri, Y. N. (2025). Analisis Konsep Flow pada Mahasiswa yang Mengikuti Organisasi UKM di Universitas Malikussaleh. *Jurnal Penelitian Mahasiswa Pariwisata*, 3(1), 287–294.
- Annisa, P. F. N., Alwi, M. A., & Rahmat, A. (2024). Pengaruh Self-Regulated Learning Terhadap Flow Akademik pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 4(1), 1–11.
- Anurda, B. N., & Nastiti, D. (2024). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Flow Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2023 Semester Genap Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 6(5), 1449–1457.
- Apriani, F. E., & Nastiti, D. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kinerja Akademik Setelah Pandemi Covid-19 Pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Helper: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 40(2), 100–114.
- Azwar, S. (2016). Reliabilitas dan validitas aitem. *Buletin Psikologi*, 3(1), 19–26.
- Bakker, A. B. (2005). Flow among music teachers and their students: The crossover of peak experiences. *Journal of Vocational Behavior*, 66(1), 26–44.
- Candra, I., & Hidayah, N. (2023). Peranan School Well-Being dan Optimisme Terhadap Flow Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Padang. *Psyche*, 165 *Journal*, 216–225.
- Dethan, M. V., & Amseke, F. V. (2024). Pengaruh dukungan sosial terhadap flow akademik. *Edudikara: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 9(1), 27–36.
- Hafidzoh, I. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Efikasi Diri Mahasiswa Psikologi Islam Dalam Menyusun Skripsi Di Iain Kediri*.
- Handayani, N. B., Usman, N., & Mawardi, I. (2023). Implementasi TQM dalam Pendidikan Karakter di Asrama Manbaul Qur'an MAN Temanggung. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(5), 493–501.
- Hartati, J., Achadi, W., Syarnubi, S., & Naufa, M. M. (2022). Hubungan prokrastinasi dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa pendidikan agama islam fitk uin raden patah Palembang. *Dan Budaya*, 5(4), 608–618.
- Hasibah, R. (2024). *Hubungan School Well Being Dengan Flow Akademik Pada Siswa SMA*.
- Hasna, S. N. (2025). Assemen Perkembangan Sosial Emosional Anak Di Pondok Pesantren Al-Munawir Al-Fathimiyah Krapyak. *MIDA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 8(2), 271–281.
- Hastiana, D., & Pratisti, W. D. (2024). Relasi Persepsi Kompetensi Akademik, Motivasi Berprestasi, Dukungan Sosial Guru, dan Flow Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1310–1318.

- Heutte, J., Fenouillet, F., Martin-Krumm, C., Gute, G., Raes, A., Gute, D., & Csikszentmihalyi, M. (2021). Optimal experience in adult learning: Conception and validation of the flow in education scale (EduFlow-2). *Frontiers in Psychology*, 12, 828027.
- Kebudayaan, K. P., Pengembangan, B. P., & Kebudayaan, P. P. K. P. (2018). *Kajian pengelolaan sekolah berasrama*. Pusat Penelitian Kebijakan Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kristanti, E., & Sari, N. P. (2021). Motivasi berprestasi, dukungan sosial dan flow akademik siswa di era covid-19. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1(2), 187–200.
- Mayangsari, M. D., Zwagery, R. V., Astuti, J. P., Primasari, L. E., Pratiwi, S., & Lutfi, M. (2022). Faktor-faktor yang berperan dalam aliran akademik siswa di sekolah-sekolah lahan gambut yang rawan bencana kabut asap. *Jurnal Ilmu Dan Profesi Psikologi*, 6(1), 1–9.
- Nastiti, D., & Cahyani, C. N. (2022). Dukungan sosial teman sebaya dan flow akademik pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 39(1), 13–21.
- Noorrahman, M. F., Sairin, M., & Janati, J. (2023). Peran Dukungan Sosial dalam Mengurangi Prasangka Sosial pada Mahasiswa Baru yang Merupakan Mahasiswa Imigran. *SENTRI: Jurnal Penelitian Ilmiah*, 2(5), 1751–1756.
- Nugroho, L. T., Jalal, N. M., & Agussalim, A. A. (2025). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan flow akademik pada siswa SMA “A” Pangkep. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 5(1), 724.
- Prisilla, R. M., & Pratisti, W. D. (2024). *Hubungan Antara Social Support Dan Efikasi Diri Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa*.
- Putri, R. N., Efandi, S., Khairunisa, D., Rahman, A., & Wahyuni, R. (2023). Melacak Keberhasilan dan Tantangan dalam Mencapai Aliran Akademik: Tinjauan Komprehensif. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 1(2), 10–18.
- Rachmaningtyas, A. T., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan self-regulated learning pada mahasiswa tahun pertama di masa pandemi covid-19. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 34–45.
- Salmiah, A. I., Musa, S., & Hidayat, D. (2025). Implementasi Standar Proses Pendidikan Kesetaraan Paket B di Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Kabupaten Karawang. *Jurnal Obor Penmas: Pendidikan Luar Sekolah*, 8(2), 159–169.
- Sembiring, E. (2022). *Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kelelahan Kerja pada Karyawan Departemen Produksi PT. Tirta Sibayakindo* (Disertasi Doktor, Universitas Wilayah Medan).
- Suntiah, R., Fikri, M., & Assidiqi, M. H. (2020). Perbandingan Akhlak Siswa Berasrama dengan Non Asrama SMA Boarding School. *Atthulab: Islamic Religion Teaching and Learning Journal*, 5(1), 24–36.
- Syafara, C. M. A. (2022). *Hubungan Stress Akademik Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry* (pp. 1–65).
- Toharotusari, S. W. (2023). Flow akademik (Skripsi, Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri). *Jurnal Etheses UIN Syekh Wasil Kediri*. <https://share.google/4vjtBVqB65ZmjRWlu>
- UU, R. I. NO 20. Tentang Sistem Pendidikan Nasional. <https://www.regulasip.id/book/1393/read>
- Wardaniati, W., A, A., M., & Halima, A. (2025). Hubungan dukungan sosial dengan flow akademik siswa di SMAN 8 Gowa. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(1).
- Wulandari, C. C. (2024). Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan academic flow pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta. Universitas Ahmad Dahlan.