



Gambaran Self Regulated Learning Pada Mahasiswa yang Telah Menyelesaikan Skripsi

Diana Anindita¹, Afifah Rahmania², Dewi Khurun Aini³

2207016056@student.walisongo.ac.id, 2207016058@student.walisongo.ac.id, dewi_khurun@walisongo.ac.id

Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Alamat : Jl. Walisongo No.3-5, Tambakaji, Kec. Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50185

Korespondensi Penulis : 2207016056@student.walisongo.ac.id

Abstract. *This research aims to determine the description of self-regulated learning that has completed its thesis. The approach used is a qualitative approach with a narrative biography research type. The subjects in this research are the subjects in this research who are participants based on predetermined criteria. The data collection technique used in this research was a semi-structured interview technique. Based on the research results, the picture of self-regulated learning for those who have completed their thesis is reflected in several factors (1) the ability to manage time (2) managing stress and maintaining motivation are important factors in completing the thesis. (3) social support from parents, supervisors and the surrounding environment also plays an important role in motivating students to complete their thesis.*

Keywords: *Self Regulated Learning, Thesis Completion, Qualitative Approach*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran self regulated learning yang telah menyelesaikan skripsi. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian narative biography. Subjek dalam penelitian ini merupakan subjek dalam penelitian ini merupakan partisipan dengan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik wawancara semi terstruktur. Berdasarkan hasil penelitian gambaran self regulated learning yang telah menyelesaikan skripsi tercemin dari beberapa faktor (1) kemampuan mengatur waktu (2) mengelola stres dan menjaga motivasi menjadi faktor penting dalam menyelesaikan skripsi. (3) dukungan sosial dari orang tua, dosen pembimbing dan lingkungan sekitar juga berperan penting dalam memotivasi mahasiswa menyelesaikan skripsinya.

Kata Kunci : Self Regulated Learning, Penyelesaian Skripsi, Pendekatan Kualitatif

PENDAHULUAN

Skripsi merupakan sebuah karya tulis ilmiah yang harus ditulis oleh setiap mahasiswa sebagai syarat mendapatkan gelar sarjana. Proses pembuatan skripsi inipun begitu panjang dan rumit, selain membutuhkan tenaga dan pikiran tentunya biaya serta waktu akan selalu diperlukan. Pengerjaan skripsi sendiri umumnya dapat diselesaikan dalam jangka waktu satu semester, namun tak menutup kemungkinan terdapat mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih lama daripada umumnya. Tujuan dari penulisan skripsi ini agar mahasiswa memiliki pengalaman belajar menyelesaikan masalah secara ilmiah, yaitu dengan melakukan penelitian

Received: Mei 29, 2024; Accepted: Juni 19, 2024; Published: Juli 31, 2024

* Diana Anindita, 2207016056@student.walisongo.ac.id

terlebih dahulu. (Darmono dan Hasan dalam Dewita, 2016) Tak heran, beberapa mahasiswa merasakan kesulitan ketika menyusun skripsi hingga bahkan ada yang depresi. Perasaan - perasaan yang dapat menunda pengerjaan skripsi dapat dikurangi yaitu dengan *Self-Regulated Learning*.

Self-Regulated Learning mempunyai posisi yang penting bagi seorang mahasiswa ketika sedang pengerjaan skripsi. Strategi motivasional merujuk pada metode yang diterapkan seseorang untuk mengatasi emosi negatif atau stres yang mungkin muncul saat mereka menghadapi tantangan belajar, dengan tujuan menjadi pembelajar yang efektif. Di sisi lain, strategi belajar mengacu pada cara - cara yang digunakan individu untuk meningkatkan pemahaman, mengembangkan keterampilan, dan mengolah informasi terbaru agar dapat diterima dengan baik dalam proses pembelajaran (Kosmin, 2007).

Kerlin, B.A (1992) mengatakan bahwa *self regulated learning* merupakan usaha yang dilakukan seseorang dalam meningkatkan pada perencanaan pembelajaran agar tugas-tugas akademik terselesaikan. Pada tahap akhir pengerjaan skripsi, banyak mahasiswa menghadapi tekanan yang signifikan seperti halnya merasa stress dan penuh tekanan. Stres akademik telah terbukti menjadi masalah yang signifikan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap Mahasiswa yang berada tahap di penyelesaian skripsi. Dalam menghadapi stres yang terjadi selama proses penyusunan skripsi, mahasiswa sangat perlu melakukan penyesuaian diri alih-alih untuk mengurangi stress, dengan penyesuaian diri tersebut seringkali mengacu pada resiliensi (Kirana & Rista, 2022).

Mahasiswa yang memiliki kemauan dan kemandirian untuk mengendalikan diri serta menggunakan sumber daya internal dan eksternalnya untuk mengatasi hambatan belajar, pengalaman negatif, dan stres, memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan lancar dan menyelesaikan studi mereka dengan baik (Botman, 2014). Ketahanan yang dimiliki sebagai seorang mahasiswa mampu membuat mereka menjadi kuat bahkan ketika permasalahan datang menghampiri.

Hasil penelitian oleh Hararap dkk. (2020) menyatakan seorang mahasiswa pada tingkat resiliensi akademik yang tinggi cenderung memiliki sikap optimis dan mampu berpikir positif ketika menghadapi kesulitan belajar, serta dapat membuat keputusan dengan bijak saat menghadapi masalah. Mahasiswa yang resilien menunjukkan sikap positif terhadap tekanan dan mampu menyelesaikan studi dengan hasil yang memuaskan. Individu yang memiliki resiliensi dapat mengatasi perubahan secara berkelanjutan, tetap tenang, cerdas, dan mudah beradaptasi, serta belajar dari kegagalan mereka. Mereka mampu menghadapi kesulitan dengan baik tanpa mengeluh tentang situasi yang dihadapi (Kusumaningtyas, 2016).

Dengan demikian, mahasiswa memerlukan *self-regulated learning* untuk mengelola diri mereka sendiri selama proses belajar. Proses ini dikenal sebagai strategi belajar untuk mengatur diri sendiri. Mahasiswa dapat mengurangi tekanan yang mereka hadapi dengan mengendalikan diri dan mengatasi emosi negatif yang muncul, sambil berupaya untuk meningkatkan suasana hati yang positif.

KAJIAN PUSTAKA

Self Regulated Learning

Self regulation atau regulasi diri, mengarah pada kemampuan seseorang untuk mengelola pikiran, perasaan, dan perilaku mereka sendiri untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Zimmerman, 1989).

self-regulated learning adalah kemampuan seseorang dalam mengatur kognisi, perilaku, serta motivasi ketika sedang proses belajar. (Bandura, 1997).

Berdasarkan definisi self regulated learning yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti memutuskan untuk menggunakan teori Zimmerman (1989), di mana self-regulated learning diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengatur diri sendiri, termasuk mengelola pikiran, perasaan, dan perilaku, untuk mencapai tujuan pribadi. Sementara itu, aspek dari teori Zimmerman (2000) sangat relevan dengan karakteristik individu yang menjadi subjek dalam data awal penelitian ini.

Aspek - Aspek Self Regulated Learning

Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa terdapat 3 aspek pada *self regulated learning*;

a. Kognisi

Kognisi mencakup pemahaman tentang kesadaran diri, kewaspadaan, dan pengetahuan yang menjadi dasar untuk menentukan pendekatan pembelajaran dalam proses berpikir. Dalam konteks pembelajaran yang diatur sendiri (self-regulated learning), Kognisi mengacu pada kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisir, mengendalikan, memotivasi diri, memonitor, dan menilai aktivitas belajarnya.. Dalam meregulasi kognisi, terdapat dua strategi utama, yaitu strategi pengulangan dan strategi Pengembangan. Strategi pengulangan mencakup upaya mengulang informasi atau materi pelajaran untuk mempermudah proses ingatan siswa. Sedangkan, strategi elaborasi melibatkan refleksi yang mendalam terhadap pembelajaran dengan menggunakan kalimat sendiri untuk memperjelas pemahaman materi, sehingga memudahkan siswa untuk memahaminya.

b. Perilaku

Perilaku meliputi berbagai upaya yang dilakukan mahasiswa untuk memilih, mengatur, mengendalikan, dan menciptakan lingkungan fisik dan sosial yang mendukung kegiatan belajar mereka. Zimmerman juga menggunakan istilah "resourcefulness" untuk menggambarkan usaha mahasiswa dalam mengendalikan lingkungan fisik di sekitar mereka, seperti membatasi gangguan yang dapat menghambat proses belajar. Hal ini terlihat dari keaktifan siswa dalam mencari informasi, mengorganisir lingkungan, dan mengurangi distraksi.

c. Motivasi

Motivasi adalah faktor yang sangat diperlukan dalam proses pembelajaran. Ini adalah dorongan atau dasar untuk tindakan yang dilakukan oleh siswa saat mereka belajar. Motivasi tercermin dalam keputusan untuk terlibat sepenuhnya dalam pembelajaran. Dalam konteks ini, motivasi meliputi dua aspek: pemahaman tentang apa yang akan dipelajari dan pemahaman mengapa materi tersebut penting untuk dipelajari (Zimmerman, 1999; Sardirman, 2006).

Dampak Self Regulated Learning

1. Prestasi Belajar

Penelitian Rahmiyati (2017) tentang pengaruh Self-Regulated Learning terhadap prestasi belajar siswa kelas X pada mata pelajaran Ekonomi di SMAN 5 Pontianak menyimpulkan bahwa Self-Regulated Learning berdampak positif terhadap prestasi belajar siswa. Studi ini menemukan adanya korelasi yang signifikan antara Self-Regulated Learning dan prestasi belajar siswa, Oleh karena itu, dapat ditarik garis besar bahwa siswa yang memiliki tingkat Self-Regulated Learning yang tinggi cenderung lebih baik dalam membuat keputusan, merencanakan, dan menerapkan strategi belajar yang efektif, yang pada akhirnya meningkatkan prestasi akademik mereka.

2. Motivasi Belajar

Destiasari, Warneri, dan Syahrudin (2019) melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Self-Regulated Learning Terhadap Hasil Belajar Siswa di SMK." Temuan penelitian menunjukkan bahwa self-regulated learning mempunyai dampak positif terhadap prestasi akademik siswa kelas X di SMK Negeri 3 Pontianak. Penelitian menyimpulkan bahwa self-regulated learning memberikan kontribusi positif terhadap hasil belajar siswa. Tingkat pembelajaran mandiri yang

lebih tinggi menunjukkan prestasi akademik yang lebih baik. Penelitian mengungkapkan bahwa pembelajaran mandiri menyumbang 59,3% dari hasil belajar siswa

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah Lulusan Terbaik Sarjana (S1) Psikologi UIN Walisongo Semarang IPK 3,92/4.00.

Metode Analisis Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Teknik pengumpulan data pada Penelitian ini menggunakan wawancara dan dokumentasi. Metode pengumpulan data ini didasarkan pada laporan diri, keyakinan pribadi, dan pengetahuan individu. Menurut Hamzah (2019), dokumentasi adalah kumpulan fakta dan informasi yang dicatat dalam dokumen seperti laporan, foto, dan lain-lain. Ciri utama data ini adalah tidak dibatasi oleh ruang dan waktu, sehingga peneliti dapat memahami peristiwa masa lalu.

HASIL PEMBAHASAN DAN PENELITIAN

Informan RS

Keterangan	Informan
Nama (Inisial)	RS
Usia	22 tahun
Pekerjaan	HR Recruitment Officer
durasi wawancara	47 menit 10 detik

Latar Belakang Informan

Informan RS merupakan lulusan sarjana Psikologi UIN Walisongo 2024 sebagai wisudawan terbaik dengan IPK 3,92. Dalam proses pengerjaan skripsi Informan kurang lebih membutuhkan waktu 4 bulan hingga dengan selesai. Tak hanya itu, selain disibukkan dengan

menyusun skripsi informan juga disibukkan dengan kegiatan organisasi intra kampus khususnya fakultas sebagai Senat Mahasiswa FPK UIN Walisongo menjadi Koordinator Komisi A (Legislasi dan Keorganisasian).

Selain sebagai organisatoris informan juga memiliki segudang prestasi ketika menjadi mahasiswa beberapa prestasi yang telah diraih salah satunya yaitu *1st Place National Research Poster*, IAIN Pare-pare dan beberapa prestasi yang lainnya. Informan juga mendapatkan beasiswa Djarum dan mendapatkan gelar sebagai wakil ketua angkatan di beasiswa Djarum. Saat kegiatan KKN informan terpilih ikut KKN Nusantara di Tana Toraja.

Pada saat proses pengerjaan skripsi Informan mengungkapkan bahwa sebenarnya target yang pertama untuk menyelesaikan pada bulan november tetapi karena waktu KKN terkendala sinyal akhirnya waktu pengerjaan mundur dari targetnya. Saat ini setelah kelulusannya sebagai sarjana Psikologi informan telah mendapatkan perkerjaannya selaras dengan *skill* yang dimilikinya. Informan bekerja di PT. Cahaya Murni Central Java, Semarang dengan jabatan *HR Recruitment Officer*. Dengan prestasi yang diperoleh yaitu lulusan terbaik hal itu juga yang membuat informan mendapatkan pekerjaan sekarang ini. **Gambaran Self Regulated Learning**

Hasil wawancara yang telah kita lakukan terhadap Informan ditinjau menurut aspek - aspek sebagai berikut :

1. Kognisi

Informan mengatakan bahwa bentuk strategi belajar ketika sedang pengerjaan skripsi itu dengan membuat jadwal secara tersusun/ *deadline* dimana setiap harinya serta informan selalu melakukan bimbingan disetiap minggunya.

“Ya itu sih aku ngasih target. Terus aku buat deadline harian. Karena kan skripsi tuh apa ya? Kayak kemauan pribadi kan. Keinginan pribadi kan. Kamu nggak dituntut deadline apapun. Kecuali kamu buat sendiri deadline itu. Jadi ya itu, karena aku nggak dituntut oleh siapapun”

“Dan aku tuh selalu target kayak misal, Karena aku tiap minggu harus bimbingan... Aku harus ada target yang udah saklak gitu. Jadi kayak misal... Misal nih minggu depan udah bimbingan. Dan dia berarti aku udah harus selesai sampe beberapa bab”

Dapat dilihat dari ungkapan informan bahwa informan selalu mengerjakan sesuai targetnya. Seperti yang kita tau bahwa dalam mengerjakan skripsi pasti mengalami kebosanan

dan informan mengungkapkan untuk mengevaluasi belajar agar tidak terasa tertekan biasanya memberi jeda sebentar.

“Aku buat evaluasi proses belajar itu... Melihat diri aku dulu sih kayak... Maunya diri aku tuh kayak gimana gitu. Misal aku udah bosenan kayak... Aku udah capek, aku ngerasa capek... Atau aku ngerasa bosan. Biasanya aku take a break dulu kayak... Ngasih istirahat buat diri aku. Biasanya aku ngasih libur, jeda gitu.”

2. Motivasi

Informan menyatakan bahwa motivasi berasal dari dua sumber utama yakni motivasi intrinsik yang meliputi prestasi pribadi, perencanaan, dan pencapaian tujuan, dan motivasi ekstrinsik yang datang dalam bentuk dukungan dari orang tua dan dosen pembimbing

“Lulus cepat itu... Dari... Keinginanku dari SMA ya... Jadi kalau ditanya itu... Alasannya apa ya... Karena itu jadi prestasi aja buat aku gitu... Karena lulus cepat itu... Prestasi sendiri kan... Jadi dulu tuh aku... Karena aku planner ya... Aku orang yang terencana gitu... Aku selalu nulis rencanaku... Tiap lima tahun... Jadi kayak lima tahun ke depan... Aku nulis keinginanku apa gitu... Dan di tahun... Di tahun berapa tuh... Di tahun 2020... Aku ingat banget di tahun 2020... Pertama aku kelas 12 SMA... Aku nulis rencanaku lima tahun ke depan... Dan salah satunya itu... Jadi ya mau gak mau... Aku mau capai.”

“Orang tuaku ya pasti ya..Terus dukungan uang ya... Itu tidak lupa... Iya... Gitu sih... Terus dukungan lain tuh... Aku kan penelitiannya di Sunan Gresik ya. Di PT Sunan Gresik itu... Tempat aku dapat beasiswa dulu. Dan orang-orang aku tuh sangat-sangat supportive gitu. Jadi itu aku sangat-sangat dibantu Dukungan dari dosen pembimbing... Aku tuh merasa banget... Dapat dukungan dari... Dosen pembimbingku”

“Menurut aku ya... Sebenarnya... Dari... Itu kan dari sisi... Apa ya? Dukungan eksternal ya? Iya... Yang paling mendukungku itu... Adalah diriku sendiri... Tapi kalau... Yang kalau kamu nanya... Dari dukungan eksternal... Yang paling mendukungku... Siapa ya? Orang tua aku sih pasti... Karena aku gak mau ngecewain mereka gitu”

3. Perilaku

Informan menyatakan bahwa dalam menyusun skripsi, menerapkan waktu yang disiplin, mengendalikan stres, bersikap fleksibel dalam menghadapi tantangan, serta mampu mengatur dan menyesuaikan rencana sesuai dengan kondisi lingkungan.

“Aku dulu nanemin mindset kayak gini buat ngelola waktuku ya, setiap hari aku harus buka laptop buat ngerjain skripsi. Jadi ya itu, karena aku nanemin mindset kayak gitu, bahwa gak mau aku pasti ngeluangin waktu sehari sekali untuk mengerjakan skripsi, dan waktunya itu bebas. Jadi aku gak pernah tuh pas jaman skripsian gak buka laptop.

“Jadi ya itu gak bisa dibilang sunggang, dan gak bisa dibilang sibuk juga sih. Maksudnya kayak biasa aja, situasi dimana aku masih bisa mengandalkan itu tapi gak terlalu sibuk dan gak terlalu sibuk juga. Jadi kayak gak terlalu tertekan banget gitu.”

“Aku tuh, maksudnya gimana ya, aku nggak terlalu peduli lingkunganku sih. Bukannya nggak peduli lingkunganku ya, tapi aku kalau udah pengen apa gitu, aku udah benar-bener nentuin gitu. Oh aku pengen ini ya, aku pasti nyapai ini gitu. Kalau lingkunganku nggak support, aku buat mereka support. Gini-gini, jawaban benarnya gini. Kalau misalnya mereka lingkunganku nggak support, ya aku balik lagi ke rencana awal pun apa, dan gimana cara aku achievement itu sih gitu.”

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, bahwa self-regulated learning mempunyai peran penting dalam mengatasi tantangan dan tekanan yang dihadapi mahasiswa dalam menulis skripsi. Mahasiswa yang mampu mengatur diri dan menggunakan sumber daya internal dan eksternal untuk mengatasi hambatan belajar, pengalaman negatif, dan stres mempunyai kemampuan beradaptasi dengan lancar dan menyelesaikan studinya dengan baik. Dari hasil wawancara dengan informan tersebut terlihat bahwa kemampuan mengatur waktu, mengelola stres dan menjaga motivasi menjadi faktor penting dalam menyelesaikan skripsi. Selain itu, dukungan sosial dari orang tua, dosen pembimbing dan lingkungan sekitar juga berperan penting dalam memotivasi mahasiswa menyelesaikan skripsinya. Melalui strategi pembelajaran yang efektif dan kemampuan mengatasi berbagai tantangan, siswa dapat mencapai hasil akademik yang memuaskan. Oleh karena itu, penelitian ini menunjukkan bahwa self-regulated learning memberikan dampak positif terhadap hasil belajar mahasiswa dan dapat menjadi strategi yang efektif untuk menghadapi tekanan akademik dan menyelesaikan tugas akhir seperti skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Botman, R. (2014). Kemampuan Adaptasi Mahasiswa dalam Menghadapi Masalah Belajar dan Stres. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(1), 35-45.
- Darmono, H., & Hasan, R. (2016). Proses pembuatan skripsi. In Dewita, M. (ed.), *Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi* (Vol. 1, pp. 10-15). Universitas Brawijaya.
- Destiasari, R., Warneri, W., & Syahrudin, H. (2019). Pengaruh Self Regulated Learning Terhadap Hasil Belajar Siswa di SMK. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8 (12).
- FAHMADANA, W. A., & Pangestuti, R. (2023). *GAMBARAN SELF-REGULATED LEARNING PADA MAHASISWI MUSLIMAH YANG SUDAH MENIKAH* (Doctoral dissertation, UIN Surakarta).
- Faidah, S. N., & Rafsanjani, M. A. (2021). Pengaruh Self Discipline Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Dengan Self Regulated Learning Sebagai Variabel Mediator. *Jurnal Education and Development*, 9(2), 114-119.
- Harahap, A. C. P. (2020). Covid 19: Self regulated learning mahasiswa. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1).
- Hidayah, A., Nahwiyah, S., & Mailani, I. (2024). STRATEGI SISWA DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN SELF REGULATED LEARNING PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI KELAS XI MIPA 2 DI SMA NEGERI 1 SINGINGI KEC. SINGINGI KAB. KUANTAN SINGINGI. *JOM FTK UNIKS (Jurnal Online Mahasiswa FTK UNIKS)*, 4(2), 19-25.
- Kerlin, B.A. (1992). Cognitive engagement style, self regulated learning and cooperative learning, (On line)
- Kirana, D., & Rista, P. (2022). Adaptasi Mahasiswa dalam Penyelesaian Skripsi: Stres Akademik dan Resiliensi. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(1), 35-45.
- PAREALLO, P. D. (2023). *"HUBUNGAN SELF REGULATED LEARNING DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI KOTA MAKASSAR* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS BOSOWA).
- Paska, P. E. I. N., & Laka, L. (2020). Pengaruh lingkungan sosial terhadap self-regulated learning siswa. *Sapa: Jurnal Kateketik dan Pastoral*, 5(2), 39-5481-90.
- Pratama, F. W. (2017). Peran Self-Regulated Learning Dalam Memoderatori Pembelajaran Dengan Pendekatan Saintifik Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Satya Widya*, 33 (2), 99–108.
- Rahmiyati, A. (2017). Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X pada Mata Pelajaran Ekonomi. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 6(9).

**GAMBARAN SELF REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA YANG TELAH MENYELESAIKAN
SKRIPSI**

- Rosito, A. C. (2018). Eksplorasi tipe kepribadian big five personality traits dan pengaruhnya terhadap prestasi akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling* Vol, 4(2).
- Sarajar, D. K. (2016). Pengaruh pelatihan self-regulated learning terhadap prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 18(2), 150-160.
- Sugiono, R. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syafitri, A., Atariq, D., & Saputri, R. E. (2024). PENGARUH SELF-REGULATION LEARNING DAN SELF-EFFICACY TERHADAP PRESTASI AKADEMIK. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 3(6),
- Zimmerman, B. J. (1989). Self-regulated learning: A model for enhancing educational practice. *Educational Psychologist*, 21(4), 157-163.