

# **Analisis *self-regulated learning* (srl) berdasarkan perspektif filsafat stoikisme pada mahasiswa PGSD surakarta tahun pertama yang aktif berorganisasi**

**Muhammad Hanum Hanifah<sup>1</sup>, Idam Ragil Widiyanto Atmojo<sup>2</sup>, and Roy Ardiansyah<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Sebelas Maret, Jl Slamet Riyadi No 449, Pajang, Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah, 57126, Indonesia

[mhhanifah03@student.uns.ac.id](mailto:mhhanifah03@student.uns.ac.id)

## ***Abstract***

This study analyzes Self-Regulated Learning (SRL) based on the perspective of Stoicism philosophy in first-year Surakarta PGSD students who are active in organizations. The purpose of this research is to analyze the application of SRL based on the perspective of Stoicism in the learning context of students who are active in organizations. The research method used is descriptive qualitative using a Likert scale and interviews as a data collection tool. The results showed that the research subjects were able to apply the principles of Stoicism in SRL aspects such as task analysis, self-motivation belief, self-control, self-observation, self-judgment, and self-reaction. However, subject 1 still requires more attention in some of these aspects. Subject 2, subject 3, and subject 4 have succeeded in applying the principles of Stoicism well in their learning. Overall, the application of the principles of Stoicism helps students develop SRL, motivate themselves, control themselves, and achieve success in learning. This research provides insight into the importance of the Stoicist perspective in the development of independent learning for students who are active in organizations and contribute to the SRL literature in the context of higher education.

**Keywords:** Self-regulated Learning (SRL), stoicism philosophy, first-year students, organizations

## **1. Pendahuluan**

Belajar adalah proses perubahan tingkah laku melalui interaksi individu dengan lingkungan, untuk mencapai tujuan hidup [1]. Revita dan Suhendraya menjelaskan bahwa belajar membantu individu menjadi dirinya sendiri, bukan hasil dari pengaruh orang lain, melibatkan proses pemikiran [2]. Perguruan tinggi merupakan tempat penting untuk belajar. Jumlah mahasiswa di Indonesia meningkat dalam dekade terakhir, mencapai 9,32 juta orang pada 2022, naik 4,02% dari tahun sebelumnya (Kemendikbud Ristek). Oleh karena itu, perguruan tinggi memiliki peran penting dalam pendidikan, dengan perluasan metode pembelajaran yang sesuai dengan peserta didik dewasa, salah satunya adalah seperti pendekatan andragogi oleh Malcolm Knowles [3]. Andragogi berasal dari bahasa Yunani, yang artinya memimpin orang dewasa. Secara harfiah, andragogi dapat diartikan sebagai seni atau ilmu mendidik orang dewasa [4]. Pembelajaran andragogi efektif ketika melibatkan aspek fisik dan mental emosional mahasiswa [5]. Metode andragogi dalam pembelajaran orang dewasa juga mempengaruhi kemampuan dan kualitas mahasiswa secara keseluruhan. Pembelajaran akademik dan non-akademik saling berhubungan dan mempengaruhi pengembangan kemampuan dan kualitas mahasiswa [6].

Mahasiswa sering menghadapi tantangan dalam pembelajaran, baik akademik maupun non-akademik. Hasil observasi awal terhadap 23 mahasiswa yang aktif dalam pembelajaran non-akademik menunjukkan bahwa 82,6% dari mereka menghadapi tantangan dalam pembelajaran, seperti rasa malas, kurang pemahaman materi, suasana belajar yang kurang kondusif, dosen yang sulit dipahami, deadline yang mendesak, progres skripsi, dan tugas di luar zona nyaman. Kemandirian belajar diperlukan agar mahasiswa dapat mengatasi tantangan tersebut dan mencapai kesuksesan dalam kehidupan akademik dan non-akademik.

Kemandirian belajar merupakan kemampuan siswa untuk menguatkan, mengorganisir, dan mengembangkan bakat yang dimilikinya secara mandiri. Siswa ini bertanggung jawab atas proses belajarnya sendiri dan tidak memerlukan bantuan dari pihak lain untuk dapat belajar secara mandiri [7]. Kemampuan kemandirian belajar juga mengaktifkan *Self Regulated Learning* (SRL) yang melibatkan kognisi, perilaku, dan motivasi mahasiswa dalam mencapai tujuan belajar [8]–[10]. *Self-regulated learning* adalah konsep dalam psikologi pendidikan yang mencakup keterampilan belajar. Ini melibatkan pemahaman siswa terhadap kemampuan berpikir, motivasi internal, dan proses kognitif yang digunakan untuk mencapai tujuan belajarnya [11]. Model SRL yang populer adalah model Zimmerman.

Secara umum terdapat dua tipe mahasiswa: aktif dalam organisasi dan tidak aktif dalam organisasi, dengan tantangan yang berbeda. Mahasiswa yang aktif menghadapi tantangan seperti sulitnya membagi waktu antara kuliah dan kegiatan organisasi, tugas di luar zona nyaman, keragaman karakteristik teman dalam organisasi, dan banyaknya program kerja. Aktivitas berorganisasi berkontribusi pada pengembangan keterampilan *Self Regulated Learning* (SRL) mahasiswa dan membawa pengalaman dalam regulasi diri [12]. Penerapan SRL pada mahasiswa masih menghadapi tantangan. Observasi awal melibatkan 23 mahasiswa PGSD Surakarta dari berbagai tahun. Sebagian besar (60,9%) merasa sering cemas atau *overthinking* terkait pembelajaran akademik dan non-akademik. Alasan yang disebutkan meliputi kurangnya nilai maksimal, beban tugas yang menumpuk, kekurangan keahlian, keraguan diri, tugas yang kurang jelas, takut tertinggal, kesulitan dalam mengatur waktu, dan kekhawatiran tentang masa depan. Selain itu, 52,2% mahasiswa merasa sangat khawatir tentang target atau ekspektasi masa depan. Kekhawatiran ini berkaitan dengan pencapaian tujuan, pekerjaan setelah lulus, ketidaksesuaian dengan ekspektasi, kebanggaan orang tua, kondisi ekonomi, dan perbandingan dengan teman sebaya. Data ini mengindikasikan bahwa mahasiswa PGSD Surakarta masih mengalami kecemasan dan kekhawatiran terhadap hal-hal yang belum terjadi dan di luar kendali mereka.

Menurut Irvine, Stoikisme dapat membantu individu mengatasi kecemasan dan khawatir dengan mengubah cara pandang terhadap hal-hal di luar kendali [13]. Pada survei kekhawatiran nasional yang dilakukan oleh Manampiring pada 2017 dengan 3.634 responden di Indonesia, 53% responden yang menempuh pendidikan mengaku khawatir dengan pendidikan mereka, dengan penyebab utamanya adalah tugas/paper yang tidak lancar, hilangnya motivasi belajar, dan nilai jelek/tidak lulus. Manampiring menyatakan bahwa Stoikisme memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi kekhawatiran dan tantangan dalam pendidikan mereka serta meraih kemandirian belajar yang lebih baik [14]. Menurut Penilaian Kesehatan Perguruan Tinggi Nasional 2017 dari American College Health Association, sejumlah mahasiswa mengalami kesepian (20,5%), kecemasan (60,9%), kecemasan yang didiagnosis (21,6%), dan depresi yang didiagnosis (17,8%). MacMillan (2019) berpendapat bahwa Stoikisme dapat membantu mahasiswa membangun landasan pribadi yang kuat untuk mengatasi tantangan tersebut. Pigliucci [15] juga menyebut Stoikisme sebagai filosofi terapan yang membantu mengembangkan pandangan dunia yang koheren dalam kehidupan sehari-hari dan masyarakat modern.

Penelitian yang relevan dari kedua bidang ilmu menunjukkan temuan yang berharga. Dalam konteks *Self Regulated Learning* (SRL), penelitian Siti Suminarti dan Siti Fatimah [16] menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki SRL lebih tinggi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik, menunjukkan kemampuan mengatasi masalah belajar dengan percaya diri serta mandiri. Selain itu, penelitian Grahani [12] menegaskan bahwa keikutsertaan dalam organisasi mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan SRL. Di sisi lain, penelitian tentang penerapan Stoikisme dalam pendidikan menunjukkan bahwa pengajaran Stoikisme dapat meningkatkan keterampilan

kepemimpinan, keterampilan interpersonal, dan kesejahteraan emosional bagi mahasiswa dan profesional muda [17]. Ada juga upaya untuk menggunakan prinsip-prinsip Stoikisme dalam pelatihan kognitif untuk mengurangi kerentanan terhadap kecemasan dan depresi, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian MacLellan & Derakshan [18] yang menunjukkan hasil positif dalam mengatasi masalah kesehatan mental umum.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kualitatif deskriptif untuk memaparkan analisis SRL berdasarkan perspektif filsafat Stoikisme pada mahasiswa PGSD Surakarta tahun pertama yang aktif berorganisasi. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah skala Likert dan wawancara. Skala Likert adalah salah satu bentuk skala yang dilakukan untuk mengumpulkan data demi mengetahui atau mengukur data yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif. Skala Likert berisi 40 pernyataan secara *favorable* sebanyak 24 pernyataan dan *unfavorable* sebanyak 16 pernyataan untuk menghindari bias berupa stereotip respon dan menghindari tanggapan yang secara mekanis selalu setuju atau selalu tidak setuju. Wawancara dilakukan kepada mahasiswa PGSD Surakarta tahun pertama yang aktif berorganisasi dan digunakan sebagai validasi data menggunakan teknik *member checking*. Wawancara dilakukan agar peneliti mendapatkan konfirmasi, modifikasi, hingga verifikasi data dari hasil pengisian skala.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian studi kasus. Studi kasus adalah jenis penelitian yang melibatkan penyelidikan mendalam terhadap suatu program, peristiwa, kegiatan, proses, atau individu. Fokus studi kasus ini dibatasi pada kasus tertentu yang memiliki batasan waktu dan aktivitas tertentu. Kasus yang diteliti pada penelitian adalah terkait dengan SRL mahasiswa PGSD Surakarta tahun pertama yang aktif dalam berorganisasi. Untuk memperoleh data secara ilmiah secara keabsahan data dan dapat dipertanggung jawabkan pada penelitian ini menggunakan teknik *member checking* dan *key informan*. Metode *member checking* atau pemeriksaan anggota yang digunakan adalah dengan wawancara. Setelah data diisi dan dikumpulkan melalui skala, peneliti meminta peserta untuk melihat kembali data untuk mendapatkan konfirmasi, modifikasi, hingga verifikasi data melalui kegiatan wawancara semi-terstruktur. Validitas data kedua menggunakan *key informan*. *Key informan* adalah mereka yang mengetahui dan memiliki berbagai informasi pokok yang diperlukan dalam penelitian. *Key informan* yang digunakan dalam penelitian adalah Dr. H. Fahrudin Faiz, S.Ag., M.Ag. salah satu dosen pada prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sunan Kalijaga.

Pengambilan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik untuk mengambil sumber data penelitian dengan berbagai pertimbangan. Subjek yang dipilih dalam penelitian berupa mahasiswa PGSD Surakarta tahun pertama yang aktif berorganisasi khususnya yang mengikuti Himpunan Mahasiswa atau HIMA dan BEM FKIP UNS sebanyak 4 orang mahasiswa. Adapun proses analisis data kualitatif dalam penelitian ini menggunakan model analisis data menurut Miles dan Huberman (2018), mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh, aktivitasnya dalam analisis data berupa : (1) pengumpulan data, (2) kondensasi data (*data condensation*), (2) penyajian data (*data display*), dan (3) penarikan kesimpulan/ verifikasi (*conclusion drawing*).

## 3. Hasil dan Pembahasan

*Self-regulated learning* dapat diartikan sebagai individu yang dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajarnya meliputi metakognitif, motivasi, dan perilaku. Metakognitif mencakup, individu dapat mengorganisasi, merencanakan dan menginstruksi diri hingga mengevaluasi dirinya dalam proses belajar. Menurut Livingston (1997) metakognisi adalah pemahaman individu terhadap proses berpikirnya sendiri atau yang sering disebut sebagai "berpikir tentang berpikir." [19]. Secara motivasi, individu memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*), kemandirian dan merasa dirinya kompeten. Secara perilaku, individu mampu menyusun, menyeleksi, hingga menata lingkungan sekitar untuk mencapai belajar yang lebih optimal. Berdasarkan model dari Zimmerman, SRL dibagi menjadi beberapa indikator, yaitu: (1) *task analysis*, (2) *self-motivation belief*, (3) *self-control*, (4) *self-observation*, (5)

*self-judgment*, (6)*self-reaction*. Sedangkan Stoikisme merupakan aliran filsafat yang berasal dari Athena pada 300 SM, yang mengajarkan pengakuan emosi, refleksi, dan penggunaan emosi untuk kebaikan diri dengan tujuan mencapai kehidupan bahagia dan ketangguhan emosional. Pada Stoikisme terdapat tiga indikator, antara lain: (1) disiplin persetujuan, (2) disiplin tindakan dan (3) disiplin keinginan

#### 1. Task Analysis

Secara keseluruhan, subjek 1, subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 telah menerapkan prinsip-prinsip Stoikisme dalam konteks belajar. Subjek 1 perlu lebih menyadari faktor-faktor di luar kendalinya dan fokus pada proses belajar serta memperbaiki hubungan dengan orang lain. Subjek 2 telah memahami dan menerapkan prinsip-prinsip Stoikisme dengan menetapkan tujuan belajar yang relevan, mengatur proses belajar, dan mengambil kendali penuh atas pilihan strategi belajar. Subjek 3 juga menerapkan prinsip Stoikisme dengan memfokuskan upaya pada hal-hal yang dapat dikendalikan, mengarahkan perhatian pada proses belajar, dan mengambil tanggung jawab penuh atas pilihan dan tindakan belajar. Subjek 4 memiliki sikap yang sesuai dengan nilai-nilai Stoikisme, yaitu mengendalikan upaya dan tindakan untuk mencapai tujuan belajar serta menerima hasil akhir dengan bijaksana.

#### 2. Self-motivation Belief

Penerapan prinsip-prinsip Stoikisme berperan penting dalam mengembangkan sikap dan perilaku subjek 1, subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 dalam hal *self-motivation belief*. Subjek 1 menggunakan konsep disiplin persetujuan Stoikisme untuk mengelola pemikiran dan sikap terhadap tugas, sementara subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 menerapkan prinsip-prinsip Stoikisme dalam berbagai aspek. Mereka memiliki pemahaman tentang kendali pribadi, mengambil tanggung jawab penuh, mengendalikan pilihan dan keinginan, menghadapi tantangan dengan keyakinan dan ketekunan, serta membedakan antara hal yang dapat dikendalikan dan tidak dapat dikendalikan. Penerapan prinsip-prinsip Stoikisme ini membantu subjek-subjek tersebut memotivasi diri, mengembangkan kepercayaan diri, mengelola waktu dan tugas secara bijaksana, serta memiliki ketahanan mental yang baik dalam menghadapi tantangan akademik.

#### 3. Self-control

Terkait dalam mengembangkan *self-control* dan mencapai keberhasilan dalam tugas-tugas akademik, subjek 1, subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 menerapkan prinsip-prinsip Stoikisme. Mereka memiliki kesadaran terhadap pentingnya tindakan dan latihan yang teratur, mengakui keterbatasan diri, dan memanfaatkan sumber daya yang ada. Subjek 1 menghadapi tantangan dalam membutuhkan bantuan dan sering teralihkan fokus, sementara subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 menunjukkan sikap terbuka, rendah hati, dan proaktif dalam menghadapi kesulitan. Mereka memecah tugas yang kompleks, menciptakan lingkungan yang mendukung, dan fokus pada tugas di hadapan mereka. Sikap optimisme, tanggung jawab pribadi, dan penghargaan terhadap pengetahuan dan dukungan sosial juga tercermin dalam tindakan mereka. Secara keseluruhan, subjek-subjek ini menerapkan prinsip-prinsip Stoikisme dalam mengembangkan *self-control* dan mencapai keberhasilan dalam pembelajaran.

#### 4. Self-observation

Pada *self-observation*, subjek 1, subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 menunjukkan konsistensi dalam penerapan prinsip-prinsip Stoikisme. Mereka mengakui pentingnya tanggung jawab pribadi, pengendalian diri, dan evaluasi diri dalam pembelajaran. Mereka juga menunjukkan sikap terbuka, kemandirian, dan proaktif dalam menghadapi tantangan pembelajaran. Subjek-subjek ini menggunakan alat-alat evaluasi diri untuk meningkatkan pemahaman dan mencapai tujuan belajar. Sikap mereka mencerminkan penerapan prinsip-prinsip Stoikisme dalam mengembangkan kemandirian dan tanggung jawab pribadi dalam pembelajaran.

#### 5. Self-judgment

Pada *self-judgment*, subjek 1, subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 menunjukkan penerapan sikap dan prinsip-prinsip Stoikisme dalam mengambil tanggung jawab pribadi, menetapkan standar, mengendalikan diri, dan melakukan evaluasi dan perbaikan diri. Mereka memiliki kesadaran diri yang tinggi terhadap kemampuan dan keterbatasan diri sendiri, serta memiliki motivasi untuk terus meningkatkan diri melalui evaluasi dan refleksi. Subjek-subjek ini berusaha mencapai kinerja belajar yang lebih baik dengan menggunakan standar yang ditetapkan sebagai panduan, dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Mereka tidak mencari pembenaran atau menyalahkan faktor eksternal atas kegagalan, melainkan mengambil tanggung jawab penuh atas tindakan dan pilihan mereka sendiri. Subjek-subjek ini juga menunjukkan sikap proaktif dalam menghadapi kesulitan dan mengambil inisiatif untuk memperbaiki kekurangan dalam pembelajaran. Secara keseluruhan, sikap subjek-subjek ini sejalan dengan nilai-nilai dan prinsip-prinsip Stoikisme yang mendorong pengembangan diri melalui pengendalian diri, tanggung jawab pribadi, dan pertumbuhan dan perbaikan diri.

#### 6. Self-reaction

Pada *self-reaction*, subjek 1, subjek 2, subjek 3, dan subjek 4 menunjukkan penerapan sikap dan prinsip-prinsip Stoikisme dalam mengendalikan diri dan mengevaluasi diri. Mereka memiliki kesadaran akan pentingnya pengendalian diri, evaluasi objektif, dan pengaruh pemikiran terhadap emosi. Mereka bertanggung jawab atas pencapaian belajar mereka tanpa menyalahkan faktor eksternal atau orang lain. Subjek-subjek ini menerima kritik dengan sikap terbuka, mengambil langkah konkret untuk meningkatkan efektivitas belajar, dan memanfaatkan umpan balik dan bantuan dari dosen dan teman-teman sebagai dukungan dalam proses belajar. Mereka menjaga citra diri dengan optimisme, menghadapi kegagalan dengan sikap positif, dan mampu mengelola perasaan negatif untuk tetap termotivasi. Secara keseluruhan, subjek-subjek ini menerapkan nilai-nilai Stoikisme seperti pengendalian diri, penilaian objektif, tanggung jawab pribadi, dan pengelolaan emosi dalam menghadapi tantangan dalam pembelajaran.

### 4. Kesimpulan

Subjek 1 perlu mengembangkan kemampuan untuk mengidentifikasi tugas-tugas yang harus dilakukan, memahami langkah-langkah yang diperlukan, dan memperhatikan faktor eksternal yang mempengaruhi kinerjanya. Subjek 2 berhasil menerapkan perspektif Stoikisme dalam semua aspek, membantu dirinya dalam mengembangkan SRL, memotivasi diri sendiri, mengelola waktu dan tugas dengan bijaksana, serta mencapai keberhasilan dalam bidang akademik maupun non-akademik. Subjek 3 mengaplikasikan perspektif Stoikisme dengan fokus pada hal-hal yang dapat dikendalikan dalam proses belajar, menghasilkan SRL yang baik dan mencapai keberhasilan dalam bidang akademik maupun non-akademik. Subjek 4 mampu mengendalikan tindakan untuk mencapai tujuan belajar, menerapkan perspektif Stoikisme dalam semua aspek, dan berhasil mengembangkan SRL, memotivasi diri sendiri, mengelola diri dengan bijaksana, serta mencapai keberhasilan dalam akademik maupun non-akademik.

Penelitian ini memiliki implikasi teoritis yang substansial dalam memperkaya pemahaman tentang hubungan antara prinsip-prinsip Stoikisme dan *Self Regulated Learning* (SRL) pada mahasiswa PGSD Surakarta tahun pertama yang aktif berorganisasi. Implikasi ini akan berkontribusi dalam pengembangan teori SRL yang lebih komprehensif dengan mengintegrasikan elemen Stoikisme, membuka peluang untuk pengembangan pendekatan pendidikan holistik dengan mempertimbangkan aspek etika dan moral dalam pembelajaran. Selain itu, penelitian ini dapat membantu guru-guru SD dalam mengadaptasi konsep Stoikisme ke dalam pendekatan pembelajaran yang mendukung SRL pada anak-anak, merancang situasi pembelajaran yang mendorong kemandirian belajar, dan mencari cara kreatif untuk mengajarkan nilai-nilai Stoikisme dalam pendidikan sehari-hari. Sementara itu, dari sisi implikasi praktis, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan program pembelajaran yang lebih efektif dalam mengajarkan SRL pada mahasiswa PGSD Surakarta tahun pertama yang aktif berorganisasi. Penerapan prinsip-prinsip Stoikisme dalam SRL dapat membantu mahasiswa dalam mengatur

waktu, menghadapi stres, dan memotivasi diri untuk mencapai tujuan organisasional mereka. Hal ini juga dapat diterapkan dalam pengembangan program pengembangan kepemimpinan bagi mahasiswa yang aktif berorganisasi, sementara guru-guru SD dapat mengadopsi prinsip-prinsip yang ditemukan untuk mengembangkan metode pembelajaran yang efektif dalam membantu anak-anak mengembangkan keterampilan SRL, serta mengintegrasikan nilai-nilai Stoikisme dalam pendidikan karakter dan pengembangan kepemimpinan di sekolah dengan cara yang relevan dan sesuai dengan pemahaman anak-anak.

## 5. Referensi

- [1] R. Festiawan 2020 Belajar dan Pendekatan Pembelajaran
- [2] R. Yanuarsari and H. Suhendraya Muchtar 2019 Filsafat Dinteraksi Berbasis Andragogi dalam Proses Pembelajaran Mahasiswa
- [3] M. S. Knowles 1978 Andragogy: Adult Learning Theory in Perspective
- [4] W. Rai 2013 Gagasan Andragogi dan Belajar Mandiri dalam Pemberdayaan Masyarakat
- [5] W. Lestari 2021 Pengembangan Modul Pembelajaran Bahasa Inggris Berbasis Andragogi Pada Program Studi Pendidikan Biologi di Universitas Muhammadiyah Palembang *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan* **2** (1) 171–177
- [6] G. Light, S. Calkins, and R. Cox 2009 *Learning and teaching in higher education: The reflective professional* Sage
- [7] E. P. Lutfi Anugerah, H. Mahfud, and M. Matsuri 2022 Analisis kemandirian belajar pada masa pembelajaran daring siswa kelas V sekolah dasar *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia): Jurnal Ilmiah Pendidikan* **8** (2)
- [8] A. Chita, P. Harahap, and S. R. Harahap 2020 Covid 19: Self Regulated Learning Mahasiswa **10** (1)
- [9] B. J. Zimmerman 1986 Becoming a Self-Regulated Learner: Which Are the Key Subprocesses
- [10] J. W. Santrock 2017 *Educational psychology* McGraw-Hill Education
- [11] M. Wahyuningtyas, R. W. Atmojo, and R. Ardiansyah 2023 Hubungan self regulated learning dan keterampilan berpikir kritis mahasiswa PGSD UNS *Didaktika Dwija Indria* **11** (6)
- [12] F. O. Grahani, 2019 Self regulated learning (SRL) pada mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam organisasi *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi* **17** (2)
- [13] W. B. Irvine 2008 *A guide to the good life: The ancient art of Stoic joy*. Oxford University Press
- [14] H. Manampiring 2019 *Filosofi Teras*
- [15] M. Pigliucci 2017 *How to be a stoic: Ancient wisdom for modern living* Random House
- [16] S. S. Fasikhah and S. Fatimah 2013 Self-Regulated Learning (SRL) dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa
- [17] S. MacMillan 2019 The Relevancy Of Modern Stoicism For Higher Education in *ICERI2019 Proceedings IATED* 3339–3344.
- [18] A. MacLellan and N. Derakshan 2020 The effects of stoic training and adaptive working memory training on emotional vulnerability in high worriers *Cognit Ther Res* 1–15
- [19] A. Shintawati, I. R. Widiyanto Atmojo, and D. R. Ardiansyah 2023 Pengaruh kesadaran metakognisi terhadap kemampuan berpikir kritis mahasiswa PGSD UNS Surakarta,” *Didaktika Dwija Indria* **11** (3)