

Hubungan Antara Kesehatan Mental Dan Berpikir Kritis Dengan Kemandirian Belajar Siswa

Nur Kur'ani

Email: nurkurani@unmuhpnk.ac.id

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Pontianak

Abstrak

Perkembangan kemandirian siswa sangat mempengaruhi perilaku siswa dalam belajar. Namun dalam perkembangan kemandirian belajar siswa dipengaruhi oleh Kesehatan mental siswa dan kemampuan berpikir kritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Kesehatan mental dan kemampuan berpikir kritis dengan kemandirian belajar siswa. hipotesis yang diajukan ialah: 1) ada hubungan antara Kesehatan mental dengan kemandirian belajar siswa; 2) ada hubungan antara kemampuan berpikir kritis dengan kemandirian belajar siswa; 3) ada hubungan antara Kesehatan mental dan kemampuan berpikir kritis dengan kemandirian belajar siswa. metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Subjek penelitian ini ialah siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Kota Pontianak. Jumlah subjek yang diteliti sebanyak 48 siswa diambil dengan menggunakan proporsional random sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan: 1) ada hubungan Kesehatan mental dengan kemandirian belajar siswa sebesar 48,8%; 2) ada hubungan kemampuan berpikir kritis dengan kemandirian belajar siswa sebesar 29,4%; 3) ada hubungan antara Kesehatan mental dan kemampuan berpikir kritis secara bersama-sama dengan kemandirian belajar siswa dengan nilai koefisien korelasi berganda sebesar 48,9%. Selanjutnya kontribusi variable x1 (Kesehatan mental) dan variable x2 (kemampuan berpikir kritis) terhadap variable Y (kemandirian belajar siswa) sebesar 23,9% sisanya 76,1% dipengaruhi oleh factor lain.

Kata Kunci: Kemandirian Belajar; Kesehatan Mental; Berpikir Kritis

Abstract

The development of student independence greatly influences student behavior in learning. However, the development of student learning independence is influenced by student mental health and critical thinking abilities. This research aimed to determine the relationship between mental health and critical thinking skills and student learning independence. The hypotheses proposed are: 1) there is a relationship between mental health and student learning independence; 2) there is a relationship between critical thinking skills and student learning independence; 3) there is a relationship between mental health and critical thinking skills and student learning independence. The research method used was a quantitative research method. The subjects of this research were 11th grade students at Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Pontianak City. The number of subjects studied was 48 students taken using proportional random sampling. The data analysis technique used was multiple linear regression analysis. The research results showed : 1) there was a relationship between mental health and student learning independence of 48.8%; 2) there was a relationship between critical thinking skills and student learning independence of 29.4%; 3) there was a relationship between mental health and critical thinking skills simultaneously with student learning independence with a multiple correlation coefficient value of 48.9%. Furthermore, the contribution of variable x1 (mental health) and variable x2 (critical thinking ability) to variable Y (student learning independence) is 23.9%, the remaining 76.1% is influenced by other factors.

Keywords: Mental Health; Critical Thinking; Learning Independence

PENDAHULUAN

Siswa adalah bagian penting dalam satuan pendidikan. Siswa menjalani pendidikan di sekolah siswa dituntut mandiri dalam belajar. Selama Kemandirian belajar menuntut siswa

untuk memiliki kesiapan fisik maupun emosional dalam mengatur, mengurus dan melakukan aktivitas belajar atas tanggung jawab siswa tanpa banyak menggantungkan diri pada orang lain. Oleh karena itu Perkembangan kemandirian siswa sangat mempengaruhi perilaku siswa dalam belajar. Perkembangan kemandirian akan menentukan prestasi belajar siswa. Perkembangan kemandirian siswa sangat dipengaruhi oleh perubahan-perubahan fisik, yang pada gilirannya dapat memicu terjadinya perubahan emosional, perubahan kognitif yang memberikan pemikiran logis tentang cara berpikir yang mendasari suatu tingkah laku dan perubahan nilai dalam peran sosial melalui pengasuhan orang tua dan aktivitas individu (Desmita, 2010).

Kemandirian siswa dapat dilihat dari kemampuan siswa dalam mengendalikan diri dengan mengatur pikiran, perasaan dan tindakan siswa secara mandiri serta berusaha sendiri untuk mengatasi perasaan malu dan keragu-raguan. Kemandirian siswa ditandai dengan kemampuan menentukan nasib sendiri, kreatif, inisiatif, mengatur tingkah laku dan bertanggung jawab, mampu menahan diri, membuat keputusan sendiri, mampu mengatasi suatu masalah tanpa pengaruh dari orang lain (Desmita,

2010). Hal ini berarti siswa yang memiliki kemandirian belajar yang tinggi akan mampu mengerjakan kegiatan belajar sendiri, bertanggung jawab dengan apa yang dilakukannya dalam belajar tanpa banyak menggantungkan diri pada orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling dan 5 orang siswa kelas XI peneliti menemukan perilaku siswa yang menunjukkan rendahnya kemandirian belajar yaitu siswa asal mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, siswa tidak mengecek kembali jawaban soal dari tugas yang diberikan, tugas yang diberikan oleh guru tidak dikumpulkan siswa tepat waktu, saat guru tidak masuk siswa ada yang pergi ke kantin, ada yang ngobrol di kelas sampai jam pelajaran selesai dan ada yang bermain handphone di kelas, siswa juga tidak membaca kembali buku pelajaran di rumah, siswa tidak percaya diri dengan jawabannya sendiri, banyak siswa yang tidak berani tampil mengerjakan soal di depan kelas dengan alasan tidak percaya diri.

Penelitian ini terdiri atas tiga variabel yaitu kemandirian belajar, kesehatan mental dan berpikir kritis, dipilihnya variabel kesehatan mental dan berpikir kritis sebagai variabel bebas dengan alasan kedua variabel ini

berhubungan dengan kemandirian belajar siswa. Artinya kesehatan mental berhubungan dengan kemandirian (Syadillah Mursyid, 2020). Berpikir kritis juga berhubungan dengan kemandirian belajar (A'ine Nurfalalah, Dessy Prihatini, Wahyu Hidayat, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dan berpikir kritis dengan kemandirian belajar siswa

KAJIAN PUSTAKA

Kemandirian Belajar

Kemandirian ialah suatu kondisi pada diri siswa yang menunjukkan siswa memiliki hasrat bersaing untuk maju, bisa mengambil keputusan, memiliki inisiatif untuk mengatasi masalah yang dihadapi, percaya diri, bertanggung jawab dalam melaksanakan tugasnya (Desmita, 2010). Kemandirian menurut Sutari (dalam Enung, 2008) ialah perilaku mampu berinisiatif, mampu mengatasi masalah, mempunyai rasa percaya diri dan dapat melakukan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain.

Kemandirian sangat diperlukan siswa dalam belajar. Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan siswa untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman siswa dalam berinteraksi dengan

lingkungannya (Slameto, 2021). Tanpa adanya kemandirian dalam belajar siswa sulit betah untuk belajar lama, siswa hanya belajar menjelang ujian, membolos, mencontek, mencari bocoran-bocoran soal ujian (Desmita, 2010).

Berdasarkan penjelasan di atas kemandirian belajar ialah suatu kondisi perubahan tingkah laku pada diri siswa seperti bisa mengambil keputusan, percaya diri, bertanggung jawab, dapat melakukan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain yang diperoleh siswa sebagai hasil pengalaman saat berinteraksi dengan lingkungannya.

Adapun aspek-aspek kemandirian belajar menggunakan aspek *self regulated learning* yang disusun oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Seto Mulyadi, A.M.Heru Basuki, 2017), yaitu evaluasi diri, menetapkan tujuan dan perencanaan, mencari informasi, menyimpan catatan dan mengawasi, konsekuensi diri, mencari dukungan sosial, memeriksa catatan serta mengatur lingkungan.

Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah kondisi mental yang sehat, yang tidak sakit (Nana Syaodih Sukmadinata, 2016). Kesehatan mental menurut Mohamad Surya (2020) adalah suatu kondisi sebagai hasil dari mental yang terorganisasikan dan berfungsi secara normal. Nisa (2019)

menjelaskan kesehatan mental merupakan suatu keadaan jiwa psikologis yang menunjukkan akan kemampuan seseorang untuk mengadakan penyesuaian diri dan penyelesaian masalah terhadap masalah yang ada pada diri sendiri serta masalah yang ada dilingkungan luar dirinya.

Dalam kondisi mental yang sehat, potensi-potensi baik yang bersifat pembawaan maupun yang diperoleh, terekspresikan secara penuh, harmonis dan terarah kepada satu tujuan. Mereka yang mentalnya sehat akan mampu mengekspresikan potensinya secara penuh, bebas, ia tidak merasa ragu-ragu atau terkekang. Demikian pula potensi-potensi dapat dinyatakan secara harmonis dan terarah kepada satu tujuan. Sehingga kesehatan mental merupakan suatu keadaan yang dinamis dan secara penuh harmonis. Kesehatan mental menurut Nana Syaodih Sukmadinata (2016) memiliki beberapa Komponen utama yaitu memiliki rasa diri berharga, merasa puas akan peranan dalam kehidupannya dan terjalin hubungan baik dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas kesehatan mental ialah keadaan siswa yang sehat mental, mampu menyesuaikan diri, mampu menyelesaikan masalah dengan diri sendiri dan orang lain secara benar.

Adapun aspek-aspek Kesehatan mental dalam penelitian ini menggunakan aspek kesehatan mental dari Fakhriyani (2019) yaitu: aspek fisik, aspek psikis, aspek sosial dan aspek moral-religius.

Berpikir Kritis

Berpikir kritis ialah perwujudan perilaku belajar terutama yang bertalian dengan pemecahan masalah (Muhibbin Syah, 2012). Berpikir kritis adalah interpretasi dan evaluasi yang terampil dan aktif terhadap observasi dan komunikasi, informasi dan argumentasi (Alec Fisher, 2009). Lebih lanjut Ratna Hidayah, Moh. Salimi (2017) mengatakan berpikir kritis merupakan kemampuan berpikir secara logis, reflektif, sistematis dan produktif yang dapat diterapkan melalui pembuatan pertimbangan dan mengambil suatu keputusan secara baik.

Dalam berpikir kritis siswa dituntut menggunakan logika untuk menentukan sebab akibat, menganalisis, menarik kesimpulan-kesimpulan dan bahkan juga menciptakan hukum-hukum dan ramalan-ramalan dalam hal berpikir kritis, siswa dituntut menggunakan strategi kognitif tertentu yang tepat untuk menguji keandalan gagasan pemecahan masalah dan mengatasi kesalahan atau kekurangan (Reber dalam Muhibbin Syah, 2012).

Berdasarkan penjelasan di atas berpikir kritis ialah kemampuan siswa dalam berpikir secara logis, sehingga siswa dapat melihat masalah dari dua sisi yang berbeda.

Adapun aspek-aspek berpikir kritis dalam penelitian ini menggunakan aspek dari Ennis (1995) yaitu memberikan penjelasan secara sederhana, membangun keterampilan dasar, menyimpulkan, memberi penjelasan lebih lanjut, mengatur strategi dan taktik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu kesehatan mental dan berpikir kritis sebagai variabel bebas sedangkan kemandirian belajar sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Februari-Maret 2024. Penelitian ini bertempat di MAN 1 Kota Pontianak. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh kelas XI yang terdiri dari kelas XI IPA dan Kelas XI IPS. Adapun Sampel dalam penelitian ini berjumlah 48 siswa yang diambil menggunakan teknik proporsional random sampling. Adapun pengumpulan data dalam penelitian ini memakai skala likert yang menggunakan empat alternatif jawaban yang sudah tersedia seperti SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Rentang skor penelitian

dimulai dari 1-4 yang terdiri dari aitem favorabel dan aitem unfavorabel.

Berdasarkan analisis dari 30 siswa diperoleh deskripsi data penelitian sebagai berikut:

a. Hasil Uji validitas

Peneliti melakukan uji coba alat ukur (*try out*) terhadap siswa kelas XI di MAN 1 Kota Pontianak pada tanggal 20 Februari 2024 sebagai tahap awal sebelum dilakukan penelitian. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan SPSS 23 For Windows yang menunjukkan perolehan hasil sebaran data yang valid pada beberapa variabel bebas maupun variabel terikat. Adapun hasil uji validitas pada beberapa variabel dapat dilihat sebagai berikut: 1) Hasil analisis pada skala kemandirian belajar menunjukkan dari 36 aitem yang diujicobakan, 26 aitem dinyatakan shahih dan 10 aitem dinyatakan gugur; 2) Hasil analisis pada skala kesehatan mental menunjukkan bahwa dari 64 aitem yang diujicobakan 44 aitem dinyatakan shahih dan 20 aitem dinyatakan gugur; 3) Hasil analisis pada skala berpikir kritis menunjukkan bahwa dari 30 aitem yang diujicobakan 22 aitem dinyatakan shahih dan 8 aitem dinyatakan gugur.

b. Uji Reliabilitas

Aitem-aitem yang dinyatakan shahih kemudian diuji reliabilitasnya

menggunakan Teknik alpha Cronbach. Hasil koefisien reliabilitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
1	Kemandirian Belajar	.905	Reliabel
2	Kesehatan Mental	.926	Reliabel
3	Berpikir Kritis	.846	Reliabel

c. Uji Prasyarat

Peneliti melakukan uji prasyarat agar dapat memberikan gambaran sejauh mana asumsi-asumsi prasyarat analisis dapat dipenuhi sesuai teknik analisis data yang telah direncanakan. Uji prasyarat analisis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan *SPSS 23 for windows*.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test				
		Kesehatan mental	Berpikir kritis	Kemandirian belajar
N		48	48	48
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	130.38	63.06	75.27
	Std. Deviation	11.503	5.560	8.475
Most Extreme Differences	Absolute	.072	.121	.082
	Positive	.055	.114	.082
	Negative	-.072	-.121	-.063
Test Statistic		.072	.121	.082
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.078 ^c	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Hasil Analisis menunjukkan semua variable berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi kemandirian belajar 0,200 dan Kesehatan mental sebesar 0,200 serta berpikir kritis sebesar 0,078. Kesimpulannya data semua variable berdistribusi normal karena $\text{sig} > 0,05$ ($0,200 > 0,05$), ($0,078 > 0,05$).

Uji linearitas dilakukan setelah dilakukan uji normalitas. Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui linear tidaknya hubungan variable bebas dengan variable terikat. Hasil uji linearitas pada tabel ANOVA pada kolom Deviation From Linearity ditunjukkan dengan nilai signifikansi antara kemandirian belajar dengan Kesehatan mental sebesar 0,293 dan kemandirian belajar dengan berpikir kritis sebesar 0,482 sehingga dapat dinyatakan nilai signifikansi ini lebih dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linear antara kesehatan mental, berpikir kritis dan kemandirian belajar. Uji linearitas ini dilakukan untuk setiap variable bebas dan terikatnya.

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi sederhana dan analisis linear berganda. Analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kemandirian belajar dengan kesehatan mental dengan nilai koefisien korelasi

sebesar 48,8% selanjutnya terdapat hubungan antara kemandirian belajar dengan berpikir kritis dengan nilai koefisien korelasi sebesar 29,4% Analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kemandirian belajar dan berpikir kritis secara bersama-sama dengan kemandirian belajar dengan nilai koefisien korelasi ganda sebesar 48,9% sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kemandirian belajar, berpikir kritis dengan kemandirian belajar. Selanjutnya ditemukan koefisien determinasi (kontribusi) variabel X1 (kesehatan mental) dan X2 (berpikir kritis) terhadap (kemandirian belajar) sebesar 23,9% berarti masih ada 76, 1% faktor lain yang mempengaruhi kemandirian belajar.

Tabel 3. Persamaan Regresi Linear Berganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.489 ^a	.239	.205	7.556

a. Predictors: (Constant), berpikir kritis, kesehatan mental

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dan berpikir kritis dengan kemandirian belajar siswa. Hasil penelitian yang sudah dilakukan

menunjukkan bahwa kesehatan mental dengan kemandirian belajar memiliki koefisien korelasi sebesar 48,8% artinya semakin tinggi kesehatan mental maka semakin tinggi pula kemandirian belajar siswa.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2016) yang menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara kemandirian belajar dengan strategi coping siswa SMK 05 Samarinda. Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa berpikir kritis dengan kemandirian belajar memiliki koefisien korelasi sebesar 29,4% artinya semakin tinggi kemampuan siswa dalam berpikir kritis maka semakin tinggi pula kemandirian belajar siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian Asmah & Suprihatiningsih (2023) yang menunjukkan hubungan antara kemandirian belajar dan keterampilan berpikir kritis siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gamping cukup kuat dengan presentasi 41,4%.

Proses selanjutnya dilakukan analisis regresi linear berganda dengan program SPSS 23 dan hasilnya analisis regresi linear berganda menunjukkan terdapat hubungan positif antara kesehatan mental dan berpikir kritis dengan kemandirian belajar siswa dengan nilai koefisien (R) regresi ganda sebesar 48,9%

koefisien determinan (R^2) 23,9% artinya secara simultan kesehatan mental dan berpikir kritis memberikan sumbangan efektif sebesar 23,9% sehingga masih ada faktor lain sebanyak 76,1% yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kur'ani (2023) yang menunjukkan bahwa ada faktor lain yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa yaitu motivasi, konsep diri; sementara hasil penelitian dari Nuryamin (2020) faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya kemandirian belajar siswa ialah faktor internal yaitu fisik meliputi karena pernah sakit 9,09%, karena kurang sehat 11,69%, karena cacat tubuh 5,19%, Rohani meliputi bakat 15,58%, motivasi 12,99% dan mental 7,79% dan kedua faktor eksternal meliputi kebudayaan 2,99%, keluarga 15,58%, system Pendidikan 2,60% dan system kehidupan Masyarakat 6,49%.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental dan berpikir kritis ialah salah satu faktor yang berpengaruh pada kemandirian belajar.

Kesehatan mental ialah keadaan siswa yang sehat mental, mampu menyesuaikan diri, mampu menyelesaikan masalah dengan diri sendiri dan orang lain secara benar. Penelitian Nila Frischa

Panzola, Firman, Netrawati (2024) menunjukkan bahwa ada hubungan penyesuaian diri dengan kemandirian belajar.

Kemampuan berpikir kritis juga bisa mempengaruhi kemandirian belajar siswa. Berpikir kritis merupakan kemampuan siswa dalam berpikir secara logis sehingga siswa dapat melihat masalah dari dua sisi yang berbeda. Hal ini sejalan dengan penelitian A'ine Nurfalah, Dessy Prihatini, Wahyu Hidayat (2019) yang menunjukkan kekuatan hubungan antara berpikir kritis matematis siswa dengan kemandirian belajar siswa signifikan 80,2%

Berdasarkan beberapa penjelasan ini, maka dapat disimpulkan kesehatan mental dan berpikir kritis secara bersama-sama memberikan pengaruh sebesar 23,9% terhadap kemandirian belajar siswa sisanya 76,1% dipengaruhi faktor yang lain.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan antara kesehatan mental dan berpikir kritis dengan kemandirian belajar maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kesehatan mental dengan kemandirian belajar dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 48,8%. Ada hubungan antara

berpikir kritis dengan kemandirian belajar dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 29,4%. Secara Bersama-sama ada hubungan antara kesehatan mental dan berpikir kritis dengan kemandirian belajar dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 48,9%. Kesehatan mental dan berpikir kritis berpengaruh pada kemandirian belajar sebesar 23,9% sehingga masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kemandirian belajar sebesar 76,1%

Saran

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan memperhatikan faktor-faktor lain untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh kepala sekolah, guru dan siswa untuk melatih siswa belajar secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- A'ine Nurfalalah, Dessy Prihatini, Wahyu Hidayat, E. E. R. (2019). Hubungan antara kemampuan berpikir kritis matematis dan kemandirian belajar siswa sma cimahi. *02(01)*, 167–173.
- Alec Fisher. (2009). *Berpikir Kritis: Suatu Pengantar*. Erlangga.
- Asmah, R., & Suprihatiningsih, S. (2023). Hubungan Antara Kemampuan Belajar Dan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Gamping. *Tadris Matematika*, *2(1)*, 85–92.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. PT. Remaja Rosda Karya.
- Dewi, D. A. K. (2016). Hubungan Kemandirian dengan Strategi Coping Pada Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *4(4)*, 556–561. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i4.4243>
- Ennis, R. H. (1995). *Critical Thinking*. Prentice-Hall.
- Enung, F. (2008). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. CV Pustaka Setia.
- Fakhriyani, D. (2019). *Kesehatan Mental*. In Duta Media Publishing.
- Kur'ani, N. (2023). Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Konsep Diri dengan Kemandirian Belajar Siswa. *Jurnal Psikologi Konseling*, *14(1)*, 79–87.
- Mohamad Surya. (2020). *Psikologi Guru: Konsep dan Aplikasi dari Guru untuk Guru*. ALFABETA.
- Muhibbin Syah. (2012). *Psikologi Belajar*. Rajawali Pers.
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2016). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Nila Frischa Panzola, Firman, Netrawati, M. N. A. R. (2024). Hubungan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Dengan Kemandirian Belajar Siswa Nila. *Edu Research*, *4(4)*, 79–91.
- Nisa, W. I. (2019). *Penanganan Kesehatan Mental Berbasis Komunitas*. Media Nusa Creative.
- Nuryamin, D. M. (2020). *Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya kemandirian belajar siswa kelas XI di SMK N Pagelaran Utara*. 3–10.

- Ratna Hidayah, Moh. Salimi, T. S. S. (2017). Critical Thinking Skill: Konsep Dan Indikator Penilaian. *Taman Cendikia*, 1(2), 127–133. http://clpsy.journals.pnu.ac.ir/article_3887.html
- Seto Mulyadi, A.M.Heru Basuki, W. R. (2017). *Psikologi Pendidikan: Dengan Pendekatan Teori-Teori Baru dalam Psikologi*. Rajawali Pers.
- Slameto. (2021). *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Rineka Cipta.
- Syadillah Mursyid, F. R. H. (2020). Hubungan Kesehatan Mental dan Fungsi Kognitif dengan Kemandirian Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. 1(3), 1619–1624.