

## *Grit* Mahasiswa Tingkat Akhir Ditinjau Dari *Self-Discipline* dan *Self-Control*

Nathania Bayu Astrella<sup>1\*</sup>, Nanik Kholifah<sup>2</sup>, Arinal Chusnah<sup>3</sup>, Putri Dewi Kurniawati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan

E-mail korespondensi: <sup>1\*</sup>nb.astrella@yudharta.ac.id

---

**Keywords:** *grit, self-control, self-discipline*

### **Abstract**

Lack of motivation and enthusiasm is one of the obstacles for final students in working on their thesis, this is due to low grit abilities and is influenced by self-discipline and self-control. This research aims to see the influence of final student Grit at ABC University on self-discipline and self-control using a quantitative approach, and a sample of 234 final-year students who are working on their thesis. Data were collected using the Grit Scale, Self-Control Scale, and Self-Discipline Scale. Data analysis using SPSS statistical 22 multiple regression. The research results show that F value of 190,881 > F table 3,0345 with p = 0,00 (p < 0,05). Therefore, it can be concluded that there is significant simultaneous influence of self discipline and self control on grit student, with contribution of 62,7%.

---

---

**Kata kunci:** *grit, self-control, self-discipline*

### **Abstrak**

Kurangnya motivasi dan semangat menjadi salah satu penghambat mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi, hal itu disebabkan kemampuan *grit* yang rendah serta dipengaruhi oleh *self discipline* dan *self control*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *Grit* mahasiswa akhir di Universitas ABC terhadap *self discipline* dan *self control* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, dan sampel 234 mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Pengambilan data menggunakan Skala *Grit*, Skala *Self-Control*, dan Skala *Self-Discipline*. Data analisis dengan menggunakan regresi berganda SPSS statistic 22. Hasil perhitungan menunjukkan nilai F sebesar 190,881 > F tabel 3,0345 dengan p = 0,00 (p < 0,05). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh simultan yang signifikan dari *self discipline* dan *self control* terhadap *grit* pada mahasiswa tingkat akhir, dengan sumbangan sebesar 62,7%.

---

---

**Sitasi:** Astrella, N. B., Kholifah, N., Chusnah, A., & Kurniawati, P. D. (2023). *Grit* Mahasiswa Tingkat Akhir Ditinjau Dari *Self-Discipline* dan *Self-Control*. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah*

---

## Pendahuluan

Mahasiswa perlu menyelesaikan tugas akhir dalam prosesnya meraih gelar sarjana. Permenristekdikti No.44 Tahun 2015 mengatur jenjang studi S1/D4 memiliki beban studi paling lama 7 tahun atau 14 semester. Meski demikian, tentunya lulus tepat waktu (4 tahun) adalah yang diharapkan oleh mahasiswa, wali mahasiswa, dan dosen. Tentu saja dalam prosesnya, mahasiswa akan menemui banyak tantangan secara akademis maupun non-akademis. Begitupula yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir di Universitas ABC. Beragam keluhan mahasiswa terjadi di tingkat akhir, bahkan sejak di awal proses pengerjaan skripsi. Data awal yang diperoleh pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas ABC menunjukkan 70.1% mahasiswa memiliki konsistensi minat yang rendah, 60.9% mahasiswa kurang memiliki ketahanan dalam berusaha. Artinya dapat disimpulkan jika mahasiswa Universitas ABC memiliki *grit* yang rendah.

Menurut Duckworth (2020), mahasiswa perlu mengeksplorasi dan mengembangkan hal yang diminatinya, sehingga menjadi hasrat (*passion*) yang dapat membantu mereka mencapai tujuan-tujuan jangka panjangnya. *Grit* dapat ditumbuhkan dari dalam ke luar melalui minat, latihan, tujuan, dan harapan, serta ditumbuhkan dari luar ke dalam melalui pola asuh, dan budaya. Berperilaku sesuai minat merupakan hal penting untuk menumbuhkan *Grit* terutama pada aspek *passion*. Hal ini menyebabkan mahasiswa tetap menunjukkan semangat untuk mencapai tujuan, meski dihadapkan pada kesulitan ataupun kegagalan (Duckworth dkk, 2018). Masih menurut Duckworth, faktor-faktor yang mempengaruhi tinggi-rendahnya *Grit* yaitu pendidikan, usia, *conscientiousness*, *self-discipline*, strategi, *growth mindset*, dan *self-control*.

Duckworth (2016) mendefinisikan *Grit* sebagai *personality trait* yang mengkombinasikan antara ketekunan (*perseverance*) dan hasrat (*passion*). *Perseverance* artinya memiliki resiliensi, yaitu kemampuan untuk mengatasi kegagalan, bekerja keras, dan menyelesaikan sesuatu yang telah dimulai daripada menyerah di tengah jalan. *Passion* artinya memiliki arah, yaitu kemampuan untuk tetap teguh pada tujuan jangka

panjang dan mempertahankan level minat kita, daripada beralih/berganti-ganti tujuan. Memiliki *Grit* memungkinkan individu untuk bekerja keras menghadapi tantangan, mempertahankan usaha dan minat, meski mengalami kegagalan dalam prosesnya. Duckworth (dalam Fatah, 2022) menyatakan terdapat tujuh faktor yang mempengaruhi *Grit*, yaitu: a) usia, individu dengan usia yang lebih dewasa cenderung memiliki *Grit* yang lebih baik dibanding individu dengan usia yang lebih muda. b) pendidikan, individu dengan latar belakang jenjang pendidikan yang lebih tinggi memiliki *Grit* yang lebih tinggi, dibanding individu dengan pendidikan yang rendah. c) kehati-hatian. Seseorang dengan tingkat kehati-hatian (*conscientiousness*) yang tinggi, memiliki *Grit* yang tinggi pula. Hasil penelitian Duckworth (2016) menemukan mereka yang memiliki *conscientiousness*, usia, dan pendidikan tinggi, 35% lebih kecil kemungkinan untuk berpindah karir. d) *self-discipline*, adalah kemampuan mengarahkan keinginan diri dan kekuatan untuk mencapai tujuan. Individu memahami rencana tindakan yang harus dilakukan, mengatur pikiran dan emosi. e) strategi, dalam belajar diperlukan strategi, diantaranya penetapan tujuan, perencanaan, melakukan, memantau kemajuan, dan penyesuaian. Adanya strategi akan membantu siswa dapat tetap gigih dalam mencapai tujuan. f) *growth mindset*, adalah pola pikir yang digunakan untuk memandang dan menilai dunia, meliputi sikap, nilai, disposisi, keyakinan dasar, dan cara mempersepsikan diri. Memiliki *growth mindset* berarti memiliki keyakinan yang berorientasi pada pertumbuhan, bahwa kemampuan seseorang dapat dibentuk melalui pengalaman dan usaha. Dengan *growth mindset* individu akan melihat hambatan sebagai tantangan, dan menghadapinya dengan sikap yang lebih positif. g) *self-control*, terkait dengan kemampuan menyelaraskan pikiran, perasaan, dan tindakan dengan tujuan utamanya, meski ada godaan (*temptations*) yang dapat mengalihkan kita dari tujuan utama tersebut.

*Grit* terdiri dari dua aspek (Duckworth, 2018), yaitu konsistensi minat (*consistency of interest*) dan ketekunan usaha (*perseverance of effort*). Individu dengan konsistensi minat yang tinggi, akan menampilkan perhatian yang tidak mudah dialihkan, mampu mempertahankan minatnya pada tujuan tertentu, serta tidak mudah mengubah/

mengalihkan tujuannya. Selanjutnya, individu dengan ketekunan usaha yang tinggi, akan menampilkan usaha keras dalam menghadapi tantangan, mampu menyelesaikan pekerjaan, serta gigih dalam berusaha untuk mencapai tujuannya.

Hasil penelitian Mutiara (2021) menunjukkan ada pengaruh yang signifikan dari *self-discipline* terhadap *Grit* pada remaja. *Self-discipline* diterjemahkan sebagai disiplin diri. Arikunto (Mutiara, 2021) menyatakan kedisiplinan merupakan kepatuhan seseorang dalam mengikuti peraturan dan tata tertib, karena didorong oleh adanya kesadaran pada hatinya. Disiplin menurut Slavin (Gunawan, 2017) adalah sebuah cara yang digunakan untuk mencegah atau menanggapi suatu tingkah laku yang tidak diharapkan, agar tidak terulang kembali di masa yang akan datang. Bryant (Widayat, 2017) mengartikan *self-discipline* sebagai tingkat kesadaran diri dalam individu, untuk mengarahkan diri (*self-direction*) dan mengatur diri (*self-regulation*).

Terdapat tiga aspek *self-discipline* (Arikunto, dalam Mutiara 2021), yaitu kedisiplinan di lingkungan keluarga, kedisiplinan di lingkungan sekolah, dan kedisiplinan di lingkungan masyarakat. Kedisiplinan di lingkungan keluarga terkait dengan kemampuan individu dalam mengelola waktunya untuk mengerjakan pekerjaan rumah, belajar, dan beristirahat. Kedisiplinan di lingkungan sekolah, terkait dengan kemampuan individu mengerjakan tugas yang diberikan, mematuhi aturan di sekolah, dan menjaga nama baik sekolah. Selanjutnya kedisiplinan di lingkungan masyarakat, yaitu kemampuan menjalankan aturan yang berlaku di masyarakat.

Selanjutnya Oktarina & Adelina (2020) menyatakan bahwa *self-control* juga mempengaruhi *Grit*, sehingga mahasiswa mengerahkan usaha dan mempertahankan minatnya dalam meraih tujuan jangka panjang. *Self-control* (Duckworth dkk, 2019) didefinisikan sebagai pengaturan pikiran, perasaan, dan tindakan yang diprakarsai sendiri, saat terjadi konflik dalam meraih tujuan utama jangka panjang (*valued goals*) dengan tujuan sesaat yang memikat/lebih cepat memuaskan. Misalnya konflik dalam memilih antara belajar untuk ujian, dengan bermain *handphone*. Tentu saja bermain *handphone* lebih menyenangkan/memuaskan daripada belajar. Namun secara jangka panjang, belajar dapat membawa manfaat lebih banyak (*more valuable*) dibandingkan

bermain *handphone*. Belajar untuk ujian, memperbesar kemungkinan lulus dalam pelajaran/mata kuliah, yang ke depannya turut menunjang pencapaian tujuan utamanya yaitu menjadi Sarjana.

Terdapat tiga aspek *self-control* menurut Averill (Ghufron & Risnawita, 2017), yaitu Kontrol perilaku (*behavior control*), merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur pelaksanaan dan memodifikasi stimulus. Kemampuan mengatur pelaksanaan berkaitan dengan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi, apakah dirinya sendiri atau dari luar. Kemampuan memodifikasi stimulus terkait dengan kemampuan individu mengetahui kapan dan bagaimana menghadapi suatu stimulus yang tidak dikehendaki. Kontrol kognitif (*cognitive control*), yaitu kemampuan memperoleh informasi dan kemampuan untuk melakukan penilaian. Kontrol dalam mengambil keputusan (*decision making control*), yaitu memilih tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.

Dari pemaparan teoritis, hasil penelitian, fenomena serta temuan data awal di Universitas ABC, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-discipline* dan *self-control* pada *Grit* mahasiswa tingkat akhir di Universitas ABC.

### Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan *self-control* sebagai variabel X1, *self-discipline* sebagai variabel X2, dan *Grit* sebagai variabel Y.

Populasi penelitian ini sebanyak 582 mahasiswa tingkat akhir di Universitas ABC, sedangkan pengambilan sampel menggunakan rumus Isaac dan Michael, dengan taraf kesalahan 5% dan diperoleh sampel sebanyak 234 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, dimana dilakukan undian secara acak untuk memilih sampel.

Alat ukur yang digunakan untuk pengambilan data yakni skala psikologi berupa skala likert yang terdiri atas Skala *Grit*, Skala *Self-control*, dan Skala *Self-discipline*, dengan pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable* serta *range* penilaian antara 1 – 4. Skala *Grit* berdasarkan teori Duckworth dkk., (2018) terdiri atas 17 aitem yang mengukur

konsistensi minat dan Ketekunan Usaha individu, dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,863. Skala *Self discipline* berdasarkan teori milik Arikunto (dalam Mutiara, 2021), terdiri atas 12 pernyataan yang mengukur kemampuan individu dalam mengelola waktunya untuk mengerjakan pekerjaan rumah, belajar dan beristirahat, kemampuan individu mengerjakan tugas yang diberikan, mematuhi aturan di sekolah dan menjaga nama baik sekolah, serta kemampuan menjalankan aturan yang berlaku di masyarakat, dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,551. skala *Self control* berdasarkan pemaparan Averill (dalam Ghufroon & Risnawita, 2017) sebanyak 15 aitem yang mengukur kemampuan untuk kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol dalam mengambil keputusan (*decision making control*), dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,787.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda, untuk menelusuri pola pengaruh antara variabel terikat berupa *grit* dengan dua atau lebih variabel bebas yakni *self discipline* dan *self control*. Analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS *Statistic 22*.

### Hasil

Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas diketahui jika nilai signifikansi 0,200 ( $p > 0,05$ ), sehingga distribusi data penelitian dikatakan normal. Hasil perhitungan uji multikolinieritas diketahui nilai *tolerance*  $1,000 > 0,10$  dapat diartikan bahwa tidak terjadi gejala multikolinieritas. Sedangkan hasil perhitungan uji heteroskedastisitas menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas ( $p > 0,05$ ). Hasil perhitungan uji asumsi dapat dilihat pada tabel 1, tabel 2, dan tabel 3.

Tabel 1.  
Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Unstandardized Residual		
N		234
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.86612927
Most Extreme Differences	Absolute	.050
	Positive	.050
	Negative	-.036
Test Statistic		.050
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

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

Tabel 2.  
Uji Multikolinearitas

Coefficients <sup>a</sup>								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
	Self Discipline	.029	.064	.018	.451	.653	1.000	1.000
	Self Control	1.014	.052	.791	19.687	.000	1.000	1.000

a. Dependent Variable: Grit

Tabel 3.  
Uji Multikolinearitas

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	5.066	1.785		2.838	.005
	Self Discipline	.026	.038	.046	.698	.486
	Self Control	-.046	.030	-.101	-1.538	.125

a. Dependent Variable: RES2

Berdasarkan hasil analisa data yang dilakukan diperoleh data deskriptif bahwa 137 subjek memiliki *grit* pada kategori sedang, dan 97 subjek berada dalam kategori tinggi. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4.  
Kategorisasi *Grit* Mahasiswa Tingkat Akhir

Kategori		Jumlah
Rendah	$X < 34$	0
Sedang	$34 \leq X < 51$	137
Tinggi	$51 \leq X$	97

Pada skala *self discipline* diketahui 234 subjek berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5.  
Kategorisasi *Self Discipline* Mahasiswa Tingkat Akhir

Kategori		Frekuensi
Rendah	$X < 24$	0
Sedang	$24 \leq X < 36$	0
Tinggi	$36 \leq X$	234

Pada skala *self control* diketahui 1 subjek berada pada kategori rendah, 102 subjek berada pada kategori sedang, dan 131 subjek berada dalam kategori tinggi. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6.  
Kategorisasi *Self Control* Mahasiswa Tingkat Akhir

Kategori		Frekuensi
Rendah	$X < 30$	1
Sedang	$30 \leq X < 45$	102
Tinggi	$45 \leq X$	131

Setelah melakukan perhitungan uji asumsi, selanjutnya analisa data dilakukan dengan menggunakan analisis regresi 2 prediktor. Hasil analisa data menunjukkan nilai  $F$  sebesar  $190,881 > F$  table  $3,0345$  dengan  $p = 0,00$  ( $p < 0,05$ ). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh simultan yang signifikan dari *self discipline* dan *self control* terhadap *grit* pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel 7.



Tabel 7.  
Hasil Perhitungan Uji-F

ANOVA <sup>a</sup>						
	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9232.707	2	4616.353	190.881	.000 <sup>b</sup>
	Residual	5489.885	227	24.185		
	Total	14722.591	229			

a. Dependent Variable: GRIT  
b. Predictors: (Constant), Self Control, Self Discipline

Hasil analisis uji parsial menunjukkan nilai  $t = 0,584 < t$  tabel sebesar 1,9720 dengan nilai sig.  $0,569 > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa *self discipline* tidak berpengaruh terhadap *grit*. Sementara untuk variabel *self-control* nilai  $t = 19,440 > 1,9720$  dengan nilai sig.  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa *self control* berpengaruh secara signifikan terhadap *grit*. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8.  
Hasil Uji Parsial

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.079	3.003		1.358	.176
	Self Discipline	.038	.066	.024	.584	.560
	Self Control	1.017	.052	.790	19.440	.000

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai R square sebesar 0,627 yang mengandung arti bahwa *self discipline* dan *self control* memiliki pengaruh sebesar 62,7% terhadap *grit* pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil perhitungan tersebut dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 9.  
Hasil Perhitungan Sumbangan Variabel

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.792 <sup>a</sup>	.627	.624	4.918

a. Predictors: (Constant), Self Control, Self Discipline  
b. Dependent Variable: GRIT

### Diskusi

Mahasiswa yang mampu mengendalikan diri dari godaan kenikmatan sesaat, akan mampu meraih tujuan akhir dengan kenikmatan yang lebih tinggi, yaitu menyelesaikan tugas akhir. Hasil perhitungan penelitian ini menunjukkan bahwa setiap penambahan 1% *self-control* maka *grit* akan naik sebesar 1,017. Mahasiswa dengan tingkat *self-control* yang tinggi, mampu menahan dorongan dalam diri yang dapat mengalihkan fokus mahasiswa dari penyelesaian tugas akhir, sehingga mahasiswa mampu mengarahkan energi dan usahanya untuk mencapai tujuan akhir, yang disebut oleh Duckworth sebagai *perseverance*. *Perseverance* memungkinkan mahasiswa untuk terus mengerjakan tugas akhirnya, apapun hambatan yang ada. Duckworth dan Gross (2014) mengembangkan kerangka teoritik yang mencoba melihat keterkaitan dan peranan dari variabel *self-control* dan *grit*. *Grit* berperan dalam mencapai tujuan yang berada pada tatanan yang lebih tinggi dan bersifat jangka panjang. *Self-control* berfokus pada pencapaian tujuan jangka pendek sehingga akhirnya tujuan jangka panjang tercapai. Individu yang mempunyai *self-control* serta *grit* yang tinggi dapat dengan efektif mengendalikan kemauan, mengendalikan perilaku, mengendalikan pengambilan keputusan, serta mampu bertahan pada sebuah tujuan.

Hasil perhitungan dalam penelitian ini, adalah *self-discipline* dan *self-control* secara simultan mempengaruhi *grit* sebesar 62,7%. Temuan ini sesuai dengan pernyataan Duckworth (dalam Fatah, 2022) dimana dua variabel tersebut termasuk dalam tujuh faktor yang mempengaruhi *Grit*. Penelitian terdahulu oleh Duckworth, 2007 (dalam Oktarina & Adelina, 2020) ada faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi *grit* yaitu pola asuh dan *culture of grit*. Adanya model orangtua atau lingkungan sekitar yang *gritty*, memungkinkan anak untuk menumbuhkan *grit*-nya hal tersebut diperkuat oleh hasil penelitian Oktarina & Adelina (2020) menyajikan pengaruh *self-control* terhadap *grit* sebesar 48.4%. Seseorang yang mampu mengarahkan keinginan diri serta mampu menyelaraskan pikiran, perasaan, dan tindakan, akan mampu menjaga konsistensi minat dan ketekunannya dalam upaya mencapai tujuan.

Kemampuan menjaga konsistensi minat dan ketekunan dalam konteks mahasiswa tingkat akhir, berarti mampu untuk tetap konsisten dan tekun mengerjakan tugas akhir, meski banyak hambatan dan godaan. Jenuh dalam pengerjaan tugas akhir, revisi, kesulitan konsultasi dengan dosen pembimbing, merupakan beberapa dari sekian banyak hal yang dianggap menghambat proses penyelesaian tugas akhir. Godaan kenikmatan sesaat, seperti bermain *handphone*/media sosial, *hangout*, menonton film, adalah contoh aktivitas yang jika mahasiswa tidak mampu mengontrol, termasuk aktivitas membuang waktu yang akhirnya mempengaruhi pengerjaan tugas akhir mereka. Mereka yang memiliki *self-discipline* dan *self-control* tinggi bukan berarti tidak melakukan hal-hal yang menyenangkan tersebut (bermain *handphone*, dan lain-lain), namun mereka mampu mengelola waktu dan memutuskan prioritas aktivitasnya. Hasil penelitian Şimşir dan Dilmaç (2020) menyatakan bahwa mahasiswa dengan *self-discipline* yang tinggi merasa lebih mudah meraih target (*goal*) di bidang akademik, lebih memiliki hidup yang teratur, memiliki kebiasaan (*habits*) yang bermanfaat, dan bertanggungjawab pada dirinya serta terhadap lingkungan/masyarakat sekitar. Sementara mahasiswa dengan *self-discipline* yang rendah, kurang memiliki *willpower*, suka menunda, mengalami masalah dalam komunikasi, dan cenderung mengalami adiksi dengan teknologi.

Sementara itu *self-discipline* tidak mempengaruhi *Grit* secara signifikan, dimana jika *self-discipline* naik sebesar 1%, *grit* hanya akan naik sebesar 0,038. Hal ini menunjukkan bahwa sebagai variabel yang berdiri sendiri, *self-discipline* kurang memiliki pengaruh terhadap *grit*. Penelitian Hagger & Hamilton (2018) menyandingkan *grit* dan *self-discipline* sebagai prediktor usaha dan pencapaian akademik. Dimana *self-discipline* berperan sebagai mediator antara pengaruh *grit* terhadap pencapaian akademik. Meski menurut Duckworth (dalam Fatah, 2022) *self-discipline* sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi *grit*, tampaknya pengaruhnya kurang signifikan. Gorbunovs, Kapenieks, dan Cakula (2016) menyatakan meski *self-discipline* berbeda dengan *self-control*, namun dapat dikatakan selaras dengan *self-control*. Hal ini menguatkan hasil perhitungan simultan dalam penelitian ini, dimana secara bersama-

sama *self-discipline* dan *self-control* mempengaruhi *grit*, namun *self-discipline* kurang signifikan pengaruhnya terhadap *grit*.

### Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas ABC dengan 234 sampel terdapat pengaruh yang signifikan dengan sumbangsih sebesar 62,7% *self discipline* dan *self control* terhadap *Grit*. Dimana *self-control* berpengaruh secara signifikan terhadap *grit*, sementara *self discipline* kurang berpengaruh secara signifikan terhadap *grit*.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk memilih faktor-faktor lain yang mempengaruhi *Grit*, seperti *growth mindset*, strategi, ataupun membandingkan antar kelompok usia.

### Referensi

- Duckworth, A., & Gross, J. J. (2014). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 319–325.
- Duckworth, A. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. New York: Scribner.
- Duckworth, A. (2020). *Grit: Kekuatan Passion dan Kegigihan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Fatah, A. (2022). *Hubungan Antara Growth Mindset dan Kontrol Diri dengan Great Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja*. (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Ghufron, M.N., & Risnawita R. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Gorbunovs, A., Kapenieks, A., & Cakula, S. (2016). self-discipline as a key indicator to improve learning out comes in e-learning environment. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 231. 256-262.
- Gunawan, L. N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Penyesuaian Diri Dengan Kedisiplinan Siswa MTs Sulaiman Yasin Samarinda. *Psikoborneo*, 5(1), 104-117.
- Hagger, M.S., & Hamilton, K. (2018). Grit and self-discipline as predictors of effort and academic attainment. *British Journal of Educational Psychology*, 89(2). 324-432
- Mutiara, R. (2021). *Pengaruh Self Discipline Terhadap Grit Pada Remaja Panti Asuhan Di Kabupaten Pasuruan*. (Skripsi, Universitas Yudharta Pasuruan).

Oktarina, D. C., & Adelina, I. (2020). Pengaruh Self-Control terhadap Grit pada Mahasiswa yang Menjadi Panitia Kegiatan. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 4(1), 15-26.

Widayat, D. P. (2017). Keefektifan Peer Support Untuk Meningkatkan Self Discipline Siswa SMP. *Prosiding Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 125136.