



Vol. 12, No. 1, Januari-Juni 2021
Doi: 10.30829/alirsyad.v12i1. 12195

JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
ISSN 2686-2859 (online)
ISSN 2088-8341 (cetak)

Efektivitas Layanan Bimbingan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Regulation* dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa

Hanun Qothrunnada Mudiantoro^{*}, Abdul Muhid²

1. Mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya, Jl. Ahmad Yani no. 117, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur 60237, email: hanunqothrunnada@gmail.com
2. Dosen Fakultas Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya, Jl. Ahmad Yani no. 117, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur 60237, email: abdulmuhid@uinsby.ac.id

Info Artikel

Histori:

Submit : 22 Mei '22
Revisi : 17 Juni '22
Diterima : 30 Juni '22

Kata Kunci:

Layanan bimbingan konseling, Bimbingan konseling kelompok, *Self-regulation*, Motivasi belajar

Abstrak

Masa pandemi Covid-19 seperti PSBB dan PPKM memunculkan banyak perubahan pada sektor pendidikan, seperti kegiatan belajar-mengajar hingga layanan bimbingan sekolah dilaksanakan secara virtual. Kebijakan untuk sekolah dari rumah membuat siswa harus beradaptasi dengan situasi dan suasana baru. Ketidakmampuan siswa dalam beradaptasi menimbulkan problem akademik dan kesehatan mental, seperti stress dan menurunnya motivasi belajar siswa. Banyaknya problematika yang muncul selama pandemi ini menjadi tantangan baru bagi guru-guru layanan bimbingan dan konseling sekolah, salah satunya yakni menggunakan bimbingan konseling kelompok dengan teknik *self-regulation* demi meningkatkan motivasi belajar siswa. Riset ini memiliki tujuan guna melihat efektivitas layanan bimbingan konseling kelompok dengan teknik *self-regulation* demi meningkatkan motivasi belajar siswa, melalui metode kualitatif literature review. Hasil literature review menunjukkan bahwa layanan bimbingan konseling kelompok dengan teknik *self-regulation* terbukti efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

PENDAHULUAN

Kemunculan pandemi Covid-19 pada tahun 2020 di Indonesia membawa banyak dampak di berbagai sektor kehidupan. Adanya berbagai macam kebijakan dari pemerintah selama masa pandemi seperti PSBB dan PPKM menimbulkan munculnya gaya hidup baru, yakni serba *work from home* (WFH) atau bekerja dari rumah. Banyak aktivitas yang normalnya dilaksanakan di luar rumah atau *offline*, sekarang harus dilaksanakan dengan virtual dan dari kediaman masing-masing via beragam *platform* seperti *Zoom*, *Google Meet*, dll. Hal ini turut dirasakan pada sektor pendidikan, yang mulai dari kegiatan belajar-

mengajar hingga layanan bimbingan sekolah dengan virtual dan dari kediaman masing-masing.

School from home atau sekolah dari rumah membuat siswa harus beradaptasi dengan situasi dan suasana baru. Ketidakmampuan siswa dalam beradaptasi menimbulkan *problem* akademik dan kesehatan mental (Prawiratasari, 2020). Permasalahan tersebut akibat siswa sering mengeluhkan kesulitan menangkap materi selama pembelajaran virtual, merasa jenuh karena kurangnya interaksi sosial dengan teman sebayanya, mengalami *zoom fatigue*, serta banyaknya tugas yang diberikan guru selama *school from home*. Pembelajaran virtual juga kerap mengalami gangguan dalam jaringan koneksi, bahkan pada siswa yang berada di pedesaan dan pedalaman seringkali mengalami kesulitan untuk mengakses pembelajaran virtual (Akhwani & Romdlon, 2021). Ketidakmampuan siswa dalam mengatasi permasalahan tersebut menimbulkan keluhan kesehatan mental seperti stress dan menurunnya motivasi belajar (Prawiratasari, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 344 responden dari seluruh SMA d 21 provinis menunjukkan sebanyak 50% siswa mengalami stress dan penurunan motivasi belajar (Cahyani, Listiana, & Larasati, 2020). Siswa yang mengalami stress dan penurunan motivasi belajar tentunya akan berpengaruh pada hasil akademiknya. Penurunan motivasi belajar pada siswa dapat terjadi karena sulitnya untuk berkonsentrasi selama pembelajaran secara *online*, sehingga siswa jadi enggan dan tidak bersemangat untuk belajar (Winata, 2021). Banyak siswa beranggapan bahwa beban tugas sekolah menjadi lebih banyak sejak diberlakukannya sekolah dari rumah. Siswa seringkali mengeluhkan sulit untuk membagi waktu antara belajar dan beristirahat selama proses pembelajaran di rumah. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya kapasitas siswa dalam *time management* turut menjadi penyebab turunnya motivasi belajar (Izzatunnisa, et al., 2021).

Kesulitan yang muncul selama pembelajaran *school from home* turut dikeluhkan oleh orangtua. Banyak orangtua yang mengeluhkan kesulitan membantu anaknya belajar di rumah, bahkan tak sedikit pula orangtua yang enggan membantu dan memberi *support* bagi anaknya selama pembelajaran virtual (Lilawati, 2021). Khususnya jika kedua orangtua bekerja, mereka mengeluhkan kesulitan dalam membagi tugas rumah, urusan pekerjaan, dan mendampingi anak belajar. Mereka lebih memilih untuk memantau agar tugas

anaknyanya terselesaikan dibanding mendampingi dan memberi support selama kegiatan pembelajaran berlangsung (Aziza & Yunus, 2021). Padahal, faktor kesuksesan siswa selama pembelajaran tak hanya ada pada tanggung jawab dan usaha siswa, namun juga *support* dari orangtua (Lilawati, 2021).

Banyaknya problematika yang muncul selama pandemi ini menjadi tantangan baru bagi guru-guru layanan bimbingan dan konseling sekolah. Layanan bimbingan dan konseling sekolah disini berperan menjembatani antara siswa, guru, dan orangtua demi keberhasilan akademik siswa selama masa pandemi. Ditambah pula dengan sistem bimbingan konseling yang juga dilakukan secara *online* (Listiyani, 2021). Contoh layanan bimbingan konseling yang dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa adalah dengan bimbingan konseling kelompok (Fatchurahman, Syarif, & Turohmi, 2018). Selain itu, untuk meningkatkan motivasi belajar juga bisa diterapkan dengan teknik *self-regulation* (Pranoto H. , Atieka, Fajarwati, & Septora, 2018).

Fenomena mengenai penurunan motivasi belajar siswa selama masa pandemi Covid-19 seperti yang telah dipaparkan dalam berbagai literature di atas menunjukkan betapa pentingnya penelitian ini untuk dikaji. Adanya penelitian ini dapat membantu para guru bimbingan konseling untuk menyadari apa saja faktor yang menyebabkan turunnya motivasi belajar siswa selama pandemi. Penelitian ini juga bertujuan untuk melihat efektivitas dari layanan bimbingan konseling kelompok dengan teknik *self-regulation* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Riset ini diharapkan dapat membantu para tenaga pendidik, guru, dan orangtua dalam mendampingi siswa selama proses pembelajaran di rumah dengan meningkatkan motivasi belajarnya.

METODE

Metode penelitian yang diterapkan dalam riset ini adalah kualitatif. Hasil riset melalui kualitatif tidak didapatkan melalui prosedur statistik. Teknik pengumpulan data yang diterapkan ialah *literature review*, yakni pengumpulan data berdasarkan riset-riset terdahulu baik dari buku, jurnal penelitian, maupun artikel berita.

Penelusuran artikel dan literatur lainnya dilakukan dengan menggunakan *database* Springer, American Psychological Association (APA), Forntiers, Taylor & Francis, Google Scholar dan Garuda. Berikut adalah daftar sumber yang menjadi acuan utama dalam penulisan artikel ini :

Tabel. 1: Sumber Referensi

Judul	Penulis	Sumber
Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Regulation untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa.	Pranoto, H., Atieka, N., Fajarwati, R., & Septora, R. (2018)	Google Scholar
Peningkatan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Regulated Learning.	Putro, H. E., Sugiyadi, & Pranoto, H. (2018)	Google Scholar
<i>A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research.</i>	Panadero, E. (2017)	Frontiers
<i>Effects of motivational regulation strategies on writing performance: a mediation model of self-regulated learning of writing in English as a second/foreign language.</i>	Teng, L. S., & Zhang, L. J. (2017)	Springer
Implementasi Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Masa Pandemi Covid-19 : A Literature Review.	Prawiratasari, I. (2020)	Google Scholar

Proses penggalan data dan sumber referensi artikel dari tahun 2017 hingga 2021 dengan menggunakan kata kunci “motivasi belajar”, “layanan bimbingan konseling”, “layanan bimbingan konseling kelompok”, “teknik self-regulation”, dan “pandemi”. Setelah dilakukan pencarian sumber referensi, maka akan dilakukan penyaringan literature yang relevan dengan tujuan penelitian yang telah ditentukan.

HASIL & PEMBAHASAN

A. Motivasi Belajar

Motivasi belajar ialah keadaan dimana seseorang mempunyai keinginan dalam berperilaku untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Menurut Hasibuan (2005) motivasi merupakan perilaku yang bisa menyebabkan, menyalurkan dan mendukung perilaku yang terdapat pada diri kita untuk mampu bekerja keras dan dapat antusias demi terciptanya hasil yang maksimal (Handayani, 2019). Dengan adanya motivasi dapat

membuat kita lebih terarah, fokus dalam melakukan kegiatan pembelajaran dan juga dapat meningkatkan usaha yang ada (Emda, 2017).

Motivasi sendiri terdiri dari dua jenis, yakni motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang muncul akibat adanya keinginan dari dalam diri seseorang. Sedangkan motivasi ekstrinsik muncul karena adanya pengaruh dari luar, seperti ingin pujian dan reward (Muawanah & Muhid, 2021). Keberhasilan dalam proses belajar dapat dipengaruhi dari motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa. Guru sebagai fasilitator tentunya perlu membimbing siswa untuk lebih giat belajar lagi demi tercapainya tujuan yang ingin dicapai (Nurfaisal, 2021).

Menurut Slameto (2010) motivasi dipengaruhi oleh tiga aspek yakni :

- a. Dorongan kognitif, yakni bagaimana problem solving dan pengamatan kita dalam memecahkan suatu masalah. Seperti ketika kita berinteraksi dengan sesama teman dalam tugas kelompok demi tercapainya tugas yang baik dan benar.
- b. Harga diri, yaitu ketika seseorang menyelesaikan semua tugas dan belajar setiap waktu demi sebuah ilmu dan prestasi saja. Tetapi untuk memperoleh sebuah status dan pandangan dari orang yang lebih tinggi.
- c. Kebutuhan berafiliasi, yakni kebutuhan yang guna memperoleh pembenaran dari orang lain (Nurfaisal, 2021).

Selain itu, motivasi sendiri dapat dipengaruhi oleh keadaan fisik dan kematangan psikis dari siswa. Menurut Dimiyati dan Mudjiyono (2009) ada empat faktor pengaruh motivasi belajar, yakni :

- a. Cita-cita dan Aspirasi Siswa : Motivasi belajar siswa memiliki 2 jenis yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik, dengan adanya cita cita yang ingin dicapai oleh siswa tentu dapat memperkuat motivasi yang ada
- b. Kemampuan Siswa : Adanya keinginan untuk mencapai suatu hal yang lebih tinggi tentu dibarengi dengan kemampuan dan kecakapan dalam pencapaiannya
- c. Kondisi Siswa : Kondisi fisik dan psikis siswa dapat mempengaruhi tinggi atau tidaknya motivasi belajar yang dimiliki

- d. Kondisi Lingkungan Siswa : Lingkungan tempat ia belajar dan lingkungan tinggal dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa (Fauziah, Rosnaningsih, & Azhar, 2017).

B. Layanan Bimbingan Konseling Kelompok

Bimbingan kelompok sendiri bertujuan untuk membantu seseorang dalam proses perkembangannya agar tercipta secara maksimal sesuai dengan kapabilitas, bakat dan minat yang dimilikinya secara kelompok (Sumantri, Rangka, & Fahmi, 2017). Bimbingan kelompok juga bisa dikatakan sebagai media dari guru oleh siswa guna mengantisipasi munculnya prolematika dan menumbuhkan potensi yang dimiliki oleh siswa. Dalam prosesnya, bimbingan kelompok akan saling berinteraksi dan menyampaikan opini dan saran. Apapun yang didiskusikan disana tentu memiliki pengaruh ke orang yang bersangkutan atau terhadap orang lain (Azhar & Nurasyah, 2020).

Menurut Prayitno (2011) tujuan layanan kelompok yaitu untuk melatih kemampuan bersosialisasi siswa dan kemampuan berkomunikasi (Ningtyas & Wahyudi, 2020). Dalam konseling kelompok ini apa pun yang menjadi penghambat ketika sedang melakukan komunikasi dan sosialisasi dengan seseorang akan di ungkap dan didinamikakan melalui beberapa teknik yang ada untuk terciptanya pribadi yang lebih baik lagi. Kelompok kelompok tersebut bisa dikategorikan kecil jika peserta tidak lebih dari 20 orang dan dikategorikan besar jika peserta lebih dari 40 orang (Aprianti & Abdi, 2021).

Pelaksanaan bimbingan konseling kelompok juga dilakukan secara bertahap. Ada empat tahapan yang ada pada bimbingan kelompok, yakni :

- a. Tahap Pembentukan : Tahap pengenalan dan saling mengungkapkan hal hal yang ingin dicapai dan tujuan mengikuti konseling kelompok.
- b. Tahap Peralihan : Tahapan yang dijadikan sebagai jembatan menuju tahap selanjutnya.
- c. Tahap Kegiatan : Tahapan yang mulai membahas tentang aspek aspek yang dikeluarkan oleh setiap peserta yang bertujuan untuk terungkapnya topik yang akan dibahas.
- d. Tahap Akhir : Tahapan yang fokus utamanya adalah mampu memparaktekkan materi yang sudah mereka pelajari di dalam

kelompok ke kehidupan sehari-hari (Puluhulawa, Djibran, & Pautina, 2017).

C. Self-Regulation

Sebelum masuk pada pemaparan teknik *self-regulation*, terlebih dahulu kita harus mengenal apa itu *self-regulation*. Zimmerman (1986) mendefinisikan *self-regulation* sebagai pandangan diri selama proses belajar yang meliputi aspek kognitif, behavioral, serta afektif. Hal tersebut menunjukkan bahwa setiap individu akan memadukan sendiri antara perasaan, perilaku, dan pola pikirnya selama proses pembelajaran (Yasdar & Mulyadi, 2018). Sedangkan menurut Bandura, *self-regulation* merupakan kecakapan suatu individu dalam mengendalikan perilaku dalam proses pembelajaran (Usher & Schunk, 2018). Bandura mengungkapkan *self-regulation* muncul ketika dilakukan dengan tiga langkah, yakni dengan mengamati diri sendiri, mengambil keputusan dari hasil pengamatan diri, dan memberikan respon diri berupa pemberian solusi atau *reward* (Usher & Schunk, 2018). Sedikit berbeda dengan Bandura, menurut Zimmerman (1986) tahapan untuk menciptakan *self-regulation* adalah mengenal kemampuan diri melalui pengamatan, mengeksplor kemampuan diri dengan mencari langkah yang tepat untuk mencapai tujuan, lalu menilai langkah dan progress yang telah dikerjakan, dan merefleksikan hasilnya (Yasdar & Mulyadi, 2018).

Berdasarkan tahapan tersebut, dapat dilihat apabila siswa mampu memiliki teknik *self-regulation* yang tepat maka motivasi belajar siswa turut meningkat. Siswa yang mampu meregulasikan dirinya dianggap sebagai siswa yang mandiri dan memiliki pengendalian diri yang baik (Amira & Muhid, 2020). Siswa dengan *self-regulation* yang baik akan mampu mengenal dirinya sendiri, baik dari segi kekuatan dan kelemahan. Hal tersebut akan membuat siswa lebih mudah untuk menentukan gaya belajar seperti apa yang cocok untuk mereka. Ketika siswa mampu menemukan gaya belajar yang tepat, maka motivasi belajar juga akan meningkat (Oyserman, et al., 2017).

D. Analisis Layanan Bimbingan Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Regulation dalam Meningkatkan Motivasi Belajar

Teknik *self-regulation* pada proses pembelajaran adalah teknik yang melibatkan aktivitas interaksi antar individu dan lingkungannya untuk

mengintegrasikan kemampuan kognitifnya, afektifnya, dan perilakunya selama pembelajaran (Teng & Zhang, 2017). Dalam teknik *self-regulation* turut melibatkan aspek metakognitif seperti kepercayaan diri dan motivasi. Teknik ini menekankan peran motivasi sebagai penetapan tujuan dalam regulasi pemrosesan kognitif selama proses pembelajaran (Efklides, Schwartz, & Brown, 2018).

Teknik *self-regulation* mampu membantu siswa untuk meregulasikan pembelajaran dan kinerja mereka sendiri. Regulasi tersebut akan membuat siswa menjadi lebih mandiri dan menyadari bahwa belajar bukan hanya sebagai kewajiban mereka, namun juga sebagai kebutuhan. Selain itu, siswa akan jadi lebih hati-hati untuk tidak merusak tujuan mereka selama proses pembelajaran (Carolina Mega, Ronconi, & De Beni, 2014). Dengan menerapkan teknik *self-regulation*, siswa jadi lebih *resilience* ketika menghadapi rintangan selama proses pembelajaran. Sehingga akan muncul perasaan, minat, dan pemikiran positif yang mendorong munculnya motivasi belajar pada siswa (Teng & Zhang, 2017).

Teknik *self-regulation* dapat dilakukan dengan tiga tahapan, yakni tahap *forethought*, *performance*, dan *self-reflection*. Pada tahap *forethought*, siswa akan diminta untuk menganalisis tugas, menetapkan tujuan, dan membuat perencanaan untuk mencapai tujuan tersebut. Pada tahap ini pula siswa akan mulai meningkatkan kadar keyakinan dan motivasi terhadap tujuan mereka. Lalu pada tahap *performance*, siswa akan mulai melaksanakan rencana mereka sambil memantau bagaimana kemajuan mereka, serta mengontrol diri dan termotivasi untuk menyelesaikan tugas. Dan terakhir pada tahap *self-reflection*, siswa akan menilai keberhasilan seluruh proses tersebut (Panadero, 2017).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dilihat bahwa teknik *self-regulation* dapat diterapkan dalam bimbingan konseling kelompok. Selama kegiatan bimbingan konseling kelompok berlangsung, siswa dapat saling bercerita satu sama lain mengenai kekhawatiran mereka selama proses pembelajaran, serta apa saja yang sudah mereka lakukan untuk meningkatkan motivasi belajar (Putro, Sugiyadi, & Pranoto, 2018). Melalui hal tersebut, siswa dapat saling mengamati satu sama lain, lalu menerapkan dan merefleksikannya, sehingga siswa akan lebih mudah

dalam meningkatkan motivasi belajarnya (Pranoto H. , Atieka, Fajarwati, & Septora, 2018).

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil *literature review* di atas menunjukkan bahwa situasi pandemi yang memaksa siswa untuk melakukan pembelajaran dari rumah membuat mereka mengalami penurunan motivasi belajar. Untuk meningkatkan motivasi belajar dapat dilakukan dengan memperhatikan aspek-aspeknya, seperti cita-cita dan aspirasi siswa, kapabilitas dan kondisi siswa, dan kondisi lingkungan di sekitar siswa. Semua aspek terbukti dapat dicapai melalui layanan bimbingan konseling kelompok dengan teknik *self-regulation*. Bimbingan konseling kelompok dengan teknik *self-regulation* efektif meningkatkan motivasi belajar siswa dengan membuat siswa saling bertukar cerita dan meregulasikan dirinya.

DAFTAR RUJUKAN

- Akhwani, & Romdlon, M. A. (2021). Pendidikan Karakter Masa Pandemi Covid-19 di SD. *Indonesian Journal of Primary Education*.
- Amira, R. D., & Muhid, A. (2020). Self Regulated Learning, Self-Esteem, Dukungan Sosial dan Flow Akademik. *Indonesian Psychological Research*.
- Aprianti, C., & Abdi, S. (2021). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Positive Reinforcement Berbasis Online terhadap Peningkatan Minat Belajar Siswa pada Era Covid-19. *Guidance:Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Azhar, F. E., & Nurasyah. (2020). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Disiplin Mahasiswa BK. *Jurnal Konseling Indonesia*.
- Aziza, F. N., & Yunus, M. (2021). Peran Orang Tua Dalam Membimbing Anak Pada Masa Study From Home Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Prosiding*.
- Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA Pada Pembelajaran Daring di Tengah Situasi Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Islam*.
- Carolina Mega, C., Ronconi, L., & De Beni, R. (2014). What Makes a Good Student? How Emotions, Self-Regulated Learning, and Motivation Contribute to Academic Achievement. *Journal of Educational Psychology*.

- Efklides, A., Schwartz, B. L., & Brown, V. (2018). Motivation and affect in self-regulated learning: Does metacognition play a role? *Handbook of self-regulation of learning and performance*.
- Emda, A. (2017). Kedudukan Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*.
- Fatchurahman, M., Syarif, D. F., & Turohmi, S. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Problem Solving dalam Menurunkan Perilaku Membolos Siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*.
- Fauziah, A., Rosnaningsih, A., & Azhar, S. (2017). Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Minat Belajar Siswa Kelas I SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang. *Jurnal JPSPD*.
- Handayani, H. (2019). Analisis Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa pada Materi Globalisasi Mata Pelajaran PKN Kelas IV SDN 4 Tapan Tahun Ajaran 2017/2018. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*.
- Izzatunnisa, L., Suryanda, A., Kholifah, A. S., Loka, C., Goesvita, P. I., Agatha, P. S., & Anggraeni, S. (2021). Motivasi Belajar Siswa Selama Pandemi dalam Proses Belajar dari Rumah. *Jurnal Pendidikan*.
- Lilawati, A. (2021). Peran Orang Tua dalam Mendukung Kegiatan Pembelajaran di Rumah pada Masa Pandemi. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Listiyani, A. (2021). Layanan Bimbingan dan Konseling pada saat Pandemi Covid-19 di SMK Negeri 3 Pati. *Jurnal Empati*.
- Muawanah, E. I., & Muhid, A. (2021). Strategi Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Selama Pandemi. *JIBK Undiksha*.
- Ningtyas, A., & Wahyudi. (2020). Layanan Konseling Kelompok dalam Upaya Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik. *IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*.
- Nurfaisal. (2021). Motivasi Belajar Siswa Selama Pandemi Covid-19 dalam Proses Belajar dari Rumah. *JIMEA: Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, dan Akuntansi)*.
- Oyserman, D., Lewis Jr., N. A., Yan, V. X., Oliver, F., O'donnell, S. C., & Horowitz, E. (2017). An Identity-Based Motivation Framework for Self-Regulation. *Routledge : Taylor & Francis*.
- Panadero, E. (2017). A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research. *Frontiers in Psychology*.
- Pranoto, H., Atieka, N., Fajarwati, R., & Septora, R. (2018). Layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-regulation untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*.

- Prawiratasari, I. (2020). Implementasi Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Masa Pandemi Covid-19 : A Literature Review. *Jurnal Ilmu Komunikasi, Penyuluhan dan Bimbingan Masyarakat Islam*, 123 - 130.
- Puluhulawa, M., Djibran, M. R., & Pautina, M. R. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok an Pengaruhnya terhadap Self-Esteem Siswa. *Jurnal Ilmiah dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Konseling Berbasis KKNl*.
- Putro, H. E., Sugiyadi, & Pranoto, H. (2018). Peningkatan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Regulated Learning. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*.
- Sumantri, L., Rangka, I., & Fahmi, R. (2017). Role Play dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Membina Self-Efficacy Siswa. *Insight : Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Teng, L. S., & Zhang, L. J. (2017). Effects of motivational regulation strategies on writing performance: a mediation model of self-regulated learning of writing in English as a second/foreign language. *Metacognition Learning : Springer*.
- Usher, E. L., & Schunk, D. H. (2018). Social cognitive theoretical perspective of self-regulation. *Handbook of self-regulation of learning and performance*.
- Winata, I. K. (2021). Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa Terhadap Pembelajaran Online Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*.
- Yasdar, M., & Mulyadi. (2018). Penerapan Teknik Regulasi Diri (self-regulation) untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*.