



EKASAKTI JURNAL PENELITIAN & PENGABDIAN (EJPP)



Doi:

Lisensi: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Diterima: 20 April 2024, Diperbaiki: 25 April 2024, Diterbitkan: 30 April 2024

GAMBARAN SELF REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA DITINJAU DARI BIDANG ILMU EKSAKTA DAN SOSHUM

Lathifa Khairah¹, Frischa Meivilona Yendi^{2*}, Zadrian Ardi³, Rahmi Dwi Febriani⁴,
Rima Pratiwi Fadli⁵

Universitas Negeri Padang, Sumatera Barat, Indonesia¹²

e-mail : frischa@fip.unp.ac.id^{2*}

Abstract: *This study is motivated by the observation that some students struggle to manage their time and study situations, often prioritizing activities that do not support their personal development. This indicates that students may have inadequate self-regulated learning. The objectives of this research are to describe: 1) the overall self-regulated learning of students, 2) the self-regulated learning of students in the exact sciences, 3) the self-regulated learning of students in the social sciences, and 4) to examine the differences in self-regulated learning between students in the exact sciences and social sciences. This research employs a quantitative approach with a comparative descriptive design. The sample consisted of 388 students selected using proportional random sampling. The instrument used was a self-regulated learning questionnaire that has been tested for validity and reliability. Data were analyzed using descriptive statistical techniques and t-test analysis with Microsoft Excel and SPSS 26. The findings reveal that: 1) the overall self-regulated learning of students is categorized as high; 2) the self-regulated learning of students in the exact sciences is categorized as high; 3) the self-regulated learning of students in the social sciences is categorized as moderate; and 4) there is a significant difference in self-regulated learning between students in the exact sciences and social sciences. The implications for counseling services that can be provided include informational services and group guidance.*

Keywords: *Students, Self-Regulated Learning, Exact Sciences, Social Sciences.*

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya mahasiswa yang belum mampu mengatur waktu dan situasi untuk belajar, sering kali lebih mengutamakan aktivitas yang kurang mendukung pengembangan diri. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang kurang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan: 1) *self regulated learning* mahasiswa secara keseluruhan, 2) *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu eksakta, 3) *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu soshum, dan 4) menguji perbedaan *self regulated learning* mahasiswa ditinjau dari bidang ilmu eksakta dan soshum. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif komparatif. Sampel penelitian ini sebanyak 388 mahasiswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket *self regulated learning* yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data

dianalisis dengan teknik statistik deskriptif dan teknik uji *t-test* menggunakan *Microsoft excel* dan SPSS 26. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa: 1) *self regulated learning* mahasiswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi, 2) *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu eksakta berada pada kategori tinggi, 3) *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu soshum berada pada kategori sedang, 4) terdapat perbedaan signifikan antara *self regulated learning* mahasiswa ditinjau dari bidang ilmu eksakta dan soshum. Implikasi layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan yaitu layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok.

Kata Kunci: Mahasiswa, *Self Regulated Learning*, Eksakta, Soshum.

PENDAHULUAN

Pendidikan perguruan tinggi merupakan tahap kritis dalam perkembangan akademik individu, dimana mahasiswa diharapkan untuk mengembangkan kemampuan belajar mandiri yang efektif. Menurut Deasyanti & Armani (2007) individu yang telah memasuki jenjang pendidikan perguruan tinggi biasanya dituntut supaya melakukan strategi belajar berbeda dengan cara belajarnya ketika masih berada di jenjang sekolah menengah atas (SMA). Seseorang dikatakan sebagai mahasiswa ketika tengah aktif mengikuti proses pembelajaran atau melanjutkan pendidikannya di lingkungan perguruan tinggi. Umumnya, mahasiswa berada pada rentang usia 18 tahun sampai dengan 25 tahun. Jika mengacu pada tahapan perkembangan dikemukakan oleh Santrock (2007) tahapan ini dikategorikan ke dalam tahapan dewasa awal dimana mahasiswa akan mengalami perubahan karena telah menemukan metode belajar yang berbeda dari sebelumnya.

Mahasiswa secara garis besar terdapat dua kelompok bidang ilmu yaitu kelompok bidang ilmu eksakta dan soshum yang dimana kedua kelompok tersebut terbagi menjadi beberapa fakultas dan jurusan (Maulidiya, Rahmah, Amalia, Ramel, & Alkaff, 2021). Eksakta merupakan golongan bidang ilmu yang diartikan sebagai ilmu yang mempelajari hal-hal yang pasti dan identik dengan perhitungan angka. Sedangkan soshum merupakan golongan bidang ilmu non eksakta yang ilmunya mempelajari teori-teori yang sudah ada. Materi dan tingkat kesulitan yang berbeda pada kedua bidang tersebut menuntut mahasiswa untuk lebih giat belajar dalam memahami materi dan menyelesaikan tugas (Maulidiya., Rahmah., Amalia., Ramel., & Alkaff, 2021).

Oleh karena itu, mahasiswa harus memiliki regulasi diri yang baik dan terarah. Regulasi diri dapat dimunculkan oleh seseorang dengan cara berlatih atau mengatur aktivitas-aktivitas yang akan dilakukannya. Bila tujuan tersebut berkaitan dengan belajar, maka regulasi diri yang dimaksud adalah *self regulated learning* (regulasi diri dalam belajar) (Woolfolk, 2009). *Self regulated learning* merupakan kegiatan dimana individu belajar secara aktif dalam menyusun, menentukan tujuan belajar, merencanakan, memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi perilaku serta lingkungannya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Filho, 2001; Fasihah & Fatimah, 2013).

Self regulated learning terdiri dari 3 aspek menurut Zimmerman (1990) diantaranya: (1) metakognisi adalah kemampuan individu yang melakukan pengelolaan diri meliputi merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksi diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, (2) aspek motivasi adalah dorongan yang secara medasar menggerakkan seseorang untuk bertingkah laku, dan (3) aspek perilaku yaitu usaha seseorang untuk mengatur diri dalam hal belajar, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya khususnya pada pemilihan strategi belajar dan lingkungan yang mendukung aktivitas belajarnya.

Zimmerman (1989) juga menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* adalah faktor dari dalam diri yang termasuk di dalamnya adalah pengetahuan yang dimiliki (*self knowledge*). Pengetahuan yang dimaksud terdiri dari tiga bagian yaitu: (1) pengetahuan deklaratif, mengenai diri sendiri sebagai pelajar yang merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi memori dan keterampilan, strategi, dan sumber daya yang dibutuhkan untuk melakukan suatu tugas, (2) pengetahuan prosedural adalah pengetahuan cara menggunakan strategi, dan (3) pengetahuan kondisional adalah meyakinkan tugas terselesaikan, yaitu kapan dan mengapa menerapkan prosedur dan strategi.

Santrock (2008) mengemukakan bahwa mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi menunjukkan karakteristik: (1) mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan pengetahuan dan meningkatkan motivasi, (2) menyadari hal-hal yang mempengaruhi kondisi emosional dan mempunyai strategi untuk mengatur emosi agar tidak mengganggu kegiatan belajar, (3) memantau kemajuan yang mendekati target belajar secara teratur, (4) memeriksa strategi belajar yang didasarkan pada kemajuan yang dicapai, (5) mengevaluasi rintangan yang mungkin timbul, dan (6) membuat adaptasi yang diperlukan. *Self-regulated learning* sangat penting bagi mahasiswa karena jika mahasiswa belajar dengan baik secara mandiri akan mempengaruhi tindakan atau kinerjanya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang tentu saja akan mempengaruhi keberhasilan belajar yang akan diperoleh dan mempengaruhi kemampuan pada diri seseorang dalam mengelola emosi serta akan berdampak terhadap kebahagiaan psikologis pada individu tersebut (Saraswati, 2019).

Mulyana, Mujahidin & Bashori (2015) menyebutkan bahwa pada kenyataannya memperlihatkan masih banyak mahasiswa belum mampu untuk mengatur situasi dan keadaannya untuk kegiatan belajar. Sebagian mahasiswa lebih memprioritaskan kegiatan yang tidak memberikan manfaat untuk pengembangan diri mereka, dibandingkan melakukan kegiatan belajar. Selain itu, banyak mahasiswa yang kehilangan strategi dalam belajarnya. Ketika seseorang kehilangan strategi belajarnya hal tersebut menyebabkan proses belajar dan performa yang lebih buruk.

Penelitian yang dilakukan oleh Rosdiana & Hastutiningtyas (2021) memperlihatkan bahwa sebesar 50,7% mahasiswa memiliki *self regulated learning* rendah, hal ini ditandai dengan mahasiswa tersebut tidak mampu mengatur dan memonitor dirinya dalam pembelajaran *online* serta kurang yakin dengan kemampuannya saat melakukan pembelajaran *online*. Penelitian yang berkaitan yaitu oleh Sapa & Rozali (2021) menunjukkan 53% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki *self-regulated learning* yang rendah. Sebesar 47% mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi.

Berdasarkan penelitian Somad, Malay & Wahyuni (2022) memperlihatkan 265 mahasiswa (55%) berada pada kategori *self regulated learning* (regulasi diri dalam belajar) yang rendah, 44 mahasiswa (10%) berada pada kategori tinggi, sebanyak 171 mahasiswa (35%) berada pada kategori sedang. Jadi, bisa disimpulkan bahwa mahasiswa UIN Raden Intan Lampung memiliki *self regulated learning* (regulasi diri dalam belajar) tergolong rendah. Hasil penelitian Arzani (2022) memperlihatkan sebesar 50,8% mahasiswa memiliki *self regulated learning* berada pada kategori rendah. Artinya mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi masih tergolong belum bisa mengontrol dirinya saat mengerjakan skripsi dan belum mampu menerapkan strategi belajarnya menghadapi tekanan akademik.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan kepada 7 orang mahasiswa bidang ilmu eksakta pada 10 Juli 2024 diperoleh keterangan bahwa *self regulated learning* cenderung rendah pada mahasiswa tersebut, ditandai dengan kecenderungan mahasiswa melakukan prokrastinasi atau menunda-nunda untuk mengerjakan atau mengumpulkan tugas kuliah. Mahasiswa menunda untuk mengerjakan atau mengumpulkan tugas, dikarenakan banyaknya tugas yang diberikan pada setiap mata kuliah, tidak memahami tugas tersebut, dan juga faktor faktor lain seperti, ajakan teman untuk lebih memilih bermain dibandingkan

mengerjakan tugas kuliah, dan lebih memilih untuk bermain sosial media atau bermain *game online*.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada 9 orang mahasiswa dari bidang ilmu soshum pada 11 Juli 2024, diketahui bahwa mereka menghadapi sejumlah kesulitan dan permasalahan yaitu *self-regulated learning* yang cenderung rendah. Permasalahan ini ditandai oleh beberapa faktor: (1) motivasi belajar yang tidak stabil, yang dipengaruhi oleh kesulitan dalam memahami materi tertentu, meningkatnya beban tugas, dan akhirnya menyebabkan kelelahan mental serta kehilangan minat pada beberapa mata kuliah; (2) kurangnya strategi belajar yang efektif, termasuk ketidakmampuan dalam mengatur aktivitas belajar, serta kurangnya keterampilan dalam pemahaman, pemantauan, dan evaluasi selama proses pembelajaran; (3) waktu yang dihabiskan untuk belajar juga dianggap kurang berkualitas. Mahasiswa merasa kesulitan dalam mengatur waktu belajar yang efisien dan produktif, sehingga berpengaruh pada hasil belajar mereka secara keseluruhan.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti tentang bagaimana mahasiswa meregulasi dirinya dalam belajar. Hal ini dikarenakan keterampilan atau kemampuan meregulasi diri dalam belajar belum tentu dimiliki oleh semua mahasiswa karena kemampuan tersebut dibutuhkan pembiasaan dalam pembelajaran. Apalagi mahasiswa yang sedang dalam jenjang perguruan tinggi seharusnya telah memiliki keahlian dalam regulasi diri dalam belajar. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Gambaran *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa ditinjau dari Bidang Ilmu Eksakta dan Soshum”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif komparatif. Populasi penelitian adalah mahasiswa bidang ilmu eksakta (FMIPA dan FT) dan mahasiswa bidang ilmu soshum (FIS, FBS dan FE) Universitas Negeri Padang Angkatan 2021 sebanyak 12.251 mahasiswa. Sampel penelitian ini sebanyak 388 mahasiswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Adapun untuk jumlah sampel secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel berikut ini.

| Fakultas | Bidang Ilmu | Jumlah Sampel |
|---|-------------|------------------|
| Fakultas Teknik | Eksakta | 92 orang |
| Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam | Eksakta | 102 orang |
| Jumlah | | 194 orang |
| Fakultas Ilmu Sosial | Soshum | 63 orang |
| Fakultas Bahasa dan Seni | Soshum | 72 orang |
| Fakultas Ekonomi dan Bisnis | Soshum | 59 orang |
| Jumlah | | 194 orang |
| Total Sampel | | 388 orang |

Tabel 1. Jumlah Sampel Penelitian

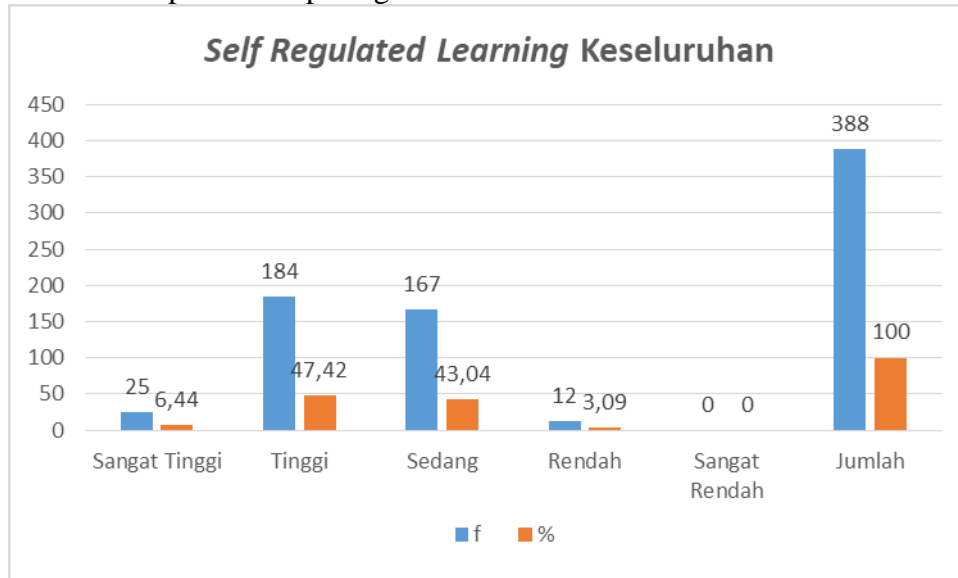
Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket *self regulated learning* yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengumpulan data pada penelitian dilakukan dengan mengadministrasikan angket *self regulated learning* dan nantinya disebarkan kepada mahasiswa yang menjadi sampel penelitian. Data dianalisis dengan teknik statistik deskriptif dan teknik uji *t-test* menggunakan *Microsoft excel* dan *SPSS 26*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh untuk melihat gambaran *self regulated learning* pada mahasiswa ditinjau dari bidang ilmu eksakta dan soshum. Dalam pembahasannya, hasil penelitian akan diuraikan sebagai berikut.

Self Regulated Learning Mahasiswa secara Keseluruhan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut terdapat hasil penelitian *self regulated learning* mahasiswa Universitas Negeri Padang yang dikumpulkan melalui penyebaran angket *self regulated learning* yang terdiri dari 33 item pernyataan yang diberikan kepada 388 responden. Dari analisis data tersebut didapatkan *mean* 115,32 (69,9%), standar deviasi 15,05, skor tertinggi yaitu 161, skor terendah 79. Adapun data yang diperoleh mengenai hasil *self regulated learning* mahasiswa Universitas Negeri Padang secara keseluruhan dapat dilihat pada grafik 1 berikut ini.



Grafik 1. Deskripsi Data *Self Regulated Learning* Mahasiswa Keseluruhan

Berdasarkan Grafik 1., mendeskripsikan bahwa mahasiswa Universitas Negeri Padang secara keseluruhan memiliki *self regulated learning* yang berada pada kategori tinggi sebanyak 184 mahasiswa dengan persentase 47,42%, selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 167 mahasiswa dengan persentase 43,04%, dan pada kategori sangat tinggi sebanyak 25 mahasiswa dengan persentase 6,44%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 12 mahasiswa dengan persentase 3,09%, dan tidak terdapat mahasiswa yang berada pada kategori sangat rendah.

Kemudian rata-rata skor capaian pada aspek metakognisi adalah 40,10 (72,9%) berada pada kategori tinggi, rata-rata skor capaian pada aspek motivasi adalah 38,47 (70%) berada pada kategori tinggi, dan rata-rata skor capaian pada aspek perilaku adalah 36,74 (66,8%) berada pada kategori sedang. Secara keseluruhan dapat dilihat bahwa sebaran data yang diperoleh untuk masing-masing aspek dapat menggambarkan kondisi populasi penelitian secara keseluruhan.

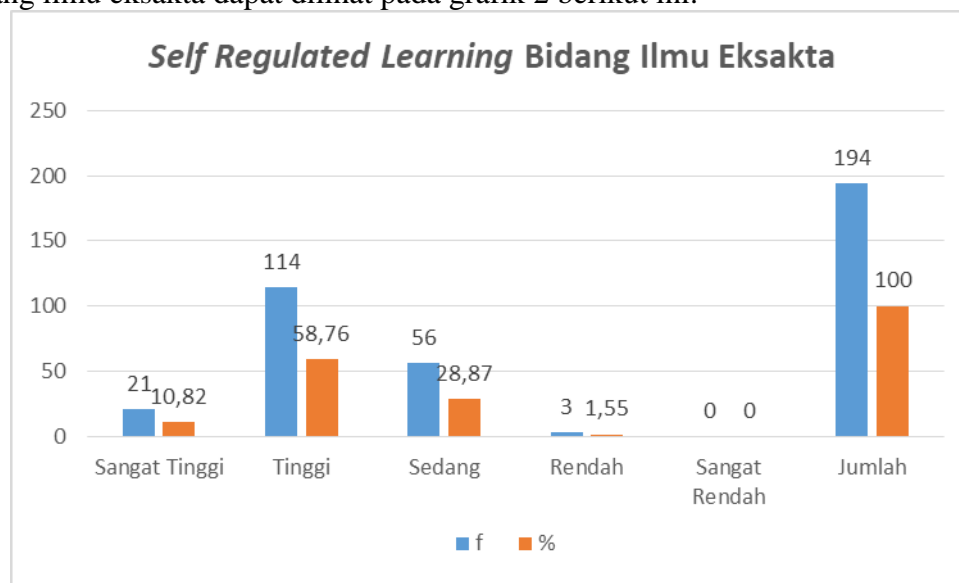
Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa pada umumnya *self regulated learning* mahasiswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi. Hasil analisis deskriptif data menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi dilihat dari aspek yaitu metakognisi dan motivasi. Artinya secara umum mahasiswa sudah memiliki kemampuan dalam melakukan pengelolaan diri meliputi memantau, merencanakan, mengatur dan mengevaluasi pembelajarannya sendiri. Selain itu, adanya mahasiswa yang merasa percaya diri dalam kemampuan mereka untuk belajar dan memiliki kebebasan dalam mengatur proses pembelajaran.

Penelitian yang dilakukan Putri & Aslamawati (2022) memperlihatkan bahwa secara umum mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi sebanyak 211 mahasiswa (55,82%). Artinya rata-rata mahasiswa program studi ilmu hukum Kota Bandung sudah melakukan pembelajaran mandiri, baik dari dimensi motivasi maupun strategi belajar. Sejalan

dengan penelitian yang dilakukan Istia'dah (2018) menunjukkan bahwa *self regulated learning* mahasiswa berada pada kategori tinggi. Artinya mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UMTAS memperlihatkan intensitas *self regulated learning* yang maksimal pada sebagian besar aspek dan indikator.

Self Regulated Learning Mahasiswa ditinjau dari Bidang Ilmu Eksakta

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut terdapat hasil penelitian *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu eksakta yang dikumpulkan melalui penyebaran angket *self regulated learning* yang terdiri dari 33 item pernyataan yang diberikan kepada 194 responden. Dari analisis data tersebut didapatkan *mean* 120,47 (73,02%), standar deviasi 15,209, skor tertinggi yaitu 161, skor terendah 83. Adapun data yang diperoleh mengenai hasil *self regulated learning* mahasiswa Universitas Negeri Padang dari bidang ilmu eksakta dapat dilihat pada grafik 2 berikut ini.



Grafik 2. Deskripsi Data Self Regulated Learning Mahasiswa Bidang Ilmu Eksakta

Berdasarkan Grafik 2., mendeskripsikan bahwa mahasiswa dari bidang ilmu eksakta memiliki *self regulated learning* yang berada pada kategori tinggi sebanyak 114 mahasiswa dengan persentase 58,76%, selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 56 mahasiswa dengan persentase 28,87%, dan pada kategori sangat tinggi sebanyak 21 mahasiswa dengan persentase 10,82%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 1,55%, dan tidak terdapat mahasiswa yang berada pada kategori sangat rendah.

Kemudian, rata-rata skor capaian *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu eksakta pada aspek metakognisi adalah 42,04 (76,43%) berada pada kategori tinggi, rata-rata skor capaian pada aspek motivasi adalah 40,43 (73,52%) berada pada kategori tinggi, dan rata-rata skor capaian pada aspek perilaku adalah 38 (69,09%) berada pada kategori tinggi.

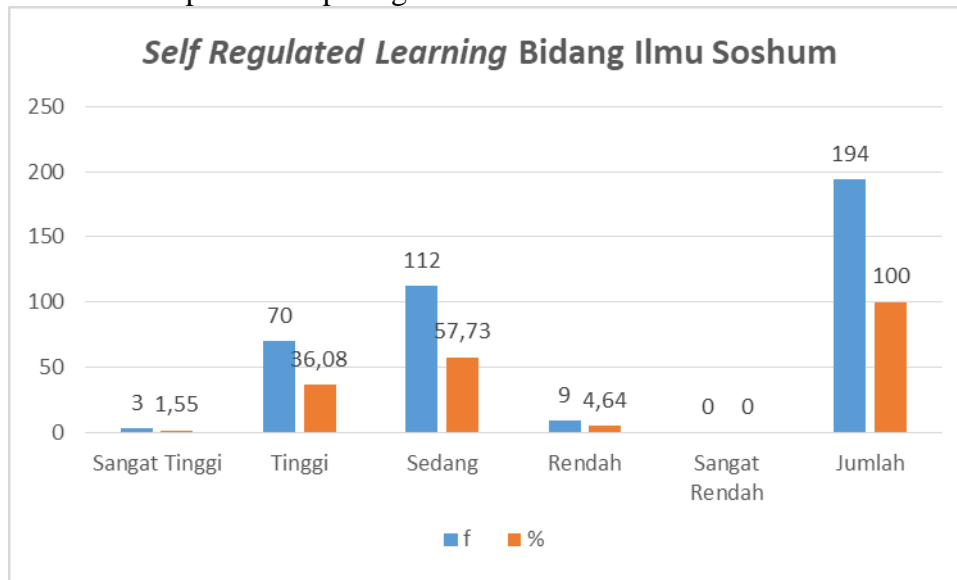
Berdasarkan data yang diperoleh, *self regulated learning* mahasiswa bidang ilmu eksakta berada pada kategori tinggi. Dilihat dari masing-masing aspek yaitu pada aspek metakognisi, motivasi dan perilaku, *self regulated learning* mahasiswa bidang ilmu eksakta berada pada kategori tinggi. Artinya sebagian besar mahasiswa sudah mampu merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi proses belajarnya dengan efektif, memiliki efikasi diri, serta mampu mengatur lingkungan belajarnya.

Penelitian yang dilakukan Putri & Aslamawati (2021) memperlihatkan bahwa terdapat 164 mahasiswa program studi matematika memiliki *self regulated learning* dalam kategori tinggi yaitu sebesar 51,7%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa program studi matematika memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan pembelajarannya dengan cara

mengatur strategi belajar dan motivasi dirinya, selain itu mahasiswa program studi matematika sudah dapat melakukan pemantauan dan evaluasi terhadap pembelajarannya (Pintrich, 1991). Didukung oleh penelitian Trisnawati (2018) juga memperlihatkan bahwa mahasiswa pendidikan kimia yang memiliki *self regulated learning* tinggi, lebih banyak dari mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* rendah.

Self Regulated Learning Mahasiswa ditinjau dari Bidang Ilmu Soshum

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut terdapat hasil penelitian *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu soshum yang dikumpulkan melalui penyebaran angket *self regulated learning* yang terdiri dari 33 item pernyataan yang diberikan kepada 194 responden. Dari analisis data tersebut didapatkan *mean* 109,84 (66,6%), standar deviasi 13,11, skor tertinggi yaitu 148, skor terendah 75. Adapun data yang diperoleh mengenai hasil *self regulated learning* mahasiswa Universitas Negeri Padang dari bidang ilmu soshum dapat dilihat pada grafik 3 berikut ini.



Grafik 3. Deskripsi Data Self Regulated Learning Mahasiswa Bidang Ilmu Soshum

Berdasarkan Grafik 3., mendeskripsikan bahwa mahasiswa dari bidang ilmu soshum memiliki *self regulated learning* yang berada pada kategori sedang sebanyak 112 mahasiswa dengan persentase 57,73%, selanjutnya pada kategori tinggi sebanyak 70 mahasiswa dengan persentase 36,08%, dan pada kategori rendah sebanyak 9 mahasiswa dengan persentase 4,64%, kemudian pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 1,55%, dan tidak terdapat mahasiswa yang berada pada kategori sangat rendah.

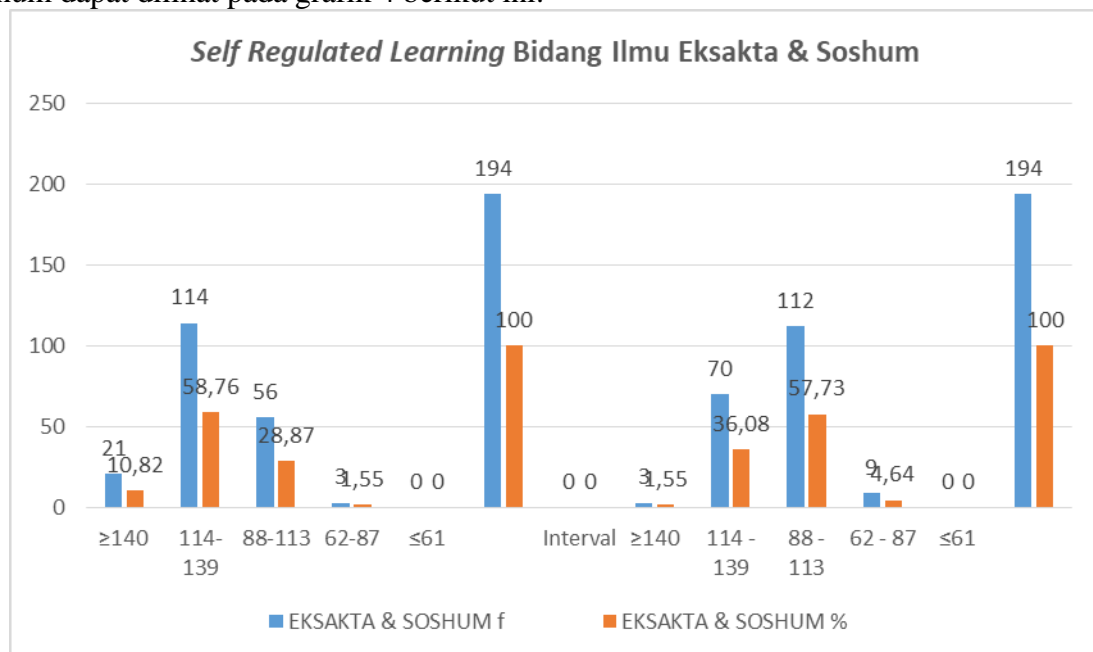
Selanjutnya, rata-rata skor capaian *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu soshum pada aspek metakognisi adalah 38,11 (69,30%) berada pada kategori tinggi, pada aspek motivasi rata-rata skor capaian adalah 36,31 (66,02%) berada pada kategori sedang, dan rata-rata skor capaian pada aspek perilaku adalah 35,41 (64,38%) berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* mahasiswa bidang ilmu soshum secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Pada aspek metakognisi *self regulated learning* mahasiswa bidang soshum berada pada kategori tinggi. Sedangkan pada aspek motivasi dan perilaku berada pada kategori sedang. Artinya beberapa mahasiswa sudah mengembangkan kemampuan *self regulated learning* yang baik, ditandai dengan sebagian mahasiswa sudah mampu merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi proses belajarnya dengan efektif, memiliki efikasi diri, serta mampu mengatur lingkungan belajarnya.

Penelitian Khairunnisa (2021) memperlihatkan bahwa *self-regulated learning* mahasiswa BKI yang termasuk bidang ilmu soshum, masih tergolong sedang dan rendah sehingga perlu ditingkatkan agar mahasiswa dapat mempertahankan prestasi akademik maupun meningkatkan prestasi akademik yang dimiliki. Didukung oleh penelitian Surasti, Bakar, & Nurhasanah (2018) juga menunjukkan bahwa *self regulated learning* mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling dalam kategori sedang, dengan indikator yang paling berpengaruh yaitu elaborasi (44%), pengaturan diri metakognitif (82%), dan belajar dengan teman (82%).

Self Regulated Learning Mahasiswa ditinjau dari Bidang Ilmu Eksakta dan Soshum

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut terdapat hasil penelitian *self regulated learning* mahasiswa dari bidang ilmu eksakta dan soshum yang dikumpulkan melalui penyebaran angket *self regulated learning* yang terdiri dari 33 item pernyataan yang diberikan kepada masing-masing 194 responden. Dari analisis data tersebut didapatkan *mean* mahasiswa dari bidang ilmu eksakta adalah 120,47 (73,02%), sedangkan *mean* mahasiswa dari bidang ilmu soshum adalah 109,84 (66,6%). Adapun data yang diperoleh mengenai hasil *self regulated learning* mahasiswa Universitas Negeri Padang dari bidang ilmu eksakta dan soshum dapat dilihat pada grafik 4 berikut ini.



Grafik 4. Deskripsi Data Self Regulated Learning Mahasiswa Bidang Ilmu Eksakta & Soshum

Berdasarkan Grafik 4., mendeskripsikan bahwa mahasiswa dari bidang ilmu eksakta memiliki *self regulated learning* yang berada pada kategori tinggi sebanyak 114 mahasiswa dengan persentase 58,76%, selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 56 mahasiswa dengan persentase 28,87%, dan pada kategori sangat tinggi sebanyak 21 mahasiswa dengan persentase 10,82%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 1,55%, dan tidak terdapat mahasiswa yang berada pada kategori sangat rendah. Sedangkan mahasiswa dari bidang ilmu soshum memiliki *self regulated learning* yang berada pada kategori sedang sebanyak 112 mahasiswa dengan persentase 57,73%, selanjutnya pada kategori tinggi sebanyak 70 mahasiswa dengan persentase 36,08%, dan pada kategori rendah sebanyak 9 mahasiswa dengan persentase 4,64%, kemudian pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 1,55%, dan tidak terdapat mahasiswa yang berada pada kategori sangat rendah.

Berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan *self regulated learning* mahasiswa bidang ilmu eksakta berada pada kategori tinggi. Sedangkan *self regulated learning* mahasiswa bidang ilmu soshum secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Artinya mahasiswa dari bidang ilmu eksakta memiliki *self regulated learning* yang tinggi dibandingkan dengan mahasiswa dari bidang ilmu soshum.

Perbedaan *Self Regulated Learning* Mahasiswa Bidang Ilmu Eksakta dan Soshum

Hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara *self regulated learning* mahasiswa ditinjau dari bidang ilmu eksakta dan soshum. Pengujian hipotesis akan dilakukan menggunakan teknik uji *t-test* menggunakan bantuan program SPSS 26. Pengujian ini dilakukan untuk membandingkan *self regulated learning* mahasiswa ditinjau dari bidang ilmu eksakta dan soshum. Perbedaan dikatakan signifikan apabila nilai sig. (2-tailed) < 0,05, sedangkan jika nilai sig. (2-tailed) > 0,05 menunjukkan tidak terdapat perbedaan. Hasil perhitungannya akan disajikan pada tabel berikut.

| <i>Independent Samples Test</i> | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|---|------|------------------------------|---------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|----------|
| | | Levene's Test for Equality of Variances | | t-test for Equality of Means | | | | | | |
| | | F | Sig. | t | Df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference | |
| | | | | | | | | | Lower | Upper |
| Self Regulated Learning | Equal variances assumed | 2.502 | .115 | 7.376 | 386 | .000 | 10.63402 | 1.44171 | 7.79944 | 13.46860 |
| | Equal variances not assumed | | | 7.376 | 377.800 | .000 | 10.63402 | 1.44171 | 7.79925 | 13.46879 |

Tabel 2. Hasil Analisis Perbedaan *Self Regulated Learning* Mahasiswa ditinjau dari Bidang Ilmu Eksakta dan Soshum

Berdasarkan Tabel 2., didapatkan nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan rata-rata antara kelompok adalah signifikan secara statistik. Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara *self regulated learning* pada mahasiswa ditinjau dari bidang ilmu eksakta dan bidang ilmu soshum. Berdasarkan temuan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa dari bidang ilmu eksakta memiliki *self regulated learning* yang tinggi dibandingkan dengan mahasiswa dari bidang ilmu soshum.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Arani (2023) menyatakan bahwa sebanyak 30 (100%) mahasiswa program studi fisika, yang merupakan bagian dari bidang ilmu eksakta, memiliki *self regulated learning* pada kategori tinggi atau baik, sehingga memungkinkan mahasiswa memperoleh predikat akademik yang lebih baik, dikarenakan mahasiswa mampu untuk menyesuaikan waktu dalam belajar, mengerjakan tugas, dan juga dalam proses pembelajaran. Sejalan dengan penelitian Syafa'ah, Arfiyanti, & Tursinawati (2022) memperlihatkan bahwa mayoritas mahasiswa kedokteran FK UNIMUS yang termasuk bidang ilmu eksakta, memiliki *self regulated learning* kategori tinggi yaitu sebanyak 75 orang (75%). Dari 75 responden yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi mayoritas berjenis kelamin perempuan (77,8%). Mahasiswa tersebut menampilkan

sikap mampu menetapkan target dan mempelajari materi terkait skripsinya, mempunyai motivasi dalam pengerjaan skripsi, serta menerapkan berbagai usaha untuk mengoptimalkan proses pengerjaan skripsi.

Disisi lain, penelitian yang dilakukan oleh Istiqama, Musawwir, & Nurhikmah (2023) memperlihatkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar, yang termasuk dalam bidang ilmu soshum, memiliki *self regulated learning* pada kategori sedang. Artinya, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar kurang berusaha untuk memotivasi dirinya sendiri dalam belajar dan cenderung kurang terampil dalam mengatur strategi belajar. Hasil penelitian Muliadi & Rosyidi (2021) memperlihatkan bahwa mahasiswa Pendidikan Bahasa Inggris Institut Pendidikan Nusantara Global yang tergolong bidang ilmu soshum, memiliki *self regulated learning* yang berada pada kategori sedang sebanyak 41% mahasiswa. Penelitian yang berkaitan yaitu oleh Karos, Suarni & Sunarjo (2021) juga menunjukkan bahwa Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Halu Oleo sebagian besar memiliki *self-regulated learning* dengan kategori sedang (71,4%). Artinya mahasiswa Jurusan Psikologi UHO memiliki kemampuan *self regulated learning* yang cukup baik ditandai dengan mahasiswa cukup mampu dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi belajarnya, memiliki cukup motivasi untuk belajar, serta cukup mampu dalam mengatur waktu dan menciptakan lingkungan belajar yang nyaman.

Mahasiswa dengan *self regulated learning* tinggi akan berupaya memotivasi diri sendiri, menyusun jadwal belajar, menerapkan strategi pembelajaran, memonitor proses belajar, dan mengatur lingkungannya untuk mencapai tujuan belajar, meskipun menghadapi tugas yang sulit. Pendapat ini sesuai dengan Helsa & Lidiawati (2021) yang mengungkapkan bahwa individu dengan *self regulated learning* yang baik akan bersungguh-sungguh mencapai prestasi akademik tinggi karena mereka lebih sadar akan tanggung jawab dan strategi belajarnya. Sebaliknya, individu yang memiliki *self regulated learning* rendah cenderung bergantung pada orang lain dalam proses belajar dan kurang terlibat aktif dalam pengelolaan pembelajarannya sendiri.

Implikasi Terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian yang membahas tentang Gambaran *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa ditinjau dari Bidang Ilmu Eksakta dan Soshum, telah tergolong pada kategori tinggi. Namun, masih ada sebagian kecil *self regulated learning* mahasiswa masih tergolong sedang. Melalui pelayanan bimbingan dan konseling, bisa membantu dalam meningkatkan *self regulated learning* pada mahasiswa. Konselor sebagai pemberi layanan bimbingan dan konseling sangat berperan dalam membantu individu dalam mengentaskan masalahnya.

Layanan bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan oleh seorang ahli yaitu konselor kepada klien yang memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi-potensi yang ada pada diri klien untuk dapat mengentaskan permasalahan yang dialami klien (Yendi, Ardi, & Ifdil, 2013). Pemberian layanan ini, dapat meningkatkan *self regulated learning* pada mahasiswa dari bidang ilmu eksakta dan soshum ke arah yang lebih baik. Beberapa layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan adalah layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok. Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

Layanan Informasi

Layanan informasi merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang berupaya untuk memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan yang kemudian informasi tersebut diolah dan digunakan untuk kepentingan dan perkembangan individu tersebut (Prayitno & Amti, 2004). Menurut penelitian Tanjung, Neviyarni, & Firman (2018) layanan informasi sangat efektif dalam peningkatan pengetahuan serta pemahaman seseorang. Dengan adanya pendekatan yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan

informasi mahasiswa memiliki dan mampu meningkatkan motivasi belajar sehingga keberhasilan dalam belajar dapat tercapai (Fitri, Ifdil, & Neviyarni, 2016).

Self regulated learning dibutuhkan mahasiswa agar mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit. Melalui *self regulated learning* ini mahasiswa dapat memahami dan melakukan berbagai upaya-upaya yang dapat dilakukan guna memperoleh tujuan belajar yang diharapkan. *Self regulated learning* yang baik menentukan kesuksesan seorang individu baik dari segi akademik. Aspek pengaturan diri dalam belajar diasumsikan dapat berkembang secara positif apabila diberikan perlakuan berupa layanan informasi (Asri, 2018).

Layanan informasi dapat diberikan dalam bentuk klasikal untuk meningkatkan *self-regulated learning* mahasiswa meliputi berbagai materi yang berfokus pada pengembangan keterampilan belajar mandiri. Materi yang bisa diberikan adalah "Strategi pengelolaan waktu yang efektif", dimana mahasiswa diajarkan bagaimana mengatur jadwal belajar yang efektif dan menetapkan prioritas agar mahasiswa bisa menghindari kemalasan dan prokrastinasi.

Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada beberapa orang atau sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan membahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama (Prayitno, 2012). Penelitian Amri, Syahniar, & Nirwana (2014) mengemukakan bimbingan kelompok sangat efektif dalam membantu peserta didik mencapai tugas-tugas perkembangannya, karena adanya pertukaran pemikiran, pengalaman, perencanaan dan penyelesaian masalah.

Menurut Oki, Yarmis, & Sukma (2013) tujuan bimbingan kelompok selain mengembangkan kemampuan sosialisasi anggota kelompok, bimbingan kelompok juga bertujuan untuk menambah pengetahuan yang bermanfaat bagi anggota kelompok berdasarkan topik yang dibahas. Menurut Putra, Daharnis, & Syahniar (2013) dengan dilaksanakannya bimbingan kelompok diharapkan peserta didik dapat mengembangkan diri untuk dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normatif serta aspek-aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan perilaku komunikasi antarpribadi yang dimiliki.

Penggunaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self regulated learning* dapat berfungsi sebagai pengembangan yaitu mengembangkan suatu keterampilan pada mahasiswa. *Self-regulated learning* ini merupakan salah satu keterampilan dalam belajar dan pengembangan sikap individu dalam belajar. Hal ini sesuai dengan pendapat Winkel dan Hastuti (2004) bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok adalah menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok. Dalam layanan ini, mahasiswa dapat didorong untuk saling berbagi pengalaman, strategi, dan tantangan dalam mengembangkan *self regulated learning*. Diskusi kelompok dapat membantu mahasiswa belajar dari rekan-rekannya mengenai bagaimana mengelola waktu, mengatasi kebosanan, dan meningkatkan motivasi. Kelompok ini juga bisa menjadi ruang untuk saling mendukung dalam pencapaian tujuan belajar yang mandiri.

Berdasarkan penjelasan di atas bisa disimpulkan bahwa *self regulated learning* mahasiswa dapat dikembangkan melalui kegiatan bimbingan dan konseling, dengan menggunakan berbagai layanan bimbingan dan konseling mahasiswa akan terbantu dalam meningkatkan *self regulated learning* mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka bisa disimpulkan bahwa: (1) *Self regulated learning* pada mahasiswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor capaian 115,32 (69,9%). Artinya secara garis besar mahasiswa sudah memiliki *self regulated learning* yang baik. (2) *Self regulated learning* pada mahasiswa dari bidang ilmu eksakta secara umum berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor capaian 120,47 (73,02%). Artinya sebagian besar mahasiswa telah mencapai kategori tinggi dalam kemampuan *self regulated learning*. (3) *Self regulated learning* pada mahasiswa dari bidang ilmu soshum secara keseluruhan berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 109,84 (66,6%). Hal ini menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa sudah mengembangkan kemampuan *self regulated learning* yang baik. (4) Terdapat perbedaan yang signifikan antara *self regulated learning* pada mahasiswa dari bidang ilmu eksakta dan mahasiswa bidang ilmu soshum dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Artinya mahasiswa dari bidang ilmu eksakta memiliki *self regulated learning* yang tinggi dibandingkan dengan mahasiswa bidang ilmu soshum.

Tingkat resiliensi remaja secara umum berada pada kategori sedang, tingkat resiliensi remaja menjadi faktor penting bagi remaja untuk bisa meraih kesuksesan meski sedang dalam tekanan, tingkat resiliensi remaja yang berada pada kategori sedang dipengaruhi oleh peran lingkungan, keluarga serta kesadaran remaja untuk bangkit dari pikiran negatifnya terhadap perceraian orang tua. Tingkat resiliensi pada remaja ditinjau dari jenis kelamin diperoleh temuan bahwa resiliensi remaja perempuan lebih tinggi daripada remaja laki-laki secara *significant*, hal tersebut dipengaruhi oleh kemampuan remaja dalam komunikasi, menyampaikan perasaan kepada keluarga maupun kepada orang-orang terdekat, mencari bantuan dan menjalin relasi positif dengan orang tua, guru maupun orang dewasa. Tingkat resiliensi pada remaja ditinjau dari jenis perceraian (cerai hidup dan cerai mati) diperoleh temuan bahwa remaja yang orang tua bercerai Hidup lebih tinggi dari pada remaja yang orang tuanya bercerai mati secara *significant*, hal ini dipengaruhi oleh resiliensi remaja dalam menghadapi perceraian hidup lebih tinggi dibandingkan dengan cerai mati karena adanya dukungan emosional yang berkelanjutan, rasa kontrol atas situasi, dan dukungan sosial yang lebih kuat. Faktor-faktor ini berperan penting dalam meningkatkan kemampuan remaja untuk beradaptasi dan berkembang meskipun menghadapi tantangan besar dalam kehidupan keluarga mereka.

REFERENSI

- Amri, K., Syahniar., & Nirwana, H. (2014). Peningkatan kemampuan mengemukakan pendapat melalui layanan bimbingan kelompok. *Jurnal Konselor*. 3(2), 74-80.
- Arani, L. S. (2023). *Self regulated learning mahasiswa pendidikan fisika pada mata kuliah elektronika dasar di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Doctoral dissertation*, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Arzani, N. (2022). Hubungan *self regulated learning* dengan *academic hardiness* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Asri, D. N. (2018). *Prokrastinasi akademik: Teori dan riset dalam perspektif pembelajaran berbasis proyek dan self-regulated learning*. Jawa Timur: UNIPMA PRESS.
- Deasyanti, D., & Armani, A. (2007). *Self regulated learning pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Perspektif Ilmu Pendidikan*. 16(8). 13-21.
- Fasihah, S. S., & Fatimah, S. (2013). *Self-regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 145-155.

- Filho, M. K. C. (2001). A review on theories of self-regulation of learning. *Bull. Grad. School Educ.* Hiroshima Univ, Part III, 50, 437-445.
- Fitri, E., Ifdil, I., & Neviyarni, S. (2016). Efektivitas layanan informasi dengan menggunakan metode blended learning untuk meningkatkan motivasi belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(2), 84-92.
- Helsa, H., & Lidiawati, K. R. (2021). Online learning during covid 19 pandemic: How self-regulated learning strategies affect student engagement. *Psibernetika*, 14(1).
- Istia'dah, F. N. L. (2018). Komparasi self regulated learning pada mahasiswa yang bekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 2(01), 6-13.
- Istiqama, N., Musawwir, M., & Nurhikmah, N. (2023). Gambaran self regulated learning pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 568-574.
- Karos, K. A., Suarni, W., & Sunarjo, I. S. (2021). Self-regulated learning dan stres akademik pada mahasiswa. *Jurnal Sublimapsi e-ISSN*, 2(3), 200-211.
- Khairunnisa, N. (2021). Pengaruh self regulated learning terhadap prestasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo. *Doctoral Dissertation*, Institut Agama Islam Negeri Palopo.
- Maulidiya, E., Rahmah, I. A., Amalia, P. R., Ramel, R., & Alkaff, M. (2021). Analisis perbandingan tingkat stress mahasiswa saintek dan soshum dalam pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 berbasis internet of things. *Jurnal Informatika Universitas Pamulang*, 6(4), 867-873.
- Muliadi, M., & Rosyidi, A. Z. (2021). Analisis implementasi english area dalam meningkatkan speaking skill dan self-regulated mahasiswa pendidikan bahasa inggris institut pendidikan nusantara global. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(7), 281-287.
- Mulyana, E., Mujahidin, M., & Bashori, K. (2015). Peran motivasi belajar, self efficacy dan dukungan sosial keluarga terhadap self-regulated learning pada siswa. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 4(2), 165-173.
- Oki, S. S., Syukur, Y., & Sukma, D. (2013). Peningkatan motivasi belajar anak asuh melalui layanan bimbingan kelompok di panti asuhan Al Falah Padang. *Jurnal Konselor*. 2(4), 186-191.
- Prayitno & Amti, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2012). *Seri layanan konseling L1-L10*. Padang: BK FIP UNP.
- Putra, S. A., Daharnis, & Syahniar. (2013). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan self-efficacy siswa. *Jurnal Ilmiah Konseling*. 2(2), 1-6.
- Putri, V. E., & Aslamawati, Y. (2021). Pengaruh self regulated learning terhadap student engagement pada mahasiswa program studi matematika. *Prosiding Psikologi*, 536-541.
- Putri, F. D., & Aslamawati, Y. (2022). Pengaruh self-regulated learning terhadap student engagement pada mahasiswa program studi ilmu hukum. *Conference Series: Psychology Science*. 2(1), 46 – 52.
- Rosdiana, Y., & Hastutiningtyas, W. R. (2021). Self efficacy tinggi meningkatkan self regulation learning pada mahasiswa keperawatan universitas tribhuwana tunggadewi. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(2), 248-256.
- Santrock, W. J. (2007). *Perkembangan anak*. Edisi sebelas, jilid dua. Jakarta: Erlangga.
- Santrock. (2008). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Saraswati, P. (2019). Kemampuan self regulated learning ditinjau dari achievement goal dan kepribadian pada pelajar usia remaja. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 69-78.

- Somad, N. A., Malay, M. N., & Wahyuni, C. (2022). Regulasi diri dalam belajar mahasiswa ditinjau dari orientasi tujuan dan kelekatan teman sebaya. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 16(2), 61-82.
- Surasti, D., Bakar, A., & Nurhasanah, N. (2018). Korelasi self-regulated learning dengan intensitas nongkrong di warung kopi pada mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Universitas Syiah Kuala. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 3(2).
- Syafa'ah, U., Arfiyanti, M. P., & Tursinawati, Y. (2022). Hubungan antara self regulated learning dengan prokrastinasi penyusunan skripsi mahasiswa FK UNIMUS. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 9(3), 953 – 960.
- Tanjung, R. F., Neviyarni, N., Firman, F. (2018) Layanan informasi dalam meningkatkan keterampilan belajar mahasiswa STKIP PGRI Sumatera Barat. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*. 3(2), 155-164.
- Trisnawati, A. (2018). Self regulated learning mahasiswa pada pembelajaran kooperatif stad dipadu dengan blended learning dalam mata kuliah kimia analisis instrumentasi. *Jurnal Pijar Mipa*, 13(1), 6-12.
- Winkel, WS. (2004). *Psikologi pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Woolfolk, A. (2009). *Educational psychology: Active learning edition*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yendi, F. M., Ardi, Z., & Ifdil, I. (2013). Pelayanan konseling untuk remaja putri usia pernikahan. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(2), 109-114.
- Zimmerman, B. J. (1989). *Self regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice*. New York: Springer Verlag.