

Penerapan Regulasi Diri dalam Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Muhammadiyah Makassar

Andi Sri Rahayu¹, Sandi Pratama², Pertiwi Nurani³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia

Korespondensi: andisriayu20@gmail.com

Informasi Artikel

Riwayat artikel:

Diterima April 29th, 2026

Direvisi Mei 02th, 2026

Diterima Mei 04th, 2026

Kata kunci:

Regulasi diri, kemandirian belajar, belajar mahasiswa, BKPI.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi diri terhadap kemandirian belajar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen melalui desain satu kelompok pretest posttest yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi diri terhadap kemandirian belajar mahasiswa, dengan populasi sebanyak 276 mahasiswa dan sampel 13 mahasiswa Prodi BKPI Universitas Muhammadiyah Makassar. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh regulasi diri dalam meningkatkan kemandirian belajar mahasiswa, yang ditunjukkan oleh hasil pretest regulasi diri dengan 23,1% mahasiswa berada pada kategori rendah, 61,5% kategori sedang, dan 15,4% kategori tinggi, serta pretest kemandirian belajar dengan 15,4% kategori rendah, 69,2% kategori sedang, dan 15,4% kategori tinggi. Uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data regulasi diri (sig. 0,207) dan kemandirian belajar (sig. 0,265) berdistribusi normal karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Selanjutnya, hasil uji hipotesis menggunakan Paired Sample T-Test diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga H₀ ditolak dan H₁ diterima, yang berarti terdapat perbedaan signifikan kemandirian belajar mahasiswa sebelum dan sesudah penerapan regulasi diri.



© 2025 Para Penulis. Diterbitkan oleh Riset Anak Bangsa. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

PENDAHULUAN

Proses pembelajaran di perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk tidak sekedar menguasai kemampuan teknis, tetapi juga memiliki kemampuan yang komprehensif, sikap mental yang matang, serta kepribadian yang mendukung perkembangan akademik. Untuk mencapai kompetensi tersebut, cara belajar mahasiswa di perguruan tinggi berbeda dengan pola pembelajaran pada jenjang sekolah. Oleh karena itu, kemampuan belajar secara mandiri menjadi aspek penting yang perlu di tanamkan kepada mahasiswa. (Arifin dan Ika, 2020)

Mahasiswa biasanya berusaha keras untuk menunjukkan konsistensi mereka dalam belajar secara mandiri karena mereka selalu terganggu oleh orang lain, teman sebaya, perangkat gawai, waktu bermain, dan sebagainya. Kemandirian mahasiswa penting karena digunakan untuk membekali mereka agar menjadi agen tunggal dan secara aktif memutuskan peran mereka dalam mengarahkan tujuan pembelajaran. Kemandirian perlu dikembangkan baik melalui pembelajaran formal maupun cara-cara alamiah yang dapat mengakomodasi gaya belajar yang dibawa oleh mahasiswa ke dalam kelas. (Lakawa dkk, 2024)

Kemandirian belajar merupakan kemampuan penting yang perlu di miliki oleh peserta didik. Kemampuan ini di butuhkan agar peserta didik mampu menumbuhkan sikap mandiri dalam menghadapi proses pembelajaran yang di jalani selama kegiatan belajar mengajar. Melalui kemandirian belajar, peserta didik diharapkan dapat mengelola aktivitas belajarnya secara mandiri tanpa ketergantungan pada pihak lain serta memiliki tanggung jawab terhadap proses dan hasil belajarnya. (Maulana dan hadi, 2022)

Mahasiswa yang menjalani berbagai peran tambahan sangat memerlukan kemampuan regulasi diri yang baik dan belajar agar dapat meraih prestasi akademik yang optimal. Bagi mahasiswa yang memiliki tanggung jawab sosial, regulasi diri dalam proses pembelajaran menjadi penting, karena

pergaulan dari peran-peran tersebut cenderung meningkatkan tingkat pergaulan diri mereka dibandingkan dengan mahasiswa yang yidak memiliki peran sosial tambahan. (Dwi, 2022)

Mahasiswa yang memiliki kemampuan regulasi diri menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu, peningkatan motivasi mahasiswa serta membantu mereka mengendalikan emosi agar tidak mengganggu proses pembelajaran. Oleh sebab itu, kemampuan regulasi diri menjadi sangat penting agar mahasiswa mampu bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan perilakunya demi mencapai tujuan yang telah di tetapkan. (Ammar, 2022)

Penelitian ini diangkat karena adanya fenomena di mana mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Universitas Muhammadiyah Makassar menghadapi tantangan serius dalam mengembangkan kemandirian belajar. Berdasarkan observasi dan wawancara awal, ditemukan bahwa mahasiswa cenderung memiliki motivasi belajar yang rendah, sering menunda-nunda tugas, dan memiliki ketergantungan yang tinggi terhadap teman maupun dosen dalam menyelesaikan tanggung jawab akademik. Kondisi ini menunjukkan lemahnya pengaturan diri atau regulasi diri dalam mengelola waktu, pikiran, dan emosi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Oleh karena itu, penerapan regulasi diri dianggap krusial untuk melatih mahasiswa agar lebih bertanggung jawab, proaktif, dan mandiri dalam proses belajarnya guna mencapai keberhasilan akademik yang optimal.

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, rumusan masalah difokuskan pada upaya memahami bagaimana penerapan regulasi diri dapat memengaruhi kemandirian belajar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam di Universitas Muhammadiyah Makassar. Hal ini mencakup analisis mengenai perbedaan tingkat kemandirian belajar yang signifikan pada mahasiswa sebelum dan sesudah diterapkannya strategi regulasi diri, serta bagaimana gambaran konkret dari indikator-indikator kemandirian belajar yang muncul setelah proses intervensi tersebut dilakukan. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengukur sejauh mana tingkat regulasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa dalam mengelola aktivitas akademik mereka secara mandiri.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan eksperimen dan desain eksperimen one group pretest dan posttest. Pada desain ini adanya ukuran pretest yang diberikan kepada responden. Pengamatan pretest dilakukan pada sekelompok responden yang kemudian diberikan adanya perlakuan. Setelah itu, peneliti melakukan pengamatan terhadap responden dengan posttest pada ukuran yang sama dengan sebelumnya.

Pada penelitian ini, angket di berikan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Pemberian angket sebelum eksperimen disebut sebagai pretest, sedangkan angket yang diberikan setelah eksperimen disebut posttest. Metode ini dianggap tepat karena memungkinkan peneliti untuk melihat perbedaan dalam satu kelompok berdasarkan hasil angket sebelum dan setelah penerapan layanan. Penelitian melibatkan satu kelompok yang terlebih dahulu menjalani pretest, kemudian diberikan layana, dan diakhiri dengan posttest. Keberhasilan layanan di ukur dengan membandingkan nilai pretest dan posttest.

Rancangan penelitian

<i>Pretest</i>	<i>Layanan</i>	<i>Posttest</i>
O ₁	X	O ₂

O₁: Nilai *Pretest* (kemandirian belajar sebelum penerapan regulasi diri)

X: Layanan

O₂: Nilai *Posttest* (kemandirian belajar setelah penerapan regulasi diri)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Regulasi diri adalah konsep yang berasal dari teori belajar sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Menurut Bandura, kepribadian seseorang terbentuk melalui interaksi antara aspek kognitif, perilaku, dan lingkungan. Kemampuan untuk mengendalikan berbagai rangsangan dari luar di sebut regulasi diri. Walaupun sebagian besar perilaku individu dipengaruhi oleh lingkungan, perilaku individu juga dapat memengaruhi lingkungan, yang pada gilirannya memengaruhi kognisi dan perilaku

individu. Kognisi terbentuk melalui interaksi antara perilaku dan lingkungan. Dalam konteks pendidikan dan pembelajaran, regulasi diri merujuk pada penerapan proses kognitif, perilaku dan emosi secara aktif oleh pembelajar untuk mencapai tujuan pembelajara. (Audhy, 2020)

Kemandirian belajar adalah kesadaran individu untuk belajar secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain, sekaligus bertanggung jawab dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Kemandirian belajar mencakup kegiatan belajar yang dilakukan seseorang secara sendiri, tanpa bantuan teman atau guru, dengan tujuan menguasai materi atau pengetahuan secara penuh. Seseorang dikatakan memiliki kemandirian belajar apabila mampu mengambil inisiatif, baik dengan bantuan orang lain maupun secara mandiri, dalam menetapkan tujuan pembelajaran, mengenali materi yang akan dipelajari, memilih serta melaksanakan strategi pembelajaran yang tepat, dan menilai hasil belajar sendiri. (Mulyabiyah, 2022)

Regulasi diri memiliki pengaruh terhadap kemandirian belajar pada mahasiswa. Dengan adanya regulasi akan memunculkan motivasi dalam diri mahasiswa, sehingga menyebabkan munculnya keinginan untuk menetapkan target dalam kehidupannya, membuat strategi yang akan dilakukan, mengobservasi dan mengubah perilaku belajar pada mahasiswa. (Eka, 2023)

Berdasarkan hasil observasi awal pada Hari Selasa 29 Juli 2025 di Fakultas Agama Islam lantai 4 menara Iq'ra Universitas Muhammadiyah Makassar terhadap 3 mahasiswa dengan nama samaran yaitu Mawar, Lili, dan Tulip, menunjukkan bahwa mahasiswa menghadapi tantangan dalam mengembangkan kemandirian belajar seperti kurangnya motivasi dalam belajar, yang membuat mahasiswa selalu menunda tugas dan ketergantungan kepada orang lain atau teman sendiri mengenai pengerjaan tugas di dalam perkuliahan. Berdasarkan hasil wawancara awal pada Rabu 30 Juli 2025 di Fakultas Agama Islam lantai 4 Menara Iq'ra Universitas Muhammadiyah Makassar dengan nama samaran yaitu Melati, Anggrek, Sakura, Dahlia, dan Cempaka, diperoleh tiga permasalahan utama yang paling mengarah pada kemandirian belajar dan dapat diatasi melalui regulasi diri, yaitu kebiasaan menunda tugas, kurangnya motivasi belajar, dan kecenderungan bergantung kepada orang lain dalam mengerjakan tugas.

Pelaksanaan penelitian ini di Menara Iqra' Lantai 4 kelas 4.1 Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Makassar, berlangsung dengan 3 kali pertemuan, Pelaksanaan layanan ini dilakukan pada tanggal 9 Desember hingga 16 Desember 2025 dengan izin dari ibu ketua prodi bimbingan dan konseling pendidikan Islam.

Tabel 1. Hasil *pretest* regulasi diri

No	Inisial	Skor <i>Pretest</i>	Kategori
1.	AA	31	Rendah
2.	AD	36	Sedang
3.	MK	31	Rendah
4.	SA	42	Sedang
5.	AR	38	Sedang
6.	AH	42	Sedang
7.	MS	38	Sedang
8.	A	29	Rendah
9.	KA	43	Tinggi
10.	SE	44	Tinggi
11.	GA	38	Sedang
12.	TN	39	Sedang
13.	MY	39	Sedang

Tabel 2. Hasil *posttest* regulasi diri

No	Inisial	Skor <i>Posttest</i>	Kategori
1.	AA	80	Tinggi
2.	AD	80	Tinggi
3.	MK	60	Tinggi
4.	SA	65	Tinggi
5.	AR	70	Tinggi
6.	AH	62	Tinggi

7.	MS	80	Tinggi
8.	A	80	Tinggi
9.	KA	80	Tinggi
10.	SE	70	Tinggi
11.	GA	60	Tinggi
12.	TN	62	Tinggi
13.	MY	72	Tinggi

Tabel 3. Interval Skor Regulasi Diri

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$X < 32,89$	Rendah	3	23,1%
2.	$32,89 \leq X < 42,49$	Sedang	8	61,5%
3.	$X \geq 42,49$	Tinggi	2	15,4%

Tabel 4. Hasil *Pretest* kemandirian belajar

No	Inisial	Skor <i>Pretest</i>	Kategori
1.	AA	37	Rendah
2.	AD	45	Sedang
3.	MK	53	Tinggi
4.	SA	54	Tinggi
5.	AR	49	Sedang
6.	AH	44	Sedang
7.	MS	49	Sedang
8.	A	33	Rendah
9.	KA	50	Sedang
10.	SE	48	Sedang
11.	GA	44	Sedang
12.	TN	48	Sedang
13.	MY	43	Sedang

Tabel 5. Hasil *Posttest* kemandirian belajar

No	Inisial	Skor <i>Posttest</i>	Kategori
1.	AA	80	Tinggi
2.	AD	80	Tinggi
3.	MK	76	Tinggi
4.	SA	70	Tinggi
5.	AR	68	Tinggi
6.	AH	70	Tinggi
7.	MS	80	Tinggi
8.	A	80	Tinggi
9.	KA	80	Tinggi
10.	SE	71	Tinggi
11.	GA	66	Tinggi
12.	TN	72	Tinggi
13.	MY	69	Tinggi

Tabel 6. Skor Interval Kemandirian Belajar

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$X < 39,99$	Rendah	2	15,4%
2.	$39,99 \leq X < 51,83$	Sedang	9	69,2%
3.	$X \geq 51,83$	Tinggi	2	15,4%

Berdasarkan data diatas, terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada variabel regulasi diri dan kemandirian belajar siswa setelah diberikan perlakuan, yang dibuktikan dengan perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*. Pada variabel regulasi diri, data awal menunjukkan dominasi kategori sedang sebesar 61,5% dengan skor terendah berada pada angka 29, namun pada hasil *posttest*, seluruh siswa berhasil mencapai kategori tinggi dengan skor maksimal mencapai 80. Pola serupa juga terjadi pada variabel kemandirian belajar, di mana pada tahap *pretest* mayoritas siswa yaitu sebesar 69,2% berada di kategori sedang dengan sebaran skor antara 33 hingga 54, kemudian melonjak drastis pada hasil *posttest* di mana semua siswa menempati kategori tinggi.

Uji Normalitas

Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan rumus t-test melalui program *Statistical Product for Servicer Solution* (SPSS) 23. Jika $p > 0,05$: Data berdistribusi normal. Jika $p \leq 0,05$: Data tidak berdistribusi normal.

Tabel 7 Uji Shapiro-wilk Variabel X (Regulasi Diri)

Statistic	Df	Sig.
.914	13	.207

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,207. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi yang ditetapkan, yaitu 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data variabel regulasi diri berdistribusi normal. Dengan distribusi data yang normal menunjukkan bahwa skor regulasi diri responden tersebar secara proporsional dan tidak mengalami penyimpangan yang signifikan.

Tabel 8. Uji Shapiro-wilk Variabel Y (Kemandirian Belajar)

Statistic	Df	Sig.
.922	13	.265

Berdasarkan tabel kemandirian belajar di atas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,265. Yang berarti nilai tersebut lebih besar dari batas signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data kemandirian belajar berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan kemandirian belajar mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan layanan regulasi diri, digunakan uji hipotesis dengan uji Paired Sample T-Test menggunakan aplikasi SPSS 23.

Tabel 9. Uji Paired Sample T-Test Variabel X (Regulasi Diri)

Variabel	Mean	t	Df	Sig. (2-tailed)
Pretest-Posttest	-28.07692	-11.185	12	<,001

Tabel 10. Uji Paired Sample T-Test Variabel Y (Kemandirian Belajar)

Variabel	Mean	t	Df	Sig. (2-tailed)
Pretest-Posttest	-33.15385	-11.255	12	<,001

Berdasarkan hasil uji paired sample t-test pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001. Nilai tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,001 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemandirian belajar mahasiswa sebelum dan sesudah penerapan regulasi diri. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan regulasi diri memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemandirian belajar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Penelitian ini juga menghitung effect size dengan menggunakan Cohen's d untuk mengetahui besarnya pengaruh penerapan regulasi diri terhadap kemandirian belajar mahasiswa.

$$t \text{ hitung} = -11,255$$

$$\text{jumlah sampel (n)} = 13$$

$$d = t / \sqrt{n}$$

$$\sqrt{13} = 3,60$$

$$d = 11,255 / 3,60 = 3,12$$

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai Cohen's d sebesar 3,12. Nilai ini menunjukkan bahwa penerapan regulasi diri memiliki effect size yang tergolong sangat besar. Hal ini menandakan bahwa penerapan regulasi diri tidak hanya memberikan perbedaan yang signifikan secara statistik, tetapi juga memberikan dampak yang sangat kuat terhadap peningkatan kemandirian belajar mahasiswa.

Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Dalam Penerapan Regulasi Diri

Data kemandirian belajar diperoleh dari angket *pretest* dan *posttest*, lalu dianalisis secara deskriptif untuk melihat gambaran umum. Hasilnya menunjukkan ada peningkatan skor kemandirian belajar setelah penerapan regulasi diri. Mahasiswa yang awalnya bergantung pada dosen/teman mulai mampu menetapkan tujuan dan mengevaluasi belajar sendiri, serta yang suka menunda tugas sudah mulai menyusun jadwal belajar mandiri. Uji prasyarat *Shapiro-Wilk* menunjukkan data normal, sehingga dilanjutkan uji-t berpasangan. Hasilnya signifikan karena nilai signifikansi $< 0,05$.

Penerapan Indikator Kemandirian Belajar Setelah Penerapan Regulasi Diri

Data indikator kemandirian belajar diperoleh dari butir pernyataan angket *posttest* yang dikelompokkan per indikator, lalu dianalisis deskriptif. Tujuannya untuk melihat kondisi tiap aspek kemandirian belajar tanpa uji hipotesis. Hasilnya menunjukkan setiap indikator kemandirian belajar mengalami perubahan skor setelah penerapan regulasi diri. Hal ini menandakan penerapan regulasi diri berkaitan dengan kondisi kemandirian belajar mahasiswa pada tingkat indikator.

Tingkat Regulasi Diri Mahasiswa

Tingkat regulasi diri mahasiswa BKPI Unismuh Makassar diukur dengan instrumen pada tahap *pretest* dan *posttest*, lalu dianalisis secara deskriptif untuk melihat gambaran dan kategori skor. Hasilnya menunjukkan ada perbedaan tingkat regulasi diri sebelum dan sesudah perlakuan. Terjadi perubahan distribusi kategori pada *posttest* dibanding *pretest*, yang mengindikasikan kemampuan pengelolaan diri tidak statis. Peningkatan skor dan kategori pada pengukuran akhir menunjukkan adanya perkembangan tingkat regulasi diri mahasiswa selama proses penelitian.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan penerapan regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemandirian belajar mahasiswa Prodi BKPI Unismuh Makassar. Sebelum perlakuan, tingkat kemandirian belajar mahasiswa berada pada kategori sedang, namun setelah penerapan regulasi diri terjadi peningkatan yang signifikan pada hasil posttest. Uji statistik memperkuat temuan ini dengan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$, sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak. Regulasi diri terbukti membantu mahasiswa mengelola waktu, strategi, dan perilaku belajar, serta menumbuhkan tanggung jawab akademik tanpa bergantung berlebihan pada dosen atau orang lain. Dengan demikian, pengembangan regulasi diri penting dalam pembelajaran perguruan tinggi untuk membentuk mahasiswa yang mandiri, disiplin, dan siap menghadapi tantangan akademik.

REFERENSI

- Abdullah, K., Misbahul Jannah, C. I. QnR., Ummul Aiman, dkk. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. (Buku, tidak memiliki DOI).
- Ashari, H., Vitalocca, D., & Nuridayanti. (2025). Implementasi Self-Regulated Learning Berbasis Internet untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Profesi Keguruan*, 3(2). <https://doi.org/10.59562/progresif.v3i2.10356>
- Efendi, D. H., Sandayanti, V., & Hutasuhut, A. F. (2018). Hubungan Efikasi Diri dengan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 3(1). <https://doi.org/10.24042/ajp.v3i1.6046>
- Fadilah, A. N., Tayeb, T., & Nur, F. (2024). Pengaruh Kemandirian Belajar dan Regulasi Diri terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *JIPMat*. (DOI dapat dicek pada laman resmi jurnal).
- Fitriyanah, E. (2023). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Kemandirian Belajar pada Mahasiswa di Universitas Semarang. (DOI dapat dicek pada portal jurnal institusi).
- Hadi, S. N. (2020). Hubungan Motivasi Belajar dengan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa Skripsi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3). <https://doi.org/10.31004/jptam.v4i3.824>
- Hanikah, H. (2019). Efektivitas Model Self Regulated Learning Berbantuan E-Modul terhadap Kemandirian Belajar Mahasiswa. *Jurnal PGSD*, 5(2). <https://doi.org/10.32534/jps.v5i2.745>
- Isroah, I., & Sumarsih, S. (2011). Analisis Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Akuntansi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 11(1). <https://doi.org/10.21831/jpai.v11i1.1676>
- Ilyas, M. M., & Wiryosutomo, H. W. (2022). Studi Kemandirian Belajar Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring di Era Pandemi Covid-19. (DOI dapat dicek pada basis data jurnal terkait).
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2). <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Moohr, M. L., Balint-Langel, K., Taylor, J. C., & Rizzo, K. L. (2021). Practicing Academic Independence: Self-Regulation Strategies for Students with Emotional and Behavioral Disorders. *International Journal of Special Education*, 30(2). <https://doi.org/10.1177/10742956211020666>
- Mulabbiyah. (2022). Kemandirian Belajar Mahasiswa Calon Guru Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. (DOI dapat dicek pada portal jurnal institusi).
- Nazarudin, A., Chanum, I., & Marjo, H. K. (2012). Regulasi Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam Proses Penyusunan Skripsi. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2). <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.032.02>
- Rachmah, D. N. (2015). Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*, 42(1). <https://doi.org/10.22146/jpsi.6943>
- Rachman Hakim, A. (2020). Upaya Meningkatkan Regulasi Diri Siswa melalui Penerapan Teknik Reframing di SMKN 2 Palopo. (DOI dapat dicek pada laman jurnal terkait).
- Safinah, V., & Usman, O. (2021). The Influence of Discipline, Self-Regulation, and Self-Efficacy on the Learning Independence of Students. (SSRN preprint, DOI mengikuti versi publikasi jurnal jika tersedia).
- Stefanou, C., Stolk, J. D., Prince, M., Chen, J. C., & Lord, S. M. (2013). Self-Regulation and Autonomy in Problem- and Project-Based Learning Environments. *Interdisciplinary Journal of Problem-Based Learning*, 7(2). <https://doi.org/10.7771/1541-5015.1338>

Yulianingsih, T., & Fathiyah, K. N. (2025). Learning Independence: The Influence of Parental Social Support and Self-Regulation. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 12(2).
<https://doi.org/10.21831/jitp.v12i2.83713>