

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi negeri, swasta, atau lembaga sejenisnya (Siswoyo, 2007). Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi pada pasal 13 ayat 1 dan 2 disebutkan bahwa mahasiswa merupakan bagian dari civitas akademika yang secara aktif dan mandiri mengembangkan potensi diri melalui pembelajaran, riset ilmiah, dan/atau penguasaan teknologi, dengan tujuan menjadi ilmuwan, intelektual, praktisi, atau profesional yang berbudaya.

Mahasiswa memiliki kesempatan besar untuk belajar, tumbuh, dan mengembangkan diri dalam lingkungan pendidikan yang mendukung. Akses pengetahuan dan pengalaman menjadi aset utama yang bisa didapatkan, baik dalam akademik maupun luar akademik. Undang-undang nomor 20 tahun 2003 pasal 4 ayat 5 menyampaikan bahwa pendidikan di Indonesia memiliki prinsip menekankan pemberian teladan, membangun kemauan, serta pengembangan kreativitas kepada peserta didik selama pembelajaran berlangsung. Oleh karena itu, universitas bertanggung jawab untuk menyediakan berbagai fasilitas yang mendukung kebutuhan akademik dan pengembangan pribadi mahasiswa. Menurut Bafadal (dikutip dalam Cynthia dkk., 2015) fasilitas belajar mencakup semua sarana dan prasarana bergerak maupun tidak, yang dibutuhkan untuk menunjang kelancaran, ketertiban dan keefektifan kegiatan belajar mengajar, sehingga tujuan agar siswa merasakan hasil belajar optimal dapat tercapai. Fasilitas tersebut dapat berupa perpustakaan, laboratorium, ruang kelas nyaman dan memadai, akses internet stabil, layanan dukungan akademik serta konseling yang memadai untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi tantangan akademik maupun pribadi. Termasuk menyediakan sarana

prasarana bagi mahasiswa dalam menyalurkan ide, minat, bakat, dan pengembangan diri melalui organisasi.

Organisasi digunakan sebagai wadah individu berkumpul untuk saling bekerja sama secara terstruktur dan sistematis, terencana, terorganisir, dan terkendali memanfaatkan sumber daya, sarana prasarana, data, dan lain sebagainya guna mencapai tujuan bersama dalam organisasi secara efisien dan efektif (Kurnia, 2014). Mahasiswa dari berbagai latar belakang, pengetahuan, karakteristik kepribadian dan keahlian berkumpul menjadi satu menyelaraskan dengan tujuan organisasi. Setiap mahasiswa berperan untuk membagikan ilmu yang dimiliki, mendedikasikan waktu dan tenaganya untuk menjalankan dan mengembangkan organisasi menjadi lebih baik. Sejalan dengan hal ini, Universitas Trunojoyo Madura sebagai salah satu kampus negeri yang terletak di Madura juga memiliki berbagai organisasi yang diselenggarakan pada tingkat universitas, fakultas, maupun program studi. Beberapa organisasi atau Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) tingkat universitas diantaranya *triple c*, paduan suara *golden*, seni nanggala, dan seni bela diri silat tiga serangkai. Terdapat pula Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) dan Dewan Perwakilan Mahasiswa (DPM) tingkat universitas maupun yang tersebar di 7 fakultas yakni Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Fakultas Teknik (FT), Fakultas Keislaman (FKis), Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya (FISIB), Fakultas Pertanian (FP), Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEB), serta Fakultas Hukum (FH). Setiap fakultas juga memiliki UKM masing-masing yang bergerak dalam bidang kesenian, keagamaan, olahraga, riset, sosial, dan sebagainya. Selain itu pada tingkat prodi terbentuk pula Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMP) yang berperan penting dalam pengembangan mahasiswa dan kemajuan prodi dengan secara khusus mengimplementasikan bidang ilmu yang didalami. Mahasiswa dapat memilih bergabung dalam organisasi tertentu menyesuaikan dengan tujuan, minat dan bakat yang dimiliki.

Bukan tanpa alasan mahasiswa dengan sukarela bergabung dalam organisasi. Mudah bergaul, memiliki pengalaman yang lebih dari mahasiswa yang tidak aktif

berorganisasi, memperluas relasi, berpikir luas dan rasional, rasa solidaritas tinggi, serta melatih mental merupakan beberapa manfaat bergabung organisasi (Arba, 2020). Organisasi juga memberi kesempatan penerapan ilmu yang diperoleh selama berkuliah dalam kegiatan nyata, seperti mengelola acara, menjadi anggota dalam divisi tertentu, kampanye isu sosial, bahkan pengabdian masyarakat sehingga dampak positifnya juga dirasakan orang lain. Berbagai tanggung jawab yang diemban menjadi kesempatan untuk pengembangan diri mahasiswa. Mahasiswa dapat berprestasi dari minat atau bakat yang dimiliki, meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan interpersonal untuk berinteraksi dengan orang lain, *public speaking*, *team work*, kepemimpinan, manajemen waktu dan pemecahan masalah. Pengalaman yang banyak serta kemampuan *hard skill* dan *soft skill* inilah yang kemudian dapat mempersiapkan mahasiswa untuk masa depan dan menjadi nilai tambah diantara mahasiswa lainnya saat mendaftar beasiswa maupun dalam dunia kerja. Hal ini sebagaimana pernyataan Nugroho, Kristianto dan Suharno (2016) mahasiswa sangat diharapkan oleh orangtua, keluarga maupun negara untuk menjadi generasi penerus bangsa yang berkualitas. Mahasiswa dituntut menjadi orang yang berguna dikalangan masyarakat dimasa yang akan datang, memiliki tanggung jawab dan berkewajiban untuk menyelesaikan studinya dengan baik dalam hal akademik maupun organisasi (Magribi, 2022).

Hal inilah yang kemudian turut berkontribusi menjadi pendorong bagi mahasiswa untuk bergabung dalam organisasi kampus. Keputusan ini menandakan bahwa mahasiswa perlu siap dengan konsekuensi beban atau tuntutan yang meningkat. Mahasiswa tidak lagi hanya memikirkan tanggung jawab akademik seperti belajar, mengikuti perkuliahan dengan seksama, berpartisipasi aktif saat pembelajaran berlangsung, serta menyelesaikan tugas tepat waktu dan optimal. Kini mahasiswa juga perlu berkontribusi penuh dalam kegiatan organisasi. Seperti berpartisipasi aktif dalam rapat, menjalankan tugas serta program kerja secara efektif dan bertanggung jawab, serta membina dan mengembangkan anggota organisasi. Mahasiswa yang aktif mengikuti kegiatan kemahasiswaan diharapkan agar pandai mengatur waktu dan

membagi konsentrasi dengan baik antara organisasi dan belajar, sebab keduanya memiliki peran yang sama penting, sehingga mahasiswa berorganisasi juga mampu berprestasi (Arba, 2020). Meningkatnya tuntutan akademik dan organisasi tanpa keseimbangan yang baik dapat mengganggu kehidupan pribadi, sosial, dan kesehatan secara keseluruhan. Timbulnya tantangan dalam manajemen waktu, penurunan waktu istirahat, rekreasi, kegiatan sosial, serta peningkatan stress dan kecemasan. Sebagaimana telah diungkapkan oleh Saputri dkk. (2020) dalam penelitiannya bahwa, tuntutan akademik dan organisasi yang tinggi dapat menyebabkan peningkatan stres dan kecemasan pada mahasiswa. Selain itu motivasi dan kualitas kerja mahasiswa juga dapat menurun karena banyaknya tuntutan membuat fokus mereka terpecah. Senada dengan survei yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 18 sampai 22 Agustus 2024 melalui google form dengan melibatkan 73 mahasiswa pengurus organisasi intra Universitas Trunojoyo Madura, sebanyak 40 responden (54,79%) mengaku stres dan motivasi belajarnya menurun ketika mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan antara tuntutan organisasi dan perkuliahan (Survei melalui g-form, 2024). Tidak sedikit tanggung jawab utama untuk berprestasi dalam bidang akademik justru terabaikan. Mahasiswa cenderung fokus dengan kegiatan organisasi sehingga terkesan cukup abai dengan tugas-tugas akademiknya. Seorang aktivis terkesan seringkali menghadapi kendala akademik seperti pengulangan mata kuliah, IPK rendah, bahkan keterlambatan kelulusan (Patunru dkk., 2020).

Sebagaimana tugas utama mahasiswa adalah belajar dan berprestasi dalam hal akademik, mahasiswa diharapkan selalu bisa menghasilkan nilai indeks prestasi semester yang memuaskan, tidak peduli apakah memiliki kegiatan lain selain perkuliahan. Namun sayangnya tanggung jawab yang meningkat tentu berdampak pada penurunan kualitas dalam diri mahasiswa tersebut. Energi yang banyak terkuras karena kegiatan organisasi dan kurangnya waktu istirahat, menyisakan stamina yang sedikit untuk belajar dan menyelesaikan tugas akademik. Mahasiswa menjadi sulit konsentrasi, mudah mengantuk, bosan, sering mengambil waktu untuk istirahat di sela-

sela belajar, bahkan tidak maksimal dalam mengerjakan tugasnya. Hal ini didukung oleh hasil survei peneliti yang dilakukan terhadap 73 mahasiswa pengurus organisasi, sebanyak 50 responden (68,49%) sering memeriksa grup WhatsApp organisasi saat perkuliahan berlangsung (Survei melalui g-form, 2024). Penelitian survei Dyantari dan Simarmata (2024) terhadap 38 mahasiswa organisatoris di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana sejalan dengan pernyataan tersebut. Sebesar 76,32% responden mengalami kelelahan fisik kala melaksanakan perkuliahan, 68,42% mengaku kelelahan emosional saat diberi tugas dan perkuliahan, 44,74% menyatakan ketidakpuasan terhadap hasil belajarnya, 28,95% menunjukkan tingkat partisipasi dan semangat belajar rendah.

Musabiq dan Karimah (2018) menyatakan konflik peran dapat muncul ketika mahasiswa merasa terbagi antara berbagai peran yang harus mereka penuhi. Tidak mudah bagi mahasiswa untuk tetap dalam kondisi yang stabil dan berkonsentrasi pada saat perkuliahan berlangsung, mengingat mahasiswa tersebut juga memiliki peran lain yakni berorganisasi. Tiga kategori konflik peran diidentifikasi pada mahasiswa aktif berorganisasi: 1) konflik waktu, yakni kondisi ketika alokasi waktu untuk satu peran menghambat pelaksanaan peran lainnya; 2) Konflik tekanan, terjadi akibat tekanan dalam satu peran memengaruhi efektivitas peran lain; 3) Konflik perilaku, timbul akibat ketidaksesuaian antara ekspektasi perilaku dalam masing-masing peran (Greenhaus & Beutell, 1985). Dari total 190 mahasiswa aktif organisasi yang diteliti oleh Dyantari dan Simarmata (2024), sebanyak 80% responden berada pada kategori konflik peran sedang, dan 2,6% masuk dalam kategori konflik peran tinggi. Konflik ini akhirnya mengganggu fokus dan dedikasi mahasiswa terhadap studi akademik. Keliobas dkk. (2024) menemukan bahwa kesulitan besar dalam mengatur waktu antara kewajiban akademik dan kegiatan organisasi banyak terjadi pada mahasiswa organisatoris. Tingginya intensitas kegiatan organisasi menyebabkan mahasiswa harus membagi konsentrasinya antara urusan organisasi dan perkuliahan, yang berdampak pada penurunan prestasi akademik serta beresiko memperpanjang masa studi.

Konsentrasi yang menurun mengakibatkan kesulitan dalam memahami materi, keterlambatan, dan kesalahan dalam pengerjaan tugas. Selain itu, mahasiswa cenderung mengalami kejenuhan, kehilangan minat, dan penurunan motivasi terhadap kegiatan akademik.

Dengan demikian, dalam hal ini mahasiswa yang tergabung dalam organisasi cenderung sulit merasakan *flow*. *Flow* merupakan keadaan ketika seseorang berkonsentrasi, muncul rasa nyaman, serta terdapat motivasi intrinsik ketika melakukan aktivitas (Csikszentmihalyi, 1990). Pada hakikatnya modal penting bagi mahasiswa dalam proses pembelajaran adalah memiliki konsentrasi, merasa nyaman, serta memiliki motivasi ketika menjalani kegiatan belajar mengajar. Kondisi seperti ini disebut sebagai *academic flow* (Yuwanto, 2011). Siswa yang berada dalam kondisi *flow* akan mampu berkonsentrasi penuh pada pelajaran yang diikutinya, menunjukkan antusiasme, termotivasi dalam belajar, serta terhindar dari kejenuhan selama belajar maupun saat mengerjakan tugas akademik (Purwati & Akmaliyah, 2016). Ketika mahasiswa merasakan *academic flow*, mereka akan cenderung memiliki tingkat konsentrasi tinggi dan fokus yang mendalam pada materi pelajaran, sehingga berdampak pada kemudahan dalam proses memahami dan menyerap informasi, cenderung belajar dengan efektif dan efisien, hasil kerja lebih optimal, dan menghadirkan perasaan senang dengan pencapaian yang diperoleh. Mahasiswa dapat dikatakan merasakan kondisi *flow* ketika telah memenuhi aspek *academic flow* diantaranya *absorption* yakni konsentrasi dalam aktivitas yang dilakukannya untuk memperoleh hasil yang optimal, *enjoyment* atau merasakan kenyamanan dalam aktivitas akademik yang dikerjakan, serta *intrinsic motivation* yang artinya memiliki motivasi dalam diri saat melakukan aktivitas akademik yang didasari oleh kepentingan pribadi (Aini dkk., 2019).

Faktanya tidak semua mahasiswa yang tergabung di organisasi mampu merasakan *academic flow*. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Nastiti dan Cahyani (2022) pada mahasiswa prodi psikologi FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo,

diketahui bahwa dari 20 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian, sebanyak 15 mahasiswa (75%) merasa bosan seiring berjalannya waktu ketika mengikuti perkuliahan, 5 mahasiswa (25%) lelah harus mengikuti perkuliahan, 9 mahasiswa (45%) merasa lelah meskipun tugas belum terselesaikan, dan 11 mahasiswa (55%) kerap mengeluh dalam hati ketika diberi tugas tambahan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Candra dan Hidayah (2023) terhadap mahasiswa Psikologi Universitas X di kota Padang, Sumatera Barat mengungkapkan bahwa 119 dari 258 subjek memiliki *academic flow* pada golongan rendah. Terlebih lagi bagi mahasiswa yang aktif berorganisasi. Tidak mudah untuk bertahan dalam kondisi stabil dan berkonsentrasi pada saat pembelajaran berlangsung, mengingat mahasiswa memiliki peran lain yakni berorganisasi.

Terdapat berbagai faktor yang memicu munculnya *flow*, salah satunya individu harus memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas (Carr, 2004). *Flow* hadir ketika individu terlibat dalam tugas atau aktivitas terkontrol namun menantang yang membutuhkan keterampilan cukup yang mana hal-hal tersebut memotivasi secara intrinsik (Csikszentmihalyi, dikutip dalam Carr, 2004). Motivasi intrinsik yang diintegrasikan ke dalam tindakan mengerjakan tugas yang meliputi ketekunan, daya tahan, kerja keras, percaya diri, dan cara pandang atau ketertarikan disebut *task commitment* (Renzulli, 2005). *Task commitment* atau komitmen terhadap tugas diartikan sebagai kecenderungan untuk terus-menerus hadir pada tugas tingkat tinggi hingga ia mencapai tujuan dari tugas tersebut (Renzulli, dikutip dalam Kim dkk., 2012). Hal ini didukung dari hasil penelitian Puspita dkk. (2018) bahwa ada korelasi positif antara *task commitment* dengan *academic flow*. Kesamaan temuan turut terlihat dalam studi Novitasari dkk. (2020), yakni *task commitment* memiliki hubungan yang kuat dalam meningkatkan *academic flow* siswa. *Task commitment* merupakan suatu tekad kuat dalam diri sendiri yang tidak memerlukan dorongan dari luar untuk mencapai suatu prestasi (Hawadi, 2002). Adapun aspek *task commitment* menurut Renzulli (2005) yakni meliputi ketekunan, daya tahan, kerja keras, latihan yang

berdedikasi, kepercayaan diri, keyakinan pada kemampuan diri untuk melakukan pekerjaan penting, serta tindakan yang diterapkan pada bidang yang diminati. Sementara itu Hawadi (2002) berpendapat aspek *task commitment* meliputi: (1) sikap tangguh, ulet dan tidak mudah bosan, (2) Mandiri, tidak memerlukan dorongan dari luar, dan bertanggung jawab, (3) Menetapkan tujuan aspirasi realistis dengan risiko sedang, (4) Suka belajar dan mempunyai hasrat untuk meningkatkan diri, (5) Mempunyai hasrat untuk berhasil dalam bidang akademis.

Ketika mahasiswa aktif berorganisasi memiliki *task commitment* yang tinggi, maka walaupun beban atau tuntutan tugas akademik serta organisasi meningkat bersamaan, mereka dapat mengatasi tantangan ini dengan lebih baik. Mahasiswa akan cenderung memiliki motivasi internal yang kuat untuk menyelesaikan tugas dengan baik, mengalami kepuasan dalam prosesnya, dan menganggap tugas tersebut sebagai sesuatu yang bermakna. Terlebih lagi mereka menyadari bahwa tugas utama sebagai mahasiswa adalah belajar dan mencapai prestasi akademik semaksimal mungkin. *Task commitment* yang ada pada diri individu mendorong dirinya untuk berusaha fokus pada tugas yang sedang dikerjakan, mengurangi gangguan, mengalokasikan waktu antara akademik dan organisasi, dan pantang menyerah menghadapi tantangan. Sehingga individu akan jauh lebih mudah merasakan *academic flow*. Minat yang kuat pada tugas, dikombinasikan dengan kemampuan mengendalikan perilaku dan mempertahankan usaha, menciptakan kondisi yang memungkinkan mahasiswa untuk berkonsentrasi penuh dan merasakan pengalaman tenggelam dalam pengerjaan tugas tersebut (Purwati & Akmaliah, 2016). Mahasiswa juga akan mencapai keseimbangan dan mampu berkembang dalam hal akademik maupun organisasinya, dengan tetap mempertahankan kualitas keduanya. Namun berdasarkan survei yang dilakukan oleh peneliti, terdapat 48 dari 73 mahasiswa berorganisasi (65,75%) memilih menyelesaikan tugas tepat waktu meskipun kurang optimal, ketika tuntutan organisasi dan akademik meningkat bersamaan. Serta sebanyak 57 responden (73,97%) sering menyelesaikan tugas kuliah dan organisasi secara bersamaan (Survei melalui g-form, 2024).

Mahasiswa cenderung memilih untuk mengorbankan kualitas dalam hasil kerjanya demi mencapai target penyelesaian tugas dan terbebas dari tuntutan akademik maupun organisasi. Selain itu, rendahnya *task commitment* membuat mahasiswa kurang mengalami *academic flow* ketika mengerjakan tugas akademik, dimana secara bersamaan fokusnya terbagi untuk menyelesaikan tugas organisasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Siti Izza Sholihah pada tahun 2017 berjudul "Hubungan antara *task commitment* dengan *flow* akademik pada mahasiswa", dengan melibatkan 77 subjek menghasilkan temuan bahwa terdapat hubungan positif antara *task commitment* dengan *flow* akademik. Artinya, semakin tinggi *task commitment* maka semakin tinggi pula *flow* akademik pada mahasiswa. Penelitian lain juga dilakukan oleh Dwi Retno Puspita, Rusdi Rusli dan Marina Dwi Mayangsari pada tahun 2018 berjudul "Hubungan *Task Commitment* dengan *Flow* Akademik Pada Peserta Didik yang Memiliki Kecerdasan Intelektual Superior di SMAN 1 Martapura". Sebanyak 58 siswa dilibatkan untuk menjadi subjek pada penelitian ini, dengan hasil temuan bahwa terdapat hubungan signifikan yang kuat dan positif antara kedua variabel, artinya semakin tinggi *task commitment* maka semakin tinggi *flow* akademik. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *task commitment* maka semakin rendah *flow* akademik. Persamaan penelitian ini dengan kedua penelitian sebelumnya adalah pada penggunaan variabel x dan y, yakni *task commitment* dan *academic flow*. Sementara perbedaannya terletak pada subjek penelitian yakni mahasiswa aktif berorganisasi dan jenis penelitian berupa korelasi kausal, untuk melihat hubungan sebab akibat dari variabel tersebut.

Dengan demikian, mahasiswa yang aktif berorganisasi cenderung dihadapkan dengan konflik dalam menjalankan tanggung jawabnya sebagai mahasiswa dan pengurus organisasi dengan tetap seimbang. Meningkatnya frekuensi kegiatan antara perkuliahan dan organisasi membuat mahasiswa merasakan tantangan dalam hal manajemen waktu, penurunan waktu istirahat, rekreasi, kegiatan sosial, serta peningkatan stres dan kecemasan. Rendahnya *task commitment* dalam diri dapat

membuat mahasiswa kesulitan dan kurang optimal dalam mengatasi tuntutan akademik. Mahasiswa menjadi tidak merasakan *flow* dalam aktivitas akademik sehingga dapat berdampak pada rendahnya kepuasan karena menurunnya kualitas belajar dan kesempatan meraih prestasi akademik. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait "Pengaruh *Task Commitment* terhadap *Academic Flow* pada Mahasiswa Aktif Berorganisasi". Dengan harapan dapat mengetahui lebih dalam keterkaitan hubungan yang dimiliki antar variabel serta sumbangan efektif yang nantinya akan dihasilkan.

1.2 Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan uraian pada latar belakang sebelumnya, penelitian ini dirancang untuk menjawab rumusan masalah yakni apakah terdapat pengaruh *task commitment* terhadap *academic flow* pada mahasiswa aktif berorganisasi?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah yang telah disampaikan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *task commitment* terhadap *academic flow* pada mahasiswa aktif berorganisasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini ditujukan untuk turut berkontribusi dalam pengembangan pengetahuan terkait bidang ilmu psikologi pendidikan serta psikologi positif mengenai *task commitment* terhadap *academic flow* pada mahasiswa aktif berorganisasi. Diharapkan pula dapat meningkatkan komitmen mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik maupun tanggung jawab di organisasi dan membantu mahasiswa mencapai keadaan *flow*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Subjek Penelitian

Melalui penelitian ini, diharapkan tercipta pemahaman yang lebih utuh mengenai *task commitment* terhadap *academic flow* pada mahasiswa aktif berorganisasi, sehingga nantinya subjek dapat mengetahui langkah yang lebih tepat untuk menyeimbangkan antara tuntutan akademik dan organisasi yang dirasakan.

2. Bagi Organisasi

Diharapkan melalui penelitian ini pihak terkait yakni organisasi memperoleh bahan evaluatif untuk meninjau kembali terkait pentingnya menekankan *task commitment* dalam memotivasi anggota mencapai *flow* dalam aktivitas akademik dan organisasi, sehingga pada akhirnya dapat menciptakan lingkungan yang mendukung peningkatan konsentrasi, pengalaman belajar, dan kontribusi dalam organisasi.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan tambahan bagi perguruan tinggi dalam merancang pembuatan program yang membantu mahasiswa mengembangkan *task commitment*, sehingga mahasiswa lebih mudah mencapai *academic flow*. Dengan demikian hal ini akan meningkatkan kualitas belajar dan nilai akademik mahasiswa. Selain itu, perguruan tinggi dapat menyediakan layanan pendukung seperti konseling akademik, untuk membantu mahasiswa menghadapi tantangan dan meningkatkan kesejahteraan mentalnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini ditujukan untuk memberikan referensi tambahan dan informasi pendukung dalam mengerjakan penelitian yang menggunakan fenomena serupa atau salah satu variabel baik *task commitment* maupun *academic flow*, sehingga dapat menggali dan mengembangkan variabel lain yang belum diteliti.