



## Pelatihan *Self-Regulated Learning* Pada Siswa di SMP Negeri 10 Kupang

Dhiu Margaretha<sup>1</sup>, Enasely Mega Wenyi Rohi<sup>2\*</sup>, Stefanus Lio<sup>3</sup>,  
Jefri Aprilius Marianus Un<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik  
Widya Mandira

\*Correspondent Email: [enaselyrohi@unwira.ac.id](mailto:enaselyrohi@unwira.ac.id)

---

### Article History:

Received: 15-02-2025; Received in Revised: 27-05-2025; Accepted: 17-06-2025

DOI: <http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.3112.9100>

---

### Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMP Negeri 10 Kupang yang diikuti oleh 26 siswa, tujuan pengabdian ini untuk memberikan gambaran penting tentang *self-regulated learning* bagi siswa. Beberapa masalah pokok yang menjadi kendala siswa di SMP Negeri 10 Kupang yaitu belum mampu mengatur waktu belajar dengan baik, lebih senang bermain, belum memahami penting belajar mandiri. Proses pelaksanaan ini melalui beberapa tahap yaitu, pemberian materi, menayangkan cuplikan film pendek berkaitan dengan *self-efficacy*, melatih pikiran yang negatif ke positif dalam belajar dengan lembar kerja, bermain game ilustrasi. Hasil kegiatan PkM menunjukkan setelah diberikan pelatihan *self-regulated learning* dapat membantu siswa dalam belajar dan memahami begitu penting *self-regulated learning*.

**Kata Kunci:** Pelatihan, *Self-regulated learning*, Siswa, Sekolah

### Abstract

*This community service program was conducted at SMP Negeri 10 Kupang which was attended by 26 students, the purpose of this service was to provide an important picture of self-regulated learning for students. Some of the main problems that are obstacles for students at SMP Negeri 10 Kupang are not being able to manage their study time well, preferring to play, not understanding the importance of independent learning. The implementation process goes through several stages, namely, delivering material, showing short film clips related to self-efficiency, training negative thoughts to positive ones in learning with worksheets, playing illustration games. The results of the Community Service activities show that after being given self-regulated learning training, it can help students in learning and understanding the importance of self-regulated learning.*

**Key Word:** Training, *Self-Regulated Learning*, Students, School

## 1. Pendahuluan

Meningkatnya kompleksitas kurikulum dan tuntutan akademik di tingkat pendidikan menengah pertama memerlukan pendekatan belajar yang lebih adaptif dan mandiri. Siswa saat ini dihadapkan pada tantangan untuk tidak hanya memahami materi pelajaran, tetapi juga mengelola waktu, tugas, dan motivasi mereka secara efektif. Dalam konteks ini, keterampilan yang mendukung kemampuan siswa untuk belajar secara lebih mandiri dan bertanggung jawab menjadi semakin penting. SRL sebagai salah satu faktor untuk pengembangan kualitas hasil belajar peserta didik (Alhadi et al., 2018).

Kemampuan belajar mandiri atau *self-regulated learning* semakin penting di era globalisasi yang penuh dengan tantangan dan persaingan. Siswa, terutama di tingkat pendidikan menengah pertama, perlu mengembangkan keterampilan ini untuk mengelola waktu dan sumber daya secara efektif. Selain itu, *self-regulated learning* juga mendukung perkembangan kemandirian dalam belajar, yang menjadi dasar penting bagi kesuksesan akademik dan pribadi di masa depan.

Pengembangan keterampilan *self-regulated learning* pada siswa SMP menjadi semakin krusial mengingat tantangan pendidikan yang terus berkembang. Siswa dihadapkan pada berbagai tugas dan tanggung jawab yang membutuhkan kemampuan untuk mengatur diri sendiri, termasuk menetapkan tujuan, memantau kemajuan, dan menilai hasil belajar mereka secara mandiri. Kondisi ini disimpulkan bahwa SRL dapat berdampak pada hasil belajar peserta didik. Peserta didik yang mampu memberdayakan strategi dalam SRL akan menghasilkan prestasi dan hasil belajar yang terbaik dibanding peserta didik yang tidak mampu mempergunakannya (Mayer dkk, 2000). SRL berpengaruh terhadap prestasi belajar peserta didik (Latipah, 2010). SRL berdampak pada prestasi dan hasil belajar (Kosnin, 2007). Persoalan yang sering terjadi karena banyak siswa yang belum mampu mengatur waktu belajar mandiri yang menyebabkan prestasi akademik juga tidak maksimal. Sebagai acuan pendukung berdasarkan data yang diperoleh Berdasarkan hasil *Programme for International Student Assessment (PISA)* yang dirilis oleh *Organization of Economic Co-operation and Development (OECD)* pada tahun 2019, menunjukkan bahwa nilai yang dicapai oleh Indonesia pada tahun 2018 mengalami penurunan dibandingkan hasil yang dikeluarkan untuk tahun 2015. Pada tahun 2015 Indonesia berada peringkat ke 63 dari 71 negara, sedangkan pada tahun 2018 Indonesia menurun menjadi peringkat 72 dari 77 negara yang mengikuti survei.

Masalah lain yang muncul pada sebagian peserta didik yang ada di Indonesia adalah tuntutan hasil belajar pada seluruh mata pelajaran yang semakin tinggi. Peserta didik dituntut untuk dapat menguasai seluruh mata pelajaran yang dikuti selama menenmpuh pendidikan di sekolah. Namun tuntutan ini tidak diiringi oleh persiapan siswa sehingga memunculkan masalah baru (Juniar, 2024)

Chung (2000) menyatakan bahwa proses belajar tidak semata-mata dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga melibatkan kendali dari dalam diri individu atau yang dikenal sebagai pengaturan diri (self-regulated). Oleh karena itu, kegiatan belajar seyogianya dipandang sebagai suatu proses yang aktif, konstruktif, dan melibatkan kemampuan regulasi diri secara sadar (Montalvo & Tores, 2004). Dengan demikian, seseorang akan mampu mencapai prestasi akademik yang optimal apabila ia mampu mengenali, bertanggung jawab, dan menerapkan strategi belajar yang efektif melalui regulasi diri yang baik. Self-regulated learning (SRL) merujuk pada proses aktif yang dilakukan oleh peserta didik dalam merancang tujuan pembelajaran, mengatur serta memantau strategi, mengelola aspek kognitif, motivasional, perilaku, dan bahkan lingkungan untuk mendukung tercapainya target yang telah ditentukan (Filho, 2001; Pintrich, 2004; Wolters et al., 2003). Meskipun kemampuan intelektual merupakan aspek internal yang dominan, faktor-faktor lain seperti motivasi, minat, perhatian, serta sikap dan kebiasaan belajar juga memberikan kontribusi besar terhadap keberhasilan belajar siswa (Zimmerman & Gredler, 2011).

Melalui pendekatan self-regulated learning, siswa terdorong untuk terlibat secara aktif dalam keseluruhan proses pembelajaran dengan cara menetapkan tujuan, menyusun rencana, dan melakukan pemantauan serta pengendalian terhadap elemen-elemen kognitif, motivasional, perilaku, maupun lingkungan. Meskipun potensi akademik memiliki peran penting sebagai aspek internal, namun keberhasilan belajar juga sangat dipengaruhi oleh dorongan motivasi, ketertarikan terhadap materi, tingkat perhatian, dan pola belajar yang dimiliki oleh siswa. Keterlibatan aktif siswa dalam mengelola proses belajarnya secara mandiri ini tidak hanya mendukung pencapaian akademis, tetapi juga memperkuat kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan pembelajaran secara otonom. Dengan membiasakan diri untuk mengatur dan mengevaluasi proses belajarnya sendiri, siswa mampu menyesuaikan strategi belajar sesuai dengan kebutuhan spesifik mereka, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan efektivitas dan hasil belajar secara menyeluruh.

Penelitian yang dilakukan oleh Vrieling (2012) menunjukkan bahwa peningkatan kemandirian belajar dalam lingkungan yang mendukung akan berdampak positif terhadap peningkatan prestasi akademik siswa. Sementara itu, Paris (2001) menegaskan bahwa self-regulated learning sangat penting dalam mendukung refleksi diri dan kemampuan metakognitif siswa, terutama pada tiga tahapan penting yaitu pada awal proses pembelajaran, saat menghadapi kesulitan, dan ketika menerapkan strategi pembelajaran alternatif.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Arsyad et al., 2022) menemukan bahwa ada korelasi positif antara kemampuan siswa dalam mengatur dan mengontrol proses belajar mereka dengan pencapaian hasil belajar matematika. Fazriah (2019) juga menemukan hubungan positif antara *self-regulated learning* dan hasil belajar kimia. Pernyataan ini juga didukung oleh

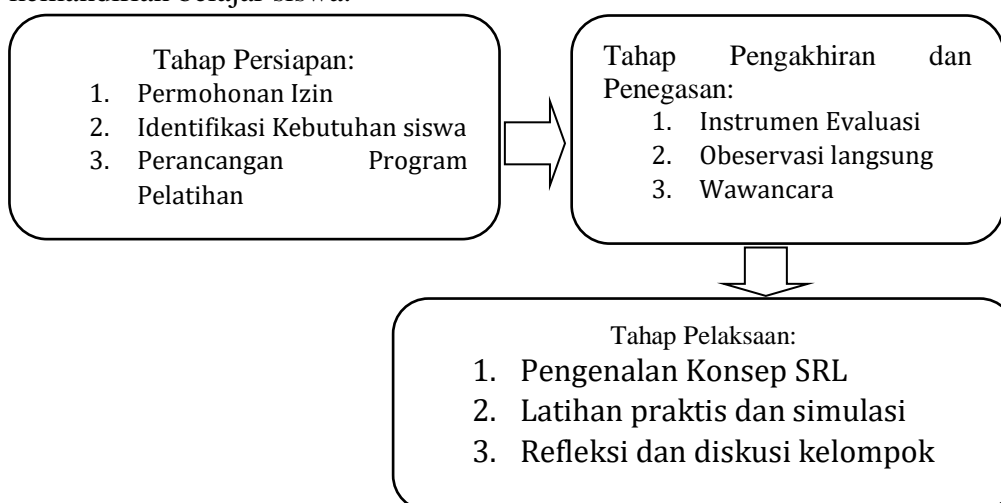
penelitian yang dilakukan oleh (Yuzarion, 2017) menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar peserta didik, salah satu diantaranya yaitu *self-regulated learning*.

Sebagai upaya untuk mendukung perkembangan kemampuan belajar mandiri di kalangan siswa SMP, program pengabdian ini dirancang untuk memberikan pendekatan yang dapat mendukung siswa dalam penerapan strategi *self-regulated learning*. Diharapkan, melalui program ini, siswa dapat lebih percaya diri dalam mengelola proses belajarnya sendiri, yang pada gilirannya akan berdampak positif terhadap prestasi akademik dan kemandirian mereka dalam belajar.

Bagian pendahuluan harus memuat uraian mengenai kondisi atau fakta yang menjadi latar belakang serta alasan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, perlu dijelaskan pula berbagai inisiatif serupa yang telah dilakukan oleh pihak lain sebelumnya. Tujuan utama dari kegiatan pengabdian juga perlu disampaikan secara jelas. Penjelasan terkait permasalahan, tantangan, atau kebutuhan mendasar yang dihadapi masyarakat, serta keterkaitannya dengan sasaran kegiatan, turut menjadi bagian penting dalam pendahuluan ini.

## 2. Metode

Upaya peningkatan kemampuan *self-regulated learning* pada siswa dilakukan dengan menerapkan metode yang dirancang secara partisipatif dan kolaboratif. Pendekatan ini melibatkan siswa sebagai subjek utama pelatihan, kepala sekolah dan guru BK sebagai mitra dalam proses pembelajaran. Melalui serangkaian tahapan, mulai dari identifikasi kebutuhan, perancangan program, pelaksanaan pelatihan, hingga tahap pengakhiran dan penegasan, pengabdian ini bertujuan untuk memberikan dampak yang berkelanjutan bagi peningkatan kemandirian belajar siswa.



**Gambar 1.** Alur Kegiatan Pengabdian

### **Tahap Persiapan**

- a. Tim mengirimkan surat resmi kepada pihak sekolah sasaran kegiatan. Surat ini berisi permohonan izin serta detail mengenai tujuan dan pelaksanaan kegiatan PkM
- b. Berkoordinasi dengan Kepala Sekolah SMPN 10 Kupang, untuk melakukan kegiatan PkM yang akan dilaksanakan pada tanggal 06 Agustus 2024
- c. Menyiapkan semua perangkat yang diperlukan untuk pelatihan Self-Regulated Learning. Ini mencakup pengembangan materi pelatihan yang relevan dan alat bantu media yang akan digunakan untuk memastikan peserta memperoleh pemahaman mendalam mengenai strategi dan teknik pengelolaan diri dalam proses pembelajaran.
- d. Berkoordinasi dengan Guru BK di sekolah

### **Tahap Pelaksanaan**

- a. Kegiatan PkM dilaksanakan pada tanggal 06 Agustus 2024
- b. Kegiatan PkM diikuti oleh 24 siswa kelas VIII dan pengenalan tim dan siswa juga pengenalan topik pelatihan dan tujuan pelatihan yang diberikan
- c. Penyampaian materi pelatihan tentang Arah Tujuanku dan Strategi OK, Belajar OK.
- d. Penayangan cuplikan video pendek tentang *self-efficacy*
- e. Latihan dengan lembar kerja mengubah pikiran negative dalam
- f. belajar ke pikiran positif dalam belajar
- g. Melakukan game ilustrasi batu, pasir, dan kerikil yang disiapkan oleh tim untuk melatih manajemen waktu bagi siswa

### **Tahap Pengakhiran dan Penegasan**

- a. Siswa memberikan kesimpulan dari pelatihan, kesan selama mengikuti pelatihan
- b. Siswa mengisi lembar evaluasi
- c. Siswa mengisi lembar skala *self-regulated learning*
- d. Siswa menuliskan harapan di kertas dan menempelkannya di gambar pohon harapan
- e. Berkomitmen akan menerapkan hal-hal positif dalam belajar setiap hari dan memantau melalui guru BK

## **3. Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dalam bentuk pelatihan yang berkaitan dengan *self-regulated learning* mandiri pada siswa SMP di Kupang. Dalam kegiatan pelatihan yang diikuti oleh 26 siswa. Selama sesi pelatihan, peserta diperkenalkan pada berbagai teknik dan strategi yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam mengatur pembelajaran secara mandiri. Materi pelatihan mencakup penetapan tujuan belajar yang efektif,

penggunaan alat evaluasi diri, manajemen waktu, dan refleksi terhadap proses dan hasil belajar. Para siswa diajak untuk aktif terlibat dalam berbagai aktivitas, seperti simulasi perencanaan belajar dan diskusi kelompok, yang bertujuan untuk memperkuat keterampilan mereka dalam memonitor dan mengevaluasi kemajuan pribadi.

Sebagai upaya mengevaluasi keberhasilan pelatihan ini, data akan dikumpulkan dan dianalisis untuk menilai dampaknya terhadap sikap dan kemampuan belajar mandiri siswa. Evaluasi akan mencakup umpan balik dari peserta, pengamatan terhadap perubahan dalam metode belajar, serta penilaian terhadap pencapaian akademik yang mungkin dipengaruhi oleh keterampilan yang baru dipelajari. Hasil dan pembahasan dari analisis ini akan memberikan wawasan mendalam mengenai efektivitas pelatihan, tantangan yang dihadapi, serta rekomendasi untuk perbaikan dan pengembangan lebih lanjut dalam program pelatihan sejenis di masa depan.

### **Pemberian materi pelatihan Arah Tujuanku**

Kegiatan pelatihan ini tim menyediakan dua materi yang diberikan kepada siswa materi yang pertama adalah Arah Tujuanku. Materi ini berkaitan dengan pengertian *self-regulated learning*, pentingnya *self-regulated learning*, menetapkan arah tujuan, cara menetapkan tujuan, langkah-langkah menuju arah tujuanku, dan membuat rencana aksi.



**Gambar 2.** Pemberian Materi Arah Tujuanku

Pelatihan yang dilaksanakan untuk meningkatkan keterampilan *self-regulated learning* mandiri di kalangan siswa SMP di Kupang, salah satu materi utama yang diberikan adalah tentang "Arah Tujuanku." Materi ini dirancang untuk membantu siswa memahami pentingnya menetapkan tujuan yang jelas dan spesifik dalam proses pembelajaran mereka, serta bagaimana tujuan tersebut dapat mempengaruhi pencapaian akademik mereka secara keseluruhan.

Selama sesi pelatihan, peserta diperkenalkan pada berbagai teknik untuk menetapkan dan mengelola tujuan belajar. Materi ini mencakup penjelasan mengenai prinsip SMART (*Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-*

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

bound) yang digunakan untuk merumuskan tujuan yang efektif. Para siswa diajarkan cara membagi tujuan besar menjadi langkah-langkah yang lebih kecil dan dapat dikelola, serta bagaimana memonitor kemajuan mereka menuju pencapaian tujuan tersebut.

### **Game Ilustrasi “Pasir dan Kerikil”**

Siswa dibagi menjadi lima kelompok yang telah ditentukan oleh tim dan setelah itu siswa mencari teman kelompok dan mulai mempersiapkan diri untuk mengikuti *game* ilustrasi. Tim membagikan lima *cup* untuk setiap kelompok, pasir dan kerikil. Setelah itu tim menjelaskan aturan dalam memainkan *game* ilustrasi tersebut.



**Gambar 3.** *Game* Ilustrasi Pasir dan Kerikil

*Game* ilustrasi yang dimainkan oleh siswa akan mengajarkan hal-hal penting yang berkaitan dengan mementingkan hal-hal prioritas dalam belajar. Tim menyediakan *cup*, pasir dan kerikil yang diberikan kepada setiap kelompok. *Game* ini memberikan refleksi kepada siswa berdasarkan permainan yang telah dilakukan. Jika siswa yang memasukkan pasir ke dalam *cup* lebih dahulu maka akan sulit memasukkan kerikil di sela-sela pasir, tetapi jika siswa memasukkan kerikil lebih dulu maka pasir yang ada akan bisa dimasukkan di sela-sela batu. Hal yang penting bahwa siswa perlu memprioritaskan hal-hal besar lebih dulu seperti belajar, mengejarkan tugas yang berkaitan dengan prestasi akademik dan setelah itu siswa diselingi dengan hal-hal kecil seperti bermain, travelling, mengerjakan pekerjaan rumah dan lain-lain.

### **Pemberian Materi Strategi OK, Belajar OK**

Pemberian materi kedua yaitu strategi OK, Belajar Ok. Dalam materi ini dibahas hal-hal yang berkaitan dengan bagaimana siswa memberi diri untuk belajar, belajar sesuai dengan gaya siswa, bagi waktu, memberikan tanda pada hal-hal penting, belajarlah dengan segera, dan banyak membaca.

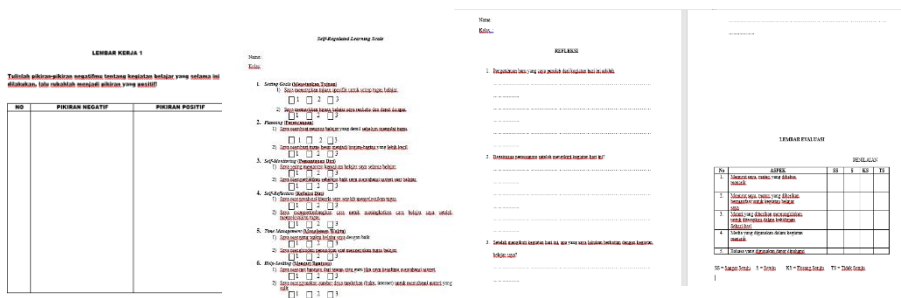


**Gambar 4.** Pemberian Materi Strategi OK, Belajar Ok

Secara keseluruhan, strategi "Ok Belajar OK" menunjukkan potensi besar bagi siswa dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran. Dengan terus memantau dan mengevaluasi implementasi, serta melakukan penyesuaian yang diperlukan, strategi ini dapat menjadi model yang bermanfaat untuk pengembangan metode pembelajaran yang lebih baik di masa depan.

### Lembar Kerja Siswa, Lembar Evaluasi dan Lembar Refleksi Siswa

Tim menyediakan lembar kerja, lembar evaluasi dan refleksi bagi siswa untuk dikerjakan, lembar kerja terbagi menjadi dua yaitu, lembar kerja mengubah pikiran negatif dalam belajar ke pikiran positif dalam belajar, lembar kerja yang kedua yaitu skala sederhana *self-regulated learning*, kemudian siswa juga mengisi lembar evaluasi kegiatan pelatihan dan lembar refleksi.



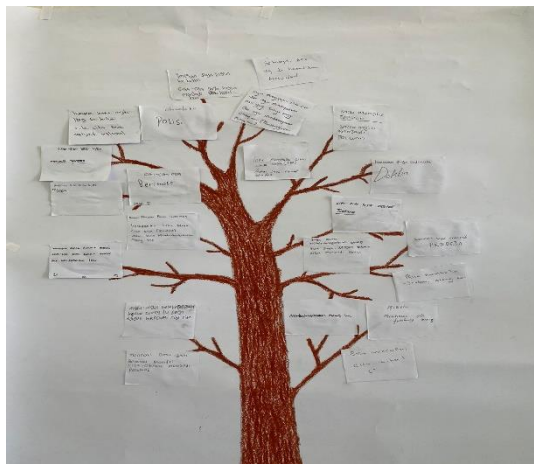
**Gambar 5.** Lembar Kerja, Lembar Evaluasi dan Lembar Refleksi

Lembar kerja, lembar evaluasi dan lembar refleksi yang telah dikerjakan siswa akan dikumpulkan, setelah itu siswa diminta untuk memberikan kesan terhadap kegiatan pelatihan yang telah diikuti, sebagian siswa mengungkapkan bahwa mereka merasa senang dengan kegiatan pelatihan tersebut dan bertekad untuk mulai mendahulukan hal-hal yang prioritas dalam kehidupan mereka. Mereka menyadari bahwa kegiatan ini tidak hanya memberikan mereka wawasan baru, tetapi juga memotivasi mereka untuk lebih terorganisir dan fokus pada tujuan mereka. Beberapa siswa menyatakan bahwa pelatihan ini telah membuka

mata mereka mengenai pentingnya perencanaan dan manajemen waktu, serta bagaimana langkah-langkah kecil dapat berkontribusi pada pencapaian tujuan yang lebih besar. Dengan semangat baru ini, mereka berkomitmen untuk menerapkan apa yang telah mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari dan terus meningkatkan diri untuk mencapai kesuksesan di masa depan.

### **Gambar Pohon Harapan bagi Siswa**

Tim menyediakan gambar pohon harapan bagi siswa setelah selesai pelatihan kemudian siswa diminta oleh tim PkM untuk menuliskan harapan-harapan siswa pada kertas kecil yang telah disediakan oleh tim, setiap siswa hanya mendapatkan satu kertas dan menuliskan harapan pada kertas itu kemudian akan ditempelkan pada ranting-ranting gambar pohon harapan.



**Gambar 6.** Gambar Pohon Harapan

Setelah siswa menuliskan harapan-harapannya di kertas tim akan membantu siswa memberi lem kertas dan menempelkan pada ranting-ranting pohon, dengan cara ini, setiap harapan yang tertulis akan menjadi bagian dari pohon harapan yang indah, menciptakan sebuah simbol yang menginspirasi dan memotivasi. Melihat harapan-harapan mereka tergantung di sana akan memberikan dorongan visual yang kuat bagi siswa, sehingga mereka merasa lebih terhubung dengan tujuan-tujuan mereka. Pohon harapan ini akan menjadi pengingat harian tentang apa yang mereka impikan dan bekerja keras untuk mencapainya. Setiap kali mereka melihat pohon tersebut, mereka akan terinspirasi untuk terus berusaha dan tidak mudah menyerah, karena mereka tahu bahwa setiap langkah kecil menuju tujuan mereka adalah bagian dari perjalanan yang lebih besar. Dengan harapan yang jelas dan motivasi yang terjaga, diharapkan siswa akan lebih fokus dan bersemangat dalam proses belajar mereka, serta lebih percaya diri dalam meraih sukses di masa depan.

#### 4. Kesimpulan

Pelatihan *Self-regulated learning* (SRL) untuk siswa SMP terbukti memberikan dampak positif yang signifikan terhadap cara mereka mengelola proses belajar mereka. Melalui kegiatan pelatihan ini, siswa dapat memahami pentingnya perencanaan, pengorganisasian waktu, dan penetapan tujuan dalam pembelajaran. Siswa menunjukkan peningkatan dalam keterampilan manajemen waktu dan motivasi belajar, serta lebih sadar akan prioritas dalam mencapai tujuan akademik mereka. Pelatihan ini juga berhasil menciptakan dorongan visual berupa pohon harapan yang berfungsi sebagai pengingat motivasi yang kuat. Secara keseluruhan, pelatihan ini membantu siswa mengembangkan keterampilan belajar mandiri yang akan berguna untuk pencapaian akademis mereka di masa depan.

Saran dalam pengabdian kepada masyarakat ini pertama, Pemberdayaan Guru sebagai Fasilitator, agar pelatihan SRL dapat berjalan efektif, perlu ada penguatan kapasitas bagi guru dalam memfasilitasi proses pembelajaran yang mengedepankan keterampilan pengelolaan diri. Guru dapat berperan aktif dalam memberikan feedback yang konstruktif, serta membantu siswa dalam menyusun rencana belajar yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Kedua, sekolah dapat melibatkan orang tua dalam proses pelatihan SRL, misalnya dengan memberikan informasi atau workshop tentang pentingnya keterampilan belajar mandiri. Kolaborasi ini dapat memperkuat dukungan terhadap siswa di rumah, membantu mereka lebih konsisten dalam menerapkan teknik-teknik SRL. Ketiga, Siswa disarankan untuk terus mengembangkan keterampilan perencanaan dan pengorganisasian waktu dengan cara membuat jadwal belajar yang jelas dan realistis. Dengan memiliki rencana yang terstruktur, siswa dapat lebih fokus dan produktif dalam belajar.

#### 5. Ucapan Terimakasih (Optional)

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Katolik Widya Mandira atas dukungan dan bantuan dalam pendanaannya dalam pelaksanaan kegiatan PkM ini dan kepada siswa di SMP Negeri 10 Kupang.

#### 6. Daftar Pustaka

- Alhadi, S., Nanda, W., Saputra, E., Supriyanto, A., & Costa, A. Da. (2018). Self-Regulated Learning : Is it Different between Men and Women Students ? Self-Regulated Learning : Is it Different between Men and Women Students ? *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, VII(2)(December), 46–52. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v7i2.12933>.
- Arsyad, R. N., Pomalato, S. W. D., Abbas, N., & Achmad, N. (2022). Hubungan Antara Self Regulated Learning dengan Hasil Belajar Matematika Pada Materi Trigonometri. *Jambura Journal of Mathematics Education*, 3(1), 48–

56. <https://doi.org/10.34312/jmathedu.v3i1.12423>.
- Chung, M.K. (2000). The development of self-regulated learning. *The Institute of Asia Pasific Education Development*, 1, (1), 55-56.
- Fazriah, S. (2019). Hubungan self regulated learning dengan hasil belajar siswa pada mata pelajaran kimia. *Jurnal Pendidikan Kimia*, 12(1), 66-75.
- Filho, M.K.C. (2001). *A review of theories of self-regulation of learning*. Bull. Grad. School Educ. Hiroshima Univ, Part III, 50, 437-445.
- Latipah, E. (2010). Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 110 – 129–129. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7696>
- Juniar, N. (2024). Studi literatur: Pengaruh self regulated learning terhadap prestasi belajar siswa. *Jendela: Jurnal Pendidikan Elaborasi Athirah*, 1(1), 17–24.
- Kosnin, A. M. (2007). Self-regulated learning and academic achievement in Malaysian undergraduates. *International Education Journal*, 8(1), 221–228.
- Mayer, J. D. (2000). Emotional intelligence as zeitgeist, as personality, and as a mental ability. *The handbook of emotional intelligence/Jossey-Bass*.
- Montalvo, F.T., Torres, M.C.G. (2004). Self-regulated learning: Current and Future Directions. Spain: Departement of Education: University de Navarra. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 2 (1).
- Paris, S. G., & Paris, A. H. (2003). Classroom applications of research on self-regulated learning. In *Educational Psychology* (pp. 89-101). Routledge.
- Pintrich, P.R.(2004). A conceptual framework for assessing motivation and selfregulated learn in college students. *Educational Psychology Review*,16, 4386-407.
- Yuzarion, Y. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Peserta Didik. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 2(1), 107–117. <https://doi.org/10.17977/um027v2i12017p107>.
- Vrieling, E., Bastiaens, T., & Stijnen, S. (2012). Effects of increased self-regulated learning opportunities on student teachers' motivation and use of metacognitive skills. *Australian Journal of Teacher Education (Online)*, 37(8), 102-117.
- Wolters, C.A, Pintrich,P.R.,& Karabenick,S.A. (2003). *Assesing Academic Self-regulated Learning*. Prepared for the Conference on Indicators of Positive Development:ChildTrends
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational psychologist*, 25(1), 3-17.