

TINGKAT *SELF REGULATED LEARNING* SISWA KELAS X SMA NEGERI 14 SEMARANG

¹Siti Khoirunnisa, ²Dini Rakhmawati, ³Mustianah

¹Universitas PGRI Semarang

²SMA Negeri 14 Semarang

stkhoirunnisa9@gmail.com

Abstrak: *This research was conducted to determine the level of self-regulated learning of class X students at SMA Negeri 14 Semarang. This study takes a quantitative approach using a scale method. For this study, we used a probability sampling strategy based on simple random sampling to select 323 students from class X. The research on the level of self-regulated learning among class A students at SMA Negeri 14 Semarang found that, on average, 62.3% of the students fell into the medium category, while 17.4% were low and 20.2% were high.*

Keywords: *Self Regulated Learning*

Abstrak: Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat *self regulated learning* siswa kelas X SMA Negeri 14 Semarang. Penelitian ini mengambil pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode skala. Dalam penelitian ini, kami menggunakan strategi pengambilan sampel probabilitas berdasarkan simple random sampling untuk memilih 323 siswa kelas X. Penelitian mengenai tingkat *self-regulated learning* siswa kelas X di SMA Negeri 14 Semarang menunjukkan rata-rata 62,3% siswa tersebut masuk dalam kategori sedang, sedangkan 17,4% berada pada kategori rendah dan 20,2% berada pada kategori tinggi.

Kata kunci: *Self Regulated Learning*

PENDAHULUAN

Kemampuan suatu bangsa untuk menunjukkan kualitas dan kemajuannya secara keseluruhan sangat bergantung pada sistem pendidikannya. Metode formal dan informal dapat digunakan dalam pendidikan secara umum. Sekolah adalah salah satu cara formal untuk mengejar pendidikan. Sekolah merupakan suatu lembaga yang dirancang guna pengajaran siswa dibawah pengawasan pendidik alias guru. Pendidikan memiliki pengaruh terhadap masa depan setiap orang.

Mengingat sentralitas kegiatan pembelajaran di kelas, keberhasilan atau kegagalan tujuan pembelajaran bergantung pada kualitas pengalaman belajar yang dimiliki siswa saat mengikuti tujuan tersebut. Tanggung jawab utama seorang siswa adalah belajar, namun tidak semua siswa mahir mengelola

pembelajarannya sendiri. Menjadi pelajar berarti pelajar harus senantiasa memikul tanggung jawab akademik dan non-akademik.

Pendidikan akan meningkatkan kualitas dalam diri seseorang yang menempuhnya dengan baik. Peserta didik yang menempuh pendidikan harus belajar dengan optimal, efektif dan efisien sesuai dengan tanggung jawabnya sebagai peserta didik. Peserta didik dituntut untuk menaati tata tertib disekolah seperti datang ke sekolah tepat waktu, belajar sesuai dengan jadwal yang ditetapkan oleh sekolah, serta mengikuti pelajaran di sekolah dengan tertib termasuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru tanpa menunda-nunda.

Dari penjelasan tersebut dapat diambil suatu kesimpulan bahwa untuk dapat mengikuti proses pendidikan sebagai seorang siswa diperlukan tingkat *self-regulation in learning* atau pengaturan diri dalam belajar yang tinggi.

Hal ini diperlukan untuk memastikan bahwa proses pendidikan yang akan dijalani berhasil dan memberikan hasil terbaik.

Menurut Susanto (dikutip dalam Wicaksana, 2014), *self regulated learning* mempunyai pengaruh terhadap sejauh mana karir akademisnya. Ghufron dan Risnawita (2010:59) menyatakan bahwa *self-regulated learning* terjadi ketika seseorang berusaha mengendalikan perilaku, aktivitas, dan kemampuan metakognitifnya sendiri dalam kaitannya dengan tugas yang diberikan. Berbeda dengan kecerdasan atau kecakapan skolastik, pembelajaran mandiri adalah proses dimana orang mengubah dan menyesuaikan suatu aktivitas. Menurut Schunk (dalam Nurjanah, 2017:133) Istilah "*self regulation*" mengacu pada cara orang dengan sengaja mengarahkan emosi, gagasan, dan perilaku mereka sendiri untuk mencapai tujuan mereka. Menurut Zimmerman (dikutip dalam Ulum, 2016:158), *self-regulated learning* adalah suatu metode pengajaran dimana siswa didorong atau dimotivasi secara metakognitif untuk belajar dan berperan aktif dalam pendidikannya sendiri.

Keterampilan *self regulated learning* meliputi keterampilan pribadi dalam menjajaki proses aktivitas belajar mengajar serta keterampilan buat membagi waktu antara belajar serta aktivitas lain. Tidak hanya itu tercantum pula keahlian untuk mempersiapkan diri dalam mengalami tes. Oleh karena itu, tidak mungkin mencapai tujuan yang diinginkan secara optimal jika kapasitas belajar mandiri tidak berkembang secara maksimal. Begitu pula kebalikannya, apabila *self regulation* bisa tumbuh dengan maksimal maka tujuan pembelajaran bisa dicapai dengan maksimal.

Menurut Noviyanti, Yusmansyah & Utaminingsih (2019) Untuk mencapai tujuan belajarnya, *self regulated learning* yaitu proses menyeluruh yang dilaksanakan secara mandiri melalui serangkaian aktivitas yang melibatkan penerapan pemikiran, perilaku, dan afeksi. Apranadyanti (2010) menemukan bahwa berbagai faktor menyumbang 43,4% terhadap

motivasi berprestasi siswa, sedangkan pengaturan diri menyumbang 56,6%. Menurut Schunk dan Ertmer (dikutip dalam Minique, Paul, dan Moshe, 2000), pembelajar mandiri mampu terlibat dalam proses metakognitif, motivasi, dan pembelajaran aktif di semua konteks. Menurut Woolfolk (2004), orang yang baik dalam *memiliki self-regulated learning (SRL)* mampu memadukan kemampuan akademisnya dengan pengendalian diri sehingga memudahkan dirinya dalam belajar dan mencapai tujuannya.

Menurut Susanto (dikutip dalam Wicaksana, 2014), *self regulation learning* berdampak pada kemampuan seseorang dalam menyelesaikan pendidikannya. Berdasarkan definisi ini, jelas bahwa siswa mengambil lebih banyak tanggung jawab atas pembelajaran mereka sendiri seiring dengan kemajuan mereka melalui pendidikan tinggi. Sehingga siswa perlu memiliki kemampuan *self regulation learning* agar memiliki inisiatif dalam proses belajar mereka. Selain itu, manfaat lain yang didapatkan ketika siswa memiliki regulasi diri ini adalah siswa akan mampu dalam mengatur waktu dengan baik antara belajar dan kegiatan lain, mampu dalam mengikuti kegiatan pembelajaran serta mampu mempersiapkan diri dalam menghadapi ujian.

Menurut Susanto (dalam Munargo, 2021) ada tiga fase yang mampu mempengaruhi keefektifan regulasi diri seseorang yaitu: *Forethrough* (perencanaan); *Performance of volitional control* (pelaksanaan); *Self reflection* (proses evaluasi).

Zimmerman menegaskan (dalam Ghufron dan Risnawita 2010:59) bahwa ada tiga komponen regulasi diri yang efektif dalam pembelajaran, yaitu :

1. Metakognitif.

Salah satu definisi metakognisi adalah "kesadaran dan pemahaman terhadap proses kognitif diri sendiri" (Matlin, 1993). Di antara banyak bentuk metakognisi yang terlibat dalam pembelajaran adalah persiapan, observasi, dan peningkatan tindakan. Metakognitif dalam

regulasi diri belajar merupakan proses pemahaman dalam pendekatan proses berpikir dengan membuat rencana belajar, membuat penetapan tujuan dari pembelajaran, memantau proses belajar, mengkoordinir serta membuat evaluasi kegiatan belajar.

2. Motivasi.

Menurut Devi dan Ryan (1985), motivasi setiap orang berasal dari kapasitas bawaannya untuk mengendalikan diri. Mereka yang mampu mengatur pembelajarannya sendiri akan menunjukkan antusiasme yang tulus terhadap apa yang mereka lakukan dan akan bekerja keras untuk menguasai materi dengan secara cermat mengatur ruang belajar idealnya.

3. Perilaku.

Perilaku individu dapat didefinisikan sebagai upaya mereka untuk mengatur diri sendiri, memilih dan menggunakan sumber daya secara efektif, atau merancang lingkungan yang memfasilitasi aktivitas mereka (Zimmerman dan Schunk, 1998). Individu dengan regulasi diri dalam belajar akan mampu mengatur diri sehingga perilaku yang dimunculkan terstruktur dengan baik dan teratur karena mereka mampu menyeleksi hal-hal mana yang bermanfaat untuk mendukung aktivitas belajarnya dan hal yang tidak bermanfaat untuk mendukung aktivitas belajarnya untuk ditinggalkan agar tidak mengganggu aktivitas belajarnya.

Pintrich dan De Groot (1990) menyatakan bahwa dalam pembelajaran, pengaturan diri penting dalam tiga hal :

1. Kemahiran siswa dalam menggunakan strategi metakognitif untuk mengatur, melacak, dan menyesuaikan pemikiran mereka. Ketika individu memiliki regulasi diri dalam belajar mereka akan mampu untuk berpikir dengan membuat rencana belajar, membuat penetapan tujuan dari pembelajaran, memantau proses belajar, mengkoordinir serta membuat evaluasi kegiatan belajar.
2. Kemampuan siswa mengontrol upayanya untuk menyelesaikan berbagai tugas dikelas,

Hal ini berarti melindungi diri mereka dari potensi gangguan di lingkungan mereka dan menjaga pikiran mereka tetap tajam sehingga mereka dapat menyelesaikan tugas tanpa terganggu.

3. Strategi kognitif adalah metode yang digunakan siswa untuk menyerap, menyimpan, dan memahami informasi di kelas. Ketika orang mampu mengendalikan pembelajarannya sendiri, mereka dapat kembali mempelajari materi pelajaran kapan saja.

Berdasarkan sudut pandang di atas, peneliti menyimpulkan bahwa metakognisi, motivasi, dan perilaku merupakan komponen regulasi diri dalam pembelajaran. Individu dapat memaksimalkan keberhasilan kegiatan belajarnya dengan memusatkan perhatian pada aspek ini dan menggunakannya untuk memilih, mengatur, dan menciptakan lingkungan yang seimbang.

Menurut Ghufroon (2014:142) Individu terlibat dalam aktivitas metakognitif seperti perencanaan, pengorganisasian, pengaturan diri, pemantauan diri, dan evaluasi diri sepanjang proses pembelajaran ketika mereka belajar mengendalikan perilaku mereka sendiri. Pembelajar yang termotivasi menunjukkan tingkat efikasi diri dan atribusi diri yang tinggi, serta minat untuk belajar sendiri, etos kerja yang kuat, dan kemauan untuk meluangkan waktu dan upaya yang diperlukan untuk menguasai materi baru. Dengan mengubah perilakunya, seseorang dapat membuat lingkungan belajarnya lebih kondusif, meminta bantuan ketika mereka memerlukannya, menempatkan diri mereka dalam situasi di mana mereka dapat belajar, mengambil kendali atas pembelajaran mereka sendiri, dan merayakan keberhasilan mereka ketika mereka mencapai tujuan pembelajaran.

Dari penjelasan diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa dengan adanya regulasi diri dalam belajar akan mempengaruhi individu baik dalam motivasional maupun behavioral yang ditunjukkannya. Orang yang mempunyai

regulasi diri akan memprioritaskan aktivitasnya dan memanfaatkan waktunya seefisien mungkin. Di sisi lain, mereka regulasi diri rendah dalam belajar merasa sulit mengendalikan dan membimbing perilakunya.

Berdasarkan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) pada kelas XI SMA Negeri 14 Semarang ditemukan permasalahan dalam bidang belajar seperti siswa belum menemukan cara belajar yang efektif, siswa tidak rutin dalam belajar, siswa belajar ketika saat akan menghadapi tes/ujian saja, dan siswa suka menunda tugas dan siswa tidak semangat dalam belajar. Fenomena regulasi belajar pada siswa belum tergambar pada gambar ini. Oleh karena itu, untuk mengembangkan layanan pembelajaran yang memenuhi kebutuhan siswa, perlu diketahui tingkat regulasi pembelajaran siswa kelas X di SMA Negeri 14 Semarang.

METODE

Pendekatan kuantitatif adalah metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Pasalnya, data numerik yang digunakan dalam penelitian ini akan dianalisis statistik dengan SPSS versi 26. Variable dalam penelitian ini variable tunggal yaitu regulasi diri dalam belajar atau *self regulated learning* dan tidak terdapat variable independen dan variable dependen. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu skala *self regulated learning*. Sedangkan teknik analisis data menggunakan hitungan presentase kelas interval tiga kategori.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 323 siswa (dikurangi 36 untuk pengujian instrumen) dari kelas X SMAN 14 Semarang. Penelitian ini diambil dari 287 siswa. Penelitian ini menggunakan strategi pengambilan *sampel probabilitas* berdasarkan *simple random sampling* untuk prosedur pengambilan sampelnya. Menurut Sugiyono (2017:82), dasar metode *random sampling* mudah dipahami karena melibatkan pemilihan sampel secara acak dari suatu populasi tanpa mempertimbangkan persamaan atau stratifikasi yang sudah ada sebelumnya. Jadi, dalam

pelaksanaan penelitian ini semua peserta didik kelas X di SMA Negeri 14 Semarang memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel penelitian.

HASIL

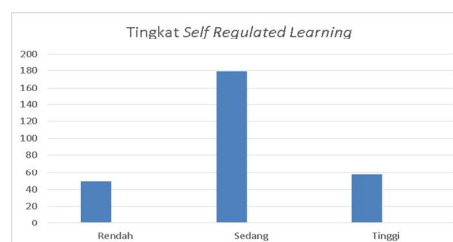
Hasil skala *self-regulated learning* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya menunjukkan bahwa sebanyak 179 siswa (62,3%) masuk dalam kategori sedang yang menunjukkan tingkat *self-regulation* dalam belajarnya sedang. Di antara siswa kelas X SMA Negeri 14 Semarang yang mengatur diri belajarnya, kategori (S) paling menonjol. Namun tidak semua siswa memiliki kemampuan mengatur diri sendiri dalam belajarnya; Sebanyak 20,2% siswa memiliki *self-regulated learning* (T) tinggi yang terjadi sebanyak 50 kali, dan 17,4% siswa memiliki *self-regulated learning* (T) rendah yang terjadi sebanyak 58 kali.

Tabel 1. Kategori Tingkat *self regulated learning* siswa kelas X SMA Negeri 14 Semarang

Kategori	Siswa	Presentase
Rendah	50	17,4%
Sedang	179	62,3%
Tinggi	58	20,2%
Total	287	100%

Selain dalam bentuk table, peneliti menyediaka data berupa grafik diagram batang agar bias dilihat lebih jelas.

Gambar 1. Grafik Tingkat *Self Regulated Learning* siswa SMA Negeri 14 Semarang



Berdasarkan table dan grafik diagram batang diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat *self regulated learning* siswa kelas X

SMA Negeri 14 Semarang berada pada kategori sedang karena memiliki tingkat presentase tertinggi yaitu 62,3% dengan frekuensi 179 siswa.

PEMBAHASAN

Hasil dari perhitungan skor skala *self regulated learning* dengan subjek penelitian berjumlah 287 peserta didik kelas X SMA Negeri 14 Semarang. Peneliti menemukan bahwa tingkat *self regulated learning* siswa tingkat X SMA Negeri 14 Semarang berada pada kategori sedang dengan tingkat presentase tertinggi yaitu 62,3% dengan frekuensi 179 siswa, kategori tinggi yaitu 20,2% atau frekuensinya 58 siswa dan siswa dengan *self regulated learning* kategori rendah yaitu 17,4% dengan frekuensi 50 siswa.

Melihat data yang dihasilkan dari penelitian, menunjukkan bahwa tingkat *self regulated learning* siswa kelas X SMA Negeri 14 Semarang Tahun Ajaran 2023/2024 berada pada kategori sedang, meskipun terdapat juga peserta didik yang memiliki tingkat *self regulated learning* yang tinggi dan rendah namun untuk perolehan datanya tingkat *self regulated learning* sedang berada pada presentase tertinggi.

Alih-alih menerima segala sesuatu sebagaimana adanya, siswa yang *memiliki self-regulated learning*, secara aktif berupaya mengubah lingkungan, pikiran, dan perilakunya dengan merancang strategi untuk menguasai tugas-tugas saat ini (Kristiyani, 2016:16). Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang menunjukkan pengaturan diri yang kuat di kelas mengutamakan tujuan pembelajaran, sehingga memerlukan pengelolaan dan modifikasi lingkungan sekitarnya untuk mendukung keberhasilannya. Keterlibatan *self regulated learning* bagi siswa akan membantu siswa mencapai tujuan dengan maksimal karena mereka mampu mengontrol hal-hal yang konstruktif dan hal yang tidak konstruktif bagi dirinya untuk ditinggalkan demi tercapainya prestasi yang maksimal.

Tidak semua sekolah memiliki siswa dengan tingkat *self regulated learning* yang tinggi Seperti yang dilaporkan sebelumnya dalam penelitian Friskilia S. dan Winata (2018:42), 53% siswa menunjukkan tingkat regulasi diri yang rendah. Ketidakmampuan siswa dalam mengatur diri untuk mencapai hasil belajar yang optimal ditunjukkan dengan rendahnya kemampuan regulasi diri.

Dengan adanya siswa yang masih memiliki tingkat *self regulated learning* yang rendah maka akan mempengaruhi proses pembelajaran yang dilakukan oleh siswa. Adanya *self regulated learning* akan lebih mungkin menetapkan tujuan, menilai kemajuannya dalam mencapai tujuan tersebut, dan menyesuaikan pendekatannya sesuai kebutuhan (Santrock, dikutip dalam Rachmah, 2015: 62). Dengan *self regulated learning* individu mampu mengatur tujuan apa yang ingin dicapai dan ketika individu mengetahui tujuannya maka mereka akan tahu apa yang harus disiapkan dan apa yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Individu mampu beradaptasi dengan segala sesuatu yang diperlukan seperti beradaptasi dengan lingkungan, cara belajar yang diterapkan, dan hal yang dapat menunjang akademik belajarnya untuk mencapai prestasi.

Jelas dari penjelasan sebelumnya bahwa siswa yang dengan *self regulated learning* yang rendah akan kesulitan mencapai tujuan akademiknya dan diperlukan upaya untuk meningkatkan *self regulated learning* siswa agar bias mencapai tujuan pembelajaran dengan maksimal.

Tabel 2. Analisis *self regulated learning* siswa kelas X SMA Negeri 14 Semarang Berdasarkan Aspek

Aspek	Kategori	Rata-Rata
Metakognitif	Sedang	2,84
Motivasi	Sedang	2,83
Perilaku	Sedang	2,87

Dari hasil diatas menunjukkan bahwa intensitas *self regulated learning* siswa kelas X

SMA Negeri 14 Semarang cenderung sedang dalam setiap aspeknya. Meskipun nilai yang terlihat sangat tipis, namun aspek perilaku menduduki peringkat tertinggi diantara ketiga aspek yang diukur.

Dalam aspek Metakognitif dari *self regulated learning* yang tertera dalam kategori sedang, berarti siswa sudah sedikit banyak untuk dapat memiliki proses pemahaman dalam pendekatan proses berpikir dengan membuat rencana belajar, membuat penetapan tujuan dari pembelajaran, memantau proses belajar, mengkoordinir serta membuat evaluasi kegiatan belajar dan perlu ditingkatkan.

Begitu pula pada aspek motivasi dari *self regulated learning*, individu dengan regulasi diri dalam belajar akan memiliki ketertarikan terhadap tugas yang dihadapi dan akan berusaha semaksimal mungkin untuk belajar dengan memilih, mengorganisasikan, dan membuat ruang yang berguna untuk belajar. Dari hasil yang didapatkan pada aspek motivasi berada pada kategori sedang dan memungkinkan akan meningkat jika siswa terus dilatih untuk meningkatkan motivasi belajar dalam dirinya untuk mencapai tujuan pembelajaran yang maksimal.

Perilaku belajar dalam *self-regulated learning* meliputi upaya mengendalikan perilaku diri sendiri, memilih dan menggunakan atau menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas seseorang, dan sebagainya. Individu dengan regulasi diri dalam belajar akan mampu mengatur diri sehingga perilaku yang dimunculkan terstruktur dengan baik dan teratur karena mereka mampu menyeleksi hal-hal mana yang bermanfaat untuk mendukung aktivitas belajarnya dan hal yang tidak bermanfaat untuk mendukung aktivitas belajarnya untuk ditinggalkan agar tidak mengganggu aktivitas belajarnya.

Menurut Kristiyani (2016:47) perkembangan regulasi diri dalam belajar siswa juga dipengaruhi oleh faktor-faktor dari luar dirinya, antara lain:

1. Keluarga.

Bukti menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dan gaya pengasuhan berpengaruh pada kemampuan anak mengatur diri di kelas. Berbeda dengan pola asuh permisif yang selama ini dikaitkan dengan menurunnya kemampuan siswa dalam mengatur diri di kelas, pola asuh demokratis merupakan pendekatan yang paling efektif untuk mendorong tumbuh kembang anak. Keluarga dengan pola asuh demokratis selalu memusyawarahkan segala sesuatu, orang tua memberikan kebebasan pada anak namun masih terkendali, orangtua memberikan bimbingan dan perhatian serta pengarahan tanpa memaksakan kehendak. Hal tersebut akan membuat anak merasa didukung. Semakin besar dukungan dari orangtua atau keluarga semakin besar anak melakukan belajar berdaar regulasi diri

2. Sekolah.

Dalam konteks pembelajaran di kelas, regulasi diri dalam belajar tidak hanya berfokus pada siswa, melainkan juga pada suasana pembelajaran di kelas serta relasi antara guru dengan siswanya. Suasana belajar yang nyaman, menarik dan terjalin hubungan baik antara siswa dan gurunya akan mempengaruhi regulasi diri dalam belajar siswa. Memberikan siswa tugas yang menantang dan relevan untuk dilakukan di kelas akan membantu mereka mengembangkan keterampilan regulasi diri yang diperlukan untuk berhasil secara akademis.

3. Teman Sebaya.

Regulasi diri dalam belajar meliputi kepercayaan dan kemampuan sendiri sangat dipengaruhi oleh perilaku dan umpan balik dari orang-orang penting disekitar siswa, termasuk teman sabaya. Perasaan dan sikap positif dari teman sebaya akan membuat individu tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam belajar. Bersama dengan teman sebaya mereka dapat saling membantu, saling memotivasi dalam aktivitas belajar.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa regulasi diri dalam belajar atau *self regulated learning* dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor

internal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi regulasi diri dalam belajar seperti; Keluarga, sekolah, lingkungan dan teman sebaya. Sedangkan faktor internal seperti; kemauan dan kemampuan, perilaku, pengetahuan, motivasi, jenis kelamin, dan tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu dan tujuan yang ingin dicapai.

SIMPULAN

Berdasarkan paparan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat *self regulated learning* siswa kelas X SMA Negeri 14 Semarang menunjukkan rata-rata pada kategori sedang dengan presentase 62,3%, rendah 17,4%, dan tinggi pada presentase 20,2%.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menyimpulkan beberapa saran kepada peserta didik untuk dapat selalu meningkatkan *self regulated learning* karena dengan adanya *self regulated learning* akan mempengaruhi peserta didik baik dalam motivasional maupun behavioral yang ditunjukkannya. Peserta didik yang memiliki *self regulated learning* yang baik dan tinggi akan menggunakan waktu yang sesuai dan mengarah pada perilaku yang lebih utama, sedangkan individu dengan *self regulated learning* yang rendah tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya dan akan berdampak pada hasil belajarnya.

Bagi pihak sekolah dan guru terutama guru Bimbingan dan Konseling dengan diketahuinya tingkat *self regulated learning* siswa kelas X SMA Negeri 14 Semarang diharapkan untuk mampu memberikan layanan dan pembelajaran yang bisa mengasah *self regulated learning* pada peserta didik agar lebih meningkat dan tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan maksimal. Peneliti juga berharap hasil dari penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lanjutan mengenai *self regulated learning*.

DAFTAR RUJUKAN

- Apranadyanti, N. (2010). *Hubungan antara regulasi diri dengan motivasi berprestasi pada siswa kelas X SMK Ibu Kartini Semarang*. Skripsi, tidak diterbitkan. Semarang: Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro.
- Friskilia S, Ochteria & Winata Hendri (2018). *Regulasi Diri (Pengaturan Diri) sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan*. Vol 1. No 2. (2018) 37-44.
- Ghufon M. Nur, Rini Risnawati S. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Ar Ruz Media : Yogyakarta
- Ghufon, M. Nur, and Rini Risnawita Suminta. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Kristiyani, Titik. 2016. *Self Regulated Learning (Konsep, Implikasi, dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia)*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press
- MUNARGO, UGAS, & Fadhlina Rozzaqyah. (2021). *Hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pembelajaran daring pada mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Sriwijaya*. Diss. Universitas Sriwijaya.
- Noviyanti, N., Yusmansyah, Y., & Utaminingsih, D. (2019). *Hubungan antara self regulated learning dan prokrastinasi akademik*. ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling), 7(3)
- Nurjanah, A. A., Dahlan, S., & Utaminingsih, D. (2017). *Hubungan Regulasi Diri Dengan Perencanaan Karir Siswa*. Jurnal Bimbingan Konseling, 1, 132–144.
- Pintrich, P. R. dan De Groot, E. V. 1990. *Motivational and Self Regulated Learning Component of Classroom Academic Performance*, Journal of Educational Psychology, 82 (1), 33-40.

- Rachmah, D. N. (2015). *Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak*. Jurnal Psikologi, 42(1), 61.
- Schunk, D. H & Ertmer, P. A. (2000). Handbook of self-regulation. Dalam Minique. B., Paul. R. P, & Moshe. Z. *Self-regulation and academic learning, self-efficacy enhancing interventions*. (h.632-646). London: Academic Press.
- Ulum, M. I. (2016). *Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa*. Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi, 3(2), 153–170.
- Wicaksana, B. 2014. *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Prodi BK UNY*. Skripsi. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
- Woolfolk, A. (2004). *Educational psychology. Ninth edition*. Boston: Pearson Education.
- Zimmerman, B. J. dan Martinez-Pons. 1990. *Learning: Relating Grade, Sex, and Giftedness to Self-Efficacy and Strategy Use*, Journal of Educational Psychology, 82 (1), 51–59
- Luria, A. R. (1969). *The mind of a mnemonist* (L. Solotaroff, Trans.). New York: Avon Books. (Original work published 1965)