

SELF-CONTROL DAN GRIT MAHASISWA SEMESTER AKHIR DI UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN

Putri Dewi Kurniawati¹, Nathania Bayu Astrella²
^{1,2} Universitas Yudharta Pasuruan

Jl. Yudharta No.7, Kembangkuning, Sengonagung, Kec. Purwosari, Pasuruan, Jawa Timur 67162
E-mail : putrikurniahamid@gmail.com¹, nb.astrella@yudharta.ac.id²

Abstrak - Mahasiswa yang mengerjakan skripsi dapat mengalami kejenuhan, kurang semangat bahkan kurang motivasi. Yang mana hal tersebut bisa jadi penghambat terselesainya skripsi. Peneliti melakukan penyebaran kuesioner *grit* yang ditujukan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Yudharta Pasuruan, dan didapatkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa memiliki konsistensi minat yang rendah serta ketahanan dalam berusaha yang rendah. Oleh karena itu, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi perlu melakukan *self-control* agar dapat menyelesaikan skripsinya. *Self-control* adalah sebuah keyakinan yang dimiliki individu dalam bertindak dan berperilaku dan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku tersebut. Mahasiswa perlu memiliki *grit* dengan level tinggi agar mampu berkomitmen pada pilihannya meskipun akan sulit dan membosankan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan sampel 234 mahasiswa semester 8 yang mengerjakan skripsi. Berdasarkan perhitungan, diperoleh hasil nilai r sebesar 0,776 yang berarti korelasi antara variabel *self-control* terhadap *grit* adalah memiliki korelasi yang kuat. Nilai r^2 sebesar 0,602 yang mengandung arti bahwa *self-control* memiliki pengaruh sebesar 60,2% terhadap *grit* mahasiswa. Diketahui bahwa nilai sig. sebesar 0,000 yang mana $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Kata kunci : *Self-Control, Grit, Mahasiswa.*

Abstract - *Students working on a thesis can experience boredom, lack enthusiasm, and even lack motivation, which can be an obstacle to the completion of the thesis. Researchers distributed grit questionnaires aimed at students working on their theses at Yudharta Pasuruan University and found that most students needed more consistency of interest and higher resilience in trying. Therefore, students who are working on their thesis need to exercise self-control in order to complete it. Self-control is a belief that individuals have in acting and behaving and the ability of individuals to control these behaviors. Students need to have a high level of grit in order to be able to commit to their choices, even though it will be difficult and tedious. This study aimed to determine the effect of self-control on grit in students working on a thesis. The research method used is quantitative, with a sample of 234 8th-semester students working on their thesis. Based on the calculation, the r value is 0.776, which means the correlation between the self-control variable and grit is strong. The r^2 value is 0.602, meaning self-control influences 60.2% of student grit. It is known that the sig. The value is 0.000, which is $0.000 < 0.05$; it can be concluded that there is a significant influence between self-control and grit in students working on their thesis.*

Keywords : *Self-Control, Grit, Student.*

1. PENDAHULUAN

Peraturan kementerian riset, teknologi, pendidikan tinggi No. 44 Tahun 2015, SNPT Pasal 16 mengatur bahwa jenjang studi Strata 1 atau Dipoloma 4 memiliki beban belajar mahasiswa minimal 144 (seratus empat puluh empat) sks dan masa studi paling lama tujuh tahun atau empat belas semester. Meskipun begitu, banyak mahasiswa yang tidak mampu menyelesaikan kewajibannya dalam

jangka waktu tersebut. Proses yang terjadi di perkuliahan pasti akan mengalami berbagai tantangan, hambatan, bahkan masalah. Namun, sebagai seorang mahasiswa yang memiliki tujuan, khususnya lulus tepat waktu, haruslah mampu bertahan menghadapi kesulitan, hambatan, bahkan kendala agar tujuannya dapat tercapai. Sifat mahasiswa yang tabah dalam menghadapi permasalahan, kesulitan dan hambatan untuk memahami tujuan yang diusungnya merupakan ciri dari sikap mahasiswa yang mempunyai *grit* yang tinggi. Secara umum, *grit* adalah kegigihan dan ketekunan seseorang dalam melakukan sesuatu. Dalam penelitian kali ini, mahasiswa dengan tingkat *grit* yang tinggi akan tetap ingin fokus pada keputusannya meskipun akan merepotkan dan membosankan. Ketika mahasiswa lain merasa letih dan jenuh pada suatu hal sehingga mengubah tujuan dan berhenti, mahasiswa yang memiliki *grit* tinggi akan terus mencoba pada hal yang telah dipilihnya. Membangun *grit* membutuhkan konsistensi minat dan ketekunan dalam berusaha.

Penelitian yang dilakukan (Winarto et al., 2019) mahasiswa yang menerapkan *grit* yang baik mampu menyelesaikan studi tepat waktu. Penelitian lain, (Mulyarti & Hayati, 2022) Mendapatkan hasil analisis data dan menemukan bahwa mahasiswa di kota Makassar memiliki *consistency of interest* (konsistensi pada minat) dalam kategori rendah yakni sebesar 43,8% sedangkan pada aspek *perseverance of effort* (ketekunan dalam berusaha) dalam kategori tinggi yakni sebesar 44,5%. Hal itu membuat mahasiswa kurang mampu mempertahankan minat yang dimiliki dan akan mudah terpengaruh dengan kegiatan lain namun mampu melakukan upaya agar tuntutan akademik yang dimilikinya bisa terselesaikan.

Kendati demikian, dari hasil penyebaran kuesioner yang ditujukan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Yudharta Pasuruan. Pada aspek *consistency of interest* (konsistensi minat) didapatkan hasil perhatian mudah dialihkan sebesar 70,7%, tidak mampu mempertahankan minat sebesar 72,4%, dan mudah mengubah tujuan sebesar 67,2%. Dari hasil persentase tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki konsistensi minat yang rendah. Pada aspek *perseverance of effort* (ketahanan dalam berusaha), didapatkan hasil persentase tidak mau berusaha keras menghadapi tantangan sebesar 65,5%, tidak mampu menyelesaikan pekerjaan sebesar 60,3%, dan tidak gigih dalam berusaha sebesar 56,9%. Dari hasil persentase tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki ketahanan dalam berusaha yang rendah.

Menurut (Duckworth, 2020) permasalahan yang berkaitan dengan konsistensi minat terhadap hal-hal yang tidak diminati, merupakan permasalahan yang tidak boleh terjadi pada mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya minat harus ditumbuhkan sehingga cenderung dipandang sebagai suatu *passion* (hasrat). Oleh karena itu, mahasiswa perlu mendalami dan membina hal-hal yang diminatinya, sehingga hal ini dapat menjadi sebuah semangat yang dapat membantu mahasiswa tersebut dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dengan tujuan untuk mengembangkan *grit*, mahasiswa diharapkan mempunyai pilihan untuk menumbuhkan minat, melakukan banyak latihan, mengemukakan tujuan atau sasaran, dan memiliki harapan atau sikap optimis. Bertindak sesuai minat sangat penting untuk mengembangkan *grit*. Ketika dihadapkan pada masalah, kegagalan ataupun kesulitan, mahasiswa yang memiliki *grit* tetap akan menunjukkan semangatnya untuk mencapai tujuan. Adanya faktor-faktor yang berpengaruh dalam tinggi-rendahnya *grit* menurut (Duckworth, 2018) yaitu pendidikan, usia, ketelitian, *self-discipline*, strategi, *growth mindset*, dan *self-control*.

Menurut (Chaplin, 2014) *self-control* adalah keyakinan yang dimiliki seseorang dalam bertindak dan bertindak serta kapasitas tunggal untuk mengendalikan cara berperilaku tersebut. Seperti yang ditunjukkan oleh (Berk, 2017) *self-control* adalah kecakapan individu untuk menahan keinginan yang berlawanan atau memberikan dukungan melalui perilaku yang bertentangan dengan normas sosial. Saat mengerjakan skripsi, mahasiswa akan mendapatkan godaan dari dalam dan dari luar atau lingkungan. Misalnya, melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan dari tujuan awalnya sehingga dapat membuat mahasiswa sibuk dari tujuannya menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Oleh karena itu, dalam (Chasanah, 2020) mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir (skripsi) perlu melatih menahan diri untuk menyelesaikan tugasnya. Orang-orang yang mempunyai *self-control* tinggi, maka pada saat itulah mereka dapat mengelola pembelajarannya dengan baik dan dapat menghasilkan prestasi akademik, karena dapat membatasi akibat-akibat dari prestasi akademik yang rendah. Di sisi lain, jika individu memiliki *self-control* yang rendah, prestasi akademik akan berkurang karena tidak dapat mengontrol apa yang harus dihindari.

Meski demikian, ada perbedaan antara *grit* dan *self-control*. *Self-control* menunjukkan fungsinya dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari, sedangkan *grit* menunjukkan fungsinya dalam mencapai tujuan pribadi yang lebih menantang dan bermakna. Dalam studinya, (Duckworth & Gross, 2014) berupaya menguji korelasi antara *self-control* dan *grit*. Korelasi yang kuat terlihat antara *self-control* dan *grit*. Temuan ini menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat *self-control* yang tinggi dan tingkat *grit* yang tinggi, serta korelasi negatif antara tingkat *self-control* yang rendah dan tingkat *grit* yang rendah. *Grit* dan *self-control* adalah dua faktor penting yang berkontribusi terhadap kesuksesan di berbagai bidang kehidupan seseorang. Terdapat korelasi antara kedua entitas tersebut, meskipun dengan perbedaan yang jelas. Individu tertentu memiliki tingkat *self-control* yang tinggi, sehingga memungkinkan mereka untuk secara efektif mengabaikan gangguan yang menghambat pencapaian tujuan mereka. Namun, meskipun memiliki kemampuan mengendalikan diri, individu-individu ini mungkin mengalami kesulitan dalam mewujudkan tujuan utama mereka secara terus-menerus. Di sisi lain, terdapat individu-individu yang memiliki tingkat *grit* yang tinggi namun pada akhirnya menyerah pada berbagai gangguan yang mereka hadapi.

Sesuai dengan temuan (Oktarina & Adelina, 2020) diketahui bahwa *self-control* berpotensi meningkatkan tingkat *grit* di kalangan siswa yang aktif berpartisipasi dalam panitia kegiatan. Kemampuan untuk melakukan *self-control* memiliki dampak yang signifikan terhadap kapasitas siswa untuk mendedikasikan upaya dan mempertahankan motivasi dalam mencapai tujuan jangka panjang. *Self-control* mengacu pada kapasitas individu untuk mengatur perhatian, emosi, dan tindakan mereka agar dapat mengelola perilaku mereka secara efektif dan mencapai tujuan jangka pendek mereka. Dalam penelitian lain, (Widyatno et al., 2023) melakukan penelitian yang berfokus pada investor di pasar modal Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan nilai R square sebesar 0,313 yang menunjukkan bahwa *self-control* mempunyai pengaruh signifikan sebesar 31,3% terhadap *grit*. Hal ini menunjukkan bahwa *self-control* berperan penting dalam mempengaruhi tingkat *grit* investor di pasar modal Indonesia. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Kannangara et al., 2018) sampel sebanyak 440 siswa diperiksa untuk menyelidiki korelasi antara skor total *grit* dan skor total *self-control*. Temuan ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan secara statistik antara kedua variabel ini, sebagaimana ditunjukkan oleh uji korelasi *2-tailed Pearson* dengan nilai *p* kurang dari 0,001. Hal ini menunjukkan adanya korelasi positif yang kuat antara *grit* dan *self-control*.

Berdasarkan pertimbangan di atas, peneliti menyatakan minatnya untuk melakukan penelitian terkait pengaruh *self-control* terhadap *grit*. Faktor pembeda pada penelitian-penelitian sebelumnya, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian ini, adalah pemanfaatan populasi sampel yang terdiri dari mahasiswa yang terlibat dalam proses penulisan skripsi. Mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir (skripsi) mungkin akan merasakan rasa bosan, kurang semangat, bahkan berkurangnya motivasi. Yang mana hal tersebut bisa jadi penghambat terselesainya skripsi.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan sampel mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Yudharta Pasuruan yaitu berjumlah 234 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Metode dalam penelitian ini ialah kuantitatif dengan menggunakan skala likert yang terdiri dari pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *grit* dan skala *self-control*. Skala *grit* dengan 17 item memiliki reliabilitas sebesar 0,802 sedangkan skala *self-control* dengan 16 item memiliki reliabilitas sebesar 0,774. Analisis data dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh *self-control* terhadap *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Yudharta Pasuruan yaitu analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial. Berikut teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini:

2.1 Analisis Statistik Deskriptif

Menurut (sugiyono, 2019) analisis deskriptif adalah metode statistik yang digunakan untuk mengkaji data dengan memberikan gambaran rinci tentang data yang diperoleh dengan maksud menarik kesimpulan atau generalisasi yang menyeluruh. Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui jumlah subjek penelitian (N), besaran dari mean skor skala (M), dan standar deviasi (SD) dari variabel yang ada dan kemudian didapatkan hasil untuk mengelompokkan kategorisasi rendah, sedang, dan tinggi.

2.2 Analisis Data Inferensial

Analisis data inferensial meliputi dua tahap yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Sedangkan uji hipotesis menggunakan rumus analisis regresi linier satu prediktor karena peneliti hanya menggunakan satu variabel x dengan bantuan *software IBM SPSS* versi 25. Uji hipotesis meliputi uji korelasi antara kriterium dan prediktor (r), koefisien determinasi (r^2), uji f (sig.), dan persamaan garis regresi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Deskripsi subjek

Penelitian ini menggunakan subjek yaitu mahasiswa semester 8 atau angkatan 2019 Universitas Yudharta Pasuruan yang mengerjakan skripsi. Dengan jumlah sampel sebanyak 234 mahasiswa dari populasi sebanyak 582 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling* yaitu pengambilan sampel secara random atau acak yang sederhana. Sampel diambil dengan cara yaitu membuat daftar lengkap nama subjek yang memenuhi karakteristik sebagai populasi yaitu mahasiswa semester 8 yang mengerjakan skripsi. Kemudian untuk menetapkan subjek yang akan menjadi sampel menggunakan bantuan *software microsoft excel*. Berikut ringkasan jumlah sampel berdasarkan program studi:

Tabel 1. Jumlah Sampel Berdasarkan Program Studi

No.	Program Studi	Jumlah Sampel
1	Psikologi	46
2	Agribisnis	8
3	Ilmu Teknologi dan Pangan	12
4	Teknologi Hasil Perikanan	2
5	Teknik Sipil	8
6	Teknik Informatika	25
7	Teknik Industri	17
8	Teknik Mesin	10
9	Pendidikan Agama Islam	27
10	Pendidikan Bahasa Arab	11
11	Ekonomi Syariah	9
12	Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	23
13	Ilmu Komunikasi	25
14	Administrasi Publik	4
15	Administrasi Bisnis	27
	Total	234

Berikut untuk ringkasan jumlah sampel berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 2. Jumlah Sampel Berdasarkan Program Studi

No.	Jenis Kelamin	Jumlah Sampel
1	Laki-laki	132

2	Perempuan	102
Total		234

Deskripsi data

Perbandingan skor hipotetik dan skor empirik dari masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Data Skor Hipotetik dan Skor Empirik

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Grit</i>	17	68	42,5	8,5	34	68	51	5,7
<i>Self-Control</i>	16	64	40	8	32	64	48	5,3

Data subjek tersebut digunakan untuk mengkategorikan data yang diperoleh ke tiga tingkatan yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil skor dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Perhitungan Skor Standar

Kategori	Pedoman	<i>Grit</i>		Pedoman	<i>Self-Control</i>	
		Jumlah	Persentase		Jumlah	Persentase
Tinggi	$X \geq 56,7$	87	37,18%	$X \geq 53,3$	96	41,02%
Sedang	$45,3 \leq X < 56,7$	76	33,76%	$42,7 \leq X < 53,3$	65	27,78%
Rendah	$X < 45,3$	71	29,06%	$X < 42,7$	73	21,20%

Berdasarkan tabel skor diatas, maka hasil penelitian menunjukkan bahwa pada skala grit terdapat 87 subjek mendapat skor tinggi, 76 subjek dengan skor sedang, 71 subjek mendapat skor rendah. Sedangkan pada skala self-control terdapat 96 subjek mendapat skor tinggi, 65 subjek dengan skor sedang, 73 subjek mendapat skor rendah. Hasil skor berdasarkan program studi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Perhitungan Skor Standar Berdasarkan Program Studi

Program Studi	Kategori <i>Grit</i>			Kategori <i>Self-Control</i>		
	Tinggi	Sedang	Rendah	Tinggi	Sedang	Rendah
Psikologi	20	19	7	25	13	8
Agribisnis	2	0	6	1	4	3
Ilmu Teknologi dan Pangan	4	4	4	6	1	5
Teknologi Hasil Perikanan	0	2	0	0	1	1
Teknik Sipil	3	2	3	3	2	3
Teknik Informatika	8	7	10	10	5	10
Teknik Industri	4	5	8	4	4	9
Teknik Mesin	3	2	5	3	1	6
Pendidikan Agama Islam	11	11	15	13	10	4

Pendidikan Bahasa Arab	6	2	3	5	3	3
Ekonomi Syariah	4	2	3	4	2	3
Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	4	2	7	4	2	7
Ilmu Komunikasi	3	6	6	3	7	5
Administrasi Publik	3	1	0	2	2	0
Administrasi Bisnis	12	11	4	13	8	6
Total	87	76	81	96	65	73

Uji Asumsi Klasik

(1) Uji Normalitas

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		234
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	,36350186
Most Extreme Differences	Absolute	,057
	Positive	,057
	Negative	-,042
Test Statistic		,057
Asymp. Sig. (2-tailed)		,063

Dalam dalam uji normalitas Kologorov-Smirnov, data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) > 0,05, sebaliknya data tidak berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) < 0,05. Dari tabel output di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,063 > 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengampilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov-smirnov di atas, dapat disimpulkan bahwa residu data penelitian ini berdistribusi normal.

(2) Uji Linearitas

Tabel 7. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Grit* Self-Control	Between Groups	(Combined)	3381,579	32	105,674	1,022	,442
		Linearity	157,398	1	157,398	1,522	,219
		Deviation from Linearity	4224,181	31	104,006	1,006	,465
	Within Groups		20780,306	201	103,385		
	Total		24161,885	233			

Dari tabel diatas diketahui bahwa hasil uji linearitas variabel grit dan self-control diperoleh nilai signifikansi sebesar p = 0,465 oleh karena p > 0,05 maka pola hubungan antara variabel self-control dengan grit adalah linier.

Uji Hipotesis

(1) Uji Korelasi Antara Kriterium dan Prediktor (r)

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,776 ^a	,602	,601	5,034

Dari tabel output diatas diketahui bahwa nilai r sebesar 0,776. Sesuai dengan pedoman interpretasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2017) korelasi antara variabel *self-control* terhadap *grit* adalah memiliki korelasi yang kuat.

(2) Koefisien Determinasi (r²)

Tabel 8. Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,776 ^a	,602	,601	5,034

Dari hasil output diatas diketahui besarnya koefisien determinasi (r²) sebesar 0,602 yang mengandung arti bahwa *self-control* memiliki pengaruh sebesar 60,2% terhadap *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

(3) Uji F (sig.)

Tabel 9. Uji F (sig.)

Anova ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	8900,581	1	8900,581	351,286	,000 ^b
	Residual	5878,210	232	25,337		
	Total	14778,791	233			

Dari hasil output diatas diketahui bahwa nilai sig. Sebesar 0,000 yang mana $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel *self-control* terhadap variabel *grit*.

(4) Persamaan Regresi Sederhana

Tabel 10. Hasil Perhitungan Garis Regresi

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2,897	2,480		1,168	,244
	Self-Control	1,014	,054	,776	18,743	,000

Berdasarkan hasil di atas diketahui nilai *constant* (a) adalah 2,897. Hasil ini merupakan angka tetap yang menunjukkan bahwa, jika tidak ada *self-control* (X), nilai prediksi *grit* adalah 2,897. Selain itu, nilai koefisien regresi (b) adalah 1,014 yang menunjukkan bahwa untuk setiap kenaikan 1% pada *self-control* (X), *grit* (Y) akan meningkat sebesar 1,014. Dengan demikian dapat diketahui bahwa

persamaan regresi ini dapat digunakan untuk memprediksi atau meramalkan besar nilai dari *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Nilai koefisien regresinya bernilai positif (+), sehingga dapat dikatakan bahwa *self-control* (X) sangat berpengaruh terhadap *grit* (Y), yaitu jika *self-control* tinggi maka *grit* akan tinggi, namun jika *self-control* rendah maka *grit* akan rendah. Sehingga dapat dirumuskan persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 2,897 + 1,014X$$

3.2 Pembahasan

Penulis melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk membuktikan apakah terdapat pengaruh *self-control* terhadap *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Yudharta Pasuruan. Mengingat hasil dari penelitian diatas, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *self-control* terhadap *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa nilai korelasi bernilai positif, yang menunjukkan bahwa korelasi antara *self-control* dan *grit* adalah positif. Arti dari nilai korelasi positif ini adalah semakin tinggi *self-control* maka semakin tinggi pula *grit* yang terbentuk pada diri mahasiswa. Diketahui bahwa nilai sig. Sebesar 0,000 yang mana $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu, patut disimpulkan jika hipotesis yang menyatakan “ada pengaruh yang signifikan antara *self-control* terhadap *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Yudharta Pasuruan” diterima.

Berdasarkan tabel skor standar, diketahui hasil penelitian menunjukkan bahwa pada skala *grit* terdapat 87 subjek mendapat skor tinggi, 76 subjek dengan skor sedang, 71 subjek mendapat skor rendah. Mahasiswa yang memiliki skor *grit* tinggi pada aspek konsistensi minat (*consistency of interest*) cenderung bertahan untuk mencapai keinginannya. Juga menunjukkan konsistensi minat yang tinggi, perhatian tidak mudah dialihkan, kemampuan mempertahankan minatnya, dan tidak mudah untuk mengubah atau mengalihkan tujuannya yaitu menyelesaikan skripsi tepat waktu.

Sedangkan pada aspek ketekunan usaha (*perseverance of effort*) mahasiswa yang memiliki skor *grit* tinggi bekerja keras dalam menghadapi tantangan untuk mencapai tujuannya serta berusaha keras untuk menghadapi tantangan, mampu menyelesaikan skripsi dan gigih dalam berusaha untuk menyelesaikan skripsi.

Program studi Psikologi menjadi program studi tertinggi pada kategori *grit* yaitu sebanyak 20 mahasiswa yang memiliki *grit* tinggi, selanjutnya dari program studi Administrasi Bisnis sebanyak 12 mahasiswa. Sedangkan pada kategori rendah program studi Pendidikan Agama Islam menjadi program studi dengan *grit* rendah terbanyak yaitu 15 mahasiswa, lalu program studi teknik informatika sebanyak 10 mahasiswa yang memiliki *grit* rendah.

Usaha yang ditinjau dari ketekunan dan konsistensi disebut *grit*. Ketekunan hendaknya dimiliki oleh setiap mahasiswa untuk menyelesaikan tugas dan tujuan yang dituju. Upaya yang lebih besar harus dilakukan bagi mahasiswa untuk mengatasi permasalahan dan hambatan pada saat mengerjakan tugas akhir yaitu skripsi. Konsistensi juga diperlukan dalam bertahan pada jurusan yang telah dipilih sehingga dapat selesai hingga lulus. *Grit* memerlukan kerja keras untuk menghadapi kesulitan, mengimbangi tenaga dan minat tanpa menghiraukan kekecewaan selama ini. Meskipun kerja keras menunjukkan ketekunan yang luar biasa dalam mengelola kepentingan tertentu dan menerapkan upaya untuk mencapainya.

Grit bukan hanya tentang kerja keras, tetapi juga tentang tanggung jawab. Siswa yang memiliki tingkat *grit* yang tinggi akan tetap ingin fokus pada keputusannya meskipun akan merepotkan dan membosankan. Ketika mahasiswa lain merasa frustrasi dan lelah terhadap suatu hal sehingga mengambil jalan lain dan mundur, mahasiswa dengan *grit* tinggi tetap akan berusaha melakukan apa yang telah dipilihnya. Ada berbagai cara untuk menciptakan *grit* pada diri mahasiswa, yaitu mempersepsikan dan mengembangkan minat, menggarap, membuat dan menentukan tujuan minat yang telah dikonstruksi, serta memberikan keinginan untuk berkembang.

Hasil skor standar pada skala *self-control* menunjukkan 96 subjek mendapat skor tinggi, 65 subjek mendapat skor sedang, 73 subjek mendapat skor rendah. Mahasiswa yang memiliki *self-control* tinggi dalam aspek kontrol perilaku (*behavior control*) dapat mengatur pelaksanaan, lebih spesifiknya: kemampuan mahasiswa untuk membuat pengaturan mengenai batas waktu penyelesaian skripsi, membuat keputusan dan membuat aturan bagi dirinya sendiri agar tetap pada tujuannya. Mampu

memodifikasi stimulus, yakni: kemampuan individu dalam membuat pilihan mengenai hal-hal yang dapat menunda terselesainya skripsi, menanggung resiko dan memikirkan sebab akibat dari perbuatannya.

Pada aspek kontrol kognitif (*cognitive control*), mahasiswa dapat melakukan penilaian, lebih spesifiknya: kemampuan individu dalam menilai suatu kejadian dan mengambil pengalaman dari kejadian tersebut. Kemampuan untuk memperoleh informasi, yakni: kemampuan individu dalam mencari sumber informasi untuk bahan tugas akhir, memperoleh dan mengolah sumber informasi tersebut sesuai dengan subjek yang ditangani. Pada aspek kontrol dalam mengambil keputusan (*decision making control*), mahasiswa dapat memilih hasil atau tindakan yang diterima/didukung, yaitu: kemampuan individu untuk berkomitmen dan yakin.

Pada kategori *self-control* program studi Psikologi menjadi yang tertinggi yaitu sebanyak 25 mahasiswa yang memiliki *self-control* tinggi, selanjutnya ada program studi Administrasi Bisnis dan Pendidikan Agama Islam sebanyak 13 mahasiswa. Sedangkan pada kategori *self-control* rendah teknik informatika sebanyak 10 mahasiswa yang memiliki *self-control* rendah, selanjutnya ada program studi Teknik Industri sebanyak 9 mahasiswa, dan program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir sebanyak 7 mahasiswa.

Dalam penelitian ini, ditemukan hasil yang sesuai dengan sistem hipotesis (Duckworth & Gross, 2014) yang menyatakan bahwa *self-control* mempengaruhi *grit*. *Self-control* dapat menentukan tingkat *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Dimana semakin tinggi *self-control* maka semakin tinggi pula *grit* yang terbentuk. Hal ini bergantung pada nilai koefisien regresi sebesar 1,014 yang menunjukkan bahwa untuk setiap peningkatan 1% tingkat *self-control* (X), *grit* (Y) akan bertambah sebesar 1,014. Mahasiswa semester akhir yang mempunyai *self-control* tinggi memang harus melawan dorongan utama dalam dirinya yang dapat mengalihkan mahasiswa dari berpikir dan menyelesaikan tugas kuliah terakhirnya. Dengan melawan keinginan-keinginan batin yang tidak material dalam usaha terakhir mereka, mahasiswa dapat mengatur energi mereka secara nyata dan menerapkan upaya dan kerja keras mereka untuk mencapai tujuan yang disebut Duckworth sebagai *grit*. Dengan cara ini, mahasiswa dapat mematuhi tujuan yang telah ditetapkan, yaitu untuk lulus kuliah.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yobel, 2018) pada siswa kelas XII di kota Bandung yang akan melanjutkan sekolahnya ke jenjang perguruan tinggi. Hasil yang didapat menunjukkan adanya korelasi positif antara *self-control* dan *grit* pada siswa. Artinya, setiap peningkatan *self-control* siswa akan meningkatkan *grit* siswa dan begitu pula sebaliknya. Menurut (Fatah, 2022) orang yang memiliki *self-control* yang tinggi juga akan memiliki *grit* yang tinggi, kedua hal tersebut dapat berhasil mengatasi amarahnya, mengendalikan kemauannya, dan berpegang teguh pada suatu tujuan.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa nilai r^2 sebesar 0,602 yang mengandung arti bahwa *self-control* memiliki pengaruh sebesar 60,2% terhadap *grit*. Artinya 39,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Menurut Duckworth (Dalam Fatah, 2022) menyebutkan faktor-faktor lain yaitu usia, *self-discipline*, pendidikan, ketelitian, strategi, dan *growth mindset*.

4. KESIMPULAN

Dari hasil perhitungan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Yudharta Pasuruan dengan korelasi yang positif, dan hal tersebut memang berarti jika *self-control* tinggi maka memiliki *grit* yang tinggi pula, sedangkan jika *self-control* rendah maka *grit* juga rendah. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dari penelitian ini dapat diterima, artinya terdapat pengaruh *self-control* terhadap *grit* mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Mengingat hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis memberikan saran sebagai berikut, yakni untuk mahasiswa. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan data dan informasi, juga diharapkan untuk melatih *self-control* dengan cara menghindari godaan yang dapat mendistraksi mahasiswa dari penyelesaian skripsi, membuat perencanaan dan *timelime* pengerjaan skripsi, serta melakukan *self-reward* jika berhasil melakukan *self-control*. Agar memiliki *grit* yang tinggi pula mahasiswa jangan mudah menyerah atau putus asa agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan yaitu lulus kuliah tepat waktu.

Saran bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan agar pada penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan faktor-faktor lainnya yang berkaitan dengan *grit* selain *self-control* seperti *growth mindset* atau usia. Hal ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran faktor lain dalam berperan mempengaruhi *grit*.

REFERENSI

- Berk. (2017). *Development Through The Life Span*. Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Rajawali Press.
- Chasanah, U. (2020). *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X Smk Ar-Roudhoh Beji Pasuruan*.
- Duckworth, Angela And Gross, James. (2014). Self-Control And Grit: Related But Separated Determinants Of Succes. *Sage Journals*, 23(5).
- Duckworth, A. (2018). *Grit Kekuatan Dan Passion Dan Kegigihan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Duckworth, A. (2020). *Grit: The Power of Passion and Perverance*. Scribner.
- Fatah. (2022). *Hubungan Antara Growth Dan Kontrol Diri Dengan Great Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja*. Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Kannangara, C. S., Allen, R. E., Waugh, G., Nahar, N., Noor Khan, S. Z., Rogerson, S., & Carson, J. (2018). All That Glitters Is Not Grit: Three Studies Of Grit In University Students. *Frontiers In Psychology*, 9(Aug), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01539>
- Mulyarti, N., & Hayati, S. (2022). Gambaran Grit Pada Mahasiswa Di Kota Makassar: Description Of Grit On College Students In Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 154–159. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1771>
- Oktarina, D. C., & Adelina, I. (2020). Pengaruh Self-Control Terhadap Grit Pada Mahasiswa Yang Menjadi Panitia Kegiatan. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 4(1), 15–26. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v4i1.2258>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Widyatno, A., Rosita, A., & Minto, A. (2023). Self-Control And Grit: Study On Investors In The Capital Market. *Psychology Research On Education And Social Sciences*, 4(1), 1–6.
- Winarto, J. T., Hayati, E. N., & Situmorang, N. Z. (2019). Gambaran Grit Pada Mahasiswa Psikologi Profesi Universitas X Yang Menyelesaikan Studi Tepat Waktu. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 529–537.
- Yobel, Yunus. (2018). *Hubungan Antara Self-Control Dan Grit (Suatu Penelitian Kepada Siswa Kelas Xii Di Kota Bandung Yang Akan Melanjutkan Pendidikan Ke Perguruan Tinggi)*. Kristen Maranatha.