

Hubungan Regulasi Diri dengan Konflik Peran Ganda pada Mahasiswa yang Bekerja

Ika Puji Astutik^a, Niken Titi Pratitis^b dan Mamang Effendy^c

^aProgram Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Psikologi 17 Agustus 1945, Surabaya – Indonesia

^bFakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya – Indonesia

^c Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya – Indonesia

Email: ikapuji.astutik41@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena mahasiswa yang bekerja, dimana hal tersebut menuntut individu agar dapat mengatur dan memonitor dirinya sendiri agar mampu menjalani kedua peran secara bersamaan dengan baik. Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah dalam penelitian yaitu bagaimana regulasi diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang bekerja. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang bekerja yang ditentukan dengan menggunakan teknik insidental sampling. Metode pengumpulan data pada penelitian ini yakni kuesioner berupa *google form* dengan menggunakan skala Likert. Uji korelasi dengan menggunakan uji korelasi *product moment* menunjukkan hasil nilai $r_{xy} = 0,023$ pada $p=0,037$ ($p < 0,01$) sehingga negatif signifikan. Artinya, variabel regulasi diri berkorelasi secara signifikan dengan variabel konflik peran ganda maka hipotesa penelitian ini menyebutkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara variabel regulasi diri dengan konflik peran ganda, dapat diterima.

Abstract. *This research is motivated by the phenomenon of working students, where it requires individuals to be able to manage and monitor themselves in order to be able to carry out both roles properly. Based on this background, the problem in this research is how self-regulation of students of the Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya who work. Participants in this study were working students who were determined using incidental sampling techniques. The data collection method in this research is a google form questionnaire using a Likert scale. Correlation test using the product moment correlation test shows the results of the value of $r_{xy} = 0.023$ at $p = 0.037$ ($p < 0.01$) so that it is significant negative. This means that the self-regulation variable has a significant correlation with the multiple role conflict variable, so the research hypothesis which states that there is a significant correlation between self-regulation variables and multiple role conflict is accepted.*

Kata kunci : regulasi diri, mahasiswa, bekerja

1. Pendahuluan

Fenomena yang saat ini berkembang adalah mahasiswa yang menempuh studi sambil bekerja. Hal ini tidaklah mudah karena individu dituntut untuk menyeimbangkan kedua aktivitas tersebut dijalankan bersamaan. Ada beberapa alasan yang mengapa individu mengambil keputusan menjalankan kedua peran beriringan, selain faktor ekonomi, juga menambah pengalaman serta menunjang prestasi di dalam dunia kerja. Seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Faizah & Oktawiranto (2020), adanya kedua peran ini bisa menyebabkan konflik tersendiri bagi mahasiswa yang memilih kuliah sambil bekerja yang dikenal dengan istilah *work-study conflict* karena kuliah sambil bekerja dapat menimbulkan perubahan dalam aktivitas belajar mahasiswa tersebut. Contoh konkrit yang bisa dilihat yakni tidak fokus pada kegiatan perkuliahan, menunda menyelesaikan tugas, bolos atau menitip absen pada teman sekelas, bahkan tidak melanjutkan kuliah, akibat ketidakseimbangan antara kuliah dan bekerja.

Sejalan dengan fenomena yang ada, faktor ekonomi merupakan salah satu alasan mengapa individu memilih bekerja dan kuliah seperti penelitian yang dilakukan oleh Waheed (dalam Yahya dkk., 2017) menemukan bahwa kebanyakan mahasiswa yang bekerja mencari pekerjaan tambahan karena orang

tuanya tidak memiliki cukup uang untuk membayar biaya pendidikan mereka, sebagai dampaknya mahasiswa terpaksa melanjutkan studi dan pekerjaannya. Menjalankan sebagai mahasiswa yang juga bekerja menimbulkan konflik peran bagi mereka, namun konflik peran yang dialami oleh mahasiswa tidak selamanya memberikan dampak yang negatif bagi kesejahteraan dan pencapaian mahasiswa.

Adapun studi penelitian yang dilakukan Tessema (dalam Yahya dkk., 2017) hasil penelitian menunjukkan bahwa kepuasan dan prestasi akademik siswa yang tidak bekerja sedikit lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang bekerja, ditemukan pula bahwa mahasiswa yang bekerja kurang dari 10 jam setiap minggunya memiliki dampak yang positif terhadap kepuasan dan prestasi akademik dibandingkan mahasiswa yang bekerja lebih dari 11 jam setiap minggunya, mahasiswa yang bekerja lebih dari 11 jam setiap minggunya tidak memiliki cukup ruang untuk belajar dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk bekerja sehingga mengakibatkan penurunan prestasi belajar mahasiswa, hal ini disebabkan bekerja berjam-jam dapat membatasi peluang mahasiswa untuk membangun persahabatan atau hubungan sosial yang dapat meningkatkan perkembangan intelektual dan emosional, yang pada gilirannya dapat menyebabkan kepuasan dan prestasi akademik mereka menurun hingga putus belajar (*drop out*).

Secara umum, dikemukakan Frone dkk (dalam Octavia & Nugraha, 2013) bahwa *work-study conflict* disebabkan oleh tiga hal, yaitu jam kerja, ketidakpuasan kerja, dan beban kerja. Frone juga menyebutkan bahwa jam kerja merupakan representasi dari adanya konflik waktu (*time-based conflict*) dalam konflik peran ganda. Jam kerja yang masih harus dibagi lagi dengan waktu untuk kuliah dan mengerjakan tugas merupakan hal yang harus dihadapi oleh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Disisi lain, penyebab *work-study conflict* yang kedua yaitu ketidakpuasan kerja, merepresentasikan adanya tegangan (*strainbased conflict*) dalam konflik peran ganda (Octavia & Nugraha, 2013).

Markel & Frone (dalam Octavia & Nugraha, 2013) mengatakan bahwa ketidakpuasan emosional yang berhubungan dengan pekerjaan dapat merusak kemampuan mahasiswa untuk memenuhi kewajiban peran lainnya. Ditekankan pula oleh Markel dan Frone, bahwa beban kerja juga merupakan salah satu penyebab adanya *work-study conflict*. Terkait dengan hal tersebut, Mortimer dkk. (dalam Octavia & Nugraha, 2013) mengatakan bahwa seringkali beban kerja menyebabkan mahasiswa yang masih kuliah mengalami tingkat kelelahan secara fisik dan psikologis yang tinggi, sehingga merusak kemampuan atau motivasi mahasiswa untuk memenuhi kewajiban lainnya, seperti kuliah dan mengerjakan tugas.

Menurut Rice & Dolgin (dalam Orpina & Prahara, 2019), ada dua pandangan mengenai kuliah sambil bekerja. Pandangan pertama, kuliah sambil bekerja akan menjadi hal yang buruk apabila memberikan jarak antara mahasiswa dengan kegiatan penting lainnya, seperti aktivitas perkuliahan dan waktu dengan keluarga. Pandangan kedua, kuliah sambil bekerja adalah hal yang baik apabila dijalankan dalam dosis yang kecil, karena terlalu banyak bekerja akan sangat beresiko bagi peran individu tersebut sebagai mahasiswa. Misalnya dalam sebuah permasalahan yang disampaikan oleh Kaho (dalam Orpina & Prahara, 2019) bahwa mahasiswa yang bekerja ternyata memiliki risiko lebih besar untuk memiliki masalah mental dalam dirinya. Dampak buruk lainnya yang mungkin terjadi ketika mahasiswa terlalu sibuk bekerja, padahal mereka juga kuliah adalah terhambatnya waktu lulus kuliah tepat waktu (Orpina & Prahara, 2019).

Menurut Robbins & Judge (dalam Naibaho & Sawitri, 2017), konflik peran terjadi karena adanya perbedaan kepentingan atau pertentangan akibat dua peran atau lebih yang saling bertentangan. Bahkan dinyatakan pula oleh Robbins dan Judge bahwa konflik peran yang dialami dapat menimbulkan ketidaknyamanan dalam menyelesaikan tanggung jawab. Artinya, konflik peran jika dibiarkan secara terus menerus akan menimbulkan stres dan ketidakpuasan dalam kelompok, serta dapat mempengaruhi kinerja dan hubungan dengan anggota kelompok lainnya. Naibaho & Sawitri (2017) sendiri menyatakan bahwa konflik peran umumnya terjadi karena ketidaksesuaian standar atau nilai dan perilaku yang

ditetapkan suatu peran, waktu dan kemampuan individu untuk melakukan peran, adanya berbagai peran yang harus dilakukan, dan kebijakan atau peraturan yang berhubungan dengan peran seorang individu.

Menyimak pendapat Naibaho & Sawitri (2017), tampaknya kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri dengan cara mengatur perilaku dan memberikan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri dalam menjalankan peran sebagai mahasiswa dan pekerja menjadi kunci agar mahasiswa dapat menjalankan perannya sebagai mahasiswa dan pekerja dengan optimal tanpa mengorbankan salah satu peran. Mengatur dirinya sendiri dengan cara mengatur perilaku dan memberikan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri dalam ilmu Psikologi dikenal dengan istilah regulasi diri (Naibaho & Sawitri, 2017)

Seperti yang dikemukakan Vohs & Baumeister (dalam Husna dkk., 2014), regulasi diri merujuk dilakukannya kontrol terhadap diri sendiri, terutama untuk menjaga diri tetap sesuai dengan standar yang diinginkan. Regulasi diri juga merupakan proses penyesuaian yang bersifat mengoreksi diri sendiri, yang dibutuhkan untuk menjaga individu tetap berada pada jalur mencapai tujuan dan penyesuaian tersebut berasal dari dalam diri sendiri.

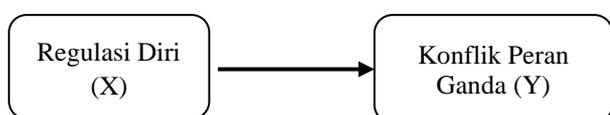
Zimmerman (dalam Husna dkk., 2014) menyebutkan bahwa regulasi diri adalah proses seseorang mengaktifkan dan memelihara pikiran, perasaan, dan tindakannya untuk mencapai tujuannya sendiri, baik tujuan yang bersifat akademik, emosional, sosial, dan spiritual. Seperti diungkapkan Woolfolk (dalam Husna dkk., 2014) bahwa regulasi diri mencakup area kehidupan yang luas, termasuk salah satunya lingkungan akademik. Maknanya, mahasiswa yang mampu melakukan regulasi diri memiliki kecenderungan akan berhasil secara akademik, karena mereka belajar secara lebih efektif dengan menggabungkan keterampilan belajar akademis (*academic learning skill*) dan kontrol diri dapat membuat proses belajar menjadi lebih mudah sehingga mahasiswa lebih termotivasi.

Mahasiswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar, menurut Pintrich (Rachmah, 2015) nampak ketika mahasiswa mampu menetapkan tujuan dan merencanakan kegiatannya, melakukan monitor dan kontrol terhadap aspek kognitif, motivasi serta tingkahlakunya dalam mencapai tujuan tersebut. Mahasiswa yang melakukan regulasi diri dalam belajar ini adalah mahasiswa yang dapat berhasil dalam pendidikannya, seperti dinyatakan Rescoe, Morgan, dan Peebles (dalam Rachmah, 2015) dalam penelitiannya yang menemukan adanya perbedaan indeks prestasi antara mahasiswa yang bekerja dengan yang tidak bekerja. Disebutkan dalam penelitian tersebut bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki indeks prestasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja dikarenakan mahasiswa yang bekerja lebih disiplin, lebih tepat waktu dalam perkuliahan dan memiliki inisiatif untuk berusaha mencari informasi diluar sumber-sumber sosial ketika mengerjakan tugas.

Maka, dalam hal ini, Santrock (dalam Rachmah, 2015) menyebutkan adanya regulasi diri dalam belajar akan membuat individu mengatur tujuan, mengevaluasinya dan membuat adaptasi yang diperlukan sehingga menunjang dalam prestasi. Tentunya dengan tercapainya prestasi tersebut, peran individu sebagai mahasiswa tidak lagi berbenturan dengan peran lainnya ketika individu yang bersangkutan adalah berstatus mahasiswa bekerja.

2. Metode

Penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan regulasidiri terhadap konflik peran ganda pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan dua variabel, yakni variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Adapun yang menjadi variabel bebas (X) yaitu regulasi diri dan variabel terikat (Y) yaitu konflik peran ganda. Penelitian dapat di gambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. Model penelitian

Definisi teoritis konflik peran ganda yang dikemukakan oleh Greenhaus & Beutell (1985) yang memuat aspek dan indikator, yaitu meliputi *time-based conflict* (konflik berdasarkan waktu), indikatornya yakni kurangnya waktu menjalani masing-masing peran, tidak ada waktu untuk bersosialisasi dan penggunaan libur untuk tetap bekerja; *behavior-based conflict* (konflik berdasarkan perilaku) indikatornya yakni tuntutan pekerjaan mempengaruhi peran sebagai mahasiswa, kurang tanggung jawab dalam pekerjaan, dan tekanan dari pekerjaan dan mengganggu tugas sebagai mahasiswa; *strain-based conflict* (konflik karena tegangan) indikatornya yakni kelelahan karena menjalani kedua peran, stres akibat pekerjaan dan tugas serta tidak dapat memenuhi salah satu peran akibat pemenuhan di peran lain.

Definisi teoritis yang dikemukakan oleh Pintrich (dalam Rachmah, 2015) yang memuat aspek-aspek regulasi diri yaitu kontrol kognitif dan regulasi kognitif; strategi pengulangan, elaborasi, serta organisasi; motivasi; regulasi perilaku dan regulasi terhadap konteks.

3. Subyek Penelitian

Populasi penelitian ini menggunakan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya tahun ajaran 2019/2020 yang bekerja sejumlah 189 mahasiswa. Teknik korelasi yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel konflik peran ganda dan regulasi diri dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* (parametrik).

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Strata-1 Psikologi Tahun Ajaran 2020/2021

Angkatan (tahun)	Semester	Kelas sore
2019	3 (Tiga)	56
2018	5 (Lima)	39
2017	7 (Tujuh)	54
2016	9 (Sembilan)	40
Total		189

Sumber : Berdasarkan Biro Kemahasiswaan dan Alumni (BAK) Universitas 17 Agustus 1945

4. Hasil

Reliabilitas Skala Regulasi Diri dan Konflik Peran Ganda

Reliabilitas yakni pengukuran melihat suatu kemampuan dapat diandalkan atau konsistensi dari ukuran suatu variable. Tinggi-rendahnya reliabilitas tes dicerminkan oleh koefisien korelasi linier diantara distribusi skor pada 2 tes yang sama. Secara lengkap koefisien reliabilitas skala regulasi diri dan skala konflik peran ganda dapat disimak pada tabel 2.

Tabel 2. Reliabilitas Skala Konflik Peran Ganda dan Regulasi Diri

Skala	Reliability	Keterangan
Konflik Peran Ganda	0.846	Reliabel
Regulasi Diri	0.871	Reliabel

Sumber : Output SPSS Hasil Uji Reliabilitas

Uji Normalitas Sebaran

Hasil analisis uji normalitas sebaran variabel Konflik Peran Ganda menunjukkan harga koefisien Z Kolmogorov Smirnov sebesar 1,182 pada $p = 0,252$ ($p > 0,05$) sehingga sebaran skor variabel Konflik Peran Ganda adalah mengikuti kaidah normalitas sebaran. Secara lengkap hasil dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Sebaran

Variabel	Komogrov Smirnov Z	P	Keterangan
Konflik Peran Ganda	1,182	0,252	Normal
Regulasi Diri	1,018	0,122	Normal

Sumber : Output SPSS Hasil Uji Normalitas Sebaran

Uji Linieritas Hubungan

Hasil uji asumsi linieritas Regulasi Diri dengan Konflik Peran Ganda menunjukkan koefisien F sebesar 4,408 pada $p = 0,037$ ($p < 0,05$) sehingga dapat diasumsikan bahwa regulasi diri memiliki hubungan linier dengan konflik peran ganda. Secara lengkap hasil dapat disimak pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji linieritas Hubungan

Linieritas	F	P	Keterangan
Regulasi Diri – Konflik Peran Ganda	4.408	0,037	Linier

Sumber : Output Hasil Uji Linieritas Hubungan

Hasil Penelitian

Analisis korelasi *product moment* penelitian pada dasarnya ditujukan untuk menguji hipotesis penelitian yang berbunyi “Ada hubungan negatif yang signifikan antara hubungan negative antara regulasi diri dengan konflik peran ganda pada mahasiswa yang bekerja”. Hasil analisis *product moment* tersebut menunjukkan harga koefisien $r_{xy} = -0,152$ pada $p = 0,037$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan. Berpijak pada hasil analisis tersebut maka hipotesis penelitian dapat diterima. Hasil dapat disimak pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil analisis Korelasi *Product Moment*

Variabel	r_{xy}	p	Keterangan
Regulasi Diri – Konflik Peran Ganda	-0,152	0,037	Signifikan

Sumber : Output SPSS Hasil Analisis Korelasi *Product Moment*

5. Pembahasan

Diterimanya hipotesis penelitian, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan konflik peran ganda, dimana hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan Octavia dan Nugraha (2013) pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dapat menimbulkan perubahan aktivitas kuliah maupun belajarnya. Mahasiswa menjadi tidak fokus pada kegiatan perkuliahan, cenderung menunda penyelesaian tugas, membolos ketika jam kuliah, bahkan ada yang memutuskan tidak meneruskan kuliah dengan banyak pertimbangan. Ini menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara kuliah dan bekerja atau disebut *work-study conflict*. Konflik ini timbul karena keterlibatan peran sekaligus sebagai pekerja maupun peran sebagai mahasiswa saat berpartisipasi di kampus dalam belajar.

Pelaksanaan dan pemenuhan tuntutan dari dua peran tersebut akan optimal dan seimbang serta tidak menimbulkan konflik peran jika individu mampu mengatur dirinya. Individu yang mampu mengatur diri

menunjukkan kemampuan untuk mengatur aktifitas, waktu, serta perilakunya untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan, hal tersebut merupakan ciri-ciri dari individu yang memiliki kemampuan untuk melakukan regulasi diri. Bandura (dalam Alwisol, 2010) menjelaskan bahwa regulasi diri adalah kemampuan individu untuk mengatur dirinya sendiri dengan cara mengatur perilaku dan memberikan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri, sehingga hal tersebut diharapkan dapat mempengaruhi tingkah laku yang dimunculkan. Regulasi diri dapat dilakukan dengan cara berlatih mengatur aktifitas-aktifitas yang dilakukan dengan perencanaan.

Adapun aspek regulasi diri dalam belajar pada pembelajar sendiri menurut Pintrich (dalam Rachmah, 2015) terdiri dari kontrol kognitif dan regulasi kognitif merupakan aktivitas kognitif dan metakognitif yang mengharuskan individu terlibat untuk mendapatkan dan mengubah kognisinya. Pada aspek ini individu mulai merencanakan tujuan yang individu tersebut ingin capai sehingga individu tersebut mampu menempatkan masing-masing tujuan sesuai dengan perannya seperti sebagai mahasiswa maka ia memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan masa studi empat tahun dan sebagai pekerja ia bisa mendapatkan jenjang karier jika ia memiliki pendidikan lebih tinggi. Selain itu, mengevaluasi upaya yang sudah dilakukan agar dapat menetapkan standar perilaku yang sesuai dengan masing-masing peran yang dijalani agar tidak terjadi konflik pada kedua peran tersebut. Individu yang memiliki motivasi serta keyakinan akan hal yang dijalani mendorong agar tetap menjalani keduanya guna mencapai tujuan dari setiap peran yang dijalani. Tak jarang individu yang menjalani kedua peran sebagai mahasiswa dan bekerja juga mengalami konflik peran, yakni tidak dapat menentukan skala prioritas sehingga ia mengalami tekanan waktu sehingga ia harus lembur untuk menyelesaikan pekerjaan lalu tidak mengikuti kelas mengakibatkan nilai akademiknya menurun.

Individu yang memiliki regulasi diri untuk dapat menempatkan masing-masing peran sesuai dengan beban dan tanggung jawab tidak akan mengalami konflik peran. Hasil penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Naibaho (2017) tentang adanya hubungan negatif dan signifikan antara regulasi diri dengan konflik peran ganda. Hal tersebut bahwa semakin tinggi regulasi diri akan semakin rendah pula konflik peran ganda, dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri akan semakin tinggi konflik peran ganda yang dialami individu.

6. Kesimpulan

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan konflik peran ganda pada mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang bekerja. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis *product moment*. Hasil analisis *product moment* menunjukkan $r_{xy} = -0,152$ pada $p = 0,037$ ($p < 0,01$) sehingga signifikan. Artinya, variabel regulasi diri berkorelasi secara signifikan dengan variabel konflik peran ganda. Dengan begitu, hipotesa yang menyebutkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara variabel regulasi diri dengan konflik peran ganda diterima.

Referensi

- Afrida, E. N., Psikologi, F., & Airlangga, U. (2017). Makna Konflik Peran pada Mahasiswa dengan Peran Ganda. *Wahana*. 68(23-25). *ISSN 0853-4403*
- Atiyah, K., Ainiyah, N., Dakwah, F., Ibrahimy, U., & Situbondo, S. (2020). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja. 2(2), 42–51.
- Gentari, R. E. (2017). Analisa Pengaruh Konflik Kerja dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Karyawan di PT. Gemah Ripah Asri. *Seminar Nasional Riset Terapan 2017*, 259–262.
- Herdianto, N. K. G. K. Y. K. (2019). Perbedaan Regulasi Diri Ditinjau dari Urutan Kelahiran dan Jenis Kelamin Remaja Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 849–858.
- Husna, A. N., Hidayati, F. N. R., & Ariati, J. (2014). Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(1), 50–63.

- Leny, Wi. (2014). Hubungan Lokus Kontrol Internal Dengan Regulasi Diri pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Buddha (STAB) Maha Prajna Jakarta. *Psiko-Edukasi*, 12(1412–9310), 124–134.
- Markel, K. S., & Frone, M. R. (1998). Job characteristics, work-school conflict, and school outcomes among adolescents: Testing a structural model. *Journal of Applied Psychology*, 83(2), 277–287.
- Mulyadi. (2012). Konflik Sosial Ditinjau Dari Segi Struktur dan Fungsi. In *Humaniora*, 14(3). 1–18).
- Rachmah, D. N. (2015). Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*, 42(1), 61. Diambil dari <https://doi.org/10.22146/jpsi.6943>
- Rahmadita, I., Psikologi, P. S., & Samarinda, U. M. (2013). Pasangan dengan Motivasi Kerja pada Karyawan. *1*(1), 33–38.
- Retno, D., & Rahardjo, P. (2016). 72 Jurnal Indigenous Vol. 1 No. 2 2016. *Jurnal Indigenous*, 1(2), 72–82. e-ISSN :2541450X
- Susetyo, Y. ., & Kumara, A. (2012). Orientasi Tujuan, Atribusi Penyebab, dan Belajar Berdasar Regulasi Diri. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 95–111.
- Sutikno. (2016). Kontribusi Self Regulated Learning Dalam Pembelajaran. *Dewantara*, 2(0), 188–203.