

## Meningkatkan Kemandirian Individu Melalui Penerapan Jurnal *Self-Management*

Nurhaida Situmorang<sup>1</sup>, Risma Irwanti<sup>2</sup>, Gusman Lesmana<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

Email: [nurhaidasitumorang633@gmail.com](mailto:nurhaidasitumorang633@gmail.com)<sup>1</sup>, [rismairwanti3@gmail.com](mailto:rismairwanti3@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[gusmanlesmana@umsu.ac.id](mailto:gusmanlesmana@umsu.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini yaitu untuk menelaah Tingkat kemandirian individu melalui penerapan jurnal *self-management*. Adapun tujuan dari pada penelitian ini yaitu: 1). Untuk mengetahui Tingkat kemandirian individu, 2) untuk mengetahui penerapan jurnal self manajemen dalam meningkatkan kemandirian individu, 3) untuk mengetahui penerapan jurnal self manajemen dalam membantu meningkatkan kemandirian individu. Teknik pengumpulan data digunakan yaitu dengan menggunakan studi literatur. Meningkatkan kemandirian individu dapat dicapai melalui penerapan *self-management* (manajemen diri). *Self-management* melibatkan kemampuan individu untuk mengatur diri dalam berbagai aspek kehidupan, seperti waktu, emosi, pekerjaan, dan tujuan pribadi. Dengan mengembangkan keterampilan ini, seseorang dapat meningkatkan efektivitas diri, mengatasi hambatan, dan meraih tujuan secara lebih mandiri. Penerapan *self-management* yang efektif mencakup perencanaan, pengaturan waktu, pengendalian emosi, serta evaluasi dan refleksi terhadap tindakan yang diambil. Kemandirian yang dibangun melalui *self-management* dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kapasitas individu dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dengan mengembangkan keterampilan *self-management*, individu dapat meningkatkan kemandirian dan memaksimalkan potensi pribadi dalam berbagai aspek kehidupan. Kata kunci: Kemandirian Individu, Self Manajemen, Jurnal.

### ABSTRACT

*This study is to examine the level of individual independence through the application of self-management journals. The objectives of this study are: 1). To determine the level of individual independence, 2) to determine the application of self-management journals in increasing individual independence, 3) to determine the application of self-management journals in helping to increase individual independence. The data collection technique used is by using literature studies. Increasing individual independence can be achieved through the application of self-management. Self-management involves the individual's ability to manage themselves in various aspects of life, such as time, emotions, work, and personal goals. By developing these skills, a person can increase self-effectiveness, overcome obstacles, and achieve goals more independently. Effective application of self-management includes planning, time management, emotional control, and evaluation and reflection on the actions taken. Independence built through self-management can increase self-confidence and individual capacity in facing life's challenges. By developing self-management skills, individuals can increase independence and maximize personal potential in various aspects of life.*

*Keywords: Individual Independence, Self-managementt, Journal*

## **Pendahuluan**

Istilah kemandirian berasal dari kata “diri” maka kemandirian tidak akan lepas membahas mengenai perkembangan dari diri seorang individu. Kemandirian juga merupakan salah satu aspek penting pada individu. Kemandirian adalah suatu sikap yang memungkinkan seseorang untuk berbuat bebas, melakukan sesuatu atas dorongan diri sendiri untuk kebutuhan sendiri, mengejar prestasi, penuh ketekunan, serta berkeinginan untuk melakukan sesuatu tanpa bantuan orang lain, mampu berpikir dan bertindak original, kreatif dan penuh inisiatif, mampu mempengaruhi lingkungannya, mempunyai rasa percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri, menghargai keadaan diri sendiri, dan memperoleh kepuasan dari usahanya (Patriana, 2007).

Kemudian istilah kemandirian juga menunjukkan bahwa adanya keyakinan yang di mana kemandirian mampu membantu individu dalam menyelesaikan masalah tanpa adanya bantuan dari orang lain. Individu yang mandiri akan menunjukkan kualitas sebagai individu yang berkualitas dan cakap contohnya terlihat dari menyelesaikan masalah yang di hadapinya, yaitu mampu dalam mengambil suatu Keputusan sendiri, kemudian memiliki inisiatif dan juga kreatif.

Kemandirian individu merupakan salah satu aspek penting dalam pengembangan diri yang berperan signifikan dalam membangun kapasitas untuk menghadapi tantangan hidup. Individu yang mandiri cenderung memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, mengatur emosi, dan menyelesaikan masalah secara efektif. Dalam konteks pendidikan dan kehidupan sehari-hari, pengembangan kemandirian menjadi tujuan utama untuk menciptakan individu yang mampu bertanggung jawab atas tindakan dan pilihannya.

Salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemandirian adalah melalui penerapan jurnal self-manajemen. Jurnal ini berfungsi sebagai alat bantu refleksi yang memungkinkan individu untuk mencatat, menganalisis, dan mengevaluasi perilaku atau aktivitas sehari-hari mereka. Dengan mempraktikkan self-manajemen, individu dapat lebih memahami kekuatan dan kelemahan mereka, mengidentifikasi faktor penghambat, dan mengembangkan strategi untuk mencapai tujuan yang lebih baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan jurnal self-manajemen sebagai pendekatan untuk meningkatkan kemandirian individu. Studi ini akan mengkaji efektivitas jurnal self-manajemen dalam berbagai aspek, termasuk pengelolaan waktu, pengaturan emosi, dan pengembangan kemampuan pengambilan keputusan.

## **Tinjauan Pustaka**

### **1. Definisi Kemandirian Individu**

Kemandirian merupakan kemampuan untuk melakukan dan mengambil suatu Tindakan atau Keputusan atas pertimbangan dirinya sendiri dan mampu mempertimbangkan konsekuensi dari Tindakan dan Keputusan yang di ambil tanpa adanya pengaruh dari pihak lain.

Menurut Steinberg (1990) Kemandirian adalah kapasitas individu untuk bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri, baik dari segi emosional, sosial, maupun finansial, sehingga mampu menjalani kehidupan secara mandiri.

Kemandirian individu menurut Hurlock (1978) Kemandirian individu adalah kemampuan seseorang untuk mengambil keputusan, mengatur, serta bertanggung jawab atas tindakan dan kehidupan mereka sendiri tanpa terlalu bergantung pada orang lain.

### **2. Faktor Kemandirian Individu**

#### **a. Faktor keluarga**

Keluarga merupakan bagian penting untuk mendukung tumbuh kembang anak, terutama pada pola asuh orang tua, pola asuh orang tua yang baik itu adalah pola asuh demokratis yaitu Dimana orang tua memberikan kebebasan kepada anak untuk mengungkapkan pendapat, perasaan, dan keinginannya, tidak membatasi pergerakan anak akan tetapi di

dalamnya ada perhatian dan pantauan kepada anak, agar anak tersebut tidak salah jalan, hal ini dapat mempengaruhi Tingkat kemandirian pada individu.

- b. Faktor Pendidikan  
Pendidikan dapat meningkatkan kemandirian pada anak, di dalam Pendidikan individu mendapatkan penambahan wawasan dan diberi tanggung jawab berupa tugas akademik atau tanggung jawab lainnya yang berkaitan dengan Pendidikan, hal ini dapat melatih individu dalam meningkatkan kemandirian dari Tindakan dan Keputusan yang di ambil. Menurut Santrock (2007), lingkungan pendidikan yang memfasilitasi pengambilan keputusan dan tanggung jawab individu dapat meningkatkan kemandirian siswa.
- c. Faktor kepribadian  
Kepribadian individu yang matang dilihat dari usia maupun kedewasaan akan membentuk individu untuk menjadi pribadi yang lebih mandiri, yang dapat mengambil Keputusan dalam bertindak, bertanggung jawab dalam mengemban Amanah, dan lebih memiliki pengendalian dan pengontrolan diri.
- d. Faktor pengalaman hidup  
Pengalaman hidup seorang individu dalam menyelesaikan persoalan hidup dan tahap-tahapan permasalahan hidup yang di alami dan di lalui, dapat membantuk karakter individu menjadi lebih Tangguh dan mandiri, dan membentuk pribadi individu yang mandiri.

### **3. Aspek Kemandirian Individu**

- a. Kemampuan pengambilan Keputusan  
Aspek dari kemandirian individu adalah kemampuan mengambil Keputusan, yang di mana seorang individu yang memiliki Tingkat kemandirian yang tinggi akan mampu menganalisis situasi dengan baik, dan mempertimbangkan pilihan dengan matang, dan akan menentukan Tindakan yang akan di ambil dengan baik, pribadi individu yang mandiri biasanya akan mengambil Keputusan dari hasil pertimbangannya sendiri yang dianggap sudah baik tanpa bergantung pada orang lain.
- b. Tanggung jawab  
Individu yang mandiri akan bertanggung jawab dalam memenuhi tugas yang diberikan, dan tugas yang di berikan akan di selesaikan dengan baik karena itu bentuk tanggung jawab dalam dirinya dan akan menghadapi konsekuensi yang akan di hadapi dari Tindakan yang telah di lakukannya.
- c. Pengendalian diri  
Pribadi yang memiliki Tingkat kemandirian yang tinggi akan memiliki kemampuan mengendalikan diri yang baik dalam dirinya, serta kecakapan dalam mengatur emosi, perilaku dan pikirannya.
- d. Kemampuan beradaptasi  
Menurut Steinberg (2014), kemandirian melibatkan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan dan tantangan baru secara mandiri.

### **4. Ciri-Ciri Kemandirian Individu**

Individu yang mandiri akan memiliki ciri-ciri sebagai berikut

1. kemampuan membuat Keputusan sendiri
2. percaya diri
3. tanggung jawab
4. tidak terpengaruh orang lain
5. kemampuan mengontrol emosi
6. kemampuan memenuhi kebutuhan sendiri
7. inisiatif dan kreatif

**a. Pengertian Self Manajemen**

Self manajemen merupakan kecakapan seseorang dalam mengatur pola hidup menjadi lebih disiplin dan tertata dengan baik, baik itu dalam pengelolaan waktu, motivasi diri, pengendalian emosi, serta pengaturan perencanaan diri bertujuan untuk mencapai pribadi yang lebih baik dan disiplin.

Menurut Goleman (1998) dalam bukunya *Emotional Intelligence*, *self-management* adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi, perilaku, dan stres, serta tetap termotivasi meskipun menghadapi tantangan. Goleman menekankan pentingnya kecerdasan emosional dalam manajemen diri, yang mencakup kemampuan untuk mengatasi emosi negatif dan mempertahankan fokus pada tujuan.

**b. Tujuan Self Manajemen**

Tujuan self manajemen adalah untuk mencapai tujuan pribadi maupun professional dengan cara peningkatan kemampuan seseorang dalam pengelolaan diri secara efektif. Menurut Stephen Covey (1989), *self-management* bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pribadi dengan cara mengatur waktu, prioritas, dan energi, sehingga individu dapat mencapai tujuan jangka panjang mereka dengan lebih baik dan terarah.

**c. Manfaat Self Manajemen**

Self manajemen memiliki manfaat untuk memperoleh individu dalam pengelolaan diri dengan baik. Manfaat manajemen lain yaitu :

1) Meningkatkan efektivitas dan produktivitas

Individu yang mampu mengatur waktu dengan baik serta dapat menyelesaikan tugas dengan baik dapat meningkatkan efektivitas dan produktivitas individu.

2) Pengendalian emosi yang lebih baik

Kemampuan mengendalikan emosi dengan baik merupakan salah satu manfaat self manajemen bagi individu dan hal ini akan membuat individu memiliki kestabilan emosi yang baik, dampak positifnya individu akan mampu berinteraksi secara positif dalam situasi professional di lingkungan sosialnya.

3) Kemampuan mengambil Keputusan dengan baik

Individu yang memiliki self manajemen yang baik akan memiliki kemampuan mengambil Keputusan dengan baik. Sebagaimana Menurut Goleman (1998), *self-management* juga meningkatkan kemampuan seseorang untuk membuat keputusan yang lebih baik, karena mereka dapat lebih objektif, terfokus, dan tidak terpengaruh oleh emosi negatif atau impulsif.

**d. Pendekatan Yang Menggunakan Teknik Self Manajemen**

Berikut beberapa pendekatan yang dapat digunakan dalam meningkatkan kemandirian self manajemen pada individu :

1. Cognitive behavioral Therapy (CBT)

Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) atau Terapi Perilaku Kognitif adalah pendekatan psikoterapi yang berfokus pada hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku. Maka pendekatan ini dapat membantu individu dalam meningkatkan self manajemen melalui pola pikir dan perilaku yang positif.

2. Konseling self

Pendekatan Konseling Self adalah pendekatan dalam konseling yang berfokus pada pengembangan diri individu untuk memahami dan mengelola masalah yang dihadapi. Dalam hal ini dengan menggunakan metode konseling self dapat membantu individu dalam mengelola diri dan masalah pada individu.

3. Realitas

Pendekatan Realitas atau Reality Therapy adalah pendekatan dalam konseling dan psikoterapi yang dikembangkan oleh William Glasser. Pendekatan ini berfokus pada pemecahan masalah dan pengambilan keputusan dengan cara

yang praktis, serta mengajarkan individu untuk bertanggung jawab atas tindakan dan pilihan mereka Glasser, W. (1998).

Pendekatan realitas dapat membantu individu belajar untuk memecahkan masalah yang di hadapi individu, dan dapat membantu individu dalam mengambil Keputusan yang tepat.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur sebagai pendekatan utama dalam pengumpulan dan analisis data. Metode studi literatur dilakukan dengan cara mengumpulkan, meninjau, dan menganalisis berbagai sumber pustaka yang relevan, seperti artikel jurnal, laporan penelitian, buku, dan dokumen lain yang berkaitan dengan topik penerapan jurnal self-manajemen dalam meningkatkan kemandirian individu.

Pendekatan ini dipilih karena studi literatur memungkinkan peneliti untuk memahami konsep, teori, dan temuan penelitian sebelumnya yang mendukung kerangka konseptual penelitian ini. Dengan mengacu pada berbagai sumber terpercaya, peneliti dapat membangun argumen yang kuat serta mengidentifikasi celah penelitian yang dapat dijadikan landasan untuk pengembangan studi lebih lanjut.

Analisis data dilakukan secara sistematis dengan memilah literatur berdasarkan relevansi dan kredibilitasnya. Peneliti meninjau isi literatur untuk menemukan informasi penting terkait implementasi jurnal self-manajemen, efektivitasnya dalam pengembangan kemandirian individu, dan faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilannya. Hasil dari proses ini dirangkum dalam bentuk sintesis yang memberikan gambaran komprehensif tentang topik yang dibahas.

Dengan menggunakan metode ini, penelitian bertujuan untuk memberikan kontribusi teoretis yang mendalam serta rekomendasi praktis yang berbasis pada bukti empiris dari berbagai literatur yang telah ditelaah.

### **Hasil dan Pembahasan**

Kemandirian individu merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengelola kehidupannya secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain dalam berbagai aspek, baik itu ekonomi, sosial, psikologis, maupun pendidikan. Kemandirian ini sangat penting untuk mengembangkan potensi diri, meningkatkan rasa percaya diri, dan mendukung keberhasilan dalam kehidupan pribadi maupun profesional. Kondisi kemandirian individu saat ini dapat dilihat melalui berbagai dimensi, baik dari segi ekonomi, psikologis, sosial, maupun pendidikan. Kondisi kemandirian individu dari segi ekonomi, sosial, dan pendidikan mencerminkan sejauh mana seseorang dapat mengelola kehidupannya secara mandiri, baik dalam aspek finansial, hubungan sosial, maupun pengembangan diri melalui pendidikan.

#### **1. Segi ekonomi**

Kemandirian ekonomi individu terkait erat dengan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya tanpa bergantung pada orang lain. Dalam konteks saat ini, perkembangan teknologi dan ekonomi digital telah membuka peluang bagi individu untuk bekerja secara mandiri, baik melalui kewirausahaan maupun pekerjaan berbasis teknologi. Meskipun demikian, masih ada ketimpangan dalam akses terhadap sumber daya, pendidikan, dan modal yang dapat membatasi kemandirian ekonomi di beberapa lapisan masyarakat.

#### **2. Segi sosial**

Kemandirian sosial mengacu pada kemampuan individu untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya tanpa bergantung pada orang lain dalam pengambilan keputusan sosial, membangun hubungan, dan memenuhi kebutuhan sosialnya. Masyarakat modern, terutama di kota-kota besar, cenderung memberikan lebih banyak ruang bagi

individu untuk membangun kemandirian sosial. Namun, di daerah pedesaan dan masyarakat yang lebih konservatif, kemandirian sosial sering kali dibatasi oleh nilai-nilai keluarga dan norma sosial.

### 3. Segi Pendidikan

Kemandirian dalam pendidikan mencerminkan sejauh mana individu dapat mengelola proses belajar dan pengembangan diri tanpa ketergantungan pada orang lain atau sistem pendidikan formal. Di era digital, pendidikan daring memberikan lebih banyak kesempatan bagi individu untuk mengakses pengetahuan dan keterampilan secara mandiri. Namun, masih terdapat ketimpangan akses terhadap teknologi dan kualitas pendidikan, yang mempengaruhi kemandirian pendidikan individu, terutama di daerah-daerah dengan infrastruktur yang kurang memadai.

## **Kemandirian Individu Sebelum Adanya Penerapan Jurnal Self Manajemen Terhadap Individu**

Sebelum penerapan konsep *self-management* yang lebih terstruktur dalam berbagai bidang, individu mengembangkan kemandirian mereka melalui keterampilan praktis, pengaruh keluarga, norma sosial, dan pengalaman langsung dalam kehidupan mereka. Kemandirian ekonomi, sosial, dan pendidikan pada masa lalu lebih bersifat alami dan berbasis pada kebiasaan dan tradisi yang berlaku dalam masyarakat, dengan sedikit atau tanpa sistem atau teori manajemen diri yang terstruktur seperti yang ada saat ini.

Penelitian dan teori tentang *self-management* yang lebih modern mulai menggantikan pola-pola tradisional ini dengan pendekatan yang lebih terorganisir dan berbasis ilmu pengetahuan, yang memungkinkan individu untuk mengelola diri mereka secara lebih efisien dan mandiri dalam berbagai aspek kehidupan mereka.

## **Kemandirian Individu Setelah Adanya Penerapan Jurnal Self Manajemen Terhadap Individu**

Setelah penerapan konsep *self-management* yang dibahas dalam berbagai jurnal dan literatur ilmiah, kemandirian individu mengalami transformasi yang signifikan. Konsep *self-management* mengacu pada kemampuan individu untuk mengelola perilaku, waktu, emosi, dan sumber daya dengan tujuan untuk mencapai tujuan pribadi atau profesional. Penerapan konsep ini dalam berbagai aspek kehidupan telah memberikan dampak besar, terutama dalam bidang ekonomi, sosial, dan pendidikan. Berikut adalah gambaran kemandirian individu setelah penerapan konsep *self-management* beserta referensi yang relevan.

## **Dampak Positif Penerapan Jurnal Self Manajemen Terhadap Kemandirian Individu**

Penerapan *self-management* yang dijelaskan dalam berbagai jurnal ilmiah telah memberikan dampak positif terhadap kemandirian individu, baik dalam aspek ekonomi, sosial, pendidikan, maupun kesehatan. *Self-management* memungkinkan individu untuk lebih efektif dalam mengelola diri, memotivasi diri, serta merencanakan dan mencapai tujuan pribadi atau profesional. Dampak positif tersebut dapat dilihat dalam peningkatan kemandirian individu yang lebih terstruktur dan terorganisir. Berikut adalah dampak positif dari penerapan *self-management* terhadap kemandirian individu.

### 1. Peningkatan kemandirian ekonomi

Penerapan *self-management* memberikan individu kemampuan untuk mengelola sumber daya keuangan mereka dengan lebih efisien. Dengan menggunakan prinsip-prinsip manajemen diri, individu dapat mengatur anggaran, merencanakan pengeluaran, serta memprioritaskan tujuan finansial jangka panjang.

- a) Pengelolaan Keuangan yang Lebih Efektif: *Self-management* mendorong individu untuk lebih disiplin dalam menabung, mengelola utang, dan membuat

keputusan investasi yang cerdas. Hal ini meningkatkan kemandirian ekonomi karena individu tidak lagi bergantung pada orang lain atau bantuan eksternal untuk mengelola keuangan mereka.

- b) Pengelolaan Waktu dan Sumber Daya: *Self-management* membantu individu dalam mengatur waktu mereka secara lebih baik, yang pada gilirannya memungkinkan mereka untuk bekerja lebih efisien dan meraih keberhasilan dalam karier atau usaha pribadi.

## 2. Peningkatan Kemandirian Sosial

*Self-management* memungkinkan individu untuk mengelola hubungan interpersonal mereka secara lebih efektif. Hal ini tidak hanya mencakup kemampuan untuk mengelola konflik sosial, tetapi juga meningkatkan kualitas hubungan sosial melalui komunikasi yang lebih baik dan pengelolaan emosi yang lebih efektif.

- a) Pengelolaan Emosi dalam Hubungan Sosial: Individu yang menguasai *self-management* dapat lebih baik dalam mengelola emosi mereka, yang membantu dalam interaksi sosial yang lebih sehat. Mereka lebih mampu menghindari reaksi berlebihan dalam menghadapi stres atau konflik, serta mampu mempertahankan hubungan yang konstruktif.
- b) Peningkatan Keterampilan Sosial: Penerapan *self-management* dalam kehidupan sosial memungkinkan individu untuk lebih percaya diri dalam membuat keputusan sosial yang bijaksana. Mereka cenderung lebih mampu menetapkan batasan sosial yang sehat, serta lebih mampu menanggapi tekanan sosial secara positif.

## 3. Peningkatan Kemandirian Pendidikan

Dalam konteks pendidikan, penerapan *self-management* memberikan dampak positif terhadap kemampuan belajar mandiri individu. Dengan mengembangkan keterampilan *self-regulated learning* (pembelajaran yang dikelola sendiri), individu menjadi lebih mandiri dalam merencanakan, mengorganisasi, dan mengevaluasi proses pembelajaran mereka.

- a) Pembelajaran Mandiri: *Self-management* mendorong individu untuk mengatur waktu mereka dengan baik, memotivasi diri, dan menetapkan tujuan pembelajaran yang realistis. Dengan kemampuan ini, individu dapat belajar secara mandiri tanpa terlalu bergantung pada pengawasan atau bimbingan eksternal.
- b) Peningkatan Keterampilan Akademik: Penerapan *self-management* dalam pendidikan membantu individu untuk lebih fokus dan termotivasi dalam mencapai tujuan akademik mereka. Dengan mengatur waktu dan energi mereka, individu menjadi lebih efisien dalam mencapai hasil belajar yang optimal.

## Kesimpulan

Meningkatkan kemandirian individu dapat dicapai melalui penerapan *self-management* (manajemen diri). *Self-management* melibatkan kemampuan individu untuk mengatur diri dalam berbagai aspek kehidupan, seperti waktu, emosi, pekerjaan, dan tujuan pribadi. Dengan mengembangkan keterampilan ini, seseorang dapat meningkatkan efektivitas diri, mengatasi hambatan, dan meraih tujuan secara lebih mandiri. Penerapan *self-management* yang efektif mencakup perencanaan, pengaturan waktu, pengendalian emosi, serta evaluasi dan refleksi terhadap tindakan yang diambil. Kemandirian yang dibangun melalui *self-management* dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kapasitas individu dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dengan mengembangkan keterampilan *self-management*, individu dapat meningkatkan kemandirian dan memaksimalkan potensi pribadi dalam berbagai aspek kehidupan.

### Daftar Pustaka

- Adler, A. (1927). *Understanding Human Nature*.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and Growth in Personality*. Holt, Rinehart, & Winston.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. International Universities Press.
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 36(5), 427–440.
- Covey, S. R. (1989). *The 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change*. Free Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*.
- Goleman, D. (1998). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental Tasks and Education*.
- Hurlock, E.B. (1978). *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*. New York: McGraw-Hill.
- Mann, L., & Mladenovic, R. (2007). "Personal Financial Management and *Self-management* Skills: A Critical Review." *Journal of Financial Counseling and Planning*, 18(2), 17-28.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development*. McGraw-Hill.
- Patriana, P. 2007. *Hubungan Antara Kemandirian dengan Motivasi Bekerja Sebagai Pengajar Les Privat pada Mahasiswa di Semarang*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Salim, A. (2020). "Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Melalui Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM)." *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 22(1), 112-123.
- Santrock, J. W. (2007). *Educational Psychology*. McGraw-Hill.
- Sari, I. U. (2023). *HUBUNGAN KEMANDIRIAN SISWA DENGAN PRESTASI HASIL BELAJAR SISWA di SD KECAMATAN UJUNGBERUNG (Penelitian Survey Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar di Kecamatan Ujungberung Kota Bandung)* (Doctoral dissertation, FKIP UNPAS).
- Steinberg, L. (1990). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 26(4), 313-318.
- Zimmerman, B. J. (2002). "Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview." *Theory into Practice*, 41(2), 64-70.