

Self Regulated Learning Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Nani Febi Nur Aini¹, Darul Ilmi², Afrinaldi³, Fadhila Yusri⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia

Alamat: Jl. Gurun Aua, Kubang Putih, Kec. Banuhampu, Kota Bukittinggi, Sumatera Barat 26181

Email : nanifebi3@gmail.com, darulilmi@uinbukittinggi.ac.id, afrinaldi@uinbukittinggi.ac.id, fadhillayusri@uinbukittinggi.ac.id

Abstract. *This study is motivated by phenomena observed among students of the Guidance and Counseling program, feelings of boredom, neglecting during discussions, completing tasks close to deadlines, and being overly cautious due to fear of being inactive during lectures, which ultimately affects their grades badly. The objective of this study is to assess the Self-Regulated Learning abilities of students at Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi. This research adopts a quantitative descriptive approach, presenting data in numerical form. The study population comprises 467 students from the 2022, 2023, and 2024 cohorts. A total of 117 students were selected through proportional random sampling to ensure balanced representation across cohorts. Data collection was conducted using a questionnaire, and the results were analyzed using descriptive statistical techniques. The findings indicate that the students' self-regulated learning level is classified as very high, with an average score of 75,83% on a 100-point scale. The metacognitive aspect scored an average of 76.5% (high category), the motivational aspect averaged 4,21%, and the behavioral aspect averaged 4,19% (very low category).*

Keywords: *Self-Regulated Learning, Students*

Abstrak. Penelitian ini dilatar belakangi dari fenomena yang dialami mahasiswa bimbingan dan konseling yaitu merasa bosan, dan kurang memperhatikan saat diskusi, mengerjakan tugas mendekati deadline, memiliki rasa waspada karena takut nilai buruk. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi tingkat Self Regulated Learning yang dimiliki oleh mahasiswa Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif deskriptif, dengan populasi 467 mahasiswa angkatan 2022, 2023, dan 2024. Sampel terdiri dari 117 mahasiswa dengan menggunakan teknik proportional random sampling agar pengambilan sampel merata sesuai dengan jumlah per mahasiswa. Data dikumpulkan dengan menggunakan angket, dan dianalisis dengan teknik statistik deskriptif. Hasil menunjukkan bahwa tingkat kemampuan self regulated learning pada mahasiswa sangat tinggi, dengan nilai rata-rata 75,83% dari skala 100. Indikator metakognitif dengan rata-rata skor 76,5% kategori tinggi, motivasi dengan rata-rata 4,21%, dan perilaku dengan rata-rata 4,19% kategori sangat rendah

Kata Kunci : Self Regulated Learning, Mahasiswa

1. LATAR BELAKANG

Self regulated learning merupakan proses di mana individu dapat mengoptimalkan fungsi kognitifnya, perilaku dan perasaannya, teori ini dikemukakan oleh Barry Zimmerman seorang psikolog pendidikan. Teori Zimmerman memiliki beberapa manfaat diantaranya adalah dalam meningkatkan prestasi dalam belajar, membantu meningkatkan hasil belajar, dan membantu menumbuhkan kepercayaan diri. self regulated learning penting dalam literatur pendidikan, terutama pada mahasiswa di perguruan tinggi yang

kemampuan nya untuk mengatur dan mengelola proses belajar mahasiswa sendiri sangat penting bagi mahasiswa, karena dapat mempengaruhi prestasi akademik, motivasi, dan kemandirian belajarnya.(F Xu and others)

Self regulated learning penting dalam literatur pendidikan, terutama pada mahasiswa di perguruan tinggi yang kemampuan nya untuk mengatur dan mengelola proses belajar mahasiswa sendiri sangat penting bagi mahasiswa, karena dapat mempengaruhi prestasi akademik, motivasi, dan kemandirian belajarnya.(B J Zimmerman) Self regulated learning sangat penting bagi mahasiswa karena dapat membantu mahasiswa mengembangkan kemandirian belajar, keterampilan metakognitif, motivasi instrinsik, keterampilan profesional, kepuasan belajar, keterampilan penyelesaian masalah, dan persiapan untuk pembelajaran sepanjang hayat. Dengan memahami dan menerapkan konsep self regulated learning dalam kehidupan akademik mahasiswa dapat meningkatkan prestasi akademik, meraih kesuksesan di tempat kerja dan menjadi pembelajaran seumur hidup yang efektif.(M Darmiany and MPTAA)

Self regulated learning adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam belajar secara aktif dengan cara mampu memberikan informasi tentang sejauh mana suatu kegiatan yang telah dicapai atau memberikan penilaian secara teratur menurut sistem yang telah diatur sebaik mungkin dengan menggunakan berbagai perencanaan seperti semua kegiatan yang berhubungan dengan mental yang membuat seseorang mampu menghubungkan, menilai, dan dapat mempertimbangkan suatu peristiwa, sebagai akibat dari seseorang yang menerima pengetahuan setelah dipelajarinya, memotivasi diri sendiri maupun orang lain, serta dengan cara yang dapat berhubungan dengan perilaku yang perbuatannya ditampilkan oleh seseorang sehingga mampu untuk merencanakan tujuan dalam belajar dan memantau tujuan belajarnya. (S S Fasikhah and S Fatimah) Mahasiswa yang memiliki self regulated learning akan merasakan dirinya menjadi terarah dan bertujuan juga dapat muncul pada dalam dirinya melakukan sesuatu dengan sukarela tanpa adanya paksaan.(C Lisya and M A Subandi) Mahasiswa (A R Sadeghy dan A Mansouri) Mereka dapat memilih strategi pembelajaran yang efektif, mengukur tingkat penguasaan materi pembelajaran, menyediakan koreksi otomatis bila diperlukan, dan mempertimbangkan pentingnya penggunaan strategi pembelajaran.

Telah ditemukan berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi pada hari Rabu tanggal 1 Mei 2024 di kelas mahasiswa

Bimbingan dan Konseling angkatan 2022, 2023, dan 2024 terlihat bahwa pada saat pembelajaran ada beberapa mahasiswa dalam berdiskusi yaitu mengemukakan ide-ide yang mereka miliki, dan ada juga beberapa mahasiswa yang mempunyai motivasi dalam pembelajaran untuk mendapatkan ilmu yang belum mereka ketahui serta meningkatkan nilai akademik. mahasiswa ada juga yang merasa bosan dalam pembelajaran di kelas, ada juga yang kurang antusias hanya diam saja mendengarkan proses diskusi ada juga yang tampak kurang memperhatikan pembelajaran di waktu berdiskusi di dalam kelas. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2022, 2023, dan 2024 yang dilakukan pada hari Senin tanggal 13 Mei 2024 bahwa memang ada beberapa mahasiswa membuat tugas di waktu luang walaupun hanya 1 jam dan di waktu libur. mengerjakan tugas saat waktu sudah deadline, memiliki rasa waspada saat perkuliahan berlangsung karena takut tidak aktif saat perkuliahan berlangsung sehingga mempengaruhi nilai, mencoba mencari sumber lain dari youtube yang materinya akan dibahas dengan mencatat hal-hal pentingnya dan dari jurnal dengan memahami dari kesimpulan yang berkaitan. membuat pertanyaan untuk ditanyakan saat diskusi perkuliahan berlangsung, menggunakan AI yaitu Gemini yang dimana langsung membahas ke inti materi pelajaran ada dalam pembahasannya dan perplexity yang dimana terdapat jurnal dan buku jika kesulitan memahami materi, mencari sumber di google book karena mudah dipahami yang dimana menjelaskan langsung dengan inti materi yang dibahas, mencari dari google scholar yang dimana jurnal hasil penelitian yang membahas isi materi yang dicari.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Peserta dalam penelitian ini berjumlah 467 mahasiswa yang merupakan mahasiswa Orientasi dan Asesoramiento dari UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi angkatan 2022, 2023, dan 2024. Sampel sebanyak 117 siswa diambil dengan menggunakan teknik sampling statistik dan metode pengumpulan datanya menggunakan angket sebanyak 44 item pertanyaan dengan 32 pertanyaan positif dan 12 pertanyaan negatif. Teknik pengolahan data yang digunakan dimulai dari checking data, editing data, coding data, tabulasi data, mencari mean, menentukan persentase dan skor, nilai interpretasi data serta standar deviasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tentang “Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi” memanfaatkan Google Forms untuk menyebarkan angket kepada 117 mahasiswa. Ada beberapa item dalam kuesioner, yang terdiri dari 44 pernyataan yang tersebar di antara tiga indikator, dan setiap indikator memiliki beberapa item pernyataan. Gambaran lebih rinci berkenaan dengan *Self Regulated Learning* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi beserta hasil pemeringkatan skor dan nilai per indikator dapat dilihat pada tabel berikut.

Table 1 *Self Regulated Learning* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

No	Indikator	Mean	Skor	Jumlah	Standar Deviasi	Keterangan
1	Metakognitif	65,03	76,5%	7609	7,868	Tinggi
2	Motivasi	67,93	4,21%	7948	8,823	Sangat Rendah
3	Perilaku	31,80	4,19%	3721	3,649	Sangat Rendah
	Rata-Rata Keseluruhan	54,92	75,83%	6.426	18,213	Tinggi

Berdasarkan tabel, terlihat bahwa aspek perilaku memiliki rata-rata persentase skor tertinggi dan termasuk dalam kategori tinggi. Selanjutnya, aspek motivasi juga berada dalam kategori tinggi dengan rata-rata persentase skor yang sedikit lebih rendah. Sementara itu, aspek metakognitif menunjukkan rata-rata persentase skor yang masih tergolong tinggi. Secara keseluruhan, rata-rata persentase skor total menunjukkan kategori sangat tinggi dengan standar deviasi yang cukup besar.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling di UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi memiliki tingkat *self-regulated learning* yang tergolong sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengelola proses belajar mereka secara mandiri, termasuk dalam menetapkan tujuan, merencanakan strategi pembelajaran, serta melakukan evaluasi terhadap capaian akademik mereka.

Kemampuan self-regulated learning yang tinggi ini mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki inisiatif dalam belajar, disiplin dalam mengatur waktu, serta keterampilan dalam mengatasi hambatan yang muncul selama proses pembelajaran. Faktor-faktor seperti motivasi, kemampuan berpikir metakognitif, serta strategi pengelolaan perilaku juga berperan dalam mendukung pencapaian ini.

Untuk memahami klasifikasi lebih lanjut mengenai tingkat self-regulated learning mahasiswa Bimbingan dan Konseling di UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, dapat dilihat pada diagram berikut yang menyajikan distribusi kategori dan kecenderungan pola belajar mandiri mereka.

Berdasarkan rekap tabel tersebut, dapat dilihat bahwa indikator yang pertama yaitu metakognisi yang mana dapat dari 117 mahasiswa yang mengisi nomor item. Secara keseluruhan pada indikator yang pertama didapatkan skor sebesar 90,4% yang dimana skor yang tertinggi terdapat pada nomor item 15 sedangkan yang terendah terdapat pada nomor item 16 skor sebesar 62,7%.

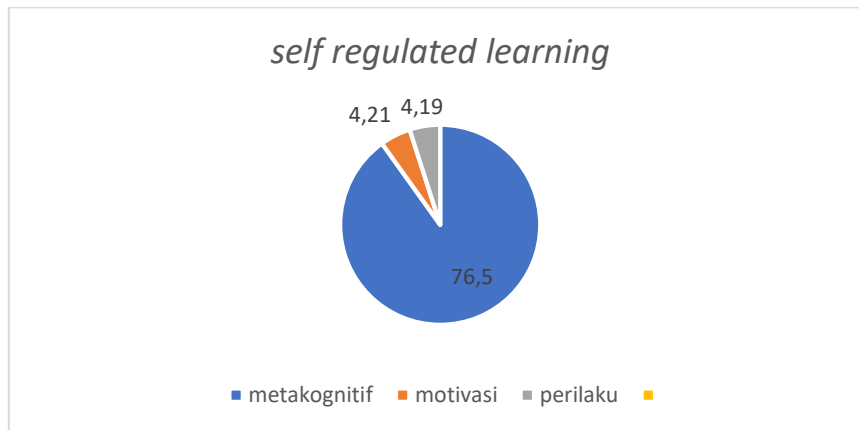
Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran mandiri mahasiswa, yang diukur berdasarkan indikator metakognisi, memiliki nilai rata-rata umum sebesar 75,83%. Persentase ini tergolong dalam kategori tinggi, yang mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan dalam mengelola, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2024, 2023, dan 2022 di Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi menunjukkan keterampilan metakognitif yang tinggi. Keterampilan ini mencerminkan kemampuan mereka dalam merencanakan strategi belajar, memantau pemahaman terhadap materi perkuliahan, serta menyesuaikan metode belajar sesuai dengan kebutuhan akademik mereka.

Tingkat pembelajaran mandiri yang tinggi ini juga menjadi indikasi bahwa mahasiswa telah mengembangkan kebiasaan belajar yang efektif, seperti menetapkan tujuan akademik yang jelas, mengatur waktu belajar dengan baik, serta menggunakan berbagai teknik pemecahan masalah saat menghadapi kesulitan dalam memahami

materi. Informasi lebih lanjut mengenai distribusi tingkat pembelajaran mandiri mahasiswa dapat dilihat pada diagram berikut.

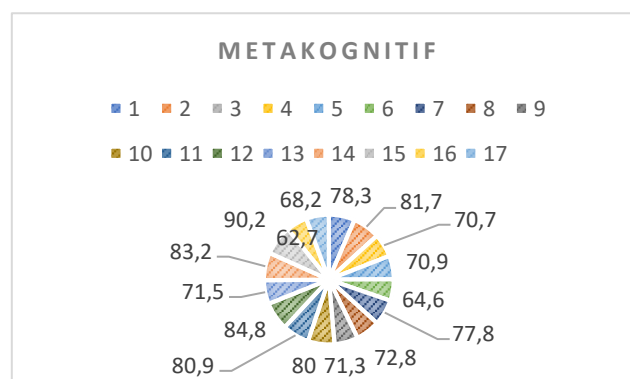
Diagram 1 *Self Regulated Learning* Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling



Berdasarkan rekap tabel tersebut, dapat dilihat bahwa indikator mekognitif yaitu yang mana terdapat dari 117 orang mahasiswa yang mengisi nomor item. Secara keseluruhan pada indikator metakognitif yang di dapatkan skor sebesar 76,5% yang dimana skor sebesar 90,4 yang tertinggi terdapat pada item nomor 15 sedang yang terendah terdapat pada item nomor 16 dengan skor sebesar 62,7%.

Artinya *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa pada indikator metakognitif didapatkan persentase skor rata- rata keseluruhan sebesar 76,5% yang tergolong pada kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling tahun 2024, 2023, 2022 UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi memiliki kemampuan berada pada kategori yang tinggi. Dan dapat dilihat dari diagram di bawah ini.

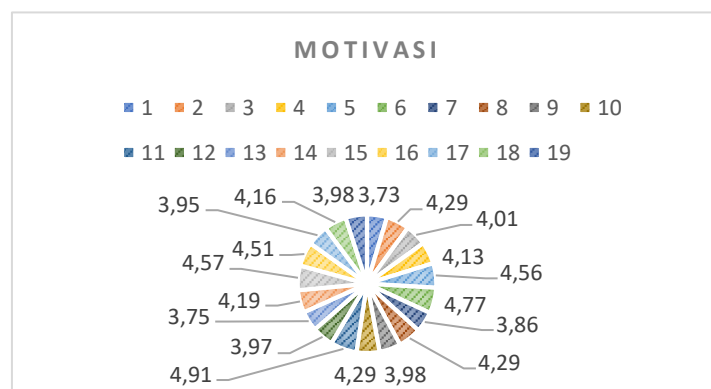
Diagram 2 Metakognitif



Berdasarkan rekap tabel tersebut, dapat dilihat bahwa indikator motivasi yaitu yang mana terdapat dari 117 orang mahasiswa yang mengisi nomor item. Secara keseluruhan pada indikator motivasi yang di dapatkan skor sebesar 4,91% yang dimana skor yang tertinggi terdapat pada item nomor 11 sedang yang terendah terdapat pada item nomor 1 dengan skor sebesar 3,73%.

Artinya *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa pada indikator motivasi didapatkan persentase skor rata- rata keseluruhan sebesar 4,21% yang tergolong pada kategori sangat rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling tahun 2024, 2023, 2022 UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi memiliki kemampuan berada pada kategori yang tinggi. Dan dapat dilihat dari diagram di bawah ini:

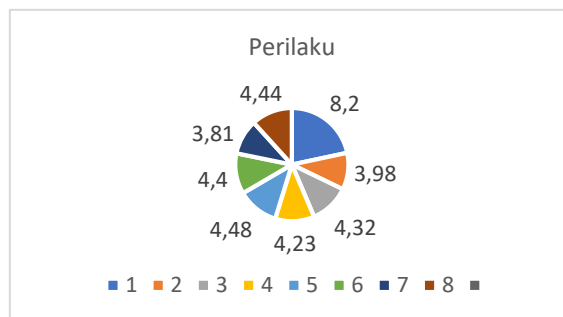
Diagram 3 Motivasi



Berdasarkan rekap tabel tersebut, dapat dilihat bahwa indikator perilaku yaitu yang mana terdapat dari 117 orang mahasiswa yang mengisi nomor item. Secara keseluruhan pada indikator perilaku yang di dapatkan skor sebesar 4,48% yang dimana skor yang tertinggi terdapat pada item nomor 5 sedang yang terendah terdapat pada item nomor 7 dengan skor sebesar 3,81%.

Artinya *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa pada indikator perilaku didapatkan persentase skor rata- rata keseluruhan sebesar 4,21% yang tergolong pada kategori sangat rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling tahun 2024, 2023, 2022 UIN Sjech M.Djamil. Dan dapat dilihat dari diagram di bawah ini:

Diagram 4 Perilaku



Pembahasan

Hasil analisis deskriptif *self regulated learning* mahasiswa bimbingan dan konseling Dengan median 75,83% dan deviasi rata-rata 18.213. Terlihat jelas bahwa mahasiswa orientasi dan kehadiran di UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi tahun 2024, 2023, dan 2022 mempunyai tingkat kemandirian belajar atau kemajuan yang tinggi. Baca "Pembelajaran mandiri bagi mahasiswa bimbingan dan konseling di UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi" untuk informasi lebih lanjut, peneliti menjabarkan per indikator.

1. Metakognitif

Pada indikator ini mendapatkan hasil mean 65,03 skor 76,5% dengan jumlah 7609 standar deviasi 7,868 dengan keterangan atau Kategori tinggi. Kemampuan regulasi diri siswa dalam belajar, dibuktikan dengan indikatornya, memiliki persentase umum sebesar 76,5% yang termasuk dalam kategori tinggi. Dengan demikian, dapat ditunjukkan bahwasanya mahasiswa Bimbingan dan Konseling tahun 2024, 2023, 2022 UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi memiliki kemampuan berada pada kategori tinggi.

2. Motivasi

Pada indikator ini mendapatkan hasil mean 67,93 skor 4,21% dengan jumlah 7948 standar deviasi 8,823 dengan keterangan atau kategori tinggi. Siswa yang berpartisipasi dalam program pembelajaran resmi indikator tersebut mencapai persentase keseluruhan sebesar 4,21%, yang masuk dalam kategori “Sangat Rendah”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling tahun 2024, 2023 dan 2022 UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi memiliki keterampilan tingkat tinggi.

3. Perilaku

Dengan hasil rata-rata 31,80, persentase 4,19%, dan 3721 deviasi tipikal 3,83, indikator ini memiliki deskripsi atau klasifikasi yang sangat baik. Siswa yang berpartisipasi dalam program pembelajaran resmi indikator tersebut mencapai persentase keseluruhan sebesar 4,19%, yang termasuk dalam kategori "tinggi". Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Orientasi dan Konseling tahun 2024, 2023, dan 2022 di UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi memiliki keterampilan tingkat sangat rendah.

Self regulated learning yang tinggi akan membuat mahasiswa berusaha dalam menerapkan metode pembelajaran yang efektif dan baik untuk dirinya. Pembelajaran yang efektif dan baik yaitu mampu merencanakan kegiatan belajar yang sudah jadwalkan, mampu mengelola waktu untuk belajar secara teratur, bisa menciptakan lingkungan yang nyaman dan menyenangkan untuk belajar, disiplin terhadap aturan yang di buat untuk belajar, memanfaatkan fasilitas yang ada, dapat membuat suatu perencanaan belajar yang bisa mencapai hasil yang diinginkan, dan tidak prokrastinasi dalam pengerjaan tugas. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tsabita dengan judul “Pengaruh Grit, *Self Regulated Learning* dan Emosi Akademik terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa” menunjukkan adanya pengaruh yang tidak signifikan dari *self regulated learning* terhadap prestasi akademik mahasiswa.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Roziani dan Panjaitan, Fokalie yang memiliki kesamaan yaitu mahasiswa menunjukkan bahwa terdapat pengaruh simultan dari *self regulated learning* terhadap prestasi belajar mahasiswa. Faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* terhadap emosi pada akademik yang menuju pada kemampuan kognitif, motivasi, dan perilaku. Faktor–faktor dihubungkan dengan kinerja akademik yang dimiliki mahasiswa untuk mengetahui suatu pencapaian dari hasil prestasi akademik yang di dapat. Semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin berpengaruh pada prestasi belajar akademik.

Penelitian ini juga sejalan dengan perspektif ayat Al-Qur'an yang dimana di dalam Al-Qur'an menekankan penting nya usaha, disiplin, dan tanggung jawab

mahasiswa dalam menuntut ilmu, yang selaras dengan konsep *Self Regulated Learning*. Adapun ayat yang bersangkutan dengan *Self Regulated Learning* yaitu:

Al-Baqarah ayat 283

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya: Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebaskan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maafilah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir".

Penelitian ini juga sejalan dengan perspektif hadis tentang *Self Regulated Learning*. Hadis-hadis Rasulullah SAW juga mendorong umat untuk belajar secara mandiri, disiplin, dan terus berusaha:

Hadis tentang pentingnya usaha:

أَحْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَأَسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ

Terjemahan "Bersemangatlah terhadap apa yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah, dan janganlah lemah. Jika sesuatu menimpamu, janganlah berkata: 'Seandainya aku melakukan ini, tentu akan begini dan begitu'. Namun katakanlah: 'Ini adalah takdir Allah, dan apa yang Dia kehendaki, Dia lakukan.' Sebab ucapan 'seandainya' membuka pintu (tipu daya) setan." (HR. Muslim, no. 2664)

Hadis ini mengajarkan untuk fokus pada tujuan dan tetap bersemangat, sesuai dengan prinsip SRL yang melibatkan motivasi dan pengelolaan diri dan hadis ini mendorong untuk semangat dalam melakukan hal-hal yang bermanfaat, baik

untuk dunia maupun akhirat, usaha harus disertai dengan doa dan tawakal kepada Allah yang dimana memberikan kemampuan dan keberhasilan, mengajarkan kita untuk menerima takdir Allah dengan lapang dada dan menjauhi rasa putus asa yang bisa memperdaya manusia melalui godaan setan, dan pengingat agar kita selalu memiliki semangat untuk berusaha, optimis, dan tidak mudah menyerah, sambil tetap bersandar kepada Allah.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling masih memiliki kelemahan dalam SRL maka untuk Prodi Bimbingan dan Konseling bisa menyisipkan materi tentang strategi belajar mandiri dalam mata kuliah Bimbingan dan Konseling, dapat menggunakan pendekatan berbasis refleksi dalam pembelajaran sehingga mahasiswa lebih sadar terhadap cara belajar mereka. agar penelitian SRL dapat berdampak bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling dan Prodi Bimbingan dan Konseling dan memberikan manfaat nyata dalam perkembangan akademik , maka perlunya mengintegrasikan hasil penelitian dalam kurikulum dan metode pengajaran, mengadakan workshop dan pelatihan untuk meningkatkan SRL, menggunakan hasil penelitian dalam praktik konseling akademik, mengembangkan kebijakan di Prodi Bimbingan dan Konseling yang mendukung penguatan SRL, dan menyebarluaskan hasil penelitian melalui publikasi dan sosialisasi.

DAFTAR REFERENSI

- Abun, D. (n.d.). *Colleges' employees di Ilocos Region, Philippines*. (link unavailable)
- Aisyah, S. (2017). Strategy self regulated learning pada mahasiswa. *JUPIIS*.
- Alsa, A. (2016). Peranan kepuasan kebutuhan dasar psikologis. *Jurnal Psikologi*.
- Anwar, S. (2009). *Pemahaman individu*. Widya Karya.
- Arikunto, S. (n.d.). *Manajemen penelitian*. Rineka Cipta.
- Astuti, B. (2019). Profil kemandirian belajar mahasiswa. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*.
- Bittner, J. V. (2022). Educational self-regulation competence. *International Journal*.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design*. Pustaka Pelajar.
- Darmiany, M. (2024). *Navigasi akademik*. (link unavailable)

- Ebtanastiti, D. F. (2014). Survei pilihan karir mahasiswa. *Jurnal BK*.
- Fadhilla, Y. (2014). *Instrumentasi non tes dalam konseling*. Institut Agama Islam Negeri Bukittinggi.
- Fasikhah, S. S. (2013). Self-regulated learning (SRL). *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*.
- Prakoso, S. D. (2016). *Perbedaan self-regulated learning pada mahasiswa* (Skripsi).
- Pusat Bahasa Depdiknas. (2018). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Kemdikbud.
- Rahmi, A. (2017). Konsep diri mahasiswa. *Islamic Counseling*.
- Ratnawati, H. (2016). *Analisis kuantitatif instrumen penelitian*. Nuhamedika.
- Rozaini, N. (2020). Pengaruh self regulated learning dan karakter. *Niagawan*.
- Sadeghy, A. R. (2014). The relationship between learners' goal-orientated. *International Journal of Language Learning*.
- Schunk, D. H. (2005). Self-regulated learning. *Educational Psychologist*.
- Setyanto, G. G. (2014). *Pengaruh self-regulated learning dan pola asuh orang tua*. UNY.
- Siregar, S. (2017). *Metode penelitian kuantitatif*. (link unavailable)
- Sugiono, P. D. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2017). *Metode penelitian pendidikan*. Alfabeta.
- Susetyo, Y. F. (2012). Orientasi tujuan, atribusi penyebab, dan belajar berdasar regulasi diri. *Jurnal Psikologi*.
- Tsabita, S. (n.d.). Pengaruh grit, self-regulated learning, dan emosi akademik. (link unavailable)
- Valle, A. (2008). Self-regulated profiles and academic achievement. *Psicothema*.
- Xu, F. (2023). Multi-omics analyses revealed transcriptional regulators. (link unavailable)
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner. *Theory Into Practice*.