



SURAT TUGAS

Nomor: 28-R/UNTAR/PENELITIAN/VI/2022

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

1. **LAURA MARCELLE**
2. **SHIJISTANIAH**
3. **DIETER CHRISTOPHER**
4. **AGUSTINA, M.Psi., Psikolog**

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul : Meregulasi Diri Meraih Prestasi Belajar
Nama Media : Poster
Penerbit : Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia
Volume/Tahun : 06/2022
URL Repository : <https://pdki-indonesia.dgip.go.id/search?type=copyright&id=A00201801724&keyword=EC00202237657&page=1>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

23 Juni 2022

Rektor



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : e01744b37faf25da602eb7ef0d41b30f

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

REPUBLIC INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202237657, 19 Juni 2022

Pencipta

Nama : **Laura Marcelle, Shijistaniah dkk**
Alamat : Perumahan Taman Permata Cibinong 1 Blok A1 No. 21, RT. 05/
RW. 09, Ciriung, Cibinong, JAWA BARAT, 16918
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Tarumanagara**
Alamat : Jl. Letjen. S. Parman No.1 , Jakarta Barat, DKI JAKARTA, 11440
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Poster**
Judul Ciptaan : **Meregulasi Diri Meraih Prestasi Belajar**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 19 Juni 2022, di Jakarta Barat
Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, dihitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.
Nomor pencatatan : 000353268

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual
u.b.
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Anggoro Dasananto
NIP.196412081991031002

Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Laura Marcelle	Perumahan Taman Permata Cibinong 1 Blok A1 No. 21, RT. 05/ RW. 09, Ciriung
2	Shijistaniah	Jalan Teknologi VII Blok H15/ B24 RT. 08/ RW. 03, Meruya Utara, Kembangan, Jakarta Barat, 11620
3	Dieter Christopher	Kp. Gusti, RT. 04/ RW. 15, Pejagalan, Penjaringan, Jakarta Utara, 14450
4	Agustina, M.Psi., Psikolog	Taman Cosmos Blok G No.63-B, RT. 12/ RW. 07, Kedoya Utara, Kebon Jeruk, Jakarta Barat, 11520



Cara Meregulasi Diri dalam Belajar

Meregulasi Diri Meraih Prestasi Belajar

Regulasi diri adalah kontrol yang dimiliki peserta didik atas kognisi, perilaku, emosi, dan motivasi dalam penggunaan strategi pribadi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Source

Panadero, E., & Alonso-Tapia, J. (2014). How do students self-regulate? Review of Zimmerman's cyclical model of self-regulated learning. *Anales de Psicología*, 30(2), 450-462.

1

Goal Setting

Menetapkan tujuan belajar yang ingin dicapai. Tujuan tersebut dapat berupa prestasi yang ingin diraih atau keterampilan/mata pelajaran yang ingin dikuasai.



2

Strategic Planning

Menetapkan strategi/cara belajar untuk meraih tujuan yang sudah ditetapkan. Misalnya, dengan menentukan waktu untuk belajar mandiri.



3

Self-Observation

Melakukan observasi/pengawasan terhadap kualitas belajar mandiri yang telah dilakukan. Misalnya, mencatat hasil dari pembelajaran melalui berhasil atau tidaknya saat mengerjakan soal setelah mempelajari materi tersebut.

QUESTIONS	
1-	A B C D
2-	A B C D
3-	A B C D
4-	A B C D
5-	A B C D
6-	A B C D

4

Self-Control

Cara agar dapat menjaga minat dan fokus dalam mengerjakan suatu hal. Misalnya, mengingat tujuan belajar/cita-cita yang ingin diraih saat merasa jenuh untuk belajar.



5

Self-Reflection

Melakukan evaluasi terkait sesuai atau tidaknya hasil belajar dengan tujuan belajar yang telah ditetapkan, serta mencari tahu alasan dibalik keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan tersebut.



6

Self-Belief

Percaya pada kemampuan dan kapabilitas yang dimiliki. Rasa percaya tersebut dapat mempertahankan motivasi yang dimiliki saat menghadapi berbagai macam tantangan atau kegagalan.

