

ABSTRACT

Vanesa, Valena Alda (2026). *Perceived Satisfaction of the Students' Self- Regulation Skills in Studying English Course in ELESP Sanata Dharma University Batch 2021*. Yogyakarta: Faculty of Teachers Training and Education, Sanata Dharma University, 2026.

This study aims to investigate students' perceived satisfaction with their self-regulation skills in studying English courses among ELESP Sanata Dharma University Batch 2021 students. The research addresses two main questions: (1) What are the students' challenges to improve their self-regulation skills to achieve their learning goals? and (2) What are the students' strategies to improve their self-regulation skills? This research employed a mixed-methods approach, combining quantitative data from Likert-scale questionnaires distributed to 27 students and qualitative data from open-ended questions. The findings reveal that students face several challenges, including difficulties in balancing study and rest time, maintaining motivation for uninteresting assignments, and controlling emotions when overwhelmed with difficult tasks.

However, students also employ various effective strategies such as goal setting and planning, environmental management, time management, self-reward systems, and emotional regulation techniques. The research concludes that self-regulation skills significantly contribute to students' perceived satisfaction in learning, as students who actively apply these strategies demonstrate better time management, emotional control, and motivation maintenance. The study recommends that students develop greater awareness of their self-regulation practices, educators integrate self-regulation skill development into teaching, and institutions provide more structured support for autonomous learning.

Keywords: Self-regulation, perceived satisfaction, learning strategies, English language learning, higher education

ABSTRAK

Vanesa, Valena Alda (2026). *Persepsi Kepuasan Mahasiswa terhadap Keterampilan Regulasi Diri dalam Mempelajari Mata Kuliah Bahasa Inggris di ELESP Universitas Sanata Dharma Angkatan 2021*. Yogyakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma, 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki persepsi kepuasan mahasiswa terhadap keterampilan regulasi diri mereka dalam mempelajari mata kuliah Bahasa Inggris di kalangan mahasiswa ELESP Universitas Sanata Dharma Angkatan 2021. Penelitian ini mengkaji dua pertanyaan utama: (1) Apa saja tantangan mahasiswa dalam meningkatkan keterampilan regulasi diri mereka untuk mencapai tujuan belajar? dan (2) Apa saja strategi mahasiswa untuk meningkatkan keterampilan regulasi diri mereka? Penelitian ini menggunakan pendekatan metode campuran (mixed-methods), yang menggabungkan data kuantitatif dari kuesioner skala Likert yang disebarakan kepada 27 mahasiswa dan data kualitatif dari pertanyaan terbuka serta wawancara semi-terstruktur dengan tiga mahasiswa terpilih. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa mahasiswa menghadapi beberapa tantangan, termasuk kesulitan dalam menyeimbangkan waktu belajar dan istirahat, mempertahankan motivasi untuk tugas-tugas yang tidak menarik, dan mengendalikan emosi ketika kewalahan dengan tugas-tugas sulit.

Namun, mahasiswa juga menerapkan berbagai strategi efektif seperti penetapan tujuan dan perencanaan, manajemen lingkungan, manajemen waktu, sistem penghargaan diri, dan teknik regulasi emosi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keterampilan regulasi diri berkontribusi secara signifikan terhadap persepsi kepuasan mahasiswa dalam belajar, karena mahasiswa yang secara aktif menerapkan strategi-strategi ini menunjukkan manajemen waktu, kontrol emosi, dan pemeliharaan motivasi yang lebih baik. Penelitian ini merekomendasikan agar mahasiswa mengembangkan kesadaran yang lebih besar terhadap praktik regulasi diri mereka, pendidik mengintegrasikan pengembangan keterampilan regulasi diri ke dalam pengajaran, dan institusi menyediakan dukungan yang lebih terstruktur untuk pembelajaran mandiri.

Kata Kunci: Regulasi diri, persepsi kepuasan, strategi belajar, pembelajaran bahasa Inggris, pendidikan tinggi