

Pengaruh Self-Management terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP PGRI 9 Jakarta

Siti Zahara Siregar¹, Siti Aminah Alfalathi², Hengki Satrianta³

^{1,2,3} Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta Selatan, Indonesia

*Corresponding Author: siti.aminahalfalathi@unindra.ac.id

Abstrak

Kedisiplinan belajar merupakan salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh self-management terhadap kedisiplinan belajar siswa di SMP PGRI 9 Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain ex post facto. Populasi penelitian berjumlah 225 siswa kelas VII, dengan sampel sebanyak 72 siswa yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-management berpengaruh positif dan signifikan terhadap kedisiplinan belajar siswa, dengan persamaan regresi $Y = -0,815 + 1,121X$, koefisien regresi sebesar 1,121, nilai $t = 50,840$, dan nilai signifikansi $p < 0,001$. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,974$) menunjukkan bahwa self-management memberikan kontribusi sebesar 97,4% terhadap kedisiplinan belajar siswa, sedangkan 2,6% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan self-management siswa, semakin tinggi tingkat kedisiplinan belajarnya. Hasil penelitian ini memberikan dasar bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam merancang layanan yang berorientasi pada pengembangan kemampuan self-management untuk mendukung peningkatan kedisiplinan belajar siswa.

Keywords: *Self-Management, Kedisiplinan Belajar, Bimbingan dan Konseling*

Abstract

Learning discipline is one of the key factors supporting students' success in the learning process. This study aimed to examine the effect of self-management on the learning discipline of students at SMP PGRI 9 Jakarta. The research employed a quantitative approach using an ex post facto design. The study population consisted of 225 seventh-grade students, with a sample of 72 participants selected using the Slovin formula and a

simple random sampling technique. Data were collected using a questionnaire that had met the validity and reliability requirements. Data were analyzed using simple linear

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses yang memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan, karakter, serta perkembangan individu. Dalam proses pendidikan, keberhasilan peserta didik tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh sikap dan perilaku dalam menjalankan tanggung jawab sebagai seorang siswa. Salah satu aspek penting yang mendukung keberhasilan belajar adalah kedisiplinan belajar. Kedisiplinan belajar merupakan sikap individu dalam menaati aturan, mengatur waktu, menyelesaikan tugas, serta memiliki kesadaran untuk menjalankan kewajiban akademiknya. Menurut Hurlock (dalam Nadifa & Muttaqin, 2023), kedisiplinan terbentuk melalui adanya peraturan, hukuman, penghargaan, dan konsistensi yang diterapkan secara berkelanjutan. Siswa yang memiliki kedisiplinan belajar yang baik cenderung mampu mengatur waktu belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan mematuhi tata tertib yang berlaku sehingga dapat mendukung keberhasilan akademiknya.

Namun, pada kenyataannya masih ditemukan peserta didik yang memiliki tingkat kedisiplinan belajar yang rendah, seperti kurangnya keteraturan dalam belajar, keterlambatan mengumpulkan tugas, kurang mampu mengatur waktu, serta kurangnya tanggung jawab terhadap proses pembelajaran. Permasalahan kedisiplinan belajar menjadi salah satu masalah yang perlu diperhatikan karena apabila tidak segera diberikan solusi dapat memberikan dampak yang lebih luas terhadap perkembangan akademik maupun pribadi peserta didik. Rendahnya kedisiplinan belajar dapat menyebabkan siswa mengalami hambatan dalam mengikuti proses pembelajaran, kesulitan memahami materi pelajaran, menurunnya prestasi akademik, serta kurang berkembangnya sikap tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari (Ananda & Nora, 2022; Juliza et al., 2024; Raviando & Netrawati, 2023). Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat memengaruhi kedisiplinan belajar siswa.

Salah satu faktor yang diduga memengaruhi kedisiplinan belajar adalah kemampuan *self-management* atau pengelolaan diri. *Self-management* merupakan kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan pikiran, perasaan, serta perilaku untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Bandura (1997) menjelaskan bahwa *self-management* melibatkan proses pengamatan diri (*self-observation*), penilaian diri (*self-judgment*), dan respons diri (*self-response*). Melalui proses tersebut

individu dapat memantau perilakunya, mengevaluasi tindakan yang dilakukan, serta melakukan perubahan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam konteks pendidikan, kemampuan *self-management* membantu siswa mengatur waktu belajar, menentukan prioritas, mengendalikan perilaku yang menghambat pembelajaran, serta meningkatkan tanggung jawab terhadap tugas akademik. Kemampuan mengelola aspek kognitif, perilaku, dan emosional merupakan fondasi penting bagi berkembangnya berbagai kompetensi individu. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan terhadap regulasi diri dan proses perkembangan psikologis berkontribusi terhadap perkembangan kemampuan individu dalam berbagai konteks pendidikan (Saefudin et al., 2025).

Dalam masa perkembangan remaja, kemampuan *self-management* menjadi semakin penting karena siswa dituntut untuk lebih mandiri dalam mengatur aktivitas belajarnya. Siswa yang memiliki kemampuan *self-management* yang baik cenderung mampu mengontrol perilaku, mengelola emosi, serta mempertahankan motivasi belajar sehingga dapat membentuk kebiasaan belajar yang lebih teratur dan bertanggung jawab. Sebaliknya, rendahnya kemampuan *self-management* dapat menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam mengatur kegiatan belajar yang berdampak pada rendahnya kedisiplinan belajar.

Fenomena rendahnya kedisiplinan belajar juga ditemukan di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil pengamatan awal yang dilakukan di SMP PGRI 9 Jakarta, masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam mengatur kegiatan belajar, kurang konsisten dalam menyelesaikan tugas, serta kurang mampu mengontrol perilaku yang dapat menghambat proses pembelajaran. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara harapan pendidikan yang menginginkan siswa memiliki kemandirian, tanggung jawab, dan disiplin belajar dengan kenyataan yang terjadi di lingkungan sekolah.

Dalam bidang Bimbingan dan Konseling (BK), penguatan *self-management* dapat menjadi salah satu strategi dalam membantu siswa mengatasi permasalahan belajar, meningkatkan tanggung jawab, serta mengembangkan kemampuan mengatur diri. Guru BK memiliki peran penting dalam merancang layanan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan siswa agar mampu mencapai perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier secara optimal. Pendekatan layanan yang mempertimbangkan karakteristik psikologis individu terbukti mendukung pengembangan keterampilan refleksi diri, komunikasi, serta kesiapan individu dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan (Alfalathi et al., 2025). Berbagai inovasi layanan BK juga menunjukkan bahwa pengembangan karakter dan kemampuan mengelola diri dapat dilakukan melalui beragam media pembelajaran reflektif yang berorientasi pada pembentukan perilaku positif siswa (Salsadita et al., 2026).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self-management* memiliki hubungan dengan peningkatan perilaku positif siswa. Penelitian Umam dan Hasanah (2023) menunjukkan bahwa penerapan teknik *self-management* dalam layanan konseling dapat membantu siswa meningkatkan kemampuan mengatur waktu, menetapkan tujuan, dan mengendalikan perilaku. Selanjutnya, penelitian Said et al. (2020) menemukan bahwa teknik *self-management* dapat membantu meningkatkan kedisiplinan belajar melalui proses perencanaan diri, pemantauan diri, dan evaluasi diri. Penelitian Damayanti dan Istati (2024) menunjukkan bahwa penerapan teknik *self-management* mampu meningkatkan tanggung jawab akademik siswa yang berkaitan dengan kedisiplinan dalam belajar. Selain itu, penelitian Meng dan Ning (2021) menunjukkan bahwa kemampuan *self-management* berperan penting dalam meningkatkan disiplin diri dan keberhasilan akademik siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mampu mengelola pikiran, emosi, dan perilakunya dengan baik cenderung memiliki kebiasaan belajar yang lebih teratur serta tanggung jawab yang lebih tinggi dalam proses pembelajaran. Selanjutnya, penelitian Magdalena (2021) menemukan bahwa *self-management* merupakan salah satu prediktor keberhasilan akademik siswa. Siswa yang memiliki kemampuan *self-management* yang baik menunjukkan tingkat kehadiran yang lebih tinggi, partisipasi aktif dalam pembelajaran, serta kemampuan mengendalikan diri yang lebih baik dibandingkan siswa yang memiliki *self-management* rendah.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, diketahui bahwa *self-management* memiliki peran dalam meningkatkan berbagai aspek perilaku positif siswa, termasuk kedisiplinan belajar dan tanggung jawab akademik. Namun, sebagian besar penelitian tersebut berfokus pada penerapan teknik *self-management* dalam layanan konseling atau pengaruhnya terhadap aspek akademik tertentu. Berbagai penelitian terdahulu umumnya menitikberatkan pada efektivitas teknik *self-management* dalam layanan konseling, pembentukan karakter melalui intervensi pembelajaran, maupun pengaruh faktor relasional terhadap perilaku siswa (Damayanti & Istati, 2024; Salsadita et al., 2026; Saefudin et al., 2026). Namun, penelitian yang secara khusus menguji pengaruh kemampuan *self-management* sebagai karakteristik individual terhadap kedisiplinan belajar siswa SMP menggunakan pendekatan kuantitatif masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis pengaruh *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa di SMP PGRI 9 Jakarta.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat pengaruh *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa di SMP PGRI 9 Jakarta?” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa serta implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling.

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara teoritis dan praktis. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian Bimbingan dan Konseling, khususnya mengenai *self-management* dan kedisiplinan belajar. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi siswa dalam meningkatkan kemampuan *self-management*, serta bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam merancang layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa, dan bagi sekolah dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Berdasarkan kajian teori dan penelitian terdahulu, hipotesis penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa di SMP PGRI 9 Jakarta.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *ex post facto* untuk menganalisis pengaruh *self-management* sebagai variabel independen (X) terhadap kedisiplinan belajar sebagai variabel dependen (Y) tanpa memberikan perlakuan terhadap variabel yang diteliti. Penelitian dilaksanakan di SMP PGRI 9 Jakarta dengan populasi seluruh siswa kelas VII yang berjumlah 225 siswa. Sampel penelitian sebanyak 72 siswa ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10% dan dipilih melalui teknik *simple random sampling* sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner berskala Likert yang disusun berdasarkan indikator *self-management*, yaitu *self-observation*, *self-judgment*, dan *self-response*, serta indikator kedisiplinan belajar yang meliputi kepatuhan terhadap aturan, penerapan sistem penghargaan dan hukuman, serta konsistensi dalam belajar. Instrumen penelitian diuji menggunakan uji validitas dengan korelasi *Product Moment Pearson* dan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*, yang menunjukkan seluruh butir instrumen memenuhi kriteria valid dan reliabel. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara langsung kepada responden setelah memperoleh izin dari pihak sekolah, dengan menjamin kerahasiaan data dan penggunaannya hanya untuk kepentingan akademik. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics melalui analisis deskriptif, uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas, kemudian dilanjutkan dengan analisis regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis penelitian. Pengujian signifikansi dilakukan menggunakan uji *t*, sedangkan besarnya kontribusi variabel *self-management* terhadap kedisiplinan belajar dianalisis menggunakan koefisien determinasi (R^2) (Sugiyono, 2019). Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan data berbasis kuesioner yang bergantung pada kejujuran responden serta hanya melibatkan satu variabel

independen sehingga masih terdapat faktor lain yang berpotensi memengaruhi kedisiplinan belajar siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa di SMP PGRI 9 Jakarta. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran instrumen kuesioner kepada 72 siswa sebagai sampel penelitian. Instrumen terdiri dari variabel *self-management* (X) dan kedisiplinan belajar (Y). Data yang diperoleh dianalisis menggunakan bantuan program statistik melalui beberapa tahap pengujian, yaitu uji normalitas, uji linearitas, dan uji regresi linear sederhana.

Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa *self-management* berpengaruh signifikan terhadap kedisiplinan belajar siswa. Koefisien regresi sebesar 1,121 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan *self-management* akan meningkatkan kedisiplinan belajar sebesar 1,121 satuan. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik *self-management* siswa, maka semakin tinggi pula kedisiplinan belajarnya.

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	B	SE	β	t	p
Konstanta	-0,815	2,163	-	-0,377	0,708
Self-management	1,121	0,022	0,987	50,840	<0,001

Tabel 2. Koefisien Determinasi Model

R	R ²	Adjusted R ²	Std. Error
0,987	0,974	0,973	3,894

Nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,987 menunjukkan hubungan yang sangat kuat antara *self-management* dan kedisiplinan belajar siswa. Sementara itu, koefisien determinasi (R²) sebesar 0,974 menunjukkan bahwa *self-management* memberikan kontribusi sebesar 97,4% terhadap kedisiplinan belajar siswa, sedangkan 2,6% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Secara teoritis, hasil penelitian ini sejalan dengan konsep Bandura (dalam Lasmanawati, 2021) yang menyatakan bahwa *self-management* mencakup *self-observation*, *self-judgment*, dan *self-response* yang membantu siswa mengatur dan mengevaluasi perilaku belajarnya. Selain itu, teori *self-regulated learning* Zimmerman (dalam Yanti et al., 2021) juga menjelaskan bahwa kemampuan mengatur diri

berdampak pada perencanaan, pengawasan, dan evaluasi belajar yang mendukung kedisiplinan.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *self-management* berpengaruh terhadap peningkatan disiplin belajar dan tanggung jawab akademik (Umam & Hasanah, 2023; Said et al., 2021; Damayanti & Istaty, 2024).

Penjelasan alternatif menunjukkan bahwa tingginya hubungan antarvariabel dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden yang relatif homogen serta kemungkinan bias dalam pengisian angket. Selain itu, faktor lain seperti motivasi belajar, dukungan keluarga, dan lingkungan teman sebaya juga dapat memengaruhi kedisiplinan belajar siswa namun tidak dianalisis dalam penelitian ini.

Temuan ini memiliki implikasi dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya pada layanan pengembangan diri. Guru BK dapat membantu siswa meningkatkan *self-management* melalui layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling kelompok, serta layanan penguasaan konten yang berfokus pada pengaturan waktu, pengendalian diri, dan evaluasi diri.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu penggunaan kuesioner yang bergantung pada kejujuran responden serta hanya mengkaji satu variabel bebas sehingga belum menggambarkan faktor lain yang memengaruhi kedisiplinan belajar siswa. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain seperti motivasi belajar, dukungan orang tua, dan lingkungan teman sebaya, serta menggunakan metode yang lebih beragam agar hasil penelitian lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *self-management* memiliki pengaruh yang penting dan positif terhadap kedisiplinan belajar siswa di SMP PGRI 9 Jakarta. Kemampuan siswa dalam mengelola diri, seperti mengatur waktu, mengendalikan perilaku, mengevaluasi diri, dan menetapkan tujuan belajar, terbukti berperan dalam membentuk kebiasaan belajar yang lebih disiplin dan bertanggung jawab. Semakin baik kemampuan *self-management* yang dimiliki siswa, semakin baik pula tingkat kedisiplinan belajar yang ditunjukkan dalam kegiatan akademik sehari-hari. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor internal siswa, khususnya kemampuan mengelola diri sendiri. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memiliki arti penting dalam pengembangan kajian ilmu pendidikan dan bimbingan konseling, karena memberikan pemahaman bahwa penguatan *self-management* dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa. Dengan demikian, temuan ini layak untuk diperhatikan dan digunakan oleh komunitas

akademik sebagai dasar dalam pengembangan penelitian lanjutan maupun praktik layanan pendidikan di sekolah.

REFERENCES

- Alfalathi, S. A., Mayra, Z., Suryaman, N. T., Wahjuningtjas, R., & Saefudin, D. (2025). Analysis of Attachment Styles and Relationship Dynamics in Early Adulthood: Implications for the Need for Premarital Counseling. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 6(2), 69-80. <https://doi.org/10.21831/progcouns.v6i2.90347>
- Ananda, G. P., & Nora, D. (2022). Faktor-faktor penyebab rendahnya karakter disiplin siswa kelas X IPS di SMA Negeri 1 Junjung Sirih. *Jurnal Sikola: Jurnal Kajian Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(1), 1-13. <https://doi.org/10.24036/sikola.v4i1.196>
- Damayanti, R., & Istati, M. (2024). Effectiveness of Group Counseling with Self-management Techniques to Improve Academic Responsibility of Students. *EDUCATIONE: Journal of Education Research and Review*, 66-72.
- Juliza, V., Sari, D. E., Destasari, S. M., & Sari, U. P. (2024). Analisis Kurangnya Kedisiplinan dan Pendidikan Karakter di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 3(2), 1824-1838.
- Lasmanawati, A. (2021). Strategi pembelajaran self-regulation dalam pemecahan masalah matematika. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 1-16. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Magdalena, M. (2021). Self-management Skills and Student Achievement – A Pilot Study. *LUMEN Proceedings Series*, 16, 490-506. <https://doi.org/https://doi.org/10.18662/lumproc/atee2020/34>
- Meng, W., & Ning, F. (2021). An Evidence-Based Perspective of the Self-Management of Middle School Students. *Science Insights*, 38(2), 305-313. <https://doi.org/https://doi.org/10.15354/si.21.re079>
- Nadifa, D., & Muttaqin, A. (2023). Pembentukan Karakter Disiplin Santri Melalui Amaliyah Yaumiyyah di Pondok Pesantren Nurul Huda. *Risalatuna: Journal of Pesantren Studies*, 3(1), 1-21. <https://ejournal.iaisyarifuddin.ac.id/index.php/risalatuna>
- Raviando, M. R., & Netrawati, N. (2023). Analisis Faktor Penyebab Rendahnya Kedisiplinan Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Sungai Tarab. *Current Issues in Counseling*, 3(1), 169-181. <https://doi.org/10.24036/0923cic>
- Saefudin, D. P., Sentosa, P. P. P., Mulyadi, M., Restoeningroem, R., Kasmanah, K., & Albab, S. (2026). Hubungan Kedekatan Sosial Teman Sebaya Dengan Pilihan Strategi Kesantunan Berbahasa. *Literasi: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta*

- Pembelajarannya*, 10(1), 142-149.
<http://dx.doi.org/10.25157/literasi.v10i1.24002>
- Saefudin, D. P., Wulandari, W., & Wahjuningtjas, R. (2025). Exploring the Role of Parent-Child Emotional Bonding and Verbal Interaction in Early Speaking Development. *SALEE: Study of Applied Linguistics and English Education*, 6(2), 513-524. <https://doi.org/10.35961/salee.v6i2.2093>
- Said, N., Aryani, F., Buchori, S., & Makassar, U. N. (2021). Efektivitas Teknik Self Management Dalam Mendorong Peningkatan Disiplin Siswa Di SMKN 1 Tinabung. *Consilium Journal : Journal Education and Counseling*, 38-49.
- Salsadita, S. S., Tobing, C. M. H., & Saefudin, D. P. (2026). Pembentukan Karakter Survival Siswa melalui Media Film: Studi Eksperimen pada Film Drawing Closer dan 18x2 Beyond Youthful Days. *HANA: Humanities and Academic Narratives in Education*, 1(2), 41-49. <https://doi.org/10.63203/hana.v1i2.492>
- Sri, A., Soeryanto, & Gusti, T. I. (2025). Pengaruh Pemahaman Teori dan Efikasi Diri terhadap Kompetensi Pengelasan Siswa SMK. *JiIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 8(2), 1631-1636.
<http://jiip.stkipyapisdempu.ac.id/jiip/index.php/JIIP/>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Edisi ke-2)*. Alfabeta.
- Syahroni, M. I. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Al-Musthafa STIT Al-Aziziyah Lombok Barat*, 2(3), 43-56.
<https://ejurnal.stitaziziyah.ac.id/index.php/ejam/article/download/50/45>
- Umam, A. K., & Hasanah, M. (2023). Teknik Self-Management pada Layanan Konseling untuk Peningkatan Kedisiplinan Siswa. *Al-Murabbi: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 9(2), 57-66. <https://jurnal.stiti-kp.ac.id/index.php/murabbi/article/download/4974/3561>
- Yanti, A., Walid, A., & Thohir, M. A. (2021). Self-regulated in a Blended Learning : Case Study on Educational Doctoral Candidates. *Prisma Sains: Jurnal Pengkajian Ilmu Dan Pembelajaran Matematika Dan IPA IKIP Mataram*, 9(2), 413-419.
<https://doi.org/10.33394/j-ps.v9i2.4410>