

SELF-REGULATED LEARNING CONCEPT: STUDENT LEARNING PROGRESS

Said Alhadi¹⁾, Agus Supriyanto²⁾

Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan¹²³⁾

Email: said.alhadi@bk.uad.ac.id¹⁾, agus.supriyanto@bk.uad.ac.id²⁾,

Abstrak

Perkembangan pembelajaran Indonesia merupakan hasil dari reformasi pendidikan. Hasil reformasi pendidikan memiliki pengaruh terhadap layanan pendidikan yang berkualitas. Pelayanan pendidikan yang berkualitas dilaksanakan oleh guru profesional. Artikel ini membahas mengenai pelayanan guru yang profesional untuk pengembangan *self-regulated learning* pada diri siswa. Tujuan pendidikan memiliki peran sentral dalam pengembangan akademik siswa melalui pengembangan strategi pembelajaran mandiri. *Self-regulated learning* adalah usaha aktif dan mandiri siswa dalam proses belajarnya dengan cara memantau, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku, yang diorientasikan atau diarahkan pada tujuan belajar. Fokus utama adalah pembentukan kemampuan untuk mengembangkan strategi belajar mandiri pada diri siswa. Dimensi *self-regulated learning* dapat mendorong siswa untuk mengembangkan kemampuan mengatur diri dalam belajarnya secara optimal. Konselor sekolah dan guru kelas memiliki peran besar bagi pengembangan *self-regulated learning* melalui penataan lingkungan, penetapan tujuan, manajemen waktu, pencarian bantuan, strategi tugas, dan evaluasi diri. Kolaborasi antara konselor sekolah, guru mata pelajaran, dan pimpinan sekolah sebagai pengatur kebijakan sekolah sebagai pondasi untuk pembentukan lingkungan akademik melalui *self-regulated learning* pada diri siswa.

Kata Kunci: Perkembangan Pembelajaran, *Self-Regulated Learning*

A. Pendahuluan

Sistem pendidikan Indonesia tersusun dalam kurikulum pembelajaran. Sistem pembelajaran di Indonesia merupakan hasil dari reformasi pendidikan yang sesuai dengan Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003. Reformasi pendidikan meliputi penerapan manajemen berbasis sekolah, kurikulum tingkat sekolah, pengembangan profesional guru berbasis sekolah, sertifikasi guru, standar baku internasional, dan ujian nasional diharapkan secara sinergis dapat memberikan layanan

pendidikan berkualitas (Firman& Tola, 2008). Pelayanan pendidikan berkualitas berdampak pada kualitas akademik siswa. Kualitas pengajaran dapat ditingkatkan melalui pembelajaran profesional yang berkesinambungan (Hord, 2009).

Guru memiliki peran dalam penerapan pendidikan secara komprehensif. Peran dari guru sebagai dasar untuk pengembangan akademik siswa. Guru kelas (guru mata pelajaran) dan konselor sekolah (guru bimbingan dan konseling) memiliki peran yang sama untuk

pengembangan akademik siswa di dalam pendidikan. Hasil penelitian Goodwin & Kosnik (2013) menunjukkan bahwa pengembangan identitas dan praktik dalam pendidikan sebagai proses menjadi guru profesional. Hasil penelitian Harris & Sass (2011) menunjukkan bahwa produktivitas guru sekolah dasar dan menengah meningkat dengan pengalaman (pelatihan kerja tidak formal), akan tetapi tidak adanya hubungan yang konsisten antara pelatihan pengembangan profesional formal dan produktivitas guru. Hasil penelitian Goe & Stickler (2008), menunjukkan bahwa kualitas guru dan prestasi siswa memiliki hubungan yang kuat dengan kebijakan pendidikan. Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh Bhakti (2015), bahwa konselor perlu memperkuat kompetensi seorang konselor dengan berbagai kegiatan seperti seminar, workshop dan pelatihan penerapan tuntunan dan konseling yang komprehensif.

Profesionalitas dan kualitas guru kelas dan konselor sekolah dapat dilihat dari produktifitas guru yang berdampak pada pengembangan akademik siswa. Konselor sekolah memiliki tanggungjawab untuk pengembangan pembelajaran siswa melalui layanan bimbingan dan konseling secara komprehensif. Guru kelas juga memiliki tanggungjawab dalam kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan bagi siswa. Kesadaran yang berkembang dalam

pengembangan potensi siswa dibutuhkan kerjasama yang kolaboratif antara konselor dan seluruh stakeholders sekolah secara efektif dari berbagai pihak (Sutoyo & Supriyanto, 2015; Bhakti, 2015).

Fenomena yang muncul pada diri siswa adalah tuntutan hasil belajar pada seluruh mata pelajaran yang semakin tinggi. Siswa dituntut untuk mampu menguasai seluruh mata pelajaran yang dikuti selama sekolah. Tuntutan ini berpengaruh pada perilaku siswa dalam pembelajaran. Hasil penelitian Taufik & Ifdil (2013) menunjukkan bahwa peningkatan standar dalam ujian nasional mengakibatkan 15% akademisi stres pada tingkat rendah, 71,8% mengalami stres akademik pada tingkat sedang, dan 13,2% siswa mengalami stres akademik pada tingkat tinggi. Hasil penelitian selanjutnya dari (Zariah, 2013) menunjukkan santri kurang mampu meregulasi diri dengan baik mengakibatkan perasaan menyesal dan kecewa, pekerjaan yang tertunda, waktu luang yang sia-sia dan prestasi menjadi turun. Peran regulasi diri dalam pembelajaran (*self-regulated learning*) sangat penting untuk kesuksesan siswa dan hasil belajar siswa.

Self-regulated learning menjadi kunci siswa untuk perkembangan akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan siswa terhadap pemecahan masalah konsisten dengan profil epistemik memiliki hubungan terhadap regulasi kognisi

(Muis, 2008). Peran guru dalam memberikan dukungan siswa dalam belajar dapat meningkatkan *self-regulated learning* sebagai faktor eksternal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan otonomi guru dan struktur guru memberikan dampak terhadap pembelajaran siswa secara mandiri, motivasi dan penyelesaian perilaku bermasalah (Vansteenkiste, dkk., 2012). Faktor utama perkembangan *self-regulated learning* adalah diri siswa. Lingkungan belajar pribadi merupakan pendekatan pedagogis yang berpotensi mengintegrasikan pembelajaran formal maupun informal dengan menggunakan media sosial dan mendukung pembelajaran mandiri siswa (Dabbagh & Kitsantas, 2012).

Pengembangan *self-regulated learning* pada diri siswa dilakukan melalui pendidikan dengan penggunaan media maupun penciptaan lingkungan pembelajaran maupun pelayanan bimbingan dan konseling. Efektifitas layanan bimbingan dan konseling dapat menggunakan media bimbingan dan bimbingan (Alhadi, Supriyanto, & Dina, 2016). Proses pembelajaran dapat menggunakan lingkungan hypermedia dengan melibatkan proses kognitif dan metakognitif temporal yang berdampak pada pembelajaran siswa (Azevedo, Moss, Johnson, & Chauncey, 2010). Prinsip-prinsip desain untuk lingkungan pembelajaran hipermedia adaptif dapat mendorong *self-regulated learning* siswa tentang

topik pembelajaran yang kompleks dan menantang (Azevedo, dkk., 2008).

Self-regulated learning pada diri siswa adalah kemampuan untuk mengembangkan strategi belajar mandiri pada diri siswa. Guru dapat menggunakan model pembelajaran yang tepat bagi diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan regulasi diri memiliki pengaruh yang nyata terhadap penurunan skor prokstinasi akademik (Andayani & Karyanta, 2011). Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa Pembelajaran *e-learning* mempercepat perolehan kemampuan *self-regulated learning* (Chen, 2009). Seluruh pembelajaran

Konselor memiliki peran untuk pengembangan *self-regulated learning* siswa dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Guru mata pelajaran memiliki peran serta dalam pembelajaran aktif. Pimpinan sekolah memiliki peran besar untuk penentuan kebijakan sekolah dalam pengembangan *self-regulated learning*. Kolaborasi antara konselor dan stakeholders dalam pengembangan potensi siswa (Supriyanto, 2016).

B. Pembahasan

1. *Self-Regulated Learning*

Menurut Pintrich dan Zusho (dalam Nicol dan Macfarlane-Dick, 2006) bahwa *self-regulated learning* merupakan proses konstruktif aktif ketika siswa menetapkan tujuan belajarnya dan kemudian berusaha untuk memantau, mengatur, dan

mengontrol kognisi, motivasi, dan tingkah lakunya agar sesuai dengan tujuannya dan kondisi kontekstual dari lingkungannya. Sejalan dengan Zimmerman (1989) memaparkan secara umum bahwa *self-regulated learning* digambarkan melalui tingkatan atau derajat yang meliputi keaktifan baik secara metakognisi, motivasi, maupun perilaku siswa didalam proses belajar. Siswa dengan sendirinya memulai dan berusaha secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang diinginkan, daripada bergantung pada guru, orangtua atau orang lain. kesimpulannya *self-regulated learning* adalah usaha aktif dan mandiri siswa dalam proses belajarnya dengan cara memantau, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku, yang diorientasikan atau diarahkan pada tujuan belajar. Dimensi *self-regulated learning* mendorong seseorang dalam mengembangkan kemampuan mengatur diri dalam belajarnya secara baik.

Self-regulated learning adalah sebuah situasi belajar di mana siswa memiliki kontrol terhadap proses pembelajaran melalui pengetahuan dan penerapan strategi yang sesuai, pemahaman terhadap tugas-tugasnya, penguatan dalam pengambilan keputusan dan motivasi belajar. *Self-regulation* pada kognitif, motivasi, dan perilaku yang dimiliki siswa merupakan perantara hubungan antara person, konteks dan bahkan prestasi. Aspek-aspek dalam *self-regulated learning* yang paling

mendasar adalah keterfokusan pada tujuan. Zimmerman (1990) mengemukakan tiga unsur *self-regulated learning*, yaitu:

- a) *Metacognitive*. Proses pemahaman akan kesadaran dan kewaspadaan diri serta pengetahuan dalam menentukan pendekatan pembelajaran sebagai salah satu cara didalam proses berpikir. Kemampuan metakognisi mendukung proses *self-regulated learning* dengan merencanakan, menetapkan tujuan, memonitor, mengorganisasikan dan mengevaluasi bermacam-macam kegiatan selama proses peningkatan kemampuan (Zimmerman, 1990).
- b) *Motivationally*. Individu yang memiliki motivasi adalah individu yang memiliki fokus terhadap pentingnya usaha luar biasa dan ketekunan dalam belajar. Motivasi dalam *self-regulation learning* adalah situasi karakteristik yang menunjukkan *efficacy* yang tinggi, serta sifat diri dan ketertarikan terhadap tugas, adanya persepsi siswa mampu menyelesaikan tugas dan potensi siswa akan mencapai kesuksesan dan berani menghadapi kegagalan (Zimmerman, 1990).
- c) *Behaviorally active participants*. Perilaku partisipasi aktif merupakan respon yang dipengaruhi oleh beberapa proses seperti perilaku yang baik yang ditampilkan pada

sebuah lingkungan, perilaku partisipasi aktif adalah perilaku yang dapat diamati, dapat dilatih dan dikembangkan serta sifatnya adalah interaksi. Proses perilaku dalam *self-regulated learning* diantaranya memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan untuk belajar. Siswa mencari nasihat, informasi dan tempat yang disukai untuk belajar. Siswa juga melatih kemahiran dan menguatkan pembentukan performa (Zimmerman, 1990).

Proses pengaturan diri yang dilakukan berkaitan dengan nilai keyakinan tentang diri sendiri, yakni mengenai kemampuan dan ketrampilan yang dimilikinya. *Self-regulation learning* mempunyai komponen-komponen yang lebih terarah dan sistematis sehingga siswa dapat mengembangkan kemampuannya secara optimal. *Self-regulated learning* mengacu pada proses di mana siswa secara sistematis mengarahkan diri untuk: (a) memahami pelajaran yang diberikan; dan (b) bersikap dalam belajar. *Self-regulated learning* diukur dengan skala *self-regulated learning*.

Setiap orang akan berusaha untuk meregulasi fungsi dirinya dengan berbagai cara untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Winne, 1997 dalam Boekaerts, 2000). Kognisi dan metakognisi menawarkan informasi penting tentang *self-regulated learning* (Winne, 2010). Perbedaan

dari *self-regulated learning* setiap orang hanyalah efektivitas dari *self-regulation* itu sendiri. Pada waktu seseorang mampu mengembangkan kemampuan *self-regulation* secara optimal, maka pencapaian tujuan yang telah ditetapkan dapat dicapai secara optimal. Sebaliknya pada saat seseorang kurang mampu mengembangkan kemampuan *self-regulation* dalam dirinya, maka pencapaian tujuan yang telah ditetapkannya tidak dapat dicapai secara optimal. Ketidakefektifan dalam kemampuan *self-regulation* ini bisa disebabkan oleh kurang berkembangnya salah satu fase dalam proses *self-regulation* terutama pada fase *forethought* dan *performance control* yang tidak efektif (Zimmerman, 1998 dalam Boekaerts, 2000).

Perspektif *social cognitive*, proses *self-regulation* digambarkan dalam tiga fase perputaran, yaitu:

a. Fase *forethought*

Terdapat dua kategori yang saling berkaitan erat dalam fase *Forethought*:

1) *Task analysis*

Inti *task analysis* meliputi penentuan tujuan (*goal setting*) dan *strategic planning*. *Goal Setting* dapat diartikan sebagai penetapan/ penentuan hasil belajar yang ingin dicapai oleh seorang siswa, misalnya memecahkan persoalan matematika selama proses belajar berlangsung (Locke & Lathan, 1990 dalam Boekaerts, 2000). *Goal system* dari seseorang yang mampu melakukan *self-regulation* tersusun secara

bertahap di dalam pembelajaran. Proses tersebut dilakukan sebagai regulator untuk mencapai tujuan yang sama dengan hasil yang pernah dicapai di dalam pembelajaran.

Bentuk kedua dari *task analysis* adalah *strategic planning*. Strategi ini merupakan suatu proses dan tindakan seseorang yang bertujuan dan diarahkan untuk memperoleh dan menunjukkan suatu keterampilan yang dapat digunakannya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkannya. (Zimmerman, 1989 dalam Boekaerts, 2000). Strategi yang dipilih secara tepat dapat meningkatkan performance dengan mengembangkan kognitif, mengontrol *affect*, dan mengarahkan kegiatan motorik (Pressley & Woloshyn, 1995 dalam Boekaerts, 2000). Perencanaan dan pemilihan strategi pembelajaran membutuhkan penyesuaian yang terus menerus karena adanya perubahan-perubahan baik dalam diri siswa itu sendiri ataupun dari kondisi lingkungan.

2) *Self motivation beliefs*

Yang menjadi dasar *task analysis* dan *strategic planning* adalah *self motivation beliefs* yang meliputi “*self efficacy, outcome expectation, intrinsic interest or valuing, dan goal orientation*”. *Self efficacy* merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk memiliki performance yang optimal untuk mencapai tujuannya, sementara *outcomes expectation* merujuk pada harapan seseorang tentang pencapaian suatu hasil dari

upaya yang telah dilakukannya (Bandura, 1997 dalam Boekaerts, 2000). Sebagai contoh, *self efficacy* yang mempengaruhi *goal setting* adalah sebagai berikut: semakin mampu seseorang meyakini kemampuan mereka sendiri dalam pembelajaran, maka akan semakin tinggi tujuan yang mereka tetapkan dan semakin mantap ia akan bertahan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkannya (Bandura, 1991; Locke & Latham, 1990 dalam Boekaerts, 2000).

b. *Fase performance / volitional control*

1) *Self control*

Proses *self control* seperti *self instruction, imagery, attention focusing, dan task strategies*, membantu siswa menfokuskan pada tugas yang dihadapinya dan mengoptimalkan usaha untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkannya. Salah satu perilaku yang dapat diamati pada saat seseorang sedang berada di fase ini adalah saat anak mencoba untuk memecahkan persoalan matematika, anak memperlihatkan verbalisasi dalam mengingat rumus-rumus matematika (*self instruction*), mencoba untuk membentuk suatu gambaran mental secara utuh misalnya dengan cara melakukan proses *encoding (imagery)* ataupun mencoba berbagai teknik untuk melatih konsentrasi agar dapat dengan mudah menghafalkan rumus-rumus matematika tersebut (*attention focusing*).

2) *Self observation*

Proses *self observing*, mengacu pada penelusuran seseorang terhadap aspek-aspek yang spesifik dari *performance* yang mereka tampilkan, kondisi sekelilingnya, dan akibat yang dihasilkannya (Zimmerman & Paulsen, 1995 dalam Boekaerts, 2000). Penetapan tujuan yang dilakukan pada fase *fore thought* mempermudah *self observation*, karena tujuannya terfokus pada proses yang spesifik dan terhadap kejadian di sekelilingnya.

c. Fase *self-reflection*

1) *Self judgement*

Self judgement meliputi *self evaluation* terhadap *performance* yang ditampilkannya dalam upaya mencapai tujuan dan menjelaskan penyebab yang signifikan terhadap hasil yang dicapainya. *Self evaluation* mengarah pada upaya untuk membanding informasi yang diperolehnya melalui *self monitoring* dengan standar atau tujuan yang telah ditetapkan pada fase *forethought*.

2) *Self-reaction*

Proses yang kedua yang terjadi pada fase ini adalah *self-reaction* yang terus menerus akan mempengaruhi fase *fore thought* dan seringkali berdampak pada *performance* yang ditampilkannya di masa mendatang terhadap tujuan yang ditetapkannya.

2. Pembelajaran dan Pelayanan Bimbingan dan Konseling

Menurut Low & Jin (2012), bahwa *self-regulated learning*

dimulai dari kegiatan kelas, pekerjaan rumah, dari pengajaran konvensional sampai *e-learning*, dan pelatihan. Perkembangan *self-regulated learning* di dalam kelas melibatkan peran serta konselor sekolah dan guru kelas. Konselor dan guru kelas mengaplikasikan metode pelayanan bimbingan dan konseling, serta pembelajaran untuk pengembangan *self-regulated learning* secara konvensional atau moderen. Perkembangan *self-regulated learning* dapat dibentuk melalui pekerjaan rumah dari guru kelas maupun konselor sekolah. Harapnya adalah pembentukan tanggungjawab pada diri siswa.

Menurut Clark (2012), proses belajar yang berulang dapat memperkuat strategi *self-regulated learning* yang mendukung pembelajaran, meningkatkan hasil dan mengaktualisasikan dorongan untuk pembelajaran sepanjang hayat. Hasil penelitian Barnard-Brak, Paton, & Lan (2010) menunjukkan bahwa *Online Self-Regulated Learning Questionnaire (OLSQ)*, terdiri dari enam konstruksi *subscale*, yaitu penataan lingkungan, penetapan tujuan, manajemen waktu, pencarian bantuan, strategi tugas, dan evaluasi diri. Konsep pengembangan *self-regulated learning* perlu dirancang oleh guru kelas dan konselor untuk pengembangan siswa. Kolaborasi antara konselor dan guru mata pelajaran menjadi bagian utuh perkembangan akademik siswa.

C. Penutup

Proses pengaturan diri yang dilakukan berkaitan dengan nilai keyakinan tentang diri sendiri, yakni mengenai kemampuan dan ketrampilan yang dimilikinya. *Self-regulation learning* mempunyai komponen-komponen yang lebih terarah dan sistematis sehingga siswa dapat mengembangkan kemampuannya secara optimal. *Self-regulated learning* mengacu pada proses di mana siswa secara sistematis mengarahkan diri untuk: (a) memahami pelajaran yang diberikan; dan (b) bersikap dalam belajar. *Self-regulated learning* diukur dengan skala *self-regulated learning*.

Konselor sekolah dan guru kelas memiliki peran besar bagi pengembangan *self-regulated learning* melalui penataan lingkungan, penetapan tujuan, manajemen waktu, pencarian bantuan, strategi tugas, dan evaluasi diri. Konselor sekolah dan guru kelas memiliki peran tersendiri. Prinsip utamanya adalah kolaborasi antara konselor sekolah, guru mata pelajaran, dan pimpinan sekolah sebagai pengatur kebijakan sekolah sebagai pondasi untuk pembentukan lingkungan akademik melalui *self-regulated learning* pada diri siswa.

D. Daftar Pustaka

- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in Guidance and Counseling Services: A Tool and Innovation for School Counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6-11.
- Andayani, T. R., & Karyanta, N. A. (2011). Model Pembelajaran Regulasi Diri untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Wacana*, 3(6), 137-152
- Azevedo, R., Moos, D. C., Greene, J. A., Winters, F. I., & Cromley, J. G. (2008). Why is Externally-Facilitated Regulated Learning more Effective than Self-regulated Learning with Hypermedia?. *Educational Technology Research and Development*, 56(1), 45-72.
- Azevedo, R., Moos, D. C., Johnson, A. M., & Chauncey, A. D. (2010). Measuring cognitive and metacognitive regulatory processes during hypermedia learning: Issues and challenges. *Educational psychologist*, 45(4), 210-223.
- Barnard-Brak, L., Paton, V. O., & Lan, W. Y. (2010). Profiles in Self-regulated Learning in The Online Learning Environment. *The International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 11(1), 61-80.
- Bhakti, C. P. (2015). Bimbingan dan Konseling Komprehensif: Dari Paradigma Menuju Aksi. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2), 93-106.
- Boekaerts, Monique; Pintrich, Paul; Zeidner, Mosche. (2000).

- Handbook of Self Regulation.* California, USA: Academic Press
- Chen, C. M. (2009). Personalized E-learning system with self-regulated learning assisted mechanisms for promoting learning performance. *Expert Systems with Applications*, 36(5), 8816-8829.
- Clark, I. (2012). Formative Assessment: Assessment is for Self-regulated Learning. *Educational Psychology Review*, 24(2), 205-249.
- Dabbagh, N., & Kitsantas, A. (2012). Personal Learning Environments, Social Media, and Self-regulated Learning: A Natural Formula for Connecting Formal and Informal Learning. *The Internet and Higher Education*, 15(1), 3-8.
- Firman, H., & Tola, B. (2008). The Future of Schooling in Indonesia. *Journal of International Cooperation in Education*, 11(1), 71-84.
- Goe, L., & Stickler, L. M. (2008). Teacher Quality and Student Achievement: Making the Most of Recent Research. TQ Research & Policy Brief. *National Comprehensive Center for Teacher Quality*.
- Goodwin, A. L., & Kosnik, C. (2013). Quality Teacher Educators= Quality Teachers? Conceptualizing Essential Domains of Knowledge for Those Who Teach Teachers. *Teacher Development*, 17(3), 334-346.
- Harris, D. N., & Sass, T. R. (2011). Teacher Training, Teacher Quality and Student Achievement. *Journal of public economics*, 95(7), 798-812.
- Hord, S. M. (2009). Professional Learning Communities. *Journal of Staff Development*, 30(1), 40-43.
- Low, R., & Jin, P. (2012). *Self-regulated learning*. In *Encyclopedia of the Sciences of Learning*. Springer US.
- Muis, K. R. (2008). Epistemic Profiles and Self-regulated Learning: Examining Relations in The Context of Mathematics Problem Solving. *Contemporary Educational Psychology*, 33(2), 177-208.
- Nicol, David. J dan Macfarlane-Dick, Debra. 2006. Formative Assessment and Self-Regulated Learning: A Model and Seven Principles of Good Feedback Practice. *Studies in Higher Education*. 23 (1): 199-218.
- Supriyanto, A. (2016). Collaboration Counselor and Parent for Developing Student Spiritual Competency trough Comprehensive Guidance and Counseling Service. *Fokus Konseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1).

- Sutoyo, A., & Supriyanto, A. (2015). Development Personality/Social Competency of Secondary High School Students through A Comprehensive Guidance and Counseling Program. *Fokus Konseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(2).
- Taufik, T., & Ifdil, I. (2013). Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(2), 143-150.
- Vansteenkiste, M., Sierens, E., Goossens, L., Soenens, B., Dochy, F., Mouratidis, A., ... & Beyers, W. (2012). Identifying configurations of perceived teacher autonomy support and structure: Associations with self-regulated learning, motivation and problem behavior. *Learning and Instruction*, 22(6), 431-439.
- Winne, P. H. (2010). Improving Measurements of Self-regulated Learning. *Educational Psychologist*, 45(4), 267-276.
- Zariah, A. (2013). *Pembelajaran Regulasi Diri Pada Santri di Pondok Pesantren Modern* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Zimmerman, Barry J. 1989. A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*. 81 (3): 329-339.
- Zimmerman, Barry J. 1990. Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*. 25 (1): 3-17.