

Grit dan resiliensi akademik pada siswa sekolah menengah atas di surabaya

Nataniel Wellem Tabalena

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Suhadianto

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Herlan Pratikto

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: wellemnataniel@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between grit and academic resilience in high school students in Surabaya. The problem in this study focuses on the extent to which students' perseverance and consistency (grit) affect their ability to bounce back from academic pressure (academic resilience). This study uses a quantitative approach with a correlational design. The participant selection technique used is incidental sampling or accidental sampling with a total of 290 high school students from various regions in Surabaya. The research instruments consist of a Grit scale and an Academic Resilience scale. The assumption test results show that the data is not normally distributed, so data analysis is performed using Spearman's Rho correlation technique. Based on the analysis results, a correlation value of $r = 0.542$ with a significance of $p = 0.000$ ($p < 0.05$) was obtained, indicating a positive and highly significant relationship between Grit and academic resilience. The effective contribution of Grit to academic resilience was 29%. This means that the higher the perseverance and consistency of students, the higher their ability to cope with academic pressure.

Keywords: grit; academic resilience; students; persistence; education

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Grit dengan resiliensi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Surabaya. Permasalahan dalam penelitian ini berfokus pada sejauh mana ketekunan dan konsistensi siswa (Grit) berpengaruh terhadap kemampuan mereka untuk bangkit dari tekanan akademik (resiliensi akademik). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengambilan partisipan yang digunakan adalah insidental sampling atau accidental sampling dengan jumlah partisipan sebanyak 290 siswa SMA dari berbagai daerah di Surabaya. Instrumen penelitian terdiri atas skala Grit serta skala Resiliensi Akademik. Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi Spearman's Rho. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai korelasi sebesar $r = 0,542$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan hubungan positif dan sangat signifikan antara Grit dan resiliensi akademik. Sumbangan efektif yang diberikan Grit terhadap resiliensi akademik sebesar 29%. Artinya, semakin tinggi ketekunan dan konsistensi siswa, maka semakin tinggi pula kemampuan mereka untuk bertahan menghadapi tekanan akademik.

Kata kunci: grit; resiliensi akademik; siswa; ketekunan; pendidikan

Pendahuluan

Resiliensi akademik menjadi salah satu kemampuan penting yang perlu dimiliki siswa dalam menghadapi tekanan dan tuntutan belajar di era pendidikan modern. Siswa di tingkat Sekolah Menengah Atas sering dihadapkan pada berbagai tantangan seperti beban akademik tinggi, tekanan ujian, serta tuntutan prestasi yang dapat menimbulkan stres dan menurunkan motivasi belajar. Dalam konteks tersebut, kemampuan untuk tetap bertahan, mengendalikan diri, serta mempertahankan semangat belajar menjadi indikator penting keberhasilan akademik. Namun, tidak semua siswa mampu beradaptasi dengan baik terhadap tekanan tersebut. Perbedaan kemampuan adaptasi ini sering kali dipengaruhi oleh faktor kepribadian dan daya tahan psikologis yang dimiliki setiap individu.

Resiliensi akademik didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk bangkit kembali, beradaptasi, dan tetap berfungsi secara optimal dalam menghadapi tekanan dan kesulitan akademik (Martin & Marsh, 2006). Aspek utama dari resiliensi akademik mencakup *confidence* (kepercayaan diri), *control* (kemampuan mengatur emosi dan perilaku), *commitment* (komitmen terhadap tugas akademik), *composure* (ketenangan dalam menghadapi tekanan), dan *coordination* (kemampuan mengatur strategi belajar secara efektif).

Penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat resiliensi akademik tinggi mampu mengelola stres akademik dengan lebih baik, memiliki motivasi belajar yang lebih kuat, serta menunjukkan hasil akademik yang lebih baik (Ramadanti & Sofah, 2022). Selain itu, resiliensi akademik juga berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, di mana siswa yang resilien cenderung memiliki pandangan optimis dan regulasi diri yang baik (Rismawati & Nugraha, 2024). Salah satu faktor psikologis yang berperan dalam membentuk ketahanan akademik adalah *grit*, yaitu sifat ketekunan dan konsistensi dalam mencapai tujuan jangka panjang meskipun menghadapi hambatan dan kegagalan.

Grit memungkinkan siswa untuk tetap berkomitmen terhadap tujuan belajar, menjaga motivasi, dan mengelola emosi di bawah tekanan. *Grit* merupakan konsep yang diperkenalkan oleh Angela Duckworth dan rekan-rekannya (Duckworth et al., 2007) untuk menjelaskan kemampuan individu dalam mempertahankan usaha dan minat terhadap tujuan jangka panjang meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. *Grit* terdiri atas dua komponen utama, yaitu *perseverance of effort* (ketekunan dalam berusaha) dan *consistency of interest* (konsistensi terhadap minat). Individu dengan *Grit* tinggi cenderung tidak mudah menyerah, memiliki komitmen kuat terhadap tujuan, serta mampu mengelola emosi ketika menghadapi tantangan akademik (Duckworth & Quinn, 2009).

Dalam konteks pendidikan, *Grit* berperan penting dalam membantu siswa mencapai keberhasilan belajar. Penelitian Credé, Tynan, dan Harms (2017) menemukan bahwa *Grit* memiliki hubungan positif dengan prestasi akademik, motivasi belajar, serta kemampuan adaptasi terhadap tekanan akademik. Sementara itu, Stephen dan Murugesan (2024) menyatakan bahwa siswa yang memiliki *Grit* tinggi cenderung menunjukkan semangat belajar yang lebih stabil serta memiliki pandangan positif

terhadap kesulitan akademik. Oleh karena itu, Grit dianggap sebagai kekuatan psikologis yang berkontribusi pada kesuksesan akademik jangka panjang.

Hubungan antara Grit dan resiliensi akademik didasarkan pada pandangan bahwa ketekunan dan konsistensi merupakan fondasi utama dalam membangun ketahanan akademik. Individu yang memiliki Grit tinggi tidak hanya berfokus pada pencapaian tujuan, tetapi juga memiliki kemampuan untuk bangkit dari kegagalan. Penelitian oleh Zhai et al. (2023) menunjukkan bahwa Grit berperan penting dalam meningkatkan kemampuan adaptasi, harapan, dan daya tahan terhadap tekanan akademik. Temuan serupa juga diungkapkan oleh Wang et al. (2024), yang menemukan bahwa Grit berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan siswa untuk mengelola stres akademik dan mempertahankan motivasi belajar.

Dalam konteks siswa SMA, Grit menjadi faktor kunci yang memungkinkan individu untuk terus berusaha mencapai tujuan akademik meskipun menghadapi hambatan. Ketekunan yang dimiliki siswa dengan Grit tinggi membantu mereka membangun kepercayaan diri dan ketahanan psikologis, sehingga meningkatkan resiliensi akademik secara keseluruhan. Demikian, Grit tidak hanya berperan sebagai prediktor kesuksesan akademik, tetapi juga sebagai fondasi utama dalam membentuk karakter siswa yang tangguh dan adaptif di lingkungan belajar yang penuh tantangan. Meskipun berbagai penelitian telah membahas hubungan antara grit dan resiliensi akademik, kajian yang secara spesifik menguji keterkaitan keduanya pada siswa SMA di Indonesia, khususnya di Surabaya, masih terbatas.

Lingkungan pendidikan perkotaan dengan tekanan akademik yang tinggi serta persaingan antarsiswa dapat memengaruhi tingkat ketekunan dan daya tahan belajar. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji secara empiris hubungan antara grit dan resiliensi akademik pada siswa SMA di Surabaya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur psikologi pendidikan dengan memberikan pemahaman mengenai peran grit dalam meningkatkan daya tahan belajar siswa, sekaligus menjadi dasar pengembangan intervensi untuk memperkuat ketahanan psikologis di lingkungan sekolah. Kebaruan penelitian ini terletak pada analisis empiris hubungan antara dua faktor psikologis grit dan resiliensi akademik dalam konteks pendidikan menengah di Indonesia yang menekankan aspek ketekunan, adaptasi, dan keseimbangan emosional siswa.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara grit dan resiliensi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas di Surabaya. Desain korelasional dipilih karena sesuai untuk mengidentifikasi arah dan kekuatan hubungan antarvariabel secara statistik. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 290 siswa SMA di Surabaya yang diperoleh melalui teknik *accidental sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan ketersediaan dan kesediaan responden untuk

berpartisipasi. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form yang disebarluaskan melalui media sosial seperti WhatsApp, Instagram, dan Telegram.

Instrumen penelitian terdiri atas dua skala psikologi, yaitu skala resiliensi akademik dan skala grit. Skala resiliensi akademik disusun berdasarkan teori Martin dan Marsh (2006) yang mencakup lima aspek, yakni *confidence*, *coordination*, *control*, *composure*, dan *commitment*. Skala ini terdiri atas 40 aitem dengan model Likert empat pilihan, di mana 36 aitem dinyatakan sahih berdasarkan hasil uji validitas dengan nilai korelasi item $\geq 0,30$, dan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,938 yang menunjukkan reliabilitas sangat tinggi. Skala grit disusun berdasarkan teori Duckworth dan Quinn (2009) yang terdiri atas dua aspek utama, yaitu *consistency of interests* dan *perseverance of effort*. Skala ini berjumlah 24 aitem, dengan 20 aitem sahih dan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,923, yang juga menunjukkan tingkat konsistensi internal yang sangat baik.

Uji asumsi dilakukan terlebih dahulu meliputi uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas. Hasil uji menunjukkan data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis hubungan antarvariabel menggunakan teknik korelasi nonparametrik Spearman's Rho. Teknik ini digunakan untuk melihat hubungan antara grit dan resiliensi akademik tanpa mengasumsikan distribusi normal pada data.

Hasil

Penelitian ini melibatkan 290 siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Surabaya sebagai responden. Berdasarkan jenis sekolah, 180 siswa (62%) berasal dari sekolah negeri dan 110 siswa (38%) dari sekolah swasta. Dari segi jenis kelamin, terdapat 130 siswa laki-laki (44,8%) dan 160 siswa perempuan (55,2%). Sementara itu, distribusi berdasarkan tingkat kelas menunjukkan bahwa 32 siswa (11%) berasal dari kelas X, 50 siswa (17%) dari kelas XI, dan 208 siswa (72%) dari kelas XII. Mayoritas responden merupakan siswa kelas akhir yang sedang menghadapi beban akademik tinggi menjelang kelulusan.

Tabel 1

Data Demografis berdasarkan Jenis Sekolah

No	Jenis Sekolah	Jumlah	Presentase
1	Negeri	180	62%
2	Swasta	110	38%
Total		290 siswa	100%

Tabel 2

Data Demografis berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1	Laki-Laki	130	44,8%
2	Perempuan	160	55,2%
	Total	290 siswa	100%

Tabel 3

Data Demografis berdasarkan Kelas

No	Kelas	Jumlah	Presentase
1	10	32	11%
2	11	50	17%
3	12	208	72%
	Total	290 siswa	100%

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat resiliensi akademik siswa berada pada kategori tinggi. Nilai minimum yang diperoleh adalah 36 dan maksimum 144, dengan rata-rata (M) sebesar 90 serta standar deviasi (SD) sebesar 18. Hal ini mengindikasikan adanya variasi kemampuan bertahan siswa dalam menghadapi tekanan akademik. Berdasarkan kategorisasi skor, 68% siswa tergolong dalam kategori tinggi, 5% sedang, 20% rendah, 7% sangat rendah, dan hanya 1% yang berada pada kategori sangat tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan adaptif yang baik terhadap tantangan belajar.

Tabel 4

Norma Skala Resiliensi Akademik

Jumlah Aitem	Nilai		Range	Mean Hipotetik	Std. Deviation Hipotetik
	Minimum	Maximum			
36	36	144	108	90	18

Tabel 5

Norma Kategori Hipotetik Skala Resiliensi Akademik

Rumus Perhitungan	Hasil	Norma Tes	
		Kategori	Skor
$X \leq M - 1,5SD$	$X \leq 81$	Sangat Rendah	≤ 81
$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	$81 < X \leq 99$	Rendah	$82 - 99$
$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	$99 < X \leq 117$	Sedang	$100 - 117$
$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	$117 < X \leq 135$	Tinggi	$118 - 135$
$M + 1,5SD < X$	$135 < X$	Sangat Tinggi	≥ 136

Tabel 6

Hasil Kategorisasi Skala Resiliensi Akademik

Kategori	Frekuensi	Percentase
Sangat Rendah	19	7%
Rendah	58	20%
Sedang	13	5%
Tinggi	198	68%
Sangat Tinggi	2	1%
Total	290	100%

Sedangkan variabel grit, diperoleh skor minimum sebesar 20 dan maksimum sebesar 80, dengan rata-rata (M) sebesar 50 dan standar deviasi (SD) sebesar 10. Hal ini menunjukkan bahwa ketekunan dan konsistensi usaha siswa bervariasi, namun cenderung berada pada tingkat tinggi. Sebanyak 70% responden termasuk kategori tinggi, 4% sedang, 18% rendah, 6% sangat rendah, dan 2% sangat tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki semangat dan motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan akademik jangka panjang.

Tabel 7

Norma Kategoririsasi Grit

Jumlah Aitem	Nilai		Range	Mean Hipotetik	Std. Deviation Hipotetik
	Minimum	Maximum			
20	20	80	60	50	10

Tabel 8

Norma Kategori Hipotetik Skala Grit

Rumus Perhitungan	Hasil	Norma Tes	
		Kategori	Skor
$X \leq M - 1,5SD$	$X \leq 45$	Sangat Rendah	≤ 45
$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	$45 < X \leq 55$	Rendah	46 – 55
$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	$55 < X \leq 65$	Sedang	56 – 65
$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	$65 < X \leq 75$	Tinggi	66 – 75
$M + 1,5SD < X$	$75 < X$	Sangat Tinggi	≥ 76

Tabel 9

Hasil Kategorisasi Skala Grit

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	18	6%
Rendah	53	18%
Sedang	12	4%
Tinggi	202	70%
Sangat Tinggi	5	2%
Total	290	100%

Hasil uji hipotesis menggunakan korelasi Spearman's Rho menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara grit dan resiliensi akademik dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,542 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi tingkat grit yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam beradaptasi dan bertahan menghadapi tekanan akademik. Hasil perhitungan koefisien determinasi ($r^2 = 0,29$) menunjukkan bahwa grit memberikan kontribusi sebesar 29% terhadap pembentukan resiliensi akademik, sementara 71% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial, efikasi diri, dan motivasi intrinsik.

Tabel 10

Hasil Uji Hipotesis dengan Spearman's Rho

Variabel	Spearman's Rho		
	Correlation Coefficien	Sig. (p)	Keterangan
Grit – Resiliensi Akademik	0,542	0,000	Sangat Signifikan

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa grit merupakan faktor penting yang berperan dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa SMA di Surabaya. Siswa yang memiliki ketekunan tinggi dan konsistensi terhadap tujuan jangka panjang cenderung lebih mampu mengelola stres akademik, mempertahankan motivasi, serta bangkit kembali dari kegagalan dalam proses belajar.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Grit memiliki hubungan positif dan sangat signifikan dengan resiliensi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas di Surabaya. Hubungan ini menjelaskan bahwa semakin tinggi ketekunan dan konsistensi siswa dalam mencapai tujuan akademik, semakin kuat kemampuan mereka untuk menghadapi tekanan dan kesulitan dalam proses belajar. Siswa dengan tingkat Grit tinggi cenderung tidak mudah menyerah, tetapi berusaha meskipun menghadapi kegagalan, dan mampu menyesuaikan diri terhadap situasi akademik yang penuh tantangan (Mohan & Kaur, 2021).

Hubungan signifikan antara Grit dan resiliensi akademik menunjukkan bahwa ketekunan bukan sekadar dorongan untuk berprestasi, tetapi juga menjadi dasar terbentuknya ketahanan mental dalam menghadapi tekanan belajar. Hasil ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Duckworth dan Quinn (2009), yang menjelaskan bahwa Grit merupakan perpaduan antara perseverance of effort dan consistency of interest. Individu dengan Grit tinggi tetap fokus dan konsisten mencapai tujuan meskipun menghadapi hambatan. Dalam konteks akademik, hal ini terlihat pada kemampuan siswa untuk mempertahankan motivasi belajar dan mengatur diri ketika menghadapi kesulitan akademik (Wang, dkk., 2024).

Peran Grit dalam penelitian ini juga memperlihatkan kontribusi penting terhadap pembentukan resiliensi akademik siswa. Siswa yang memiliki tekad kuat dan konsisten dalam belajar menunjukkan kemampuan lebih baik dalam mengatasi tekanan akademik. Dorongan dari dalam diri membuat mereka mampu menghadapi kegagalan dengan tenang dan menjadikannya pengalaman berharga untuk memperbaiki diri. Ketekunan ini memperkuat daya tahan psikologis siswa serta membantu mereka menumbuhkan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri (Stephen & Murugesan, 2024).

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan tingkat Grit dan resiliensi akademik yang tinggi. Kondisi ini menggambarkan bahwa siswa SMA di Surabaya memiliki semangat juang yang kuat dalam meraih keberhasilan akademik. Kemampuan mereka untuk bertahan di bawah tekanan menunjukkan adanya keseimbangan antara upaya kognitif dan kekuatan emosional. Ketekunan dan konsistensi yang dimiliki siswa menjadi bentuk adaptasi positif terhadap beban akademik yang mereka hadapi sehari-hari (Muhibbin & Wulandari, 2021).

Temuan ini juga sejalan dengan teori resiliensi akademik dari Martin dan Marsh (2006) yang menjelaskan lima aspek utama, yaitu confidence, coordination, control, composure, dan commitment. Siswa dengan Grit tinggi menunjukkan perkembangan positif dalam kelima aspek tersebut. Mereka memiliki kepercayaan diri dalam menghadapi

tantangan (*confidence*), mampu mengatur waktu dan tanggung jawab belajar secara efektif (*coordination*), mengendalikan stres dan emosi dengan baik (*control*), tetap tenang di bawah tekanan akademik (*composure*), serta berkomitmen kuat terhadap tujuan belajar mereka (*commitment*). Kelima aspek ini membentuk daya tahan akademik yang stabil dan konsisten (Li, dkk., 2017).

Keterkaitan antara Grit dan resiliensi akademik juga ditemukan dalam berbagai penelitian terdahulu. Penelitian Mohan dan Kaur (2021) serta Wang dkk. (2024) menjelaskan bahwa Grit berperan dalam meningkatkan motivasi belajar, efikasi diri, dan kemampuan mengelola stres siswa. Ketekunan dalam berusaha membantu siswa untuk tetap fokus meskipun dihadapkan pada tekanan akademik yang berat. Penelitian Muhibbin dan Wulandari (2021) juga menunjukkan bahwa Grit menjadi faktor pelindung terhadap stres akademik karena membantu siswa memandang kesulitan sebagai bagian dari proses belajar yang dapat memperkuat ketahanan diri.

Peran penting Grit terhadap resiliensi akademik dapat dipahami sebagai proses psikologis yang saling melengkapi. Ketekunan dan konsistensi memberi siswa kemampuan untuk menjaga motivasi belajar dalam jangka panjang, sementara resiliensi akademik membantu mereka menyesuaikan diri terhadap situasi sulit. Siswa dengan kedua karakteristik ini tidak mudah menyerah, lebih tenang dalam berpikir, dan mampu menjaga fokus pada tujuan akademik yang telah mereka tetapkan. Kondisi ini menunjukkan bahwa Grit menjadi fondasi utama bagi terbentuknya ketahanan psikologis yang stabil di lingkungan belajar (Mohan & Kaur, 2021).

Makna dari hasil penelitian ini tidak hanya memperkuat teori-teori sebelumnya, tetapi juga memberikan pemahaman baru mengenai pentingnya pengembangan aspek nonkognitif dalam dunia pendidikan. Ketekunan, komitmen, dan kemampuan mengatur diri merupakan bagian penting dari pembentukan karakter siswa yang tangguh. Siswa dengan Grit tinggi tidak hanya memiliki kemampuan akademik yang baik, tetapi juga memiliki kesiapan mental untuk menghadapi perubahan dan tantangan kehidupan di masa depan (Stephen & Murugesan, 2024; Wang dkk., 2024).

Pendidikan di sekolah perlu menumbuhkan nilai-nilai ketekunan dan daya tahan belajar sejak dini. Guru dan orang tua berperan penting dalam membangun lingkungan yang mendukung siswa untuk tetap berusaha, mengatur diri, dan menghadapi kesulitan dengan sikap positif. Kurikulum juga sebaiknya menekankan pentingnya proses belajar, bukan hanya hasil akhir, agar siswa terbiasa menghargai usaha yang dilakukan. Lingkungan yang penuh dukungan emosional dan pembelajaran berbasis pengalaman akan membantu siswa menumbuhkan Grit dan resiliensi akademik secara bersamaan.

Keseluruhan hasil penelitian menunjukkan bahwa Grit memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap resiliensi akademik pada siswa. Ketekunan dan semangat pantang menyerah yang dimiliki individu dengan Grit tinggi menjadi fondasi penting dalam membangun kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi terhadap tekanan akademik. Siswa dengan Grit tinggi mampu mempertahankan motivasi dalam jangka panjang, mengatur emosi dengan lebih baik, serta tetap fokus pada tujuan meskipun menghadapi

hambatan belajar. Ketekunan dalam berusaha juga membantu siswa mengembangkan cara berpikir positif terhadap kesulitan, sehingga tantangan dipandang sebagai peluang untuk berkembang, bukan sebagai ancaman terhadap keberhasilan akademik.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Duckworth dan Quinn (2009) yang menegaskan bahwa Grit berperan dalam menjaga konsistensi motivasi dan ketekunan individu untuk mencapai tujuan jangka panjang. Mohan dan Kaur (2021) juga menemukan bahwa ketekunan dalam belajar membentuk individu yang lebih tangguh, mampu menyesuaikan diri dengan tekanan, serta memiliki kekuatan mental yang stabil dalam menghadapi kegagalan. Konteks siswa SMA, Grit menjadi kekuatan psikologis yang memungkinkan mereka untuk terus berjuang di tengah tuntutan akademik yang tinggi. Demikian, semakin tinggi tingkat Grit yang dimiliki siswa, semakin besar pula kemampuan mereka untuk menunjukkan resiliensi akademik dalam menghadapi berbagai tantangan pendidikan yang semakin kompleks.

Hasil penelitian ini memberikan pemahaman bahwa pengembangan Grit bukan hanya penting bagi peningkatan prestasi akademik, tetapi juga bagi pembentukan karakter siswa yang tangguh dan berdaya juang tinggi. Ketekunan, komitmen, serta kemampuan mengatur emosi dan motivasi menjadi bekal penting untuk menghadapi perubahan dan tekanan di dunia pendidikan modern. Sekolah perlu berperan aktif dalam menumbuhkan Grit melalui pembelajaran yang menekankan proses, ketekunan, dan refleksi diri, bukan hanya pencapaian hasil akhir. Demikian, Grit dapat menjadi landasan utama dalam membentuk generasi muda yang resilien, berkarakter kuat, dan siap menghadapi tantangan masa depan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara Grit dengan resiliensi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas di Surabaya, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan sangat signifikan antara kedua variabel tersebut. Semakin tinggi tingkat ketekunan dan konsistensi siswa dalam mencapai tujuan jangka panjang, semakin tinggi pula kemampuan mereka untuk bertahan, bangkit, dan beradaptasi terhadap tekanan akademik yang dihadapi. Temuan ini menunjukkan bahwa Grit menjadi salah satu faktor psikologis penting yang berperan dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa.

Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif antara Grit dan resiliensi akademik, yang berarti siswa dengan semangat pantang menyerah dan komitmen tinggi terhadap tujuan belajarnya cenderung lebih tangguh menghadapi tantangan akademik. Siswa dengan Grit tinggi menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengelola emosi, menjaga fokus, serta mempertahankan motivasi belajar ketika menghadapi kesulitan. Hal ini selaras dengan teori Grit bahwa ketekunan dan konsistensi dalam usaha merupakan kunci utama untuk mencapai keberhasilan jangka panjang.

Selain itu, hasil penelitian ini mendukung teori resiliensi akademik yang mencakup lima aspek utama, yaitu *confidence*, *coordination*, *control*, *composure*, dan *commitment*. Kelima aspek tersebut berkembang lebih baik pada siswa yang memiliki tingkat Grit tinggi. Dengan demikian, Grit dapat dipahami sebagai fondasi psikologis yang memperkuat resiliensi akademik, di mana keduanya berperan saling melengkapi dalam membentuk siswa yang tangguh, gigih, dan konsisten dalam mencapai tujuan akademik.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa Grit memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap resiliensi akademik. Siswa yang tekun, sabar, dan pantang menyerah memiliki kemampuan lebih baik untuk menghadapi tekanan akademik serta mampu mempertahankan semangat belajar dalam situasi sulit. Ketekunan dalam belajar terbukti menjadi pondasi penting dalam membangun ketahanan psikologis siswa di lingkungan pendidikan.

Bagi guru dan pihak sekolah diharapkan dapat menumbuhkan nilai-nilai ketekunan dan daya tahan belajar pada siswa melalui kegiatan pembelajaran yang berorientasi pada proses, bukan semata pada hasil akhir. Guru dapat merancang strategi pembelajaran yang mendorong siswa untuk menetapkan tujuan belajar jangka panjang, mengevaluasi kemajuan secara berkala, serta merefleksikan setiap proses pembelajaran. Pendekatan ini akan membantu siswa mengembangkan sikap pantang menyerah dan mempertahankan motivasi meskipun menghadapi kesulitan akademik.

Selain itu, guru dapat menerapkan model pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*) atau berbasis masalah (*problem-based learning*) yang menuntut siswa untuk berpikir kritis, bekerja sama, dan menyelesaikan tugas secara berkelanjutan. Model ini secara tidak langsung menumbuhkan Grit karena siswa belajar menghadapi kegagalan, memperbaiki strategi, dan bertanggung jawab terhadap proses yang mereka jalani. Guru juga dapat memberikan *feedback* yang bersifat membangun, bukan hanya menilai hasil, agar siswa merasa dihargai atas usaha yang mereka lakukan.

Sekolah juga berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengembangan Grit dan resiliensi akademik. Pihak sekolah dapat menyusun program pembiasaan seperti “*Growth Mindset Week*” atau kegiatan “*Resilience and Grit Workshop*” yang bertujuan menanamkan nilai ketekunan, komitmen, serta kemampuan mengelola kegagalan dengan cara positif. Program semacam ini dapat dilaksanakan secara berkala melalui kolaborasi antara guru, wali kelas, dan guru bimbingan konseling (BK).

Selain itu, sekolah disarankan memperkuat layanan bimbingan konseling agar lebih proaktif dalam memberikan pendampingan terhadap siswa yang mengalami stres akademik atau penurunan motivasi belajar. Guru BK dapat mengadakan sesi konseling kelompok yang membahas cara mengatur waktu belajar, mengelola stres, dan membangun ketahanan diri terhadap tekanan akademik. Melalui pendekatan ini, siswa tidak hanya diarahkan untuk menjadi berprestasi, tetapi juga diajarkan bagaimana menjaga keseimbangan antara kemampuan kognitif dan emosional.

Penting juga bagi sekolah untuk menumbuhkan budaya apresiasi terhadap usaha, bukan hanya hasil pencapaian akademik. Sistem penghargaan seperti “*Siswa Paling*

Tekun” atau “Siswa dengan Semangat Pantang Menyerah” dapat menjadi bentuk pengakuan yang menumbuhkan motivasi intrinsik siswa. Ketika siswa merasa bahwa usaha keras mereka dihargai, maka nilai-nilai ketekunan dan resiliensi akademik akan semakin menguat.

Bagi orang tua diharapkan dapat memberikan dukungan emosional yang konsisten dengan cara menciptakan suasana rumah yang terbuka untuk berdiskusi dan mengekspresikan perasaan anak terkait tekanan akademik yang mereka alami. Dukungan seperti mendengarkan keluhan anak, memberikan motivasi tanpa menekan, serta menekankan pentingnya proses dibanding hasil akan membantu membentuk Grit dan resiliensi akademik. Selain itu, pola asuh yang penuh empati namun tetap menanamkan tanggung jawab dan disiplin sangat penting untuk menumbuhkan karakter pantang menyerah pada anak.

Orang tua dapat menanamkan kebiasaan sederhana seperti membantu anak membuat jadwal belajar, memberi contoh manajemen waktu, dan menanamkan nilai kerja keras melalui teladan nyata di kehidupan sehari-hari. Apresiasi terhadap usaha anak juga perlu diberikan secara proporsional. Anak yang mendapat penghargaan atas proses belajar misalnya karena berusaha lebih keras, memperbaiki kesalahan, atau menunjukkan konsistensi belajar akan merasa dihargai bukan karena hasil semata, melainkan karena ketekunan mereka. Pola apresiasi semacam ini akan memperkuat motivasi intrinsik anak dan menumbuhkan keyakinan bahwa kegagalan adalah bagian dari proses belajar, bukan alasan untuk berhenti berusaha.

Bagi siswa diharapkan mampu menumbuhkan sikap pantang menyerah dan komitmen yang kuat terhadap tujuan akademik mereka. Mengembangkan Grit berarti terus berusaha untuk mempertahankan fokus meskipun menghadapi kegagalan, menjaga minat terhadap tujuan jangka panjang, serta mampu menata waktu dan emosi secara efektif. Siswa perlu belajar mengubah cara pandang terhadap kesulitan bukan sebagai hambatan, tetapi sebagai peluang untuk berkembang. Selain itu, siswa dapat melatih ketekunan dengan menetapkan target belajar yang realistik dan terukur, serta melakukan refleksi diri terhadap kemajuan yang telah dicapai. Strategi seperti membuat *learning journal*, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang menantang, atau berpartisipasi dalam kompetisi akademik dapat menjadi cara efektif untuk menumbuhkan semangat juang dan daya tahan belajar.

Siswa juga disarankan untuk membangun lingkungan sosial yang positif dengan berinteraksi bersama teman-teman yang memiliki semangat belajar tinggi. Dukungan dari teman sebaya dan guru akan membantu menjaga motivasi, mengurangi stres akademik, dan memperkuat resiliensi. Demikian, siswa dapat menjadi individu yang tidak hanya berprestasi secara akademik, tetapi juga tangguh secara psikologis dan siap menghadapi berbagai tantangan pendidikan di masa depan.

Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan variabel dengan menambahkan faktor-faktor psikologis lain yang juga berpotensi memengaruhi resiliensi akademik, seperti *self-efficacy*, dukungan sosial, regulasi diri, dan motivasi intrinsik.

Penambahan variabel-variabel tersebut dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika psikologis yang memengaruhi kemampuan siswa dalam bertahan menghadapi tekanan akademik. Selain itu, penelitian lanjutan dapat menggunakan pendekatan kualitatif agar diperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai bagaimana Grit terbentuk, berkembang, serta berperan dalam kehidupan belajar siswa.

Melalui wawancara mendalam atau studi kasus, peneliti selanjutnya dapat menggali faktor-faktor personal dan lingkungan yang berkontribusi terhadap perkembangan Grit dan resiliensi akademik secara lebih kontekstual. Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk memperluas wilayah pengambilan sampel dengan melibatkan sekolah dari berbagai daerah, baik perkotaan maupun pedesaan, sehingga hasil penelitian dapat lebih representatif terhadap populasi siswa di Indonesia. Variasi konteks budaya, sosial, dan sistem pendidikan di setiap wilayah dapat memberikan temuan baru yang memperkaya pemahaman mengenai hubungan antara Grit dan resiliensi akademik pada siswa di tingkat nasional.

Referensi

- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (2 ed.). Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (11 ed.).
- Cahyani, L., Wahyuni, E., & Marjo, H. K. (2025). Correspondent Author : *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 729–739. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7006>
- Cassidy, S. (2015). Resilience Building in Students: The Role of Academic Self-Efficacy. *Frontiers in psychology*, 6, 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Credé, M., Tynan, M. C., & Harms, P. D. (2017). Journal of Personality and Social Psychology Literature Much Ado About Grit : A Meta-Analytic Synthesis of the Grit Literature. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(3), 492–511. <https://doi.org/10.1037/pspp0000102>
- Duckworth, A. L., & Gross, J. J. (2014). Self-Control and Grit: Related but Separable Determinants of Success. *Current directions in psychological science*, 23(5), 319–325. <https://doi.org/10.1177/0963721414541462>
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit : Perseverance and Passion for Long-Term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (Grit-S). *Journal of personality assessment*, 91(2), 166–174. <https://doi.org/10.1080/00223890802634290>
- Gordon, E. W., & Wang, M. C. (2012). *Educational Resilience in Inner-city America: Challenges and Prospects* (E. Gordon & M. C. Wang (ed.)). Britania Raya: Taylor & Francis. https://www.google.co.id/books/edition/Educational_Resilience_in_inner_city_Ame/wjdtl3dHSkC?hl=id&gbpv=1&dq=Educational+Resilience+in+inner-city+America%3A

- Challenges and Prospects&pg=PA1948&printsec=frontcover
- Kemendikbudristek. (2025). *Data Pokok (Data Peserta Didik SMA)*. Data Pokok Pendidikan (DAPODIK) Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. <https://dapo.kemendikdasmen.go.id/pd>
- Li, H., Martin, A. J., & Yeung, W. J. (2017). Academic risk and resilience for children and young people in Asia. *Educational Psychology*, 37(8), 921–929. <https://doi.org/10.1080/01443410.2017.1331973>
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: a construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267–281. <https://doi.org/10.1002/pits.20149>
- Mohan, V., & Kaur, J. (2021). Assessing the Relationship between Grit and Academic Resilience among Students. *Issues and Ideas in Education*, 9(1), 39–47. <https://doi.org/10.15415/iie.2021.91005>
- Morales, E. E. (2008). The Resilient Mind: The Psychology of Academic Resilience. In *The Educational Forum*, 72(2), 152–167. <https://doi.org/10.1080/00131720701805017>
- Muhibbin, M. A., & Wulandari, R. S. (2021). The Role of Grit In Indonesian Student. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 112–123. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1725>
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for Windows* (D. N. Hidayat (ed.); 2 ed.). Zifatama Jawara. https://books.google.co.id/books?id=K3IDEAAAQBAJ&pg=PR4&dq=spss+psikologi&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwjwreXPsuuRAxV_R2wGHUtCN9oQ6AF6BAgMEAM
- Obeng, P., Agormedah, E. K., Srem-Sai, M., Arthur, F., Salifu, I., Amoadu, M., Hagan, J. E., & Schack, T. (2025). Students' academic resilience and well-being in Ghana: the mediating effects of grit and motivation. *Discover Education*, 4(1), 132. <https://doi.org/10.1007/s44217-025-00537-z>.
- Poerwanto, A., & Prihastiwi, W. J. (2017). Analisis prediktor resiliensi akademik siswa sekolah menengah pertama di Kota Surabaya. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*, 12(1), 45–56.
- Ramadanti, G., & Sofah, R. (2022). Resiliensi akademik pada siswa berdasarkan prestasi belajar. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang*, 141–149.
- Rismawati, R., & Nugraha, M. S. (2024). Peran Psikologi Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Di Lingkungan Sekolah. 5(9), 1370–1382. <https://doi.org/10.57171/jt.v5i9.624>.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Prenada Media. https://www.google.co.id/books/edition/Penyusunan_Skala_Psikologi/H4P1DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0.
- Septianmar, P., Esterlita, S., & Afiat, N. S. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dan Motivasi Belajar Dengan Resiliensi Akademik Pada Siswa Sma Di Masa

Grit dan resiliensi akademik pada siswa sekolah menengah atas di surabaya

- Pandemi Covid-19. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 17(2), 159–171. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v17i2.4595>.
- Shinta, D., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(3), 1928–1941. <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i3.978>.
- Stephen, M. L., & Murugesan, M. (2024). Role of Grit and Academic Motivation on Academic Achievement among Students. *J Indian Acad Appl Psychol*, 106–111.
- Tang, L., & Zhu, X. (2024). Academic self-efficacy, grit, and teacher support as predictors of psychological well-being of Chinese EFL students. *Frontiers in Psychology*, 14, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1332909>.
- Von Culin, K. R., Tsukayama, E., & Duckworth, A. L. (2014). The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice. *The journal of positive psychology*, 9(4), 306–312. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.898320>
- Wang, Z., Xie, Z., Hong, O., & Li, C. (2024). Grit Difference in the Association Between Academic Stress and adolescents' Meaning in Life: The Roles of School Burnout and Self-Compassion. *Child: Care, Health and Development*, 50(6), 1–10. <https://doi.org/10.1111/cch.70005>
- Yan, H., Huang, P., Chen, R., & Wang, Y. (2024). The relationship between physical activity and mental health of middle school students: the chain mediating role of negative emotions and self-efficacy. 15, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1415448>
- Zhai, C., Shrestha, S., Zhong, N., & Chai, X. (2023). Grit and Career Construction among Chinese High School Students: The Serial Mediating Effect of Hope and Career Adaptability. *Sustainability*, 15(4), 3608. <https://doi.org/10.3390/su15043608>