

**PENGEMBANGAN PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN UNTUK
MENINGKATKAN *SELF-REGULATED LEARNING* SISWA
TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG**



SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling

Oleh:

Hafsah Hamidah

2007538

**PROGRAM STUDI SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

LEMBAR HAK CIPTA
PENGEMBANGAN PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN UNTUK
MENINGKATKAN *SELF-REGULATED LEARNING* SISWA
TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG

Oleh

Hafsah Hamidah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan

©Hafsah Hamidah 2025

Universitas Pendidikan Indonesia

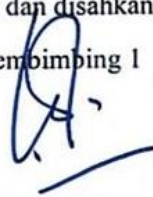
Januari 2025

Hak cipta dilindungi Undang-undang,
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak ulang,
digandakan, atau cara lainnya tanpa izin penulis.

LEMBAR PENGESAHAN
RANCANGAN PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN BERDASARKAN
PROFIL *SELF-REGULATED LEARNING* SISWA
TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG

disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



16/01 25

ace center
sidang

Dr. Setiawati, M.Pd

NIP 196211121986102001

Pembimbing II



Dra. Tati Kustiawati, M.Pd

NIP 196205191986032002

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd

NIP 19771014200112200

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan skripsi dengan judul “Rancangan Program Layanan Bimbingan Berdasarkan Profil *Self Regulated Learning* Siswa Terbuka Atlet SMAN 10 Banfung” ini beserta seluruh isinya sepenuhnya merupakan karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Januari 2025

Hafsah Hamidah

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT, berkat Rahmat dan hidayah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Rancangan Program Layanan Bimbingan Berdasarkan Profil *Self Regulated Learning* Siswa Terbuka Atlet SMAN 10 Bandung” untuk memperoleh gelar Sarjana dalam bidang ilmu Bimbingan dan Konseling.

Skripsi ini terdiri dari lima bab. Pada bab I disajikan tentang pendahuluan yang berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi. Pada bab II disajikan konsep *self regulated learning* yang bersumber dari berbagai sumber yang relevan serta penelitian terdahulu. Pada bab III disajikan metode penelitian yang mencakup desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel penelitian, pengembangan instrumen, prosedur penelitian, analisis data, dan pengembangan program layanan bimbingan. Pada bab IV disajikan hasil penelitian dan pembahasan serta keterbatasan penelitian. Pada bab V, disajikan kesimpulan dan rekomendasi penelitian.

Penelitian yang dilakukan ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki menjadi salah satu keterbatasan yang disadari oleh peneliti. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi pembaca serta memberikan manfaat untuk penelitian selanjutnya maupun para praktisi khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.

Bandung, Januari 2025

Hafsah Hamidah
NIM. 2007538

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji serta syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan berbagai nikmat yang tiada henti. Berkat rahmat serta hidayah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana, yaitu skripsi. Peneliti berterimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan yang berharga dalam proses penyusunan skripsi. Terimakasih saya ucapkan kepada:

1. Dr. Setiawati, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi I yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan dukungan berharga sejak awal perkuliahan selama proses penyusunan skripsi.
2. Dra. Tati Kustiawati, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan dukungan berharga selama proses penyusunan skripsi.
3. Dr. Ipah Saripah, M.Pd dan Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd selaku ketua dan sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI yang telah memberikan motivasi, kemudahan penulis selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
4. Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd., Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., dan Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd., selaku dosen ahli yang telah meluangkan waktunya untuk *judgement* instrument penelitian penulis untuk mendapatkan instrumen yang diharapkan.
5. Dr. Aam Imanuddin, M.Pd dan Dr. Ibrahim Al-Hakim, M.Pd sebagai penimbang program layanan bimbingan yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan disela-sela ssibuknya dalam menjalani tanggung jawab masing-masing.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi kehidupan.
7. Staff Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan kemudahan administrasi selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

8. Kepala SMA Negeri 10 Bandung yaitu Bapak A.T. Takdir Pancaroba, M.Pd yang telah memberikan kesempatan penulis untuk dapat melakukan penelitian di SMA Negeri 10 Bandung.
9. Bapak Agus Sunarya, M.Pd., Ibu Nada Asri Islami, S.Pd., Ibu Rizkia Nur Utami, S.Pd., dan Ibu Yustiana Amini, M.Pd., selaku guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 10 Bandung yang telah memberikan bantuan, bimbingan, arahan selama penelitian berlangsung.
10. Seluruh siswa kelas terbuka atlet SMA Negeri 10 Bandung yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi sebagai responden penelitian.
11. Kedua orang tua penulis yaitu Ibu Rahayu Resnawati dan Bapak Ismail Rachiman yang tiada henti memberikan doa serta dukungan moril maupun materil kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan perkuliahan.
12. M. Ridzky Nur Wahid S. yang senantiasa menemani, mendukung, dan mendoakan penulis selama mengerjakan skripsi.
13. Seluruh rekan-rekan seperjuangan Bimbingan dan Konseling yang senantiasa mendukung, menemani dan memberi kekuatan satu sama lain.
14. Serta pihak-pihak lain yang telah berjasa memberikan bantuan dan dukungan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi berlangsung.

Semoga Allah SWT. senantiasa membalas dengan kebaikan atas semua yang telah diberikan kepada peneliti. *Aamiin ya rabbal'alam.*

Bandung, Januari 2025

Hafsah Hamidah

NIM. 2007538

ABSTRAK

Hafsah Hamidah (2007538). Pengembangan Program Layanan Bimbingan Untuk Meningkatkan *Self Regulated Learning* Siswa Terbuka Atlet SMAN 10 Bandung

Self regulated learning adalah kemampuan siswa dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan dengan menggunakan strategi tertentu. Sehingga *Self Regulated Learning* merupakan kemampuan yang penting dimiliki oleh siswa khususnya siswa atlet. Penelitian bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan gambaran *self regulated learning* siswa terbuka atlet SMA Negeri 10 Bandung. Penelitian menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif dan menggunakan *purposive sampling*. Partisipan penelitian ini berjumlah 66 siswa. Instrumen yang disusun pada penelitian ini berdasarkan teori *Self regulated learning* dari Zimmerman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self regulated learning* siswa terbuka atlet SMA Negeri 10 Bandung ada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *self regulated learning* siswa cukup baik akan tetapi belum optimal. Program layanan bimbingan dirancang sebagai upaya bantuan kepada siswa dalam mengoptimalkan *self regulated learning*.

Kata kunci: *Self regulated learning*, Siswa Atlet, Layanan Bimbingan

ABSTRACT

Hafsah Hamidah (2007538). *Development of Guidance Service Program to Improve Self-Regulated Learning of Open Student Athlete SMAN 10 Bandung*

Self regulated learning is the ability of students to control, regulate, plan, and monitor behavior to achieve a goal using certain strategies. So that Self Regulated Learning is an important ability possessed by students, especially student athletes. The study aims to determine and describe the description of self-regulated learning of open student athletes of SMA Negeri 10 Bandung. The study used a quantitative research design with descriptive methods and used purposive sampling. The participants of this study amounted to 66 students. The instrument prepared in this study is based on Zimmerman's self-regulated learning theory. The results showed that the self-regulated learning of open student athletes of SMA Negeri 10 Bandung was in the moderate category. This shows that the level of students' self-regulated learning is quite good but not optimal. The guidance service program is designed as an effort to assist students in optimizing self-regulated learning.

Keywords: *Self regulated learning, student athletes, Guidance Service Program*

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Teoretis.....	6
1.4.2 Praktis.....	6
1.5. Struktur Organisasi Skripsi	7
BAB II	8
KONSEP TENTANG SELF REGULATED LEARNING SERTA BIMBINGAN DAN KONSELING	8
2.1 <i>Self-Regulated Learning</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Self Regulated Learning</i>	8
2.1.2 Karakteristik <i>Self Regulated Learning</i>	10
2.1.3 Aspek <i>Self Regulated Learning</i>	10
2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Regulated Learning</i>	12
2.15 Fase-fase <i>Self Regulated Learning</i>	14
2.2 Siswa Terbuka Atlet.....	15

2.2.1 Karakteristik Siswa Terbuka Atlet	15
2.2.2 Sistem Seleksi Siswa Terbuka Atlet.....	16
2.3 Kerangka Teoritik Program Bimbingan dan Konseling	17
2.3.1 Konsep Bimbingan dan Konseling	17
2.3.2 Konsep Program Layanan Bimbingan.....	19
2.4 Penelitian Terdahulu	24
2.5 Posisi Penelitian	27
BAB III.....	28
METODOLOGI PENELITIAN	28
3.1 Desain Penelitian	28
3.2 Partisipan dan Lokasi Penelitian	29
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	29
3.4 Pengembangan Instrumen	30
3.4.1 Definisi Operasional Variabel.....	31
3.4.2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian	31
3.4.3 Uji Keterbacaan Instrumen.....	32
3.4.4 Uji Validitas Rasional	32
3.4.5 Uji Validitas Empiris.....	34
3.4.6 Uji Reliabilitas	38
3.5 Hasil Pengembangan Intrumen	39
3.7 Analisis Data	41
3.7.1 Verifikasi Data	42
3.7.2 Penyekoran Data	42
3.7.3 Kategorisasi Data.....	43
3.8 Pengembangan Program Bimbingan dan Konseling.....	44
BAB IV	47
TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Temuan Penelitian	47
4.1.1 Gambaran Umum <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung.....	47
4.1.2 Gambaran <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Atlet Terbuka SMA Negeri 10 Bandung berdasarkan Aspek dan Indikator	48

4.1.3 Gambaran <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Atlet Terbuka SMA Negeri 10 Bandung berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
4.2 Pembahasan Penelitian	56
4.2.1 <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung Secara Umum.....	56
4.2.2 <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung berdasarkan Aspek	57
4.2.3 <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung berdasarkan Jenis Kelamin	59
4.3 Rancangan Program Layanan Bimbingan Berdasarkan <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung	60
A. Rasional.....	60
B. Dasar Hukum	64
C. Visi dan Misi	65
D. Deskripsi Kebutuhan.....	66
E. Tujuan.....	68
F. Komponen Program	69
G. Bidang Layanan	70
H. Pengembangan Tema/Topik	72
I. Rencana Operasional (<i>Action Plan</i>)	71
J. Evaluasi, Pelaporan dan Tindak Lanjut.....	74
K. Sarana dan Prasarana Bimbingan dan Konseling	76
L. Rancangan Anggaran Biaya	76
BAB V.....	78
SIMPULAN DAN SARAN	78
5.1 Simpulan.....	78
5.2 Rekomendasi	79
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Fase Self Regulated Learning	15
Gambar 4.1 <i>Columchart Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet Berdasarkan Keseluruhan Aspek.....	48
Gambar 4.2 <i>Columchart Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet Berdasarkan Keseluruhan Indikator.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian	29
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen.....	31
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen setelah Uji Validitas Rasional.....	33
Tabel 3. 4 Tabel Validitas	34
Tabel 3. 5 Kisi-kisi Instrumen setelah Uji Validitas Empiris	37
Tabel 3. 6 Kategori Penilaian Reliabilitas	38
Tabel 3. 7 Hasil Uji Relibilitas.....	38
Tabel 3.8 Kisi-kisi Instrumen Hasil Pengembangan Instrumen.....	40
Tabel 3. 9 Kriteria Skor Alternatif Jawaban Instrumen.....	42
Tabel 3. 10 Kriteria Skor Aktual	43
Tabel 3.11 Kategorisasi Data	44
Tabel 3.12 Interpretasi Kategori <i>Self Regulated Learning</i>	44
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung.....	47
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMAN 10 Bandung Berdasarkan Aspek Metakognisi	50
Tabel 4.3 Distrubusi Frekuensi Aspek Metakognisi berdasarkan Indikator	50
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMAN 10 Bandung Berdasarkan Aspek Motivasi	51
Tabel 4.5 Distrubusi Frekuensi Aspek Motivasi berdasarkan Indikator	52
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMAN 10 Bandung Berdasarkan Aspek Perilaku	53
Tabel 4. 7 Distrubusi Frekuaensi Aspek Perilaku berdasarkan Indikator	53
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terbuka Atlet SMAN 10 Bandung Berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
Tabel 4. 9 Uji Independent Sample T-Test	55
Tabel 4. 10 Deskripsi Kebutuhan Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung.....	67
<i>Tabel 4. 11</i> Rumusan Kebutuhan Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung.....	72
<i>Tabel 4. 12</i> Rencana Kegiatan Bimbingan Siswa Terbuka Atlet SMA Negeri 10 Bandung	71
Tabel 4. 13 Rancangan Anggaran Biaya	76

DAFTAR PUSTAKA

- Abin, S. (2001). Psikologi kependidikan. *Bandung: PT Remaja Rosda.*
- Akhiruddin, S., Atmowardoyo, H., & Nurhikmah, H. (2019). Belajar dan Pembelajaran. *Gowa: Cahaya Bintang Cemerlang*, 193-206.
- Arnett, J. J. (2006). G. Stanley Hall's Adolescence: Brilliance and Nonsense. *History of Psychology*.
- Asri, D. N. (2016). Peranan Self-Regulated Learning Dalam Pendekatan Konstruktivisme Dalam Kerangka Implementasi Kurikulum Tahun 2013. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1).
- Azmi, S. (2016). Self regulated learning salah satu modal kesuksesan belajar dan mengajar. In *Jurnal Seminar Asean, Psychology dan Humanty* (pp. 400-406).
- Brown, B. B., Larson, R. W., & Saraswathi, T. S. (Eds.). (2002). *The world's youth: Adolescence in eight regions of the globe*. Cambridge University Press.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage learning.
- Damon, W., Menon, J., & Bronk, K. C. (2019). The development of purpose during adolescence. In *Beyond the Self* (pp. 119-128). Routledge.
- Depdiknas. (2003). Undang-undang RI No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Dunlosky, J., & Ariel, R. (2011). Self-regulated learning and the allocation of study time. In *Psychology of learning and motivation* (Vol. 54, pp. 103-140). Academic Press.
- El Fiah, R., & Purbaya, A. P. (2017). Penerapan Bimbingan Belajar dalam Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik di SMP Negeri 12 Kota Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 171-184.
- Ghimby, A. D. (2022). Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Kemampuan Berpikir Kritis dan Hasil Belajar. *JOEL: Journal of Educational and Language Research*, 1(12), 2091-2104.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2005). *Introduction to counseling and guidance*. Pearson Education.
- Gysbers N. C., & Henderson P. (2012). *Developing and managing your school guidance program* (5th ed.). Alexandria, VA: American Counseling Association
- Handayani, L. T. (2023). *Buku Ajar Implementasi Teknik Analisis Data Kuantitatif (Penelitian Kesehatan)*. PT. Scifintech Andrew Wijaya.

Hafsah Hamidah, 2025

PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Hanafy, M. S. (2014). Konsep belajar dan pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 17(1), 66-79.
- Hidayat, M. N. A., Sumarwati, M., & Mulyono, W. A. (2020). Integritas Akademik Mahasiswa berhubungan dengan Kemampuan dalam Mengatur Belajar Secara Mandiri. *Journal of Bionursing*, 2(2). <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.2>.
- Hurlock, B.E. (1990). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1949). Adolescent development.
- Jonker, L., Elferink-Gemser, M. T., & Visscher, C. (2011). The role of self-regulatory skills in sport and academic performances of elite youth athletes. *Talent Development & Excellence*, 3(2), 263-275.
- Juniar, N. (2024). Studi literatur: Pengaruh self regulated learning terhadap prestasi belajar siswa. *Jendela: Jurnal Pendidikan Elaborasi Athirah*, 1(1), 17-24.
- Kemala, Nasution. (2007). *Stress Pada Remaja*. Medan: Prodi Psikologi, Fakultas Kedokteran USU.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah atas (SMA)*.
- Kristiyani, T. (2016). Self regulated learningkonsep, implikasi, dan tantangannya bagi siswa di Indonesia. In Sanata Dharma University Press, Yogyakarta.
- Kusaeri, K., & Mulhamah, U. N. (2016). Kemampuan Regulasi Diri Siswa dan Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal Review Pembelajaran Matematika*, 1(1). <https://doi.org/10.15642/jrpm.2016.1.1.31-42>
- Lines, D. (2011). *Brief Counselling in Schools Third Edition*. London: Sage Publications Ltd.
- Lubis, R. F. (2020). Upaya guru pendidikan agama islam dalam mengatasi kesulitan belajar siswa. *Kreatifitas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, 9(1), 1-30.
- Makiko, N. R., & Jannah, M. (2024). Role Awareness Training in Student Athletes: Does Awareness of Roles Improve Self Regulation?. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(2), 220-231.
- Meece., & Askew. (2010). Gender and academic motivation. *Educational Psychology Handbook*, 2(1), 1-61.
- Mulyani, R. R., Chandra, Y., & Nita, R. W. (2023). Self regulated Learning (SRL) untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik di SDN 35 VII Koto Sungai Sarik. *Human: Journal of Community and Public Service*, 2(2).

Hafsah Hamidah, 2025

PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- McCardle, L., Young, B. W., & Baker, J. (2019). Self-regulated learning and expertise development in sport: current status, challenges, and future opportunities. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 112–138. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1381141>
- Mulyadi, M. (2013). “Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta Pemikiran Dasar Menggabungkannya”. *Jurnal Studi Komunikasi dan Media*, 15(1): 128. <https://doi.org/10.31445/jskm.2011.150106>.
- Mulyani, R. R., Chandra, Y., & Nita, R. W. (2023). Self regulated Learning (SRL) untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik di SDN 35 VII Koto Sungai Sarik. *Human: Journal of Community and Public Service*, 2(2).
- Natawidjaja, R. (1987). Pendekatan-Pendekatan dalam Penyuluhan Kelompok. Bandung: Diponegoro.
- Panduan Pelaksanaan SMA Terbuka Provinsi Jawa Barat, Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat (2017).
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Olds, S. W. (2009). *Human development*. McGraw-Hill.
- Payne, M. A. (2012). "All Gas and No Brakes!": Help for Metaphor or Harmful Stereotype?. *Journal of Adolescent Research*, 27(1), 3-17.
- Pintrich, P.R.(1995). Understanding self-regulated learning. In P.R. Pintrich (Ed.), *Understanding selfregulated learning*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Pintrich, P. R. (2003). "A motivational science perspective on the role of student motivation in learning and school performance." *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 725-734.
- Rahmadhea, S. (2024). Pengembangan Program Bimbingan Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa. *JBK Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(02), 46-53.
- Rahman, M. S. (2019). Aplikasi Rekapitulasi Kuesioner Hasil Proses Belajar Mengajar Pada STMIK Indonesia Banjarmasin Menggunakan Java. *Technologia: Jurnal Ilmiah*, 10(3), 165-171.
- Robert, L. Gibson, dan Marianne H. Mitchell. (2016). *Bimbingan dan Konseling*.
- Sadulloh, U., & Pd, M. (2019). *Pedagogik (ilmu mendidik)*. Bandung: Alfabeta
- Saputra, Y. D., & Ahmad, N. (2022). Survei Tingkat Regulasi Diri dalam Belajar pada Siswa Atlet Jombang Basketball Club. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 12932-12939.

Hafsah Hamidah, 2025

PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Scott, S. K., & Saginak, K. A. (2016). Adolescence: Physical and cognitive development. *Human growth and development across the lifespan: Applications for counselors*, 307-346.
- Schmidt, J. J. (2003). *Counseling in School: Essential Service and Comprehensive Programs*. 4th.ed. Boston: Allyn and Bacon.
- Supriatna, M. (2013). *Bimbingan dan konseling berbasis kompetensi orientasi dasar pengembangan profesi konselor edisi revisi*. Jakarta: PT Remaja Grafindo Persada.
- Surya, M. (1998). *Dasar-Dasar Penyuluhan (Counseling)*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Stangor, C., & Walinga, J. (2019). 14.3 Adolescence: Developing Independence and Identity. *Introduction to psychology*.
- Strom, P. S., & Strom, R. D. (2014). *Adolescents in the internet age: teaching and learning from them*. IAP.
- Thahir, A., & Hidriyanti, B. (2017). Pengaruh bimbingan belajar terhadap prestasi belajar siswa pondok pesantren madrasah aliyah al-utrujiyyah kota karang bandar lampung. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 1(2), 55-66.
- Van Hoose, W. H. (1969). *Guidance for Total Development*.
- Walgito, B. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*, Andi, Jakarta.
- Wijaya, E. Y., Sudjimat, D. A., & Nyoto, A. (2016, September). Transformasi pendidikan abad 21 sebagai tuntutan pengembangan sumber daya manusia di era global. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Matematika* (Vol. 1, No. 26, pp. 263-278).
- Willis, Sofyan S. (2007). *Konseling Individual: Teori dan Praktek*, Jakarta: CV Alfabeta.
- Yusuf, Syamsu & Nurihsan, Juntika. (2014). *Landasan dan Bimbingan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Young, M. R. (2005). The motivational effects of the classroom environment in facilitating self-regulated learning. *Journal of Marketing Education*, 27(1), 25-40.
- Zimmerman, BJ. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81, 329 – 339.
- Zimmerman, BJ. (2002). Becoming self regulated learner: an overview. *Theory into Practice*, 41, 64 – 70.

Hafsah Hamidah, 2025

PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Zimmerman, B.J. (2008). Investigating Self regulation and motivation: historical background, Methodological developments and future prospects. *American Educational Research Journal*. Vol 47 no. 1 pp 166-183.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2012). Motivation: An essential dimension of self-regulated learning. In *Motivation and self-regulated learning* (pp. 1-30). Routledge.