American Journal of Humanities and Social Sciences Research (AJHSSR)
e-ISSN : 2378-703X
Volume-09, Issue-08, pp-60-65
www.ajhssr.com
Research Paper Open Access

PAG-AARAL SA KOLEHIYO: ISANG MULTIPLE CASE STUDY

Mary Grace N. Pizon[1], Norrelyn B. Gedaro, LPT[2]
Institute of Teacher Education, Kapalong College of Agriculture, Sciences and Technology

ABSTRACT: Ang pag-aaral na ito ay tumatalakay sa kahalagahan ng epektibong pamamahala ng oras ng mga mag-aaral sa kolehiyo sa gitna ng kanilang mga akademikong gawain at personal na obligasyon. Gumamit ang mananaliksik ng multiple-case study approach at pinili ang tatlong kalahok sa pamamagitan ng purposive sampling batay sa itinakdang pamantayan. Isinagawa ang panayam upang mailahad ang kanilang mga karanasan, at sinuri ang datos sa pamamagitan ng tematikong pagsusuri.
Tatlong pangunahing tema ang lumitaw. Ito ay ang kahirapan sa pag-unawa ng aralin at akademikong pagganap, pagsubok sa pagbabalanse ng personal na obligasyon at pag-aaral, at kagustuhan sa mas mahabang oras ng klase. Bilang tugon sa mga hamon, ginamit ng mga mag-aaral ang iba't ibang estratehiya tulad ng sariling pag-aaral, paggamit ng online resources, pagtanggap ng suporta mula sa iba, at mahusay na pamamahala ng oras. Ipinakita ng pag-aaral na mahalaga ang kombinasyon ng teknolohiya, suporta ng kapwa, at sariling diskarte upang mapagtagumpayan ang buhay-kolehiyo. Ang mga natuklasan ay makatutulong sa mga guro, mag-aaral, at mananaliksik sa pagpapalalim ng pag-unawa sa papel ng oras sa tagumpay ng mga estudyante.

KEYWORDS - *akademikong pagganap, asynchronous, multiple case, pag-aaral sa kolehiyo, synchronous.*

I. INTRODUKSYON

Ang oras ay isang mahalagang yaman para sa anumang organisasyon, at ang tamang paggamit nito ay isa sa pangunahing responsibilidad ng isang tagapamahala. Isa itong mapagkukunang hindi na muling maibabalik kapag lumipas na, kaya't mahalagang gamitin ito nang mahusay sa pamamagitan ng pagtukoy sa mga mas mahahalagang gawain at pagbibigay-priyoridad sa mga ito. Para magawa ito nang epektibo, kailangang taglayin ng isang tagapamahala ang mahusay na kakayahan sa pamamahala ng oras, na tumutukoy sa abilidad na maayos na maglaan ng oras at mga mapagkukunan upang makamit ang mga layunin (Cuntapay, 2022).

Sa Estados Unidos, may mga paniniwalang ang kakulangan sa oras ng pagtuturo ay nakaaapekto sa kalidad ng edukasyon at ekonomiya ng bansa. Una, iniisip na mas maikli ang oras sa paaralan kumpara sa ibang bansa. Pangalawa, pinaniniwalaang ang pagdagdag ng oras ay magpapabuti sa akademikong tagumpay. Pangatlo, itinuturing na ang pagpapahaba ng school year ang pinakamainam na solusyon. Ayon sa pananaliksik, ang dagdag na oras ay maaaring makatulong lalo na kung mahusay itong gagamitin ngunit hindi ito garantisadong solusyon. Mas epektibo ito kung isasabay sa mas magaling na pagtuturo at mas angkop na pagtutok sa pangangailangan ng mga estudyante (Kuehfeld et. al., 2022).

Sa Pilipinas, ang karaniwang oras ng pasok sa paaralan ay mula 7:30 ng umaga hanggang 4:00 o 5:00 ng hapon, kaya't kailangan gumising ng maaga ang mga estudyante at maglaan pa ng oras sa paggawa ng takdang-aralin. Dahil dito, marami sa kanila lalo na ang mga nasa hayskul ang nakararanas ng kakulangan sa tulog at iba pang problemang pangkalusugan. Iminumungkahi na limitahan ang bilang ng asignatura sa tatlo kada araw, tig-dalawang oras bawat isa, upang mapahusay ang konsentrasyon at produktibidad ng mga estudyante. Ayon sa isang pananaliksik, ang labis na dami ng akademikong gawain ay maaaring magdulot ng stress, pagkabagot, at pagbaba ng akademikong pagganap sa mga mag-aaral. Dahil dito, mas mainam na bawasan ang bilang ng asignatura kada araw upang mabigyan ng sapat na oras ang mga estudyante na magpokus sa bawat aralin, na maaaring magresulta sa mas mataas na kalidad ng pagkatuto at mas maayos na kalusugan ng isip (Carregando, 2021).

Sa kasalukuyang literatura, tinatalakay ng maraming pag-aaral ang mga oras ng pagsisimula ng paaralan at ang kahalagahan ng sapat na oras sa loob ng silid aralan. Gayunpaman, may mga limitadong pag-aaral na partikular na nag-iimbestiga sa epekto ng hindi sapat na oras ng pag-aaral sa pangkalahatang pag-aaral ng mga mag-aaral, lalo na sa konteksto ng mga kolehiyo sa kanayunan tulad ng Kapalong College of

Agriculture Sciences and Technology. Karamihan sa mga kasalukuyang pananaliksik ay nakatuon sa mga setting ng paaralan sa lungsod o malalaking unibersidad, na maaaring hindi kumakatawan sa mga natatanging hamon ng mga paaralan sa mga rural na lugar. Bukod pa rito, kakaunti ang mga empirical na pag aaral na sumasaklaw sa kung paano nakakaimpluwensya ang mga salik tulad ng limitadong oras ng klase sa mga partikular na paksa tulad ng Filipino, na nangangailangan ng malalim na diskurso at praktikal na aplikasyon ng kaalaman.

Upang higit na mapakinabangan ang kinalabasan ng pananaliksik na ito, ito ay ilalathala sa iba't ibang plataporma gaya ng internet, silid-aklatan, at mga akademikong journal. Layunin ng publikasyong ito na maipamahagi ang mahahalagang kaalaman hinggil sa mga karanasan ng mga mag-aaral sa kolehiyo, partikular sa kung paano nila epektibong pinamamahalaan ang kanilang oras. Ang pananaliksik na ito ay malayang maaring sanggunian ng sinumang mag-aaral, mananaliksik, o guro na nagnanais palalimin ang kanilang kaalaman sa nasabing paksa. Bilang bahagi ng pagpapalaganap ng impormasyon, ang Kapalong College of Agriculture, Sciences and Technology, sa pamamagitan ng silid-aklatan at ng Research and Development Office, ay bibigyan ng opisyal na kopya ng pag-aaral. Sa ganitong paraan, masisiguro na ang resulta ng pananaliksik ay magiging kapaki pakinabang sa kasalukuyan at sa mga susunod pang henerasyon ng mga mag-aaral ng institusyon.

II. LAYUNIN NG PANANALIKSIK

Ang layunin ng multiple case na pag aaral na ito ay upang galugarin ang mga karanasan, tuklasin ang mga estratehiya sa pagharap sa mga hamon at malaman ang mga pananaw sa mga naging kaaranasan ukol sa limitadong oras ng klase na kinabibilangan ng mga mag aaral mula sa Kapalong College of Agriculture Sciences and Technology.

Mga Katanungan sa Pananaliksik

1. Ano ang mga karanasan at pananaw ng mga mag aaral sa limitadong face-to face na oras ng klase?
2. Ano ang mga estratehiya sa pagharap ng mga mag-aaral sa hamon ng limitadong oras ng klase?

III. PAMAMARAAN

Kwalitateyb na pamamaraan ang ginamit sa pananaliksik na ito sapagkat nalalayon ng mananaliksik na mailarawan at maisalaysay ang mga piling mag-aaral sa kolehiyo na nagkaroon ng suliranin sa pamamahala ng kanilang oras. Ang kuwalitatibong pananaliksik ay isang uri ng pag-aaral na nagsusuri at nagbibigay ng mas malalim na pag-unawa sa mga suliranin na kinahaharap sa buhay ng tao. Sa halip na kolektahin ang mga numerikal na datos, ang kuwalitatibong pananaliksik ay ginagamit sa pagbuo ng mga hipotesis pati na rin sa masusing pagsusuri at pag unawa sa mga pangyayari o sitwasyon.

Ang isang kuwalitatibong pananaliksik ay naglilikom ng mga karanasan, pananaw, at asal ng mga partisipante. Ito ay sumasagot sa mga tanong na paano, bakit at sumasagot sa isang open-ended na tanong. Dagdag pa rito, ang kalakasan ng isang kuwalitatibong pagsusuri ay ang kakayahan nitong ipaliwanag ang proseso at disenyo ng kilos na hindi ginagamitan ng numero (Brannan, 2020).

Ang kuwalitatibong pag-aaral ay gagamitin bilang metodo sa pag-aaral. Sapagkat, sa pananaliksik ay kinakailangan lamang ng maliit na bilang ng mga partisipante nakatuon lamang ang pagsisiyasat sa iba't ibang uri ng paksa na kaunti 3 pang nasusuri. Bukod dito, hindi layunin ng pag-aaral na sukatin ang mga baryabol o subukan ang iba't ibang interbensiyon sa pamamagitan ng mga kaugnayang o eksperimental na mga paraan. Ang kuwalitatibong pag-aaral na may dulog na Multiple case study ay maaring magamit sa pagsuri. Ang isang maramihang pag-aaral ng kaso o multiple-case study ay nagsasangkot ng pagsusuri ng maraming mga kaso, na mga bounded system o mga yunit ng pagsusuri. Ang bawat kaso ay maaaring kumatawan sa isang indibidwal, isang grupo, isang organisasyon, o kahit isang kaganapan o penomenon.

Ang layunin ng pagsasagawa ng maramihang pag-aaral ng kaso ay pataasin ang lawakat lalim ng pag-unawa sa pamamagitan ng paghahambing at pagkakaiba ng iba'tibang mga kaso. Ang pagsusuri sa ilang mga kaso ay nagbibigay ng mananaliksik upang siyasatin ang mga pagkakaiba-iba sa loob at labas ng mga kaso. Sa ganitong uri ng pananaliksik, mahalaga ang maingat na pagpili ng mga kaso upang matiyak na ang mga datos ay maihahambing nang may katumpakan. Ang layunin nito ay hindi lamang upang tukuyin ang mga pagkakatulad kundi pati na rin ang mga pagkakaiba sa mga sitwasyon. Sa ganitong paraan, mas mapagtitibay ang kredibilidad ng mga natuklasan sapagkat ito ay nakabatay sa masusing pagsusuri at paghahambing ng mga pangyayari (Barite, 2020).

Sa konteksto, ang kuwalitatibong pag-aaral na may dulog na Multiple case study ay maaring magamit sa pagsuri ukol sa naging karanasan ng mga piling mag aaral sa kolehiyo sa pamamahala ng kanilang oras sa pag-aaral dahil sa layunin ng mananaliksik na suriin at unawain ang karanasan ng mga piling mag-aaral. Kaugnay nito, makatutulong ang multiple case study na ma-diskubre ang bawat kaso ng mga piling mag-aaral sa kolehiyo sa pamamagitan ng diretsong mga tugon mula sa mga piling partisipante sa mga tanong na inihanda ng mananaliksik. Bukod dito, ang disenyo na ito ay magbibigay ng kaalaman hinggil sa kung paano nalampasan ng mga partisipante ang mga hamon at mga pagsubok sa pamamahala ng kanilang oras sa pag-aaral.

IV. RESULTA AT TALAKAYAN

Ang pag-aaral na ito ay isang multiple case study at ang mananaliksik ay naglalayong galugarin ang magkakaibang sitwasyon sa bawat kaso ng tatlong partisipante. Sa bawat kaso, ang isang impormante ay hiniling na tumugon sa mga sumusunod na katanungan na kung saan ay hinahangad na sagutin ng pag aaral na ito. Dahil sa likas na katangian ng pag aaral, lahat sila ay nakamit ang mga kinakailangan o pamantayan sa pagpili sa kanila bilang mga kalahok. Lahat ng mga kalahok ay ang mga mag aaral sa Kapalong College of Agriculture, Sciences and Technology (KCAST).

Ang mga tanong sa pananaliksik ay sinagot gamit ang mga datos na nakolekta sa pamamagitan ng in-depth interview na isinagawa nang tatlong partisipante batay sa bawat kaso na kanilang kinasasangkutan. Kasunod nito, nabuo ang mga tema gamit ang parehong mga kaso at pagsusuri sa cross case na maingat na sinusunod para sa kapakinabangan ng mananaliksik.

Ang seksyong ito ay nagbibigay ng mga detalye ng mga resulta ng pagsusuri upang masagot ang mga sumusunod na katanungan sa pananaliksik:

Pangunahing Katanungan sa Pananaliksik 1: Ano ang mga karanasan ng mga mag aaral sa limitadong face-to face na oras ng klase?

Pangunahing Katanungan sa Pananaliksik 2: Ano ang mga estratehiya sa pagharap ng mga mag-aaral sa hamon ng limitadong oras ng klase?

Ang kabanatang ito ay nahahati sa mga sumusunod na seksyon. Para sa unang bahagi, tinatalakay nito ang datos na ibinigay ng mga kalahok na ginamit upang makabuo ng isang kwalitatibong mga imprmasyon. Ang ikalawang bahagi ay sumasalamin sa mga proseso ng pagsusuri ng datos pati na rin ang mga hakbang na kasangkot sa pagkakategorya ng mga umuusbong na tema batay sa mga resulta ng malalim na panayam o in-depth interview (IDI) sa bawat kaso. Ang ikatlong bahagi ay binabalangkas ang mga tugon na nakalap sa panahon ng pamamaraan ng pangangalap ng mga datos.

Partisipante

Ang mga kalahok sa pag-aaral ay ang tatlong mag-aaral sa Kapalong College of Agriculture Sciences and Technology. Ang mga kalahok ay 1 mag-aaral na nagtatrabaho, 1 mag-aaral na magulang at 1 mag-aaral na full-time. Ang lahat ng kalahok ay may kani-kanilang mga palayaw o pseudonym upang maprotektahan ang kanilang pagkakakilanlan bilang isang mga mag-aaral sa Kapalong College of Agriculture Sciences and Technology. Ang mga kalahok ay pawang mga mag aaral sa Kapalong College of Agriculture Sciences and Technology. Sa pamamagitan nito, inilagay ng mananaliksik ang kanyang tiwala sa kanila na maibibigay nila ang hinahangad na katuklasan ng pag-aaral na ito.

Ang proseso ng pakikipanayam ay isinagawa sa loob ng kampus at kinausap ng mananaliksik ang mga kalahok tungkol sa kung saan nila gusto o saang lokasyon sila komportable na makapanayam. Ang bawat panig bilang isang isang tagapanayam at kinakapanayam ay parehong sumang-ayon sa bawat pasya at parehong nasiyahan o kontento sa naranasan o natanggap na resulta na nag-bukas sa isang tuluy-tuloy na daloy na komunikasyon sa tuwing kailangan ang mga dagdag o pagtatanong kapag hindi lubos na nauunawaan ang isang tanong ay isinasaalang alang bilang may karapatan ang bawat kalahok. Ang mga kalahok ay may opsyon na tumanggi na sagutin ang anumang tanong na itinuring nilang sensitibo o salungat sa kanilang desisyon. Ang mga datos na nakolekta sa panahon ng mga panayam ay pinananatili sa isang mahigpit na pagsusuri upang matiyak ang pagiging kumpedensyal at tanging ang mananaliksik at mga kalahok lamang ang may pribilehiyo sa anumang impormasyon na ipinahayag na hindi naisiwalat dahil sa likas na katangian ng pag-aaral.

Upang mapanatili ang pagiging komportable ng mga kalahok at masiguro ang integridad ng datos, karaniwang ginagamit ng mga mananaliksik ang mga personal na elektronikong aparato tulad ng cellphone bilang alternatibo sa tradisyunal na tape recorder. Ayon sa mga pag-aaral, ang paggamit ng cellphone ay mas praktikal at mas madaling tanggapin ng mga kalahok dahil ito ay hindi gaanong nakakaistorbo at mas pamilyar sa kanila (Smith, 2021).

Kategorya ng mga Datos

Ang mga talakayan na na-rekord sa pamamagitan ng voice record na siyang itinala, isinalin, at sinuri nang natapos na ang malalim na panayam o in-depth interview (IDI). Sinimulan naman ng mananaliksik ang pagsusuri sa proseso ng koding.

Ang coding data ay tumutukoy sa proseso ng pag-oorganisa at pag-aayos sa iyong mga nakolektang datos ng husay upang matukoy ang iba't ibang mga tema at ang mga ugnayan sa pagitan ng mga ito. Ito rin ang proseso ng pagbabago ng nakolektang impormasyon o mga obserbasyon sa isang hanay ng mga makabuluhan at magkakaugnay na kategorya at sa pamamagitan nito ang pagbubuod at muling paglalahad ng datos ay makapagbibigay ng isang sistematikong salaysay ng naitala at naobserbahang penomenon.

Ang mga pseudonyms na may temang nakaugat sa pag-uugali at disposisyon ng tao ay pinili ng mananaliksik upang masalamin ang kabuuang diwa na nakatuon sa mga saloobin o attitudes ng mga kalahok. Ang bawat pangalan tulad ng Masigasig, Tiwala, Sipag, Maalaga, Bait, Lakas, Masugid, Respeto, at Galang ay may simbolikong kahulugan na kaugnay ng mga katangiang nagpapakita ng kababaang-loob, paggalang, at

emosyonal na pagkontrol, mga salik na mahalaga sa pag-unawa sa pananaw at asal ng isang indibidwal. Sa paggamit ng mga ganitong pseudonyms, hindi lamang napanatili ang pagiging kumpidensyal ng mga kalahok, kundi naipapahiwatig din ang esensya ng kanilang mga pananaw sa paraang makatao at makakultura.

Talahanayan 1
Mga Kalahok sa Pag-aaral

Cases	Palayaw	Kasarian	Edad	Gampanin	Code
Case 1	Masigasig	Babae	21	Partisipante	PA-01
	Tiwala	Lalaki	22	Impormante	IN-01
	Sipag	Babae	22	Impormante	IN-02
Case 2	Maalaga	Babae	23	Partisipante	PA-02
	Bait	Babae	21	Impormante	IN-03
	Lakas	Babae	21	Impormante	IN-04
Case 3	Masugid	Babae	21	Partisipante	PA-03
	Galang	Babae	22	Impormante	IN-05
	Respeto	Babae	21	Impormante	IN-06

Ang mga talakayan sa panayam ay na-rekord sa pamamagitan ng pagrekord ng kanilang boses o voice record na siyang itinala, isinalin at sinuri pagkatapos ng in depth interview (IDI). Kung gayon, sinimulan naman ng mananaliksik ang pagsusuri sa pamamagitan ng proseso ng coding data.

Ang coding ay isang pamamaraan ng pag-aayos ng mga nakolektang datos sa bawat bahagi ng teksto bago magbigay ng kahulugan sa mga impormasyon. Ang coding technique ay ginamit upang magbigay ng paglalarawan sa pinangyarihan ng isang tao gayundin ay susuriin ang mga nalikhang tema. Ang mga paksang ito ay ginamit upang tumulong sa pagbuo ng malawak na paglalarawan ng mga penomena na siyang sinisiyasat.
Para sa mga datos na ikinategorya, ang mga temang nabuo sa pamamagitan ng mga katanungan sa pananaliksik bilang mga pangunahing tema na umusbong sa pag-aaral. Ang mga tema na lumabas sa pag-aaral ay tinalakay at sinuri nang husto upang makapagbigay ng maayos na paglalarawan. Pagkatapos ay nakabuo ng isang konklusyon at pagpapatunay sa punto ng pag-aaral na kung saan umusbong ang mga ideya at mabuo ang mga natuklasan tungkol sa pag-aaral (Carciner, 2022).

Ang mananaliksik ay nakatuon sa mga konstruksyon tulad ng kredibilidad, pagiging maaasahan, kakayahang ilipat at kumpirmasyon upang mapahusay ang pagiging pampagkakatiwalaan sa kawastuhan ng pag-aaral. Ginamit din ang pagpapatunay ng miyembro upang matiyak ang kredibilidad sa pamamagitan ng pagbibigay ng kopya ng transkrip ng panayam para sa mga komento. Walang mga pagtutol at sinigurado na nilagdaan ng bawat kalahok ang kasunduan at pagpapatunay. Ang katotohanang ang pag-aaral ay gumamit ng higit sa dalawang pinagmulan, kabilang na ang mga datos mula sa mga literaturang may kaugnayan at mga tugon ng kalahok. Ito ay nagpapakita ng paggamit ng data triangulation, na tumutulong sa pagpapatatag ng bisa ng mga resulta. Ang triangulation ay isang mahalagang hakbang sa kwalitatibong pananaliksik upang matiyak ang katumpakan at balanse ng interpretasyon ng datos (Flick, 2020).

Upang higit na mapagtibay ang kumpirmabilidad at reliability, gumamit ang mananaliksik ng isang audit trail, isang sistematikong dokumentasyon ng bawat hakbang sa pananaliksik na nagpapahintulot sa mga tagasuri na siyasatin ang proseso at suriin ang pagiging wasto ng mga natuklasan, interpretasyon, at konklusyon (Nowell et al., 2022).

Sa usapin naman ng transferability, batid ng mananaliksik na ang mga resulta ay maaaring hindi ganap na mailapat sa ibang konteksto sapagkat nakabatay lamang ito sa karanasan at pananaw ng mga kalahok mula sa isang tiyak na lokalidad. Gayunman, ang pagsunod sa mahigpit na etikal at metodolohikal na pamantayan ay nagpapalakas sa kredibilidad, kumpirmabilidad, at trustworthiness ng pag-aaral (Moser, 2020).

V. KONKLUSYON

Batay sa isinagawang pag-aaral, naging malinaw na ang mga mag-aaral sa kolehiyo ay humaharap sa iba't ibang hamon, partikular sa pag-unawa ng mga aralin at sa pagbalanse ng kanilang personal na obligasyon at pag-aaral. Sa kabila ng mga pagsubok, nakabubuo sila ng mga estratehiya upang mapagtagumpayan ang kanilang mga sitwasyon, gaya ng paggamit ng online na mapagkukunan, pagsasagawa ng sariling pag-aaral, pagtanggap ng suporta mula sa iba, at pamamahala ng oras.

Ang mga natuklasan ay nagpapakita na ang kakayahan ng isang mag-aaral na magtagumpay ay hindi lamang nakabatay sa katalinuhan kundi pati sa kakayahang makibagay, mag-desisyon, at humingi ng tulong. Dito natin makikita ang kahalagahan ng holistic support system sa edukasyon, kung saan ang suporta mula sa mga guro, pamilya, at institusyon ay may malaking papel sa pag-unlad ng mag aaral.

Naitampok din sa pag-aaral na mas pinapaboran ng mga kalahok ang pagkakaroon ng mahabang klase, na siyang nagpapakita na nais nilang mas mapalalim pa ang talakayan sa mga aralin. Ito ay nagbibigay-diin sa pangangailangang pag-isipan muli ng mga institusyong pang-edukasyon ang estruktura ng oras ng klase upang mas tugunan ang tunay na pangangailangan ng mga estudyante.

Sa kabuoan, ang pananaliksik na ito ay nagbibigay-liwanag sa reyalidad ng buhay ng mga mag-aaral sa kolehiyo. Ang kanilang mga karanasan ay sumasalamin sa sistemang pang-edukasyon na patuloy pang hinuhubog at pinauunlad. Mahalaga na ang boses ng mga mag-aaral ay patuloy na mapakinggan sa mga usaping may kinalaman sa kanilang edukasyon.

Sa huli, ang pananaliksik na ito ay isang paalala na ang edukasyon ay hindi lamang tungkol sa mga grado o pagtatapos, kundi isang proseso ng pagkatuto, pakikibaka, at paghubog sa sarili. Sa pamamagitan ng pag-unawa sa kanilang mga karanasan, mas mapapalakas natin ang suporta at sistemang makakatulong sa kanilang tagumpay sa akademya at sa buhay.

TALASANGGUNIAN

[1] Abracan, N. M. (2022, May). European Journal of Education.

[2] Antiojo, L. (2020). Global Research & Development Services. Retrieved from Research Gate.

[3] Aranda, S. L. (2021). Student motivation in hybrid classrooms. Journal of Educational Psychology, 113(4), 567–580.

[4] Ballesteros, R. T. (2019). Tech integration in secondary education. Philippine Journal of Educational Technology, 5(2), 23–35.

[5] Barbour, M. K. (2018). K-12 learning in Canada: Effects for teachers. iNacol.

[6] Brannan, J. (2020, June 6). [Title not provided]. NCBI. Retrieved from National Library of Medicine.

[7] Cabrera, J. F. (2020). Learning analytics and self-regulation. International Journal of Learning Technology, 15(1), 45–61.

[8] Corpuz, R. (2018). An overview of the K-12 curriculum in the Philippines. Octagon Works, 2.

[9] Creswell, J. (2013). Woffman. Retrieved from https://granolagradschool.com

[10] Dela Cruz, M. A. (2022). Peer support and academic resilience. Educational Research & Reviews, 17(3), 112–126.

[11] Diaz, K. P. (2021). Gamification in higher education. Journal of Digital Learning, 8(3), 202–218.

[12] Espejo, V. R. (2018). Flexible learning schedules and student well-being. Asia-Pacific Education Review, 19(2), 277–290.

[13] Fernandez, L. C. (2020). E-learning platforms in rural Philippine schools. Journal of Online Learning Research, 6(1), 89–102.

[14] Garcia, M. L. (2023). Time management skills and academic success. Journal of College Student Development, 64(1), 83–98.

[15] Guinayen, V. K. (2019). Relationship of the academic performance to the licensure examination for teachers performance of MPSPC graduates. Retrieved from MPSPC EDU.

[16] Guru, L. (2019). Retrieved from https://ludwig.guru

[17] Harve, A. (2023, July 10). 5 benefits of K-12 education in the 21st century. Retrieved from https://hurix.com/5-benefits-of-K-12-education-in-the-21st-century

[18] Herrera, A. P. (2019). Digital distraction and student focus. Computers & Education, 134, 14–27. Huberman, M. (1984). Qualitative data analysis. Newbury Park: Sage.

[19] Hunziker, S. (2021). Retrieved from https://springer.com Ilagan, T. J. (2021). Self-assessment in remote learning environments. International Journal of Educational Research, 104, 101–115.

[20] Ilagan, T. J. (2021). Self-assessment in remote learning environments. International Journal of Educational Research, 104, 101–115.

[21] Jacinto, C. M. (2022). Mobile apps for self-regulation skills. Journal of Learning and Technology, 11(2), 134–147.

[22] Johnson, M. (2020, April). Retrieved from academia.com

[23] Kirk, J. (2020). Reliability and validity in qualitative research. Sage University.

[24] Lacson, E. R. (2020). Collaborative online learning experiences. Asian Journal of Distance Education, 15(1), 75–88.

[25] Libman, A. (2018). Retrieved from mpspc.edu.ph

[26] Lopez, D. V. (2019). Peer mentoring in virtual classrooms. Philippine Journal of Counseling Psychology, 21(2), 51–68.

[27] Lohan, A. (2018). Retrieved from officialgazette.gov.ph

[28] Manabat, D. C. (2022). K to 12: Advantages and disadvantages it has created. BusinessMirror, 2–5.

[29] Mendoza, R. J. (2021). Blended learning outcomes in STEM fields. Journal of STEM Education, 22(1), 29–44.

[30] Michell, J. (2023). How to achieve trustworthiness in qualitative research. The Farnsworth Group.
[31] Navarro, G. P. (2023). AI tools for student time-tracking. International Journal of Artificial Intelligence in Education, 33(3), 711–727.
[32] Ortega, S. H. (2018). Teachers' perceptions of online assessments. Education Sciences, 8(4), 179–190.
[33] Perez, A. N. (2022). Virtual labs in science education. Science & Education Quarterly, 11(4), 467–482.
[34] Quinto, F. L. (2019). Digital literacy and academic performance. Journal of Computing in Higher Education, 31(2), 345–362.
[35] Reyes, J. C. (2020). Self-regulated learning strategies in engineering students. Asia Journal of Engineering Education, 8(1), 12–27.
[36] Rivera, T. (2018, April 26). http://thesummitexpress.com [Title not provided]. Retrieved from
[37] Ruiz, J. (2022). Board performance and preparation interventions among the teacher education graduates in Eastern Rizal. PalArch's Journal, 17.
[38] Rutledge, P. (2019). Retrieved from Wiley Online Library.
[39] Salcedo, M. T. (2021). Interactive textbooks and student engagement. Educational Media International, 58(2), 154–168.
[40] Tan, K. S. (2022). Online discussion boards and reflective learning. International Review of Research in Open and Distributed Learning, 23(3), 145–162.
[41] Torres, J. (2020). Retrieved from https://quantilope.com/resources
[42] Uytiepo, P. V. (2020). Mindfulness interventions in classrooms. Philippine Journal of Psychology, 53(1), 17–30.
[43] Vaida, D. (2020).. Retrieved from WallStreetMojo. 91
[44] Villanueva, R. D. (2019). Culturally responsive pedagogy and student motivation. International Education Studies, 12(5), 89–102.
[45] Wells, J. (2023). Importance of establishing credibility in qualitative research.
[46] Wong, S. M. (2023). Video-based learning and retention. Journal of Educational Multimedia and Hypermedia, 32(1), 1–18.
[47] Xavier, L. A. (2021). Adaptive learning systems in mathematics. Journal of Adaptive Learning Technology, 4(1), 58–73.
[48] Yap, C. Y. (2020). Student autonomy in flipped classrooms. Flipped Learning Network Journal, 7(2), 99–115.
[49] Yaz, P. (2018). Definitions of Curriculum. Retrieved from www.udel.edu
[50] Zamora, E. P. (2022). Emotional regulation and academic stress. Journal of Student Well-being, 6(2), 24–39.