

**HUBUNGAN SELF-REGULATED LEARNING DAN RELIGIUSITAS
DENGAN ACADEMIC FLOW PADA SISWA MTS BERBASIS
PESANTREN**

SKRIPSI



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

**RAFA MAULINA RAHMANI
11040122171**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2026**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Hubungan *Self-Regulated Learning* dan Religiusitas dengan *Academic Flow* pada Siswa MTs Berbasis Pesantren**" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 24 Desember 2025



Rafa Maulina Kahmani

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

**HUBUNGAN *SELF-REGULATED LEARNING* DAN RELIGIUSITAS
DENGAN *ACADEMIC FLOW* PADA SISWA MTS BERBASIS
PESANTREN**

Oleh

Rafa Maulina Rahmani

11040122171

Telah Disetujui untuk Diajukan pada Skripsi

Surabaya, 24 Desember 2025



Dr.S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog
NIP. 197711162008012018

Surabaya, 24 Desember 2025



Dr. Malukah, S.Ag, M.Psi
NIP. 197203122009122001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-REGULATED LEARNING* DAN RELIGIUSITAS
DENGAN *ACADEMIC FLOW* PADA SISWA MTS BERBASIS
PESANTREN**

Yang disusun oleh
Rafa Maulina Rahmani
11040122171

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 06 Januari 2026



Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Dr.S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog
NIP. 197711162008012018

Penguji II

Dr. Malikah, S.Ag, M.Psi
NIP. 197203122009122001

Penguji III

Syafruddin Faisal Thohar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198505092020121008

Penguji IV

H.M.Fahmi Aufar Asyraf, B.Ed,M.A
NIP. 199109302020121012



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rafa Maulina Rahmani
NIM : 11040122171
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
E-mail address : rafamaulin@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Self-Regulated Learning dan Religiusitas dengan Academic Flow pada Siswa MTs Berbasis Pesantren

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 13 Januari 2026

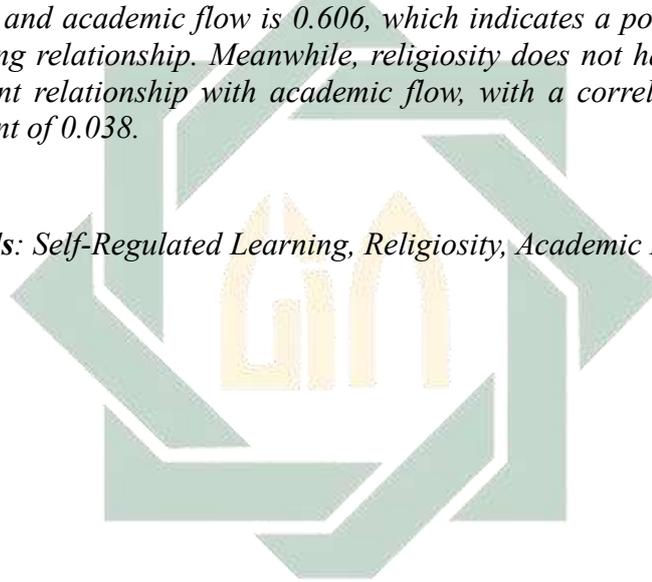
Penulis

(Rafa Maulina Rahmani)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the relationship between self-regulated learning and religiosity with academic flow in Islamic boarding school-based MTs students. This study used a correlational quantitative method. To obtain data, questionnaires were distributed to 186 research respondents with the criteria of ninth-grade students at MTsN 4 Jombang. The results of the study indicate that self-regulated learning is related to academic flow. The correlation coefficient obtained between self-regulated learning and academic flow is 0.606, which indicates a positive and strong relationship. Meanwhile, religiosity does not have a significant relationship with academic flow, with a correlation coefficient of 0.038.

Keywords: *Self-Regulated Learning, Religiosity, Academic Flow*

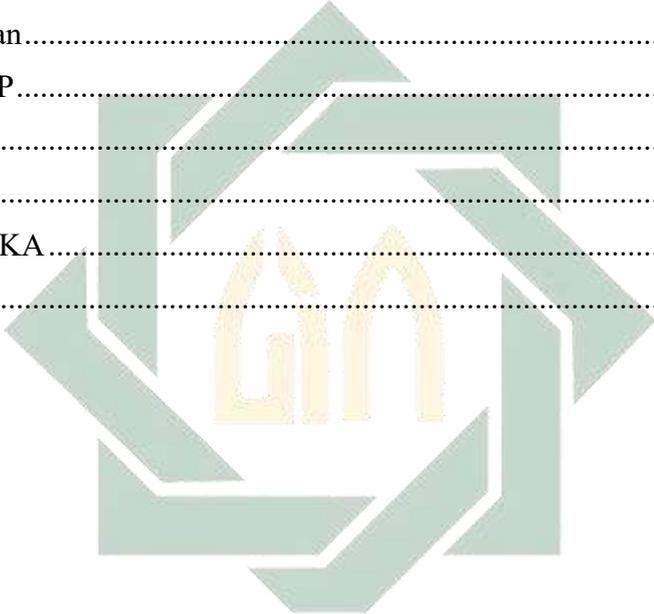


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
KATA PENGANTAR.....	vi
INTISARI.....	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	7
C. Tujuan penelitian.....	7
D. Manfaat penelitian.....	7
E. Keaslian penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. <i>Academic flow</i>	10
B. <i>Self-regulated learning</i>	12
C. Religiusitas.....	15
D. Hubungan antar variabel.....	17
E. Kerangka Teoritik.....	18
F. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
A. Variabel dan Definisi Operasional.....	23
B. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	24

C. Instrumen Penelitian.....	26
D. Validitas dan Reliabilitas.....	28
E. Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Deskripsi Subjek Penelitian	34
B. Deskripsi, Validitas, dan Reliabilitas Data.....	35
C. Hasil	43
D. Pembahasan.....	52
BAB V PENUTUP.....	59
A. Simpulan	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN.....	68



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

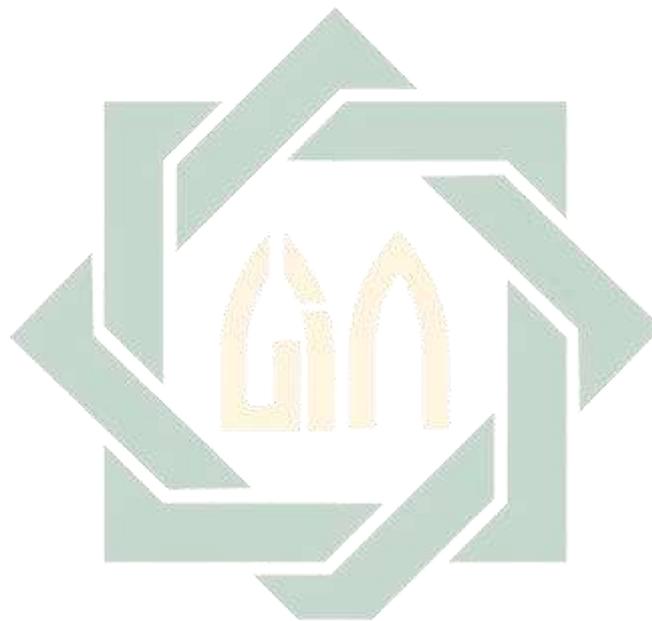
DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penentuan Jumlah Sampel Tabel Isaac dan Michael.....	25
Tabel 2. Skala Likert	27
Tabel 3. Blueprint Instrumen Academic Flow	27
Tabel 4. Blueprint Instrumen Self-Regulated Learning	28
Tabel 5. Blueprint Instrumen Religiusitas.....	28
Tabel 6. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Gender	34
Tabel 7. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 8. Nilai Mean dan Standar Deviasi.....	36
Tabel 9. Nilai Kategorisasi Academic Flow.....	37
Tabel 10. Kategorisasi Data Keseluruhan	38
Tabel 11. Kategorisasi Data Berdasarkan Gender.....	38
Tabel 12. Kategorisasi Data Berdasarkan Usia	39
Tabel 13. Tabel Hasil Uji Validitas Academic Flow	40
Tabel 14. Tabel Hasil Uji Validitas Self-Regulated Learning	40
Tabel 15. Tabel Hasil Uji Validitas Religiusitas.....	41
Tabel 16. Hasil Reliabilitas Instrumen Academic Flow.....	42
Tabel 17. Hasil Reliabilitas Instrumen Self-Regulated Learning.....	42
Tabel 18. Hasil Reliabilitas Instrumen Religiusitas	43
Tabel 19. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	44
Tabel 20. Hasil Uji Multikolinearitas.....	45
Tabel 21. Hasil Uji Kolomogorov-Smirnov.....	47
Tabel 22. Hasil Uji Kolomogorov-Smirnov.....	47
Tabel 23. Hasil Uji Korelasi Spearman.....	48
Tabel 24. Hasil Uji Korelasi Spearman.....	49
Tabel 25. Hasil Uji ANOVA.....	50
Tabel 26. Hasil Uji Koefisien Determinasi	50

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

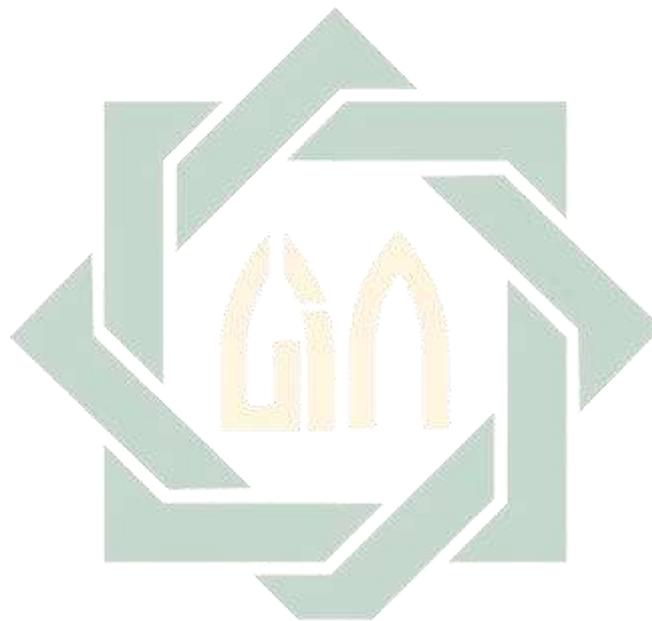
Gambar 1. Diagram Tingkat Academic Flow	3
Gambar 2. Kerangka Teori	21
Gambar 3. Hasil Uji Normalitas Ordinary Least Squares.....	44
Gambar 4. Hasil Uji Heteroskedastisitas	46



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Aitem Asli dan Aitem Adaptasi	69
Lampiran 2. Lembar Peer Review Instrumen	75
Lampiran 3. Lembar Peer Review Instrumen	91
Lampiran 4. Surat Izin dan Pengantar Penelitian.....	95
Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian	96
Lampiran 6. Output SPSS	97



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, Firman, Netrawati, & Rahman, M. N. A. (2024). Hubungan Self-Efficacy dan Dukungan Sosial terhadap Self-Regulated Learning Siswa di SMA Negeri X Merangin. *Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)*, 4(4).
- Afifah, N. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Iklim Sekolah Melalui Self-Regulated Learning terhadap Academic Flow pada Mahasiswa*.
- Aini, N. Q., & Fahriza, I. (2020). *Flow Akademik pada Pendidikan*. 13(3). <https://doi.org/10.33541/jdp.v12i3.1295>
- Alfarabi, A., Saraswati, P., & Dayakisni, T. (2017). *Religiusitas dengan Flow Akademik pada Siswa*. 3(2), 145–154.
- Amseke, F. V. (2024). Dukungan Sosial Terhadap Flow Akademik. *Edudikara: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 9(1), 27–36. <https://doi.org/10.32585/edudikara.v9i1.356>
- Annisa, P. F. N., Alwi, M. A., & Rahmat, A. (2024). Pengaruh Self-Regulated Learning Terhadap Flow Akademik pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 4(1). <https://doi.org/10.26858/jtm.v4i1.61336>
- Aqmar, S. N. (2025). Influence of Self-control and Religiosity on the Academic Flow of Islamic Education Students at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia. *Journal of Islamic Education and Ethics*, 3(1), 73–88. <https://doi.org/10.18196/jiee.v3i1.77>
- Arif, M., Kartiko, A., Rusydi, I., Zamroni, M. A., & Hasan, M. S. (2024). The Existence of Madrasah Ibtidaiyah Based on Pesantren: Challenges and Opportunities in The Digital Era. *Munaddhomah*, 5(4), 367–382. <https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v5i4.1401>
- Bakker, A. B., Golub, T. L., & Majdarijavec, M. (2017). Validacija inventara zanesenosti u studiranju (WOLF-S). *Croatian Journal of Education*, 19(1), 147–173. <https://doi.org/10.15516/cje.v19i1.2194>
- Baumann, N., & Scheffer, D. (2011). Seeking flow in the achievement domain: The achievement flow motive behind flow experience. *Motivation and Emotion*, 35(3), 267–284. <https://doi.org/10.1007/s11031-010-9195-4>
- Bjarnason, D. (2007). Concept analysis of religiosity. Dalam *Home Health Care Management and Practice* (Vol. 19, Nomor 5, hlm. 350–355). SAGE Publications Inc. <https://doi.org/10.1177/1084822307300883>

- Boekaerts, M. (1999). Self-regulated learning: where we are today. Dalam M. Boekaerts) *International Journal of Educational Research* (Vol. 31).
- Bujangga, H. (2022). Analisis Pembelajaran PAI pada Sekolah Umum. *AT-TA'DIB: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*, 35–47. <https://doi.org/10.47498/tadib.v14i1.1063>
- Chung, M.-K. (2000). The Development of Self-Regulated Learning. *Asia Pacific Education Review*, 1(1), 55–56.
- Csikszentmihalyi, M. (2000). *FLOW: The Psychology of Optimal Experience*.
- Dalimunte, M. J. (2022). *Pengaruh Kecerdasaan Emosi, Dukungan Sosial, Religiusitas, dan Jenis Kelamin terhadap Flow Akademik Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*.
- Dowling, E. M., Gestsdottir, S., Anderson, P. M., von Eye, A., & Lerner, R. M. (2003). Spirituality, religiosity, and thriving among adolescents: Identification and confirmation of factor structures. *Applied Developmental Science*, 7(4), 253–260. https://doi.org/10.1207/S1532480XADS0704_4
- Hackney, C. H., & Sanders, G. S. (2003). *Religiosity and Mental Health: A Meta-Analysis of Recent Studies*.
- Hamzanwadi, & Mukminin, E. Z. (2024). Dukungan Interpersonal untuk Kebutuhan Psikologis Dasar dan Hubungannya Dengan Motivasi, Kesejahteraan, dan Kinerja: Analisis Meta. *HARAPAN: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Psikologi*, 1(2). <https://doi.org/10.70115/harapan>
- Harahap, A. P., Shaskilah Sinaga, M., Handayani, R., & Tumanggor, N. (2023). *Peran Psikologi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Anak Remaja*. 6(2), 213–228.
- Holdcroft, B. (2006). *Review of Research What is Religiosity?*
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The Centrality of Religiosity Scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710–724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Hudang, A. K. (2022). Teknik Pengumpulan Data, Skala Pengukuran, dan Instrumen Penelitian Kuantitatif. Dalam A. Munandar (Ed.), *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi* (hlm. 57–72). Media Sains Indonesia.
- Iba, Z., & Wardhana, A. (2024). *Analisis Regresi dan Analisis Jalur untuk Riset Bisnis Menggunakan SPSS 29.0 & SMART-PLS 4.0* (M. Pradana, Ed.). Eureka Media Aksara.

- Ismayani, I., Warisno, A., Anshori, A., & Andari, A. (2023). Pesantren dan Pembaruan: Arah dan Implikasi. *Research and Development Journal of Education*, 9(1), 161. <https://doi.org/10.30998/rdje.v9i1.14887>
- Khedmatian, A., Naami, A. Z., Zarei, E., & Khalafie, A. (2022). Academic Grit, Academic Flow, and Academic Thriving: Mediating Role of Adaptive Coping Style. *Iranian Evolutionary and Educational Psychology*, 4(2), 244–255. <https://doi.org/10.52547/ieepj.4.2.244>
- Kriswanti, E. D., & Mastuti, E. (2021). Hubungan antara Kemampuan Self-Regulated Learning dengan Flow Experience Perkuliahan Daring Selama Masa Pandemi Covid-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 746–755. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Kurniawan, A. W., & Puspitaningtyas, Z. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif (Edisi Revisi)*. <https://www.researchgate.net/publication/378794319>
- Kurniawati, T., & Darajat, A. (2024). Implementasi Teknik Peer Review pada Proses Pembelajaran Essay Writing. *JiIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(4). <http://Jiip.stkipyapisdempu.ac.id>
- Laili, K. (2020). *Hubungan Religiusitas dengan Flow Akademik pada Siswa MA Islamiyah At-Tanwir Bojonegoro*.
- Lee, E. (2005). The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students. *Journal of Genetic Psychology*, 166(1), 5–15. <https://doi.org/10.3200/GNTP.166.1.5-15>
- Maduningtias, L. (2022). Manajemen Integrasi Kurikulum Pesantren Dan Nasional Untuk Meningkatkan Mutu Lulusan Pesantren. *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 323–331. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v5i4.378>
- Mafiroh, A. N., & Indriani, R. D. D. S. (2023). Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Flow Akademik pada Siswa SMPN 1 Balongbendo. *Researchjet Journal of Analysis and Inventions*, 2(3), 1–7. <https://doi.org/10.47134/researchjet.v2>
- Mahmudah, U., Widhyastuti, C., & Rachman Kuswartanti, D. (2024). *Hubungan Kecenderungan Narsistik dengan Gaya Hidup Hedonisme pada Pria Anggota The Crow di Kota Bandung*. 23(1).
- Masviah, J. R., & Mariyati, L. I. (2021). *Hubungan Antara Efikasi Diri dan Religiusitas dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*.
- Nambiar, D., Alex, J., & Pothiyil, D. I. (2022). Development and Validation of Academic Self-regulated Learning Questionnaire (ASLQ). *Int J Behav Sci*, 16(2), 89–95. <https://doi.org/10.30491/IJBS.2022.321176.1730>

- Ningtyas, W. D., & Nastiti, D. (2022). Hubungan antara Motivasi Berprestasi dengan Flow Akademik pada Siswa SMP Muhammadiyah 8 Tanggulangin Sidoarjo pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Syariah UMSIDA*, 2.
- Nurritzqi, A. (2021). Karakteristik Pendidikan Agama Islam di Madrasah Perspektif Kebijakan Pendidikan. Dalam *Jurnal Pendidikan dan Sains* (Vol. 3, Nomor 1). <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/bintang>
- Nurshifa, C. S., Fahmi, I., & Faizin, M. (2025). Tantangan dan Solusi dalam Implementasi Full Day School di SMPIT At-Taubah Karawang. *JUPI: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 23(2). <https://doi.org/10.36835/jipi.v23i2.70>
- Oftania, M. (2023). *Implementasi Kurikulum Pondok Pesantren di MTS Sa'adatuddarain Suhada Kecamatan Enok Kabupaten Indragiri Hilir*. <http://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/ihsan>
- Olcar, D., Ljubin Golub, T., & Rijavec, M. (2021). The Role of Academic Flow in Students Achievement and Well-Being. *Problems of Education in the 21st Century*, 79(6), 912–927. <https://doi.org/10.33225/pec/21.79.912>
- Paryontri, R. A., Affandi, G. R., & Suprapti, S. (2021). Peranan School Well-Being pada Flow Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama. *PSIKODIMENSIA*, 20(2), 196–206. <https://doi.org/10.24167/psidim.v20i2.3708>
- Permitasari, I. R. A., Anjelina, & Putri, S. A. P. (2025). Academic Flow in Vocational High School Students in Relatin to Self-Efficacy and Self-Regulated Learning. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 16(2), 252–257. <https://doi.org/10.23887/jibk.v16i2.95770>
- Rahma, A. Z. A., & Nastiti, D. (2023). Hubungan Religiusitas Dengan Flow Akademik Pada Siswa SMP YPM 4 Bohar. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16(2).
- Rahmayanti, D. (2023). *Hubungan Dukungan Sosial dan Religiusitas dengan Flow Akademik Santriwati di Ma'had Al-Mar'atush Sholihah Islamic Boarding School*.
- Rahmilawati. (2024). The Impact Of Gratitude on Academic Flow Among Students at MAN 2 Hulu Sungai Tengah. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 15(2). <https://doi.org/10.15548/10082>
- Ramadhan, N. A., & Hamzah, I. (2025). Hubungan Religiusitas Dengan Kecemasan Menjelang Bebas Pada Anak Binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar. *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, 3(4). <https://doi.org/10.61104/alz.v3i4.2190>

- Ramli, Y. K., & Mu'arifah, A. (2024). Flow Academic of Students in Muhammadiyah High Schools in Yogyakarta, Indonesia: Role of Peer Attachment and Self-Regulated Learning. *Buletin Konseling Inovatif*, 4(2), 142–149. <https://doi.org/10.17977/um059v4i22024p142-149>
- Rizqa, A. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Flow Akademik Pada Santri Dayah Darul Muta'allimin Blang Bintang Kabupaten Aceh Besar*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1985). *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being Self-Determination Theory*. Ryan.
- Safitri, W. I., Muhid, A., Sholeh, M., & Jainudin, J. (2025). Academic Flow Among High-achieving Students of Senior High Schools: The Role of Self-regulated Learning and Task Commitment. *Indonesian Psychological Research*, 7(2), 194–207. <https://doi.org/10.29080/ipr.v7i2.1544>
- Shernoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Shernoff, E. S. (2003). Student Engagement in High School Classrooms from the Perspective of Flow Theory. Dalam *School Psychology Quarterly* (Vol. 18, Nomor 2).
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kauntitatif, Kualitatif, dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Suryaratri, R. D., Komalasari, G., & Medellu, G. I. (2022). The Role of Academic Self-Efficacy and Social Support in Achieving Academic Flow in Online Learning. *International Journal of Technology in Education and Science*, 6(1), 164–177. <https://doi.org/10.46328/ijtes.345>
- Syamsurizal. (2020). *Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur*.
- Wahyuni, S., & Aini, N. ?. (2022). *Flow Akademik dalam Perspektif Islam*. 4(2).
- Wijayanti, D. A., Komalasari, G., & Zakiah, E. (2021). Pengaruh Efikasi Diri Akademik terhadap Flow Akademik Mahasiswa di Jakarta pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 6(2).
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2005). *6 Assessing Academic Self-Regulated Learning*.
- Yang, Y., Chen, J., & Zhuang, X. (2025). Self-determination theory and the influence of social support, self-regulated learning, and flow experience on student learning engagement in self-directed e-learning. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1545980>
- Yusro, M., & Khotimah, S. K. (2023). *Academic Flow of Vocational Students: The Role of Self Regulated Learning and Task Commitment*.

- Zahran, F. A. (2024). Improving ESP University Students' Writing Skills and Academic Flow: A Six Thinking Hats Blended Learning Program Based Moodle. *International Journal of Research in Education and Science*, 10(4), 721–735. <https://doi.org/10.46328/ijres.3479>
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. Dalam *Theory into Practice* (Vol. 41, Nomor 2, hlm. 64–70). Ohio State University Press. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A