
SELF-REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG BEKERJA FREELANCE

Shaffina Mita Amalia¹, Nugroho Arief Setiawan², Ira Hidayati³, Ahmad Zarkasi⁴
¹²³⁴Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia

Email: shaffinaamalia.88@gmail.com, nugrohoarief@radenintan.ac.id, irahidayati@radenintan.ac.id, zarkasi@radenintan.ac.id

Article Info

History Articles

Submitted:

26 Desember 2025

Accepted:

25 Maret 2026

Published:

30 Maret 2026

Kata Kunci: Self Regulated

Learning, mahasiswa freelance, strategi belajar, keseimbangan pekerjaan dan akademik.

Keywords:

Self Regulated Learning, time management, freelance students, learning strategies, work and academic balance.

Abstrak

Mahasiswa tingkat akhir dihadapkan pada tuntutan akademik yang kompleks, seperti penyusunan skripsi, serta sebagian menjalani pekerjaan *freelance* untuk memenuhi kebutuhan ekonomi dan memperoleh pengalaman profesional. Kondisi ini menuntut kemampuan pengelolaan diri yang optimal agar tanggung jawab akademik dan pekerjaan dapat berjalan seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan *Self-Regulated Learning* (SRL) pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja *freelance* di Bandar Lampung, dengan ruang lingkup pada aspek metakognitif, motivasi, dan perilaku. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus serta triangulasi metode melalui wawancara dan dokumentasi terhadap tiga informan. Analisis data dilakukan menggunakan NVivo 15 untuk mengidentifikasi pola penerapan SRL. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mampu menerapkan strategi perencanaan, pemantauan, dan evaluasi diri dalam belajar, meskipun masih menghadapi kendala seperti keterbatasan waktu, kelelahan, dan inkonsistensi dalam pengelolaan belajar. Penerapan SRL secara konsisten membantu mahasiswa mengelola peran akademik dan pekerjaan secara lebih efektif. Dengan demikian, SRL berperan penting dalam mendukung keberhasilan mahasiswa dalam menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan *freelance*.

Abstract

Final-year students face complex academic demands, such as completing their thesis, while some simultaneously engage in freelance work to meet economic needs and gain professional experience. This condition requires optimal self-management skills to maintain a balance between academic responsibilities and work commitments. This study aims to examine the implementation of Self-Regulated Learning (SRL) among final-year students who work freelance in Bandar Lampung, focusing on metacognitive, motivational, and behavioral aspects. This research employs a qualitative approach with a case study design and methodological triangulation through interviews and documentation involving three informants. Data were analyzed using NVivo 15 to identify patterns of SRL implementation. The findings indicate that students are able to apply planning, monitoring, and self-evaluation strategies in their learning process, although they still face challenges such as time constraints, fatigue, and inconsistency in managing their learning activities. The consistent application of SRL strategies helps students manage both academic and work responsibilities more effectively. Therefore, SRL plays a crucial role in supporting students in balancing academic demands and freelance work.

PENDAHULUAN

Pada tahun 2000, Indonesia mulai memperkenalkan model pembelajaran kontekstual atau *Contextual Teaching and Learning* (CTL) sebagai salah satu inovasi dalam sistem pendidikan. Pendekatan ini kemudian dikaji lebih mendalam oleh Balitbang Depdiknas pada tahun 2002 dan dijadikan bagian dari pembaruan kurikulum nasional (Pravesti et al., 2022). CTL bertujuan untuk membantu peserta didik, termasuk mahasiswa, dalam memahami materi akademik dengan mengaitkannya pada konteks kehidupan nyata yang mereka alami sehari-hari (Untari et al., 2022). Dengan demikian, pembelajaran tidak lagi bersifat abstrak semata, melainkan menjadi lebih bermakna karena relevan dengan pengalaman individu.

Dalam implementasinya, pembelajaran kontekstual menekankan bahwa proses belajar tidak hanya terjadi pada ranah kognitif, tetapi juga mencakup aspek afektif dan psikomotorik. Konteks dalam CTL meliputi dimensi pribadi, sosial, dan budaya, yang secara keseluruhan membentuk pengalaman belajar mahasiswa (Manurung et al., 2024; Untari et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh kemampuan intelektual, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengaitkan pengetahuan dengan realitas kehidupan serta mengelola proses belajarnya secara mandiri.

Proses pembelajaran dalam CTL melibatkan beberapa komponen utama yang saling berkaitan. Pertama, membuat keterhubungan yang bermakna (*making meaningful connections*), yaitu mahasiswa mengaitkan materi pembelajaran dengan pengalaman nyata yang mereka miliki. Kedua, melakukan pekerjaan yang bernilai (*doing significant work*), yaitu mahasiswa diberikan tugas yang memiliki tujuan jelas, melibatkan orang lain, serta menghasilkan produk nyata. Ketiga, mengelola pembelajaran secara mandiri (*self-regulated learning*), di mana mahasiswa berperan sebagai pembelajar aktif yang mampu mengatur dirinya sendiri dalam proses belajar, baik secara individu maupun kelompok, serta belajar melalui pengalaman langsung (*learning by doing*). Selain itu, komponen lain yang tidak kalah penting adalah kerja sama (*collaboration*) serta kemampuan berpikir kritis dan kreatif (*critical and creative thinking*) (Manurung et al., 2024).

Kemampuan mahasiswa dalam mengelola pembelajaran secara mandiri dalam kerangka CTL menegaskan pentingnya konsep *Self Regulated Learning* (SRL) sebagai bagian integral dari aktivitas belajar (Mirmoadi & Satwika, 2022). SRL merupakan suatu proses aktif di mana individu secara sadar mengatur, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajarnya untuk mencapai tujuan tertentu. Pravesti et al. (2022) menyatakan bahwa SRL mencakup tiga karakteristik utama, yaitu kesadaran berpikir (*metacognitive awareness*), penggunaan strategi belajar, dan pemeliharaan motivasi belajar.

Zimmerman dan Schunk (2011) menjelaskan bahwa SRL merupakan proses yang sistematis yang melibatkan beberapa tahapan, yaitu penetapan tujuan (*goal setting*), perencanaan (*planning*), penggunaan strategi (*strategy use*), pemantauan (*monitoring*), serta evaluasi diri (*self-evaluation*) (Dwi et al., 2025). Dalam konteks ini, individu tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai pengelola aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan belajar sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengatur dirinya sendiri.

Wolters dan Christopher (1998) dalam Harahap (2020) mendefinisikan *Self Regulated Learning* sebagai kemampuan individu untuk mengelola pengalaman belajar secara efektif sehingga dapat menghasilkan capaian belajar yang optimal. Individu yang memiliki SRL yang

baik cenderung mampu menentukan tujuan belajar secara mandiri, memilih strategi yang sesuai, mencari sumber belajar secara aktif, serta melakukan refleksi terhadap proses belajar yang telah dilakukan (Sibuea et al., 2022). Dengan demikian, SRL tidak hanya berkaitan dengan hasil belajar, tetapi juga proses belajar yang dijalani individu.

Selain itu, faktor-faktor yang memengaruhi SRL juga menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan. Stone, Schunk, dan Swartz dalam Prastiwi et al. (2020) menyebutkan bahwa faktor utama yang memengaruhi SRL meliputi keyakinan diri (*self-efficacy*), motivasi, dan tujuan yang dimiliki individu (Wijaya et al., 2025). Motivasi berperan sebagai pendorong utama yang menggerakkan individu untuk mencapai tujuan tertentu, sementara keyakinan diri menentukan sejauh mana individu percaya terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas. Dengan adanya kombinasi faktor tersebut, individu dapat mengembangkan kemampuan regulasi diri yang lebih optimal.

Mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa memiliki peran strategis dalam menentukan kemajuan suatu negara, di mana kualitas sumber daya manusia sangat dipengaruhi oleh kualitas pendidikan yang diperoleh (Harjoni, H., Alimuddin, A., & Asiah, 2024). Pada jenjang pendidikan tinggi, mahasiswa dituntut untuk memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi dibandingkan jenjang pendidikan sebelumnya. Mereka diharapkan mampu mengelola proses belajar secara mandiri serta bertanggung jawab terhadap pencapaian akademiknya (Ghimby, 2019)

Salah satu bentuk tanggung jawab akademik mahasiswa adalah penyelesaian skripsi sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Darmawan & Musril, 2021). Proses penyusunan skripsi merupakan tahapan yang kompleks dan menuntut berbagai kemampuan, seperti kemampuan berpikir kritis, manajemen waktu, serta konsistensi dalam bekerja. Selain itu, proses ini juga membutuhkan waktu yang relatif panjang serta melibatkan berbagai sumber daya, seperti tenaga, biaya, dan perhatian yang tidak sedikit (Sawitri & Widiyasavitri, 2021).

Secara umum, mahasiswa diberikan waktu sekitar enam bulan untuk menyelesaikan skripsi. Namun, dalam praktiknya, tidak sedikit mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam penyelesaian tugas akhir (Lakuana & Anisa, 2022). Keterlambatan ini seringkali disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya disiplin, kebiasaan menunda pekerjaan (*prokrastinasi akademik*), serta adanya aktivitas lain di luar akademik, seperti pekerjaan sampingan (Harjoni, H., Alimuddin, A., & Asiah, 2024; Hermawan, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri menjadi faktor penting dalam menentukan keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan studinya.

Fenomena mahasiswa yang kuliah sambil bekerja juga menunjukkan tren yang terus meningkat. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2020), sebesar 6,98% pelajar dan mahasiswa usia 10–24 tahun menjalani pendidikan sambil bekerja. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk mampu membagi waktu antara kegiatan akademik dan pekerjaan secara efektif. Ketidakseimbangan dalam mengelola kedua peran tersebut dapat berdampak pada penurunan kualitas belajar serta keterlambatan dalam penyelesaian studi.

Hasil pra-riset menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja menghadapi berbagai tantangan dalam menjalankan peran ganda tersebut. Mereka mengungkapkan bahwa mengelola waktu antara kuliah dan pekerjaan bukanlah hal yang mudah, terutama ketika beban kerja meningkat. Kelelahan fisik akibat pekerjaan, terutama pekerjaan dengan sistem

shift, juga menjadi faktor yang dapat menghambat fokus belajar. Kondisi ini menunjukkan bahwa selain manajemen waktu, manajemen energi juga menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan oleh mahasiswa.

Di sisi lain, bekerja sambil kuliah juga memberikan dampak positif, terutama dalam pengembangan keterampilan hidup (*life skills*). Mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola waktu, bertanggung jawab terhadap tugas, serta mengatur keuangan (Santoso, 2023). Pengalaman kerja juga dapat meningkatkan kedewasaan dan kemandirian mahasiswa. Dengan demikian, bekerja sambil kuliah tidak selalu berdampak negatif, tetapi juga dapat menjadi sarana pembelajaran yang bermakna apabila dikelola dengan baik.

Namun demikian, menurut Ningsih (2009) dalam Wijaya et al. (2020), salah satu kendala utama mahasiswa yang bekerja adalah kesulitan dalam membagi waktu antara kuliah, pekerjaan, istirahat, dan kebutuhan lainnya. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti kelelahan, penurunan prestasi akademik, keterlambatan kelulusan, bahkan risiko putus studi (*drop out*) apabila tidak dikelola dengan baik (Sukardi et al., 2022). Oleh karena itu, diperlukan kemampuan regulasi diri yang baik agar mahasiswa mampu mengelola berbagai tuntutan tersebut secara seimbang.

Dalam konteks ini, penerapan *Self Regulated Learning* menjadi sangat penting bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir yang bekerja *freelance*. Zimmerman dan Schunk (2011) mengemukakan bahwa SRL terdiri dari tiga aspek utama, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku. Aspek metakognitif berkaitan dengan kemampuan individu dalam merencanakan dan mengevaluasi proses belajar, aspek motivasi berkaitan dengan dorongan internal dalam belajar, sedangkan aspek perilaku berkaitan dengan tindakan nyata dalam mengelola lingkungan dan strategi belajar (Lubis et al., 2025).

Selain aspek tersebut, terdapat pula faktor-faktor yang mendukung penerapan SRL, yaitu faktor kognitif, motivasi, emosional, sosial, lingkungan, serta kebiasaan dan disiplin (Pratiwi Wahyu & Sri, 2019). Pemahaman terhadap faktor-faktor ini sangat penting untuk membantu mahasiswa dalam mengembangkan strategi belajar yang efektif (Khoiruddin et al., 2025). Dengan mengoptimalkan faktor-faktor tersebut, mahasiswa dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran serta produktivitas akademiknya (Hutagaol, 2023; Santoso, 2023). Dukungan lingkungan yang kondusif serta kemampuan dalam mengelola emosi juga berperan penting dalam menjaga konsistensi belajar di tengah berbagai tuntutan (Siti & Alifia, 2025).

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji *Self Regulated Learning* dalam konteks mahasiswa. Usop dan Astuti (2022) menemukan bahwa SRL berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Rahmawati et al. (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja tetap mampu mengatur aktivitas belajarnya melalui perencanaan yang sesuai. Penelitian Tarischa et al. (2023) mengungkapkan adanya hubungan antara manajemen waktu dan efikasi diri dengan SRL. Putri dan Nurmina (2024) menemukan adanya perbedaan SRL berdasarkan prestasi akademik, sedangkan Maulana et al. (2025) menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh terhadap SRL mahasiswa tingkat akhir.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif yang berfokus pada hubungan antar variabel, sehingga belum mampu menggambarkan secara mendalam bagaimana proses penerapan *Self Regulated Learning* dalam kehidupan nyata mahasiswa. Selain itu, penelitian yang secara khusus mengkaji

mahasiswa tingkat akhir yang bekerja *freelance* masih terbatas. Padahal, mahasiswa dengan karakteristik tersebut menghadapi tantangan yang lebih kompleks karena harus menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan yang bersifat fleksibel namun tidak menentu.

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat kesenjangan penelitian, yaitu kurangnya kajian yang mengeksplorasi secara mendalam pengalaman mahasiswa tingkat akhir yang bekerja *freelance* dalam menerapkan *Self Regulated Learning*. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali secara lebih komprehensif bagaimana mahasiswa mengelola waktu, motivasi, serta strategi belajar dalam menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan.

Penelitian ini dilakukan dengan beberapa pertimbangan. Pertama, meningkatnya fenomena mahasiswa yang bekerja *freelance* menuntut adanya kemampuan regulasi diri yang optimal. Kedua, mahasiswa tingkat akhir memiliki beban akademik yang lebih kompleks, terutama dalam penyelesaian skripsi. Ketiga, masih terbatasnya penelitian yang menggali pengalaman subjektif mahasiswa dalam menerapkan SRL secara mendalam. Keempat, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan serta memberikan manfaat praktis bagi mahasiswa dalam mengelola waktu dan belajar secara lebih efektif.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana mahasiswa tingkat akhir yang bekerja *freelance* menerapkan *Self Regulated Learning* dalam mengelola waktu antara kuliah dan pekerjaan. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi strategi yang digunakan, hambatan yang dihadapi, serta faktor pendukung dalam penerapan SRL pada mahasiswa. Secara konseptual, penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan *Self Regulated Learning* yang baik akan lebih mampu menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan, sehingga memiliki peluang lebih besar untuk mencapai keberhasilan akademik secara optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus yang bertujuan untuk memahami secara mendalam penerapan *Self Regulated Learning* (SRL) pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sebagai *freelancer* di Bandar Lampung. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada eksplorasi pengalaman subjektif individu dalam konteks kehidupan nyata. Desain studi kasus digunakan karena memungkinkan peneliti untuk menggali fenomena secara holistik dan kontekstual, khususnya terkait bagaimana mahasiswa mengelola peran ganda sebagai pelajar dan pekerja *freelance*. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai dinamika, strategi, serta tantangan yang dihadapi dalam penerapan SRL.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani perkuliahan sekaligus bekerja sebagai *freelancer* di wilayah Bandar Lampung. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan partisipan berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria partisipan meliputi: (1) mahasiswa yang berada pada semester akhir dan sedang menyusun skripsi, (2) aktif bekerja sebagai *freelancer* minimal selama tiga bulan terakhir, dan (3) bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian melalui wawancara mendalam. Berdasarkan

kriteria tersebut, diperoleh tiga orang partisipan yang dianggap mampu memberikan informasi yang relevan dan mendalam terkait fenomena yang diteliti.

Jumlah partisipan dalam penelitian ini ditetapkan sebanyak tiga orang dengan mempertimbangkan prinsip kecukupan informasi. Dalam penelitian kualitatif, jumlah informan tidak ditentukan berdasarkan ukuran populasi, melainkan pada kedalaman dan kelengkapan data yang diperoleh. Tiga partisipan dinilai telah mampu memberikan data yang kaya, berulang, dan mencerminkan pola yang konsisten terkait penerapan SRL dalam kehidupan mereka. Selain itu, penggunaan jumlah informan yang terbatas memungkinkan peneliti untuk melakukan eksplorasi yang lebih mendalam terhadap pengalaman masing-masing individu, sehingga menghasilkan data yang lebih detail dan bermakna.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri yang berperan dalam mengumpulkan, mengolah, dan menganalisis data. Untuk mendukung proses pengumpulan data, digunakan pedoman wawancara semi-terstruktur yang disusun berdasarkan tiga aspek utama *Self Regulated Learning*, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku. Pedoman wawancara mencakup pertanyaan terkait perencanaan belajar, strategi dalam menyelesaikan tugas akademik, pengelolaan waktu antara kuliah dan pekerjaan, motivasi dalam belajar, serta cara individu mengatasi hambatan yang dihadapi. Selain itu, dokumentasi berupa jadwal kegiatan, catatan belajar, serta hasil pekerjaan *freelance* juga dikumpulkan sebagai data pendukung untuk memperkuat hasil wawancara dan observasi.

Prosedur penelitian dilaksanakan dalam beberapa tahap yang sistematis. Tahap pertama adalah tahap persiapan, yang meliputi penyusunan instrumen penelitian dan penentuan kriteria partisipan. Pada tahap ini, peneliti juga melakukan uji coba pedoman wawancara secara terbatas untuk memastikan kejelasan pertanyaan. Tahap kedua adalah tahap pengumpulan data, yang dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara langsung untuk menggali pengalaman subjektif partisipan secara mendalam dan dokumentasi digunakan untuk melengkapi dan memverifikasi data yang telah diperoleh. Tahap ketiga adalah tahap analisis data yang dilakukan secara berkelanjutan sejak proses pengumpulan data hingga penelitian selesai.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik. Analisis tematik dipilih karena mampu mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola atau tema dalam data secara sistematis. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan. Pertama, tahap familiarisasi data, yaitu peneliti membaca dan memahami seluruh data hasil wawancara dan dokumentasi secara berulang untuk memperoleh pemahaman awal terhadap isi data. Kedua, tahap pembuatan kode, yaitu peneliti mengidentifikasi bagian-bagian penting dalam data dan memberikan label atau kode yang relevan. Ketiga, tahap pencarian tema, di mana kode-kode yang telah dibuat dikelompokkan ke dalam kategori yang lebih luas untuk membentuk tema-tema awal. Keempat, tahap peninjauan tema, yaitu peneliti mengevaluasi kembali kesesuaian antara tema dengan data yang ada, serta memastikan bahwa tema yang terbentuk memiliki keterkaitan yang jelas. Kelima, tahap pendefinisian dan penamaan tema, yaitu peneliti memberikan definisi yang jelas terhadap setiap tema yang dihasilkan. Keenam, tahap penyusunan laporan, yaitu peneliti menyajikan hasil analisis dalam bentuk narasi yang sistematis dan terstruktur. Dalam proses ini, peneliti menggunakan bantuan perangkat lunak NVivo 15 untuk mempermudah pengorganisasian dan pengkodean data secara sistematis.

Dalam menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan beberapa teknik validitas, yaitu *credibility* dan *dependability*. *Credibility* (kredibilitas) dicapai melalui teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu dengan membandingkan data yang diperoleh dari wawancara dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga melakukan *member checking* dengan meminta partisipan untuk mengonfirmasi kembali hasil wawancara guna memastikan kesesuaian antara data yang diperoleh dengan pengalaman yang sebenarnya. *Dependability* (kebergantungan) dilakukan dengan cara mendokumentasikan seluruh proses penelitian secara sistematis, mulai dari pengumpulan data hingga analisis data, sehingga proses penelitian dapat ditelusuri dan direplikasi oleh peneliti lain.

Cakupan penelitian ini difokuskan pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sebagai *freelancer* di Bandar Lampung, sehingga hasil penelitian bersifat kontekstual dan tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan secara luas. Selain itu, keterbatasan jumlah partisipan menjadi salah satu batasan penelitian, meskipun hal ini sejalan dengan karakteristik penelitian kualitatif yang lebih menekankan pada kedalaman data dibandingkan kuantitas. Meskipun demikian, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai penerapan *Self Regulated Learning* dalam konteks kehidupan mahasiswa yang memiliki peran ganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil penelitian yang diperoleh dari wawancara dan observasi terhadap tiga mahasiswa tingkat akhir yang bekerja *freelance* di Bandar Lampung akan disajikan dan dianalisis secara mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana mahasiswa menerapkan *Self Regulated Learning* dalam mengelola waktu, memprioritaskan tugas, dan memotivasi diri di tengah-tengah tuntutan akademik dan pekerjaan *freelance*. Dalam hasil peneliti mencoba untuk menggali informan dengan menanyakan aktivitas akademik, pekerjaan, dan keseharian informan, sehingga aspek dan faktor dari *Self Regulated Learning* sendiri terpecahkan menjadi beberapa hasil namun tetap pada aspek dan faktor yang telah dikemukakan oleh Zimmerman & Schunk (2011).

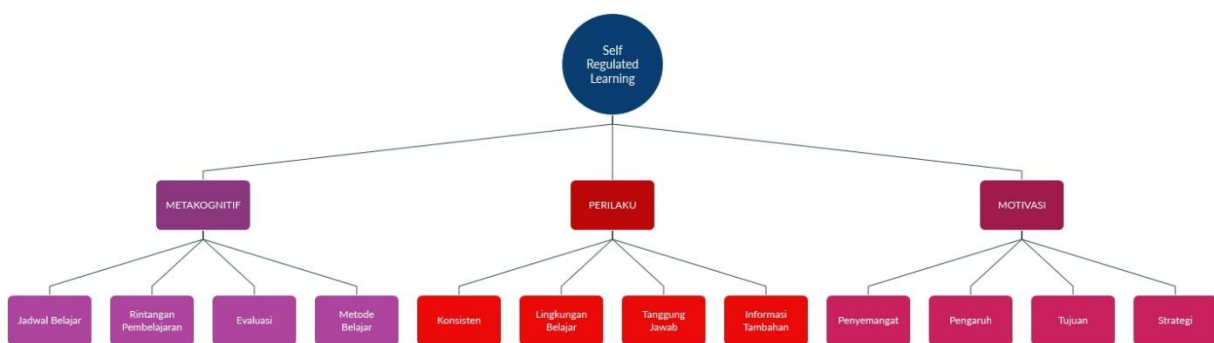
Tabel 1. Data Informan

Data Diri	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Nama	FZ	ES	DA
Umur	22 Tahun	21 Tahun	21 Tahun
Universitas	UIN Raden Intan Lampung	Universitas Lampung	Institut Teknologi Sumatera
Fakultas	Dakwah dan Ilmu Komunikasi	Hukum	Teknologi Industri
Jurusan	Komunikasi dan Penyiaran Islam	Hukum	Teknik Kimia

Wawancara dilakukan oleh peneliti sebanyak dua kali untuk memperdalam hasil yang ingin didapatkan oleh peneliti, dari ketiga informan tersebut peneliti menggali informasi mengenai aspek-aspek dan faktor-faktor *Self Regulated Learning* yang di kemukakan oleh Zimmerman & Schunk (2011) serta keseharian para informan dalam pekerjaan *freelance*.

Peneliti menanyakan mengenai aspek-aspek dan faktor-faktor yang memungkinkan untuk peneliti tanyakan oleh para informan, hasil yang didapatkan cukup memuaskan karena sesuai dengan ingin peneliti gali, yaitu mengenai aspek metakognitif, motivasi, dan perilaku, beserta juga faktor-faktor dari SRL sendiri meliputi faktor kognitif, motivasi, emosional, sosial, lingkungan, kebiasaan dan disiplin. Aspek dan faktor tersebut peneliti mencoba untuk uraikan dengan pedoman guideline yang telah disediakan, wawancara pertama dan kedua peneliti menanyakan hal yang serupa namun berbeda dengan pembahasan wawancara yang lebih mendalam, setelah diuraikan dan ditanyakan oleh para informan peneliti memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat beberapa aspek dan faktor diantaranya :

Gambar 1. Mind Map Wawancara Pertama



Dari temuan yang diperoleh melalui wawancara dan observasi, peneliti kemudian melakukan analisis data menggunakan perangkat lunak Nvivo 15. Perangkat tersebut digunakan untuk mengidentifikasi pola dan tema yang muncul dalam penerapan *Self-Regulated Learning* oleh mahasiswa yang bekerja *freelance*. Dengan menggunakan perangkat lunak ini, peneliti dapat mengelompokkan data berdasarkan kategori metakognitif, motivasi, dan perilaku, yang merupakan tiga komponen utama dalam SRL.

Hasil dari wawancara pertama dan peneliti menganalisis menggunakan Nvivo 15 terdapat bahwa aspek metakognitif memiliki uraian seperti jadwal belajar, rintangan pembelajaran, evaluasi, metode belajar, aspek perilaku terdapat konsisten, lingkungan belajar, tanggung jawab, dan informasi tambahan, serta aspek motivasi terdapat penyemangat, pengaruh, tujuan, dan strategi. Dari ketiga uraian aspek tersebut terdapat jadwal belajar, di mana jadwal belajar menunjukkan kemampuan mahasiswa untuk menyusun, mengatur, dan menyesuaikan waktu belajar sesuai rencana, meskipun dihadapkan pada kesibukan lain. Hal tersebut didukung oleh pernyataan informan FZ yang mengatakan bahwa

"nah itu sebenarnya balik lagi ke eee pembiasaan diri, buat misalkan sepakat komitmen sama diri sendiri, punya target seperti apa nah kedepannya itu jadwalnya menyesuaikan..."(W1.S1.FZ.23 Oktober 2025.B22). Mahasiswa juga memiliki rintangan dalam pembelajarannya karena harus menyesuaikan dan memiliki dua tanggung jawab yang dimilikinya serta memiliki hambatan baik internal maupun eksternal, seperti yang dinyatakan oleh informan ES bahwa *"Ee mungkin kalo untuk rintangan lebih ke belajar tu mungkin kadang bikin capek saja kali ya jadi kadang kalo aku kerja itu justru jadi pengalihan aku karena kejenuhan belajar itu..."*(S2.W2.ES.24 Oktober 2025.B152).

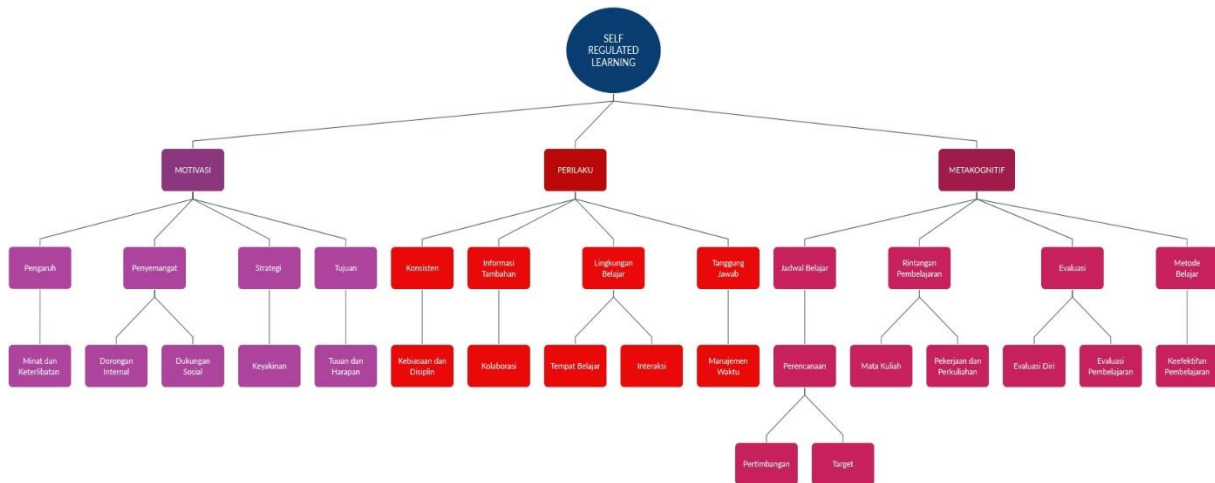
Metode belajar menunjukkan bahwa adanya strategi atau cara yang digunakan oleh mahasiswa dalam memahami materi kuliah. Evaluasi juga penting bagi mahasiswa untuk merefleksi diri sebagai penilaian terhadap diri sendiri dalam proses keberhasilan belajar, mengidentifikasi kendala, serta menentukan langkah perbaikan kedepannya, hal tersebut juga sejalan dengan pernyataan informan DA yang mengatakan bahwa "*Ee kalo dari evaluasi masa kegagalan dalam belajarnya itu karna masih ada rasa malas sih di diri saya contohnya kayak ee dengan kita tahu spare waktunya hanya sedikit buat kita istirahat dan belajar itu pasti kebanyakan orang dan saya sendiri itu milih buat istirahat gitu...*" (S3.W-1.DA.29 Oktober 2025.B127).

Dalam aspek perilaku terdapat uraian seperti lingkungan belajar yang dapat mendukung proses belajar, baik dalam kelas maupun di luar kelas "*kalo lagi jenuh belajar di kampus atau di kosan gitu cari tempat di luar pastikan mungkin di sendiri ya ke cafe...*" (S2.W-1.ES.24 Oktober 2025.B437). *Belajar di luar kampus, ya palingan kayak anak muda aja gasih di coffee shop kayak gitu ajasih belajarnya* (S3.W-1.DA.29 Oktober 2025.B377). Mahasiswa yang mencari informasi tambahan terkait materi kuliah merupakan individu yang menunjukkan inisiatif belajar mandiri untuk memperdalam atau mengejar ketertinggalan terkait materi kuliah yang diberikan dosen. Dalam uraian tanggung jawab mahasiswa yang memiliki peran ganda dituntut untuk memiliki rasa tanggung jawab terhadap apa yang mereka pilih. Ketidakkonsistenan dalam menjalankan rencana yang telah disusun merupakan hal yang wajar terjadi "*Iyalah pasti, manusiawi ada kesalahan, ya balik lagi punya target kalo targetnya ga tercapai ee kecewa juga sama diri sendiri jadi harus bagaimana caranya supaya goalsnya itu tercapai begitu...*" (S1.W-1.23 Oktober 2025.B221).

Pada aspek motivasi peneliti menguraikannya dengan melihat dari pengaruh pekerjaan terhadap perkuliahan, informan ES yang menjelaskan mengenai pengaruhnya pekerjaan dengan perkuliahan terhadap aktivitas informan "*Ee kalo menurut aku kuliah freelance magang itu kan ngambil cukup besar juga ya maksudnya ya pasti bikin kita lebih cape cuman dari diri sendiri itu harus ada pikiran bahwa ee prioritas utama ya tetap kuliah...*" (S2.W-1.ES.24 Oktober 2025.B283).

Strategi juga dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir yang bekerja freelance agar terciptanya tujuan yang jelas bagi para informan, salah satu pernyataan informan FZ menjelaskan bahwa "*Tujuannya ya cari ilmu pasti, kalo freelance kan buat tambah-nambahin kebutuhan tapi kalo kuliah ya sudah pasti cari ilmu karena tujuan kuliah kan bukan untuk kerja gitu, tapi untuk cari ilmu buat dapet ilmu ee wawasan yang lebih luas yang kita gabisa dapetin kalo kita ga kuliah...*" (S1.W-1.23 Oktober 2025.B129). Dalam menerapkan tujuan dan strategi yang jelas terdapat dukungan (penyemangat) yang berasal dari keluarga dan lingkungan sosial para informan.

Gambar 2. Mind Map Wawancara Kedua



Wawancara kedua peneliti mengulik lebih dalam mengenai wawancara pertama melalui panduan guideline yang telah peneliti siapkan. Hasil dari wawancara kedua peneliti mendapatkan jawaban sesuai dengan ekspektasi, memperkaya temuan-temuan sebelumnya, serta memberikan perspektif yang lebih mendalam terhadap topik yang dibahas. Data yang diperoleh pada wawancara kedua juga memberikan validasi terhadap argumen yang muncul dalam wawancara pertama, sekaligus mengungkapkan aspek-aspek baru yang belum ditemukan sebelumnya. Dengan demikian, wawancara kedua ini sangat berperan penting dalam memperkuat analisis penelitian dan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif.

Didalam aspek motivasi dalam wawancara pertama memiliki uraian seperti pengaruh, penyemangat, strategi, dan tujuan, peneliti dalam wawancara kedua mencoba untuk memperdalam hasil dari wawancara pertama, ditemukan bahwa di pengaruh terdapat minat dan bakat, penyemangat ada dukungan sosial dan dukungan internal, strategi terdapat keyakinan, serta ada tujuan dan harapan, didukung oleh pernyataan informan ES yang menyatakan "*Tujuannya apa ya ee mungkin ke lebih lulus tepat waktu sih kak, karena kan tujuan dari kuliah ini kan selain mendapatkan ilmu pasti lulus tepat waktu terus cari kerja apa yang diharepin gitu yaa...*" (S2.W-2.ES.29 November 2025.B334).

Pada aspek perilaku terdapat informasi tambahan, konsisten, lingkungan belajar, dan tanggung jawab, setelah peneliti mengulik lebih dalam wawancara kedua mendapatkan di dalam konsisten terdapat kebiasaan dan disiplin, informasi tambahan ada kolaborasi, lingkungan belajar terdapat interaksi dan tempat belajar, serta tanggung jawab terdapat manajemen waktu "*aku evaluasi lagi ke diri aku sendiri gimana bisa manajemen waktunya, karna aku ini kan sebenarnya kerjaan fleksibel tapi untuk jadi pembina asrama itu satu kali 24 jam jadi ya kalo ada apa-apa saya yang tanggung jawab gitu jadi ee ya itu evaluasi diri gimana caranya bisa memprioritaskan suatu hal...*" (S1.W-2.FZ.27 November 2025.B327).

Pada aspek metakognitif terdapat jadwal belajar yang didalamnya ada perencanaan dalam perencanaan tersebut terdapat target dan pertimbangan, di rintangan pembelajaran ada materi perkuliahan, pekerjaan dan perkuliahan, pada evluasi terdapat evaluasi diri dan evaluasi pembelajaran, serta metode pembelajaran di mana peneliti ingin melihat seberapa efektif metode pembelajaran yang diterapkan oleh mahasiswa, seperti yang dinyatakan oleh informan DA "*Cara tau kalo udah efektif itu sebenarnya tinggal liat apakah target yang udah saya rencanain itu tercapai...*" (S3.W-2.DA.04 Desember 2025.B214).

PEMBAHASAN

Penelitian ini mengkaji *Self Regulated Learning* (SRL) pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja *freelance* dengan menitikberatkan pada aspek metakognitif, motivasi, dan perilaku, yang tercermin dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tetap mampu melakukan perencanaan belajar secara terstruktur meskipun memiliki tuntutan pekerjaan. Perencanaan tersebut diwujudkan melalui penyusunan jadwal belajar, penentuan prioritas akademik, serta pemanfaatan waktu luang untuk kegiatan perkuliahan. Informan ES, misalnya, menggunakan *to-do list* harian maupun bulanan sebagai bentuk kontrol diri dan monitoring terhadap tugas yang harus diselesaikan.

Temuan ini sejalan dengan teori Zimmerman (2000) yang menyatakan bahwa fase perencanaan (*forethought phase*) melibatkan penetapan tujuan dan strategi belajar sebagai dasar dalam proses regulasi diri. Hasil ini juga mendukung penelitian Rahmawati et al. (2023) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja tetap mampu menyusun strategi belajar yang fleksibel sesuai dengan kondisi mereka. Namun demikian, jika dibandingkan secara kritis dengan penelitian Sukardi et al. (2022), yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung mengalami kesulitan dalam menjaga konsistensi belajar akibat kelelahan dan keterbatasan waktu, temuan dalam penelitian ini menunjukkan hasil yang berbeda. Informan justru mampu mempertahankan struktur perencanaan belajar secara konsisten. Hal ini mengindikasikan bahwa faktor internal, seperti motivasi dan komitmen terhadap tujuan akademik, memiliki peran yang lebih dominan dalam mendukung keberhasilan perencanaan belajar.

Pada aspek strategi pelaksanaan belajar, mahasiswa menunjukkan kemampuan adaptasi yang baik dalam menyesuaikan metode belajar dengan kondisi yang dihadapi. Informan DA dan ES mengungkapkan bahwa mereka memilih tempat belajar alternatif, seperti kafe, untuk menjaga fokus dan mengurangi kejenuhan ketika lingkungan utama dirasa kurang kondusif. Selain itu, mahasiswa juga memanfaatkan waktu luang di sela aktivitas *freelance* untuk tetap melakukan kegiatan belajar, meskipun dalam durasi yang terbatas.

Temuan ini sesuai dengan pandangan Zimmerman dan Schunk (2011) yang menekankan bahwa regulasi diri mencakup kemampuan dalam mengatur perilaku, waktu, serta lingkungan belajar. Hasil juga sejalan dengan penelitian Usop dan Astuti (2022) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung menggunakan strategi belajar yang fleksibel dan adaptif. Namun, jika dibandingkan dengan penelitian Wijaya et al. (2020), yang menyatakan bahwa fleksibilitas dalam belajar dapat menyebabkan ketidakkonsistenan dan penurunan kualitas belajar, temuan dalam penelitian ini justru menunjukkan sebaliknya. Fleksibilitas yang dimiliki mahasiswa tidak mengarah pada ketidakteraturan, melainkan menjadi strategi efektif karena diimbangi dengan kemampuan kontrol diri yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas strategi belajar tidak hanya ditentukan oleh fleksibilitasnya, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengelola dan mempertahankan konsistensi strategi tersebut.

Pada aspek evaluasi pembelajaran, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mampu melakukan refleksi terhadap proses belajar yang telah dijalani. Hambatan yang dihadapi, seperti rasa malas, kelelahan, dan kurangnya fokus, diidentifikasi sebagai faktor

yang memengaruhi efektivitas belajar. Berdasarkan evaluasi tersebut, mahasiswa melakukan penyesuaian strategi, seperti mengatur ulang waktu belajar atau meningkatkan intensitas belajar menjelang ujian. Informan DA, misalnya, berusaha mengatasi rasa malas dengan meningkatkan disiplin diri, sementara informan ES melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang kurang memuaskan dan berupaya memperbaikinya pada kesempatan berikutnya.

Sejalan dengan konsep *self-reflection phase* dalam teori SRL Zimmerman, yang menekankan pentingnya evaluasi diri sebagai dasar dalam memperbaiki proses belajar. Selain itu, hasil ini juga didukung oleh penelitian Tarischa et al. (2023) yang menunjukkan bahwa kemampuan evaluasi diri berkontribusi terhadap peningkatan kualitas belajar mahasiswa. Namun, jika dibandingkan dengan penelitian Prastiwi et al. (2020), yang menemukan bahwa evaluasi diri mahasiswa cenderung bersifat dangkal dan tidak diikuti perubahan perilaku, penelitian ini menunjukkan hasil yang lebih progresif. Informan tidak hanya melakukan refleksi, tetapi juga mengimplementasikan hasil evaluasi tersebut dalam bentuk perubahan strategi belajar. Hal ini menunjukkan adanya tingkat kesadaran metakognitif yang lebih tinggi pada mahasiswa yang menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang bekerja freelance tetap mampu menerapkan *Self Regulated Learning* secara efektif melalui perencanaan yang terstruktur, strategi belajar yang adaptif, serta evaluasi diri yang reflektif. Perbedaan dengan beberapa penelitian sebelumnya mengindikasikan bahwa keberhasilan penerapan SRL tidak semata-mata dipengaruhi oleh kondisi eksternal, seperti beban kerja atau keterbatasan waktu, tetapi juga sangat ditentukan oleh faktor internal, seperti motivasi, komitmen, dan kemampuan pengelolaan diri. Dengan demikian, mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang baik cenderung lebih mampu menyeimbangkan antara tuntutan akademik dan pekerjaan secara optimal.

SIMPULAN

Proses *Self-Regulated Learning* (SRL) pada mahasiswa tidak berkembang secara seragam, melainkan dipengaruhi oleh interaksi antara aspek motivasional, metakognitif, dan perilaku yang berbeda pada setiap individu. Ketiga informan, yaitu FZ, ES, dan DA, menunjukkan profil SRL yang beragam, di mana FZ unggul dalam aspek metakognitif, ES lebih menonjol pada pengelolaan perilaku belajar, dan DA memiliki motivasi yang kuat meskipun masih menghadapi hambatan emosional. Meskipun terdapat peningkatan dalam refleksi diri pada wawancara lanjutan, perubahan perilaku yang konsisten, khususnya dalam pengaturan waktu dan pembentukan kebiasaan belajar, masih perlu ditingkatkan. Temuan ini memperkuat pandangan Zimmerman bahwa SRL merupakan proses dinamis yang melibatkan refleksi diri, regulasi emosi, serta tindakan nyata yang berkelanjutan.

Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan SRL perlu dilakukan secara kontekstual dan disesuaikan dengan karakteristik individu. Bagi dosen, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merancang pembelajaran yang mendorong kemandirian belajar mahasiswa, misalnya melalui pemberian tugas berbasis refleksi, penguatan manajemen waktu, serta pembimbingan yang tidak hanya berfokus pada hasil, tetapi juga proses belajar mahasiswa. Bagi mahasiswa, penelitian ini menekankan pentingnya kesadaran diri dalam mengelola waktu, motivasi, dan strategi belajar, terutama bagi mereka yang memiliki peran ganda sebagai pekerja freelance. Sementara itu, bagi konselor atau praktisi bimbingan dan

konseling, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam memberikan layanan intervensi yang berfokus pada penguatan regulasi diri, pengelolaan emosi, serta peningkatan motivasi belajar mahasiswa.

Adapun arah penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah partisipan serta menggunakan pendekatan yang lebih beragam, seperti metode campuran (*mixed methods*), agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai SRL pada mahasiswa yang bekerja. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat mengkaji intervensi atau program pelatihan SRL secara lebih spesifik, sehingga tidak hanya mendeskripsikan fenomena, tetapi juga memberikan solusi praktis dalam meningkatkan kemampuan belajar mandiri mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis berterima kasih kepada dewan redaksi Jurnal Consulenza atas proses *review* dan publikasi karya ilmiah ini. Publikasi ini merupakan langkah penting dalam menyebarkan pengetahuan mengenai peningkatan kemampuan ekspresi diri melalui Bimbingan Konseling dengan pendekatan *self-regulated learning*, yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pendidik, konselor, dan siswa di seluruh Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmawan, M. R., & Musril, H. A. (2021). Perancangan Sistem Pendaftaran Audiens Seminar Proposal di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi. *Jurnal Teknologi Dan Informasi*, 11(1), 26–39. <https://doi.org/10.34010/jati.v11i1.3346>
- Dwi, A., Aisyah, J. N., Fauziah, I. N., & Budiani, S. (2025). *Strategi self-regulated learning dan kontribusinya pada prestasi akademik siswa sekolah menengah kejuruan* ♦ *Cognicia*. 1989. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v13i1.38875>
- Ghimby, A. D. (2019). Pengaruh Self Regulated Learning Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis dan Hasil Belajar. *Journal of Educational and Languauge Research*, 8721(1), 9–25.
- Harjoni, H., Alimuddin, A., & Asiah, N. (2024). (2024). Self Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Penyelesaian Studi Akhir. *Journal of Education Research*, 5(1), 975–983, 5(1), 975–983.
- Hermawan, H. A. (2022). Identifikasi Hambatan Penyelesaian Studi Bagi Mahasiswa Pgsd Penjas. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(2), 78–88. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i2.15630>
- Hutagaol, J. M. (2023). *SELF-MANAGEMENT: ASPEK PENTING DALAM MENINGKATKAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA*. 12(1), 75–87.
- Khoiruddin, M., Rahmawati, I., Nikmah, L., Rizquna, M. E., Nuraini, S. I., Ayu, N., Cahyani, P., Consulenza, J., Bimbingan, J., & Volume, P. (2025). *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK SMP NEGERI 24 SURABAYA Universitas PGRI Adibuana Surabaya , Indonesia*. 354–376.
- Lakuana, N., & Anisa, N. (2022). Analysis of Students' Words Mistake in Skripsi Examination. *BABASAL English Education Journal*, 3(1), 8. <https://doi.org/10.32529/beej.v3i1.1541>
- Lubis, S. N., Alfianita, F., Nisak, K., Febrianti, N., Surabaya, U. N., & Info, A. (2025). *Jurnal*

Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi. 421–440.

- Manurung, P., Rahayu, S., Subagiharti, H., Anggraini Harahap, D., Ginting, D., Sambayu, H., & Yunita Ansi, R. (2024). Implementation of Merdeka Belajar-Kampus Merdeka in English Teaching and Linguistics based on Contextual Teaching and Learning (CTL) Model at Higher Education. *English Teaching and Linguistics Journal (ETLiJ)*, 5(1), 8–17.
- Mirmoadi, B. S., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan Antara Literasi Digital Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa. *JDMP (Jurnal Dinamika Manajemen Pendidikan)*, 7(1), 8–23. <https://doi.org/10.26740/jdmp.v7n1.p8-23>
- Pratiwi Wahyu, I., & Sri, W. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, 8(1), 1–11. <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/589>
- Pravesti, C. A., Mufidah, E. F., Farid, D. A. M., & Lathifah, M. (2022). Pentingnya Self-Regulated Learning pada Mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian*, 4, 8–18. <https://snhrp.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/snhrp/article/view/261>
- Santoso, J. (2023). *Mengatasi Tantangan Keterlibatan Mahasiswa : Strategi Efektif untuk Menciptakan Lingkungan Belajar yang Menarik.* 14(2), 469–478.
- Sawitri, A. R., & Widiasavitri, P. N. (2021). Strategi Coping Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Tengah Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 78. <https://doi.org/10.24843/jpu.2021.v08.i01.p08>
- Sibuea, M. F. L., Sembiring, M. A., Agus, R. T. A., & Pertiwi, D. (2022). Pengaruh Kemandirian Belajar (Self Regulated Learning) Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Logika Komputer. *Journal of Science and Social Research*, 5(3), 715. <https://doi.org/10.54314/jssr.v5i3.1205>
- Siti, R., & Alifia, N. (2025). *Jurnal Penelitian Nusantara Analisis Work Life Balance Dan Upaya Mengatasi Peran Konflik Pada Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu Menulis : Jurnal Penelitian Nusantara.* 1, 705–713.
- Sukardi, S., Santoso, L. H., & Darmadi, E. A. (2022). Dampak Kuliah Sambil Bekerja Terhadap Aktifitas Belajar Mahasiswa Di Politeknik Tri Mitra Karya Mandiri. *IKRA-ITH HUMANIORA : Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2255>
- Untari, E., Doni Susanto, & Astuti, I. P. (2022). Efektivitas Model Pembelajaran Contextual Teaching and Learning (CTL) Berbasis Aplikasi eLMA terhadap Hasil Belajar Mahasiswa ditinjau dari Gaya Belajar. *DIKSI: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Sosial*, 3(2), 241–252. <https://doi.org/10.53299/diksi.v3i2.243>
- Wijaya, R., Chandra, A., Wijaya, S., Ongko, V., Tarigan, E., Akmal, M. El, Psikologi, P. S., Psikologi, F., Indonesia, U. P., & Info, A. (2025). *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi* <http://ejournal.uji.ac.id/index.php/CONS> HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA/I SMA GLOBAL PRIMA NATIONAL PLUS SCHOOL. 211–224.