

## FLOW PADA MAHASISWA AKTIF BERORGANISASI DI UNIVERSITAS ANDALAS

**Nursyamsi**

Universitas Andalas  
nursyamsidm@gmail.com

**Fitria Rahmi**

Dosen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

**Dyni Amenike**

Dosen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

### ABSTRAK

*Flow* merupakan sebuah keadaan kesadaran seseorang yang sangat menghayati kegiatannya, dimana ia menjadi sangat berkonsentrasi dan menikmatinya. Ketika mahasiswa mengalami *flow* pada kegiatan organisasi, konsekuensi negatif dari padatnya kegiatan organisasi dapat diminimalisir sehingga dampak positif yang dirasakan diterima dengan optimal. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai *flow* pada mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi di Universitas Andalas. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dan dasar teori dari Bakker (2008) tentang *flow* pada kegiatan organisasi. Alat ukur yang digunakan adalah kuisioner yang dimodifikasi dari jurnal Arnold B. Bakker (2008) dengan validitas alat ukur berkisar antara 0,369 sampai 0,733 dan reliabilitas sebesar 0,871. Penarikan sampel menggunakan teknik sampel stratifikasi, yaitu sebanyak 180 orang mahasiswa aktif berorganisasi di Universitas Andalas. Penelitian ini memperoleh bahwa sebagian besar mahasiswa aktif berorganisasi di Universitas Andalas mengalami *flow* dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan berada pada kategori tinggi.

**Kata kunci:** *flow*, mahasiswa aktif berorganisasi, organisasi kemahasiswaan

Memasuki dunia kerja mahasiswa haruslah memiliki kualitas yang mumpuni untuk dapat bersaing. Universitas Andalas sebagai lembaga pendidikan memiliki berbagai kebijakan untuk meningkatkan kualitas mahasiswanya, salah satunya pengembangan bidang kemahasiswaan melalui kegiatan kemahasiswaan.

Kegiatan kemahasiswaan di Universitas Andalas terbagi atas kegiatan intrakurikuler dan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler adalah kegiatan pendidikan yang terstruktur dan terjadwal serta memiliki bobot SKS, sedangkan kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan kemahasiswaan yang pada dasarnya menjadi pelengkap dari kegiatan intrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler ini bertujuan untuk mengembangkan kecerdasan sosial, kegiatan emosional, sipiritual, dan kinestetik yang dapat mengasah kemampuan dan meningkatkan kemampuan *soft-skill* mahasiswa.

Salah satu bentuk kegiatan ekstrakurikuler adalah organisasi kemahasiswaan. Terlibat aktif di organisasi kemahasiswaan membantu persiapan karir masa depan mahasiswa karena memberikan lingkungan pengembangan yang hampir menyerupai profesional serta kerja tim dan pengalaman belajar praktis (Paltier, Scovotti, & Pointer, 2008). Namun dampak positif yang dapat diterima mahasiswa tidak terlepas dari dampak negatif yang harus dihadapinya.

Bertambah padatnya kegiatan mahasiswa dapat memunculkan berbagai stresor yang dapat mengakibatkan stres. Menurut Sunyoto (2012) beban kerja yang terlalu banyak dapat menyebabkan ketegangan dalam diri seseorang sehingga menimbulkan stres. Agar keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan organisasi tidak mengganggu performa dalam kegiatan akademik, maka dibutuhkan suatu inovasi pendukung bagi mahasiswa aktif organisasi. salah satunya adalah

*flow*, dimana dalam ilmu psikologi positif terdapat konsep yang mengkaji tentang bagaimana seseorang mampu terlibat dengan kegiatan yang dilakukan, yaitu konsep *flow* (Shernoff & Csikszentmihalyi, 2009).

Hasil penelitian Fritz & Avsec (2007) menyatakan *flow* dapat memotivasi seseorang untuk terlibat kembali dalam aktivitasnya, dikarenakan *flow* adalah pengalaman menyenangkan. Pengalaman *flow* adalah kondisi ketika individu mampu berkonsentrasi, merasa nyaman, dan adanya motivasi dari dalam dirinya untuk mengerjakan suatu aktivitas (Yuwanto, 2013).

Penelitian Fajriana & Rosiana (2015) menunjukkan bahwa mahasiswa aktif organisasi memiliki tuntutan diluar kewajibannya yang mungkin saja menimbulkan stres justru menjadi salah satu penunjang untuk merasakan kesejahteraan psikologis. Diantara mahasiswa-mahasiswa aktif organisasi terdapat mahasiswa yang mempertahankan IPK besar dari 3,00 ditengah padatnya aktivitas sebagai mahasiswa dan pengurus organisasi kemahasiswaan. Terlebih melihat mahasiswa yang memilih aktif di organisasi kemahasiswaan tingkat universitas, dimana dihadapkan dengan tantangan yang lebih besar.

## TINJAUAN PUSTAKA

### 1. Flow

Bakker (2005) mengartikan *flow* sebagai suatu keadaan sadar dimana individu menjadi benar-benar berkonsentrasi dalam suatu kegiatan, dan sangat menikmatinya. Pada saat keadaan *flow*, seseorang berkonsentrasi pada hal-hal yang dikerjakannya. Mengalami pengalaman *flow* membantu seseorang untuk fokus dan memiliki perasaan nyaman saat melakukan kegiatan-kegiatan yang dijalani. Csikszentmihalyi (1990) mengatakan bahwa untuk dapat mengalami pengalaman *flow* seseorang perlu berkonsentrasi, merasa berminat, serta bersemangat pada saat ia melakukan suatu aktivitas. Pengalaman *flow*

merupakan penggambaran momen-momen luar biasa pada kegiatan yang dijalani.

Yuwanto (2013), kondisi ketika individu mampu berkonsentrasi, merasa nyaman, dan adanya motivasi dari dalam dirinya untuk mengerjakan sesuatu aktivitas disebut dengan kondisi *flow*. *Flow* juga dapat diartikan sebagai keadaan terhanyut saat melakukan aktivitas. Pendapat senada dikemukakan oleh Novak dkk., (2000, dalam Rokhmah, 2008) yang menggunakan istilah pengalaman optimal untuk menggambarkan suatu keadaan ketika seseorang terlibat dalam suatu aktivitas secara penuh. Aktivitas ini akan membuat perhatian orang tersebut terserap secara keseluruhan sehingga tanpa terasa waktu berjalan terus dan hal-hal lain tidak dianggap penting. Pengalaman optimal seperti ini dapat datang dan pergi kapan saja, dan tidak akan bertahan sepanjang waktu.

### 2. Mahasiswa Aktif Berorganisasi

Mahasiswa adalah peserta didik yang menjalani kehidupan studi di sebuah perguruan tinggi, dimana mereka bagian dari civitas akademik yang memiliki peran dalam pengembangan ilmu pengetahuan. Guna mengoptimalkan peran tersebut perguruan tinggi selaku instansi penyelenggara pendidikan memberikan fasilitas, yaitu organisasi kemahasiswaan. Hal ini didukung oleh Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 155/U/1990 tentang organisasi kemahasiswaan adalah wahana dan sarana pengembangan diri mahasiswa ke arah perluasan wawasan dan peningkatan kecendekiawanan serta integritas kepribadian untuk mencapai tujuan pendidikan tinggi.

Mahasiswa aktif berorganisasi memiliki beberapa ciri sebagai yang melekat dalam diri, diantaranya adalah terlibat aktif dalam mendorong pelaksanaan berbagai kegiatan organisasi seperti menjadi pengurus harian maupun mengikuti kepanitiaan (Sarwono, 1978; Priambodo, 2000), menghabiskan lebih banyak waktu di ruangan atau sekretariat organisasi

untuk berdiskusi sesama anggota mengenai hal-hal yang berkaitan dengan organisasi maupun isu yang beredar di lingkungan masyarakat (Primbodo, 2000). Sejalan dengan pendapat Sarwono (1978) yang menyatakan bahwa mahasiswa aktif berorganisasi cenderung menggunakan waktunya untuk kegiatan yang bersifat non-akademis. Ciri-ciri selanjutnya, mahasiswa aktif berorganisasi memiliki loyalitas yang tinggi terhadap organisasinya, mereka memberikan kontribusi materi maupun non-material (waktu, tenaga, dan pemikiran) kepada organisasi (Leny & Suyasa, 2006).

Berdasarkan penjelasan di atas, mahasiswa aktif berorganisasi adalah mahasiswa yang memberikan kontribusi secara fisik dan psikologis maupun materi dan non-materi untuk keterlibatan dalam pengalaman organisasi. Hal ini sejalan dengan definisi dan lima postulat keterlibatan yang dikemukakan oleh Astin (1999), dimana keterlibatan mahasiswa diartikan sebagai kuantitas dan kualitas kontribusi fisik dan psikologis yang mahasiswa berikan untuk organisasi. Organisasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah organisasi kemahasiswaan. Penjabaran tersebut menggambarkan fenomena mahasiswa yang aktif pada kegiatan organisasi kemahasiswaan dan tetap mampu mempertahankan prestasinya secara akademis, sehingga dilakukan penelitian dengan tujuan untuk melihat gambaran *flow* pada mahasiswa aktif berorganisasi Universitas Andalas.

Mahasiswa Universitas Andalas yang memilih aktif dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan menghadapi tantangan-tantangan yang dapat menjadi hambatan mahasiswa berprestasi baik secara akademis maupun non-akademis. Namun, diantara mahasiswa-mahasiswa aktif berorganisasi terdapat mahasiswa yang tetap mampu berprestasi secara akademis. Dapat dilihat mahasiswa tersebut dapat mempertahankan IPK besar dari 3,00 ditengah padatnya aktivitas sebagai mahasiswa dan pengurus organisasi

kemahasiswaan. Terlebih melihat mahasiswa pengurus organisasi yang memilih aktif di organisasi kemahasiswaan tingkat universitas, dimana mahasiswa tersebut menghadapi tantangan yang lebih besar seperti anggota organisasi yang memiliki keberagaman dari segi tahun angkatan serta asal fakultas maupun jurusan yang berdampak pada kualitas dan kuantitas pertemuan anggota organisasi.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Jenis penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif (Iskandar, 2009). Tujuan penelitian kuantitatif deskriptif ini adalah melihat gambaran *flow* di Universitas Andalas.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *flow* yang dimodifikasi dari Jurnal Arnold B. Bakker (2008). Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi dan reliabilitas skala *work engagement* pada saat uji coba adalah 0,871. Hal ini berarti reliabilitas skala *flow* pada saat uji coba dapat dikatakan dalam kriteria reliabel.

Jumlah aitem pada skala *flow* adalah 13 aitem. Adapun distribusi aitem-aitem skala *flow* akan dijelaskan pada table 1 sebagai berikut:

Dimensi	Aitem		Total
	F	UF	
Absorption	1, 2, 3, 4	-	4
Enjoyment	5, 6, 7, 8	-	4
Intrinsic	9, 10, 11,	-	5
Motivation	12, 13	-	
Jumlah	13	-	13

Tabel 1. *Blueprint Skala Flow*

## Metode Analisis

Analisis statistik deskriptif adalah untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa membuat. Pada metode ini dilakukan kategorisasi untuk memberikan gambaran *flow*. Adapun

kategorisasi penilaian dari variabel sebagai berikut:

**Table 2. Kategorisasi Penilaian Setiap Variabel**

Pedoman	Kategorisasi
$X < M$	Rendah
$X \geq M$	Tinggi

Sumber: Azwar (2008)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengolahan data hasil penelitian menunjukkan 70,6% berada pada kategori tinggi, sedangkan sisanya 29,4% berada pada kategori rendah. Selanjutnya diperoleh hasil analisis kuantitatif deskriptif pada variabel *flow*, bahwa sebagian besar mahasiswa aktif berorganisasi berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa sebagian besar mahasiswa aktif berorganisasi di Universitas Andalas berada dalam kondisi dapat berkonsentrasi dalam menjalani kegiatannya, menikmati dan tidak membutuhkan imbalan dari luar dirinya karena motivasi melakukan kegiatan tersebut berasal dari dalam diri. Sejalan dengan pernyataan Carr (2005) yang mengindikasikan bahwa ketika mahasiswa melakukan kegiatan organisasi dengan bersungguh-sungguh, maka motivasi untuk kegiatan tersebut muncul dari dalam diri sendiri, dan saat menjalankannya mahasiswa memiliki perasaan menyenangkan untuk mengerjakan kegiatannya.

Kondisi *flow* yang dialami oleh mahasiswa aktif berorganisasi tergambar pada keterlibatan mahasiswa tersebut dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan yang diikutinya. Astin (1999) mendefinisikan keterlibatan mahasiswa dalam organisasi sebagai kuantitas dan kualitas kontribusi fisik dan psikologis yang mahasiswa berikan untuk organisasi. Merujuk pada pendapat Elliot dan Dweck (2005) yang menyatakan bahwa seseorang mengalami *flow* ketika orang tersebut terlibat secara penuh dalam suatu kegiatan sehingga melupakan waktu, kelelahan dan hal-hal lainnya; memfokuskan pemikiran hanya pada kegiatan tersebut. Mendukung pendapat tersebut,

Csikszalmihalyi (1997) dan Bakker (2008) menyatakan bahwa untuk mengalami *flow* seseorang akan memberikan waktu dan energinya pada kegiatan yang dijalani. Ketika mahasiswa aktif dalam berorganisasi, maka ia akan memberikan tenaga, pemikiran dan waktunya lebih banyak untuk kegiatan organisasi yang diikutinya seperti rapat, *upgrading*, pertandingan, latihan, *briefing*, penugasan, berkumpul untuk aksi amal, serta aktivitas lainnya.

Berada dalam organisasi kemahasiswaan memberikan mahasiswa aktif berorganisasi tujuan. Dimana layaknya organisasi pada umumnya, organisasi kemahasiswaan memiliki visi, misi dan tujuan yang menjadi acuan mahasiswa dalam menjalankan kegiatan-kegiatannya terkait organisasi. Memiliki tujuan yang akan dicapai memberikan arah dan arti terhadap langkah-langkah mahasiswa aktif berorganisasi, kondisi ini dapat memfasilitasi munculnya *flow* pada mahasiswa saat menjalani kegiatan organisasinya. Sesuai dengan pendapat Elliot dan Dweck (2005) yang mengatakan seseorang akan mengalami *flow* ketika mengikuti kegiatan dengan tujuan jelas. Tujuan tersebut memberikan arah dan maksud terhadap perilaku. Mengalami *flow* saat menjalani kegiatan organisasi kemahasiswaan memberikan manfaat bagi mahasiswa. Mahasiswa yang mampu mencapai kondisi *flow* akan mendapatkan manfaat positif seperti performa dan hasil kerja yang baik. Csikszalmihalyi (1990) dan Bakker (2005) memaparkan bahwa individu yang mengalami *flow* memiliki performa optimal dan memperoleh hasil maksimal.

Selanjutnya, mengalami *flow* dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan yang diikuti membantu mahasiswa untuk dapat mempertahankan prestasi akademik yang terlihat dari Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang diraih. Dimana dalam penelitian ini tergambar bahwa mahasiswa aktif berorganisasi mengalami kondisi *flow* pada kategori tinggi dan

mampu mempertahankan prestasi akademik dengan memiliki IPK di atas 3,00. Kondisi *flow* dalam kegiatan organisasi yang dialami mahasiswa aktif berorganisasi dapat menjadi salah satu penunjang bagi mereka untuk meminimalisir stres yang muncul akibat tuntutan dari kegiatan organisasi dan menampilkan performa optimal sehingga memperoleh hasil maksimal (Csikszalmihalyi, 1990; Bakker, 2005; Fajriana & Rosiana, 2014).

Kondisi *flow* yang dialami mahasiswa aktif berorganisasi dapat ditelaah lebih lanjut berdasarkan aspek *flow* yang dikemukakan oleh Bakker (2005), yaitu *absorption*, *enjoyment*, dan *intrinsic motivation*. Selanjutnya Bakker juga mengungkapkan bahwa *flow* diukur dengan tiga aspek yang independen, dimana aspek ini tidak saling mempengaruhi satu sama lain. Berdasarkan skor *mean* dan standar deviasi yang dimiliki setiap aspek tidak berbeda jauh. Hasil uji statistik juga menunjukkan setiap aspek tidak memiliki perbedaan secara signifikan. Kendati demikian jika skor *mean* aspek dibandingkan, aspek *enjoyment* merupakan aspek dengan skor *mean* tertinggi dan yang terendah adalah aspek *absorption*.

Aspek *enjoyment* diartikan sebagai perasaan nyaman dan menyenangkan yang dirasakan saat menjalani kegiatan organisasi kemahasiswaan. Menurut Csikszalmihalyi (1990) perasaan menyenangkan menjadi salah satu indikator yang menggambarkan seseorang berada dalam kondisi *flow*. Perasaan menyenangkan atau kebahagiaan tersebut muncul dari hasil penilaian kognitif dan afektif terhadap kegiatan yang dilakukan. Artinya tingginya skor *mean* aspek *enjoyment* yang dimiliki mahasiswa aktif berorganisasi dikarenakan adanya penilaian positif yang dirasakan mahasiswa aktif berorganisasi terhadap kegiatan organisasi kemahasiswaan yang diikuti. Adanya interaksi sosial positif antara anggota organisasi kemahasiswaan mendukung munculnya perasaan nyaman atau

kebahagiaan pada mahasiswa aktif berorganisasi. Sejalan dengan penelitian Fadhillah (2018) dimana semakin positif interaksi sosial yang terbentuk maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan yang dirasakan.

Melihat pada aspek *flow* selanjutnya yaitu *intrinsic motivation*, mahasiswa aktif berorganisasi juga memiliki skor *mean* yang tinggi. Dapat dikatakan bahwa adanya kebijakan Universitas Andalas mengenai *Student Activities Performance System (SAPS)* tidak menurunkan motivasi internal yang dimiliki mahasiswa aktif berorganisasi untuk mengikuti organisasi kemahasiswaan. Kemudian, skor *mean* yang tinggi pada aspek *intrinsic motivation* dapat diartikan bahwa mahasiswa aktif berorganisasi mengikuti organisasi kemahasiswaan karena merasa kegiatan organisasi merupakan kebutuhan yang diperlukan untuk memperoleh kesenangan dan kepuasan. Memiliki dorongan dari dalam diri menjadikan mahasiswa aktif berorganisasi terus berminat terlibat dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan yang diikuti.

Aspek *absorption* diartikan sebagai keadaan berkonsentrasi seseorang, dimana perhatian, dan konsentrasi berfokus pada kegiatan yang dilakukan, sehingga dirinya tidak teralihkan oleh keadaan sekitar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aspek *absorption* memiliki skor *mean* terendah. Hal tersebut dapat disebabkan kegiatan organisasi bukan merupakan tugas utama mahasiswa sebagai peserta didik di perguruan tinggi. Budiman (2006) menyatakan bahwa mahasiswa aktif sebagai aktivis maupun menyenangi kesenian atau olahraga, hal tersebut merupakan fungsi sekundernya. Artinya meski mahasiswa aktif berorganisasi tergabung dalam organisasi kemahasiswaannya berdasarkan dorongan diri sendiri serta dalam menjalankan kegiatan organisasi kemahasiswaan merasakan perasaan nyaman, mahasiswa aktif berorganisasi masih belum dapat optimal dalam memfokuskan perhatiannya terhadap kegiatan organisasi.

Kondisi ini dapat menjadikan mahasiswa aktif berorganisasi juga kurang optimal dalam memperoleh hasil kerjanya dalam kegiatan-kegiatannya. Sesuai dengan penelitian Jannah (2012) menemukan bahwa konsentrasi terhadap kegiatan mempengaruhi hasil yang diperoleh.

## PENUTUP

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai gambaran *flow* pada mahasiswa aktif berorganisasi di Universitas Andalas dapat diambil kesimpulan bahwa gambaran *flow* pada mahasiswa aktif berorganisasi yang memiliki indeks pretasi akademik besar dari 3,00 termasuk dalam kategori *flow* yang tinggi. Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa aktif berorganisasi sudah dapat berkonsentrasi pada kegiatan organisasi yang dijalani, munculnya perasaan menyenangkan saat menjalani kegiatan organisasi, serta memiliki dorongan dari dalam diri sendiri untuk mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan yang diikuti.

### Saran

#### *Saran Metodologis*

1. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai *flow* dapat memperhatikan teknik pengambilan sampel.
2. Pada penelitian ini peneliti hanya melihat gambaran *flow*, untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian melihat hubungan *flow* dengan faktor lain yang berperan, seperti interaksi sosial, stres, performa dan prestasi akademik.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai *flow* pada kegiatan lainnya, karena pada penelitian ini peneliti hanya melihat gambaran *flow* pada kegiatan keorganisasian.

#### *Saran Praktis*

Mahasiswa aktif berorganisasi di Universitas Andalas yang telah mengalami *flow*

pada kategori tinggi sebaiknya mempertahankan pengalaman yang dirasakan. Kondisi *flow* yang dialami sebaiknya tidak hanya pada kegiatan keorganisasian saja, namun juga pada kegiatan lain seperti kegiatan akademik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andalas. (2013). *Informasi Universitas Andalas*. Padang: Penerbit dan Percetakan Universitas Andalas.
- Astin, A.W. (1999). Student involvement: a developmental theory for higher education. *Journal of College Student Development*, 40(5), 518-529.
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baker, C.N. (2008). Under-represented college students and extracurricular involvement: the effects of various student organizations on academic performance. *Social Psychology of Education*, 11(3), 273-298.
- Bakker, A.B. (2005). Flow among music teacher and their students: The crossover of peak experiences. *Journal of Vocational Behavior*, 66, 26-44.
- Bakker, A.B. (2008). The work-related flow inventory: construction and initial validation of the WOLF. *Journal of Vocational Behavior*, 72, 400-414.
- Budiman, A. (2006). *Kebesan, negara, pembangunan: kumpulan tulisan 1965-2005*. Jakarta: Pustaka Alfabet dan Freedom Institute.
- Carr, A. (2005). Positive psychology. *Clinical Psychology*, 45, 5-6.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: the psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: the psychology of engagement with everyday life*. New York: HarperCollins.
- Elliot, A.J., & Dweck, C.S. (2005). *Handbook of competence and motivation*. New York: the Guilford Press.
- Fadhilah, R.R.T. (2018). Hubungan antara interaksi sosial dengan happiness pada lansia. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Fajrina, A.D., & Rosiana, D. (2015). Hubungan flow dengan psychological well-being mahasiswa psikologi UNISBA yang aktif

- organisasi. *Prosiding Psikologi*. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- Fritz, B.S., & Avsec, A. (2007). The experience of flow and subjective well-being of music students. *Horizons of Psychology*, 16(2), 5-17.
- Ghani, J.A., & Deshpande, S.P. (1994). Task characteristics and the experience of optimal flow in human-computer interaction. *Journal of Psychology*, 128, 381-391.
- Iskandar. (2009). *Metodologi penelitian pendidikan dan sosial*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Jannah, M. (2012). Peran konsentrasi, kepercayaan diri, regulasi emosi, kemampuan goal setting, dan persisten terhadap prestasi pelari cepat 100 meter perorangan. *Disertasi*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Leny & Suyasa, P.T.Y.S. (2006). Keaktifan berorganisasi dan kompetensi interpersonal. *Jurnal Phronesis*, 8(1), 71-99.
- protes mahasiswa: studi psikologi sosial. *Tesis*. Depok: Universitas Indonesia.
- Sherhoff, J., & Csikszentmihayi, M. (2009). Flow in schools. In M. J. Furlong, R. Gilman, & E. S. Huebner(Eds), *Handbook of positive psychology in schools*. London: Routledge.
- Miftahuddin. (2013). Mahasiswa ideal: berprestasi, berorganisasi, dan berbudi pekerti. *Artikel*. Diunduh 15 november 2017 dari <http://stainsalatiga.ac.id>
- Peltier, J.W., Scovotti, C., & Pointer, L. (2008). The role the collegiate american marketing association plays in professional and entrepreneurial skilldevelopment. *Journal of Marketing Education*, 30(1), 47-56.
- Periantalo, J. (2015). *Penyusunan skala psikologi asyik mudah & bermanfaat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Priambodo, A. (2000). Sikap politik, pengaruh kelompok, dan partisipasi politik di kalangan mahasiswa: studi deskriptif pada mahasiswa Universitas Indonesia. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Rokhmah, B.E. (2008). Pengaruh pengalaman optimal (flow) terhadap penggunaan internet dengan interaksi tipe pengguna. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Sarwono, S.W. (1978). Perbedaan antara pemimpin dan aktivis dalam gerakan
- Sunyoto. (2012). *Manajemen sumber daya manusia (edisi 2)*. Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service).
- Yuwanto, L. (2013). *The nature of flow*. Sidoarjo: Dwiputra Pustaka Jaya.