

Peran *Self Efficacy* terhadap *Grit* melalui *Self-Regulated Learning* sebagai Mediator

Ega Yugesti Sari^{1*}, Ari Pusparini¹, Miftahus Sa'adah Maulidiyah², Wildani Khoiri Oktavia³

¹Program Studi Magister Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

²Al-Azhar Yogyakarta Islamic School

³Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

*egayugestisari@gmail.com

ABSTRACT

Abstrak. A person's success is seen not only from intelligence alone, but also from the effort made. To support academic and non-academic success, persistence (*grit*) is needed, namely hard work and an unyielding attitude in achieving what is desired. This study aims to examine the role of self-efficacy on *grit* through self-regulated learning as a mediator. The research approach is quantitative, survey research design, with cross-sectional study method. This research used purposive sampling of 238 college students of 36.13% men and 63.87% women (Age $M= 19.72$ years; $SD= 1.19$). Data collection uses a *grit* scale, self-efficacy scale, and self-regulated learning scale uploaded via google form. Data were analyzed using mediation analysis with the JASP software program. The results showed that self-regulated learning has a role on *grit* directly and indirectly, which explains the partial mediation in the relationship. This study implies that it is important for the field of education to focus on developing self-regulated learning skills in students, which is expected to strengthen the role of self-efficacy on *grit* to achieve long-term goals.

Keywords: college students, *grit*, self-efficacy, self-regulated learning

ABSTRAK

Abstract. Kesuksesan seseorang tidak hanya dilihat dari kecerdasan semata, namun juga dilihat dari upaya yang dilakukan. Pada mahasiswa untuk menunjang kesuksesan akademik maupun non akademik diperlukannya kegigihan (*grit*) yaitu kerja keras dan sikap pantang menyerah dalam mencapai apa yang diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *self-efficacy* terhadap *grit* melalui *self-regulated learning* sebagai mediator. Pendekatan penelitian adalah kuantitatif, desain penelitian survei, dengan metode *cross sectional study*. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling* sebanyak 238 mahasiswa terdiri dari 36,13% laki-laki dan 63,87% Perempuan (Usia $M= 19,72$ tahun; $SD= 1,19$). Pengumpulan data menggunakan skala *grit*, skala *self-efficacy*, dan skala *self-regulated learning* yang diunggah melalui *google form*. Data dianalisis menggunakan analisis mediasi dengan program software JASP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki peran terhadap *grit* secara langsung maupun tidak langsung, yang menjelaskan parsial mediasi dalam hubungannya. Implikasi dari penelitian ini bahwa penting bagi bidang pendidikan berfokus dalam mengembangkan keterampilan *self-regulated learning* pada mahasiswa, yang diharapkan mampu memperkuat peran *self-efficacy* terhadap *grit* untuk mencapai tujuan jangka panjang.

Kata kunci: *grit*, mahasiswa, self-efficacy, self-regulated learning,

Pendahuluan

Perkembangan digital membawa semua aktivitas semakin canggih, dan tentu adanya perubahan generasi yang mempunyai ciri khasnya tersendiri salah satunya mudah menguasai teknologi dan menangkap informasi semakin cepat (Fun et al., 2023). Tidak hanya itu, kemampuan ini tentu memberikan dampak positif bagi Indonesia, sekaligus tantangan untuk mempersiapkan generasi emas yang mumpuni (Mahendra, 2022). Dalam mempersiapkan generasi emas pada mahasiswa, tentu dalam proses belajar mengalami tekanan, kesulitan atau hambatan tersendiri di dunia pendidikan (Fook & Sidhu, 2015). Ketika tantangan tersebut tidak mampu teratasi dengan baik, hal ini mampu menyebabkan penurunan semangat belajar, maka disinilah peran penting untuk memiliki kemampuan *survival* yang baik yakni upaya bertahan dan mencari jalan keluar dalam kondisi sulit atau bisa disebut *grit*. Septania et al. (2018) menjelaskan bahwa sebanyak 31,2% mahasiswa memiliki *grit* dengan kategori rendah sampai sangat rendah. Padahal *grit* dinilai sebagai komponen berharga dalam pengembangan individu dalam pencapaian dan kesuksesan (Kannagara et al., 2018; Mason, 2018). *Grit* ini penting dimiliki individu dengan segala tuntutan perannya termasuk mahasiswa yang lekat dengan tanggungjawab tugas akademik. Namun, realita menunjukkan bahwa tidak semua siap dengan peran tersebut, sehingga mahasiswa tidak bisa mengikuti proses belajar sebagaimana mestinya.

Feldman (2017) menyebut *grit* adalah kemampuan untuk berpegang teguh pada hal-hal penting, sehingga individu memandang hambatan sebagai tantangan yang harus diatasi bukan untuk berhenti. Menurut Duckworth et al. (2007) *grit* mendorong individu bekerja keras menghadapi tantangan, mempertahankan usaha dan minat meskipun harus melewati kendala maupun kegagalan. Terdapat dua komponen dalam *grit*, yakni konsistensi minat (*passion*) dan ketekunan usaha (*perseverance*) (Duckworth et al., 2007). Bazalais et al. (2016) menyebutkan individu dengan *grit* rendah cenderung kurang berkomitmen, enggan bekerja keras, rentan teralihkan oleh gangguan peluang baru, tidak mampu menetapkan tujuan jangka panjang, serta kurang antusias dan komitmen terhadap tujuan jangka panjang. Adapun mahasiswa yang memiliki *grit* yang tinggi menunjukkan performa akademik yang lebih baik, mahasiswa lebih tekun, produktif, mampu bertahan di masa-masa banyak tugas menantang (Hodge et al., 2018), nilai akademik lebih tinggi (Duckworth, 2017). Penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa dukungan sosial juga berkontribusi terhadap *grit* (Pangaribuan & Savitri, 2019).

Di sisi lain, faktor yang mempengaruhi *grit* pada mahasiswa salah satunya *self-efficacy*, dimana individu untuk meningkatkan *grit* harus meyakinkan diri mereka sendiri dengan mengendalikan situasi dan tindakan mereka dengan menjunjung tinggi niat dan motivasi dalam hidup (De La Cruz et al., 2021). *Self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan untuk melakukan tugas atau pekerjaan yang telah diberikan serta mampu menyelesaikan tugas tersebut (Bandura, 1995). Aspek-aspek *self-efficacy* terdiri dari: Pertama, *magnitude/level* yaitu sejauh mana tingkatan keyakinan terhadap tindakan yang dilakukan. Kedua, *generality* berkaitan dengan sejauh mana individu menyelesaikan suatu tugas dengan pengalaman yang telah dimiliki. Ketiga, *strength* yaitu seberapa besar keyakinan individu dan harapan yang telah dibuat dalam menghadapi permasalahan (Bandura, 1997). Tingginya *self-efficacy* dapat dilihat dari keyakinan untuk bisa menyelesaikan tugas, yakin untuk memotivasi diri, mampu berusaha semaksimal mungkin, mampu bertahan dalam menghadapi permasalahan, dan yakin dapat menyelesaikan permasalahan (Multon et al., 1991). Pada penelitian terdahulu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain,

persuasi verbal, kondisi psikologis berhubungan dengan *self-efficacy* (Amelia et al., 2022). Lebih lanjut, *self-efficacy* juga berhubungan dengan *grit* (Oktaviana, 2018; Putri et al., 2021). Mahasiswa yang percaya pada kemampuan dirinya relatif lebih mudah mengendalikan stres dan percaya diri mampu mengatasi tugas yang menantang, hal ini membuat mahasiswa tidak mudah menyerah meski dihadapkan dengan risiko gagal.

Selain itu, *self-efficacy* berpengaruh positif terhadap *self-regulated learning*. *Self-efficacy* berpengaruh sebesar 49,7% - 64,4% terhadap *self-regulated learning* (Barizah, 2020; Kusumawati & Cahyani, 2013). *Self-regulated learning* adalah kemampuan individu mengelola, mengarahkan aspek kognisi, motivasi dan perilakunya selama proses pembelajaran (Panadero, 2017; Pintrich et al., 2000; Zimmerman, 1989). Aspek *self-regulated learning* menurut Zimmerman (1989) meliputi: Pertama kognisi, yaitu kapasitas individu dalam merencanakan, mengorganisir, memonitor dan mengevaluasi proses belajar. Kedua, motivasi yakni dorongan intrinsik yang berasal dari internal individu. Ketiga perilaku belajar yang merupakan tindakan aktif mengarahkan dirinya terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang baik lebih mampu mengatur dan mengendalikan diri dalam proses belajar sehingga relatif mampu meraih capaian akademik tinggi (Harahap & Harahap, 2020). Tidak hanya itu, penelitian terdahulu menjelaskan ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *self-regulated learning* (Jagad & Khoirunnisa, 2018; Sihombing et al., 2022).

Di sisi lain, kemampuan mengatur pembelajaran sendiri dengan baik akan mampu meningkatkan kegigihan atau semangat untuk menyelesaikan tugas yang ada. Hasil temuan didapatkan bahwa ada hubungan antara *self-regulated learning* dengan *grit* (Angela et al., 2020; Octaviani & Kiswantomo, 2018). *Self-regulated learning* pada penelitian ini sebagai mediator dalam menjelaskan peran *self-efficacy* terhadap *grit*. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa *self-regulated learning* bisa berfungsi sebagai mediator (Hertel & Karlen, 2021), dimana *self-regulated learning* merupakan mediator antara karakteristik individu dengan ketekunan dan kinerja (Pintrich, 2004). Selain itu, mahasiswa yang memiliki keyakinan akan menyelesaikan suatu permasalahan atau kesulitan yang ada terhadap tugas-tugas yang telah diberikan dalam proses pembelajaran, maka akan mampu meningkatkan kemampuan dalam mengatur atau membuat strategi belajarnya sendiri, sehingga secara tidak langsung mahasiswa akan lebih tekun atau gigih (*grit*) dalam proses pelaksanaan pembelajaran.

Berdasarkan penjelasan diatas, penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *self-efficacy* terhadap *grit* melalui *self-regulated learning* sebagai mediator. Penelitian di Indonesia mengenai *grit* baru dilakukan uji secara parsial dalam menjelaskan hubungannya, belum banyak menemukan uji secara simultan dimana *self-regulated learning* sebagai mediator peran *self-efficacy* terhadap *grit* pada mahasiswa. Penelitian ini berkontribusi sebagai pengembangan pengetahuan khususnya pada bidang psikologi pendidikan, dan sebagai intervensi dalam proses belajar mengajar khususnya pada mahasiswa. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan oleh peneliti, sebagai berikut:

Hipotesis 1: Terdapat peran *self-efficacy* terhadap *grit*
Hipotesis 2: Terdapat peran *self-efficacy* terhadap *self-regulated learning*
Hipotesis 3: Terdapat peran *self-regulated learning* terhadap *grit*
Hipotesis 4: Terdapat peran *self-efficacy* terhadap *grit* secara tidak langsung melalui *self-regulated learning*.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross sectional study*. Desain penelitian bersifat survei untuk memperoleh sikap, perilaku, atau karakteristik melalui sampel dalam populasi (Creswell, 2012). Populasi penelitian adalah mahasiswa/i yang sedang menempuh pendidikan S-1. Teknik populasi menggunakan *purposive sampling*, dimana sudah menetapkan kriteria responden yang akan ditujui (Campbell et al., 2020). Adapun kriteria penelitian yaitu mahasiswa/i yang sedang menempuh pendidikan S-1 dengan rentang usia 18-24 tahun. Partisipan penelitian ini sebanyak 238 responden terdiri dari 86 responden laki-laki (36,13%) dan 152 responden perempuan (63,87%); (Usia $M=19,72$ tahun; usia $min=18$ tahun; usia $max=24$ tahun; $SD=1,19$). Dalam melakukan analisis data, peneliti menggunakan analisis mediasi software JASP untuk melihat efek langsung dan efek tidak langsung.

Penelitian ini menggunakan skala *Grit-S*, skala *self-efficacy*, dan skala *self-regulated learning*. Peneliti menggunakan skala *Grit Short Scale (Grit-S)* yang dikembangkan oleh Duckworth & Quinn (2009) untuk mengukur kegigihan. Alat ukur ini di adaptasi oleh Sari (2019) yang terdiri dari 8 aitem (contoh aitem: saya adalah orang yang rajin). Skala ini melaporkan bahwa α *cronbach* sebesar 0,747 dengan *corrected-item total correlation* berkisar 0,232-0,396.

Peneliti mengembangkan alat skala *self-efficacy* dari teori Bandura (1997), skala ini mempunyai 9 aitem terdiri dari 3 aitem aspek *level* (contoh aitem: saya yakin dengan kemampuan saya untuk mengerjakan tugas kuliah); 3 aitem aspek *generality* (contoh aitem: ketika mengalami kesulitan mengerjakan tugas, saya bisa mengatasinya); 3 aitem aspek *strength* (contoh aitem: saya berusaha sekuat tenaga untuk menyelesaikan tugas, meskipun itu sulit). Skala ini memiliki α *cronbach* sebesar 0,867 dan skala ini memenuhi model *fit* dengan nilai $X^2/df=2,45 < 3$; $CFI=0,957 > 0,900$; $TLI=0,936 > 0,900$; $RMSEA=0,07 < 0,08$.

Skala yang ketiga yaitu skala *S-LR* yang bertujuan untuk mengukur bagaimana mahasiswa memiliki strategi belajar yang tepat, kemampuan memonitoring emosi secara aktif, dan mampu mengelola atau mengatur diri dalam proses pembelajaran. Penelitian ini menggunakan skala dari Mumpuni et al. (2023) terdiri dari 12 aitem masing-masing 5 aitem aspek strategi (contoh aitem: penting bagi saya untuk memiliki catatan setiap kegiatan perkuliahan), 3 aitem aspek emosional (contoh aitem: saya selalu merasa siap untuk menghadapi ujian), dan 4 aitem aspek perilaku (contoh aitem: saya selalu menyemangati diri saya sendiri bahwa saya bisa). Skala ini mempunyai α *cronbach* sebesar 0,99 dengan nilai 0,81-1,21 untuk *outfit* *MNSQ*; -2,86 - 2,45 untuk *outfit* *ZSTD*; -0,04 - 0,56 untuk *PtMea*.

Hasil

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas pada penelitian ini dapat dilihat dari grafik dan *One Sample Kolmogorov Smirnov Test*, dimana data berdistribusi normal harus menunjukkan nilai *Asymp sig* $> 0,05$. Pada penelitian ini mendapat nilai sebesar 0,200 $> 0,05$, berarti data berdistribusi normal.

Uji Korelasi Bivariat

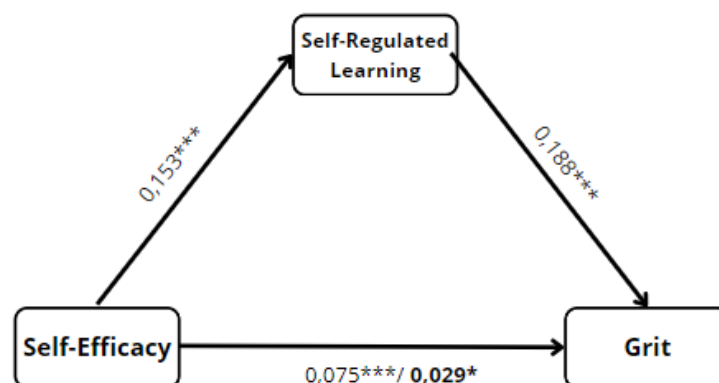
Hal pertama yang dilakukan oleh peneliti yaitu melihat hubungan antar variabel laten dan variabel demografis dengan uji korelasi bivariat. Hasil didapatkan bahwa *self-efficacy* berhubungan positif dengan *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* berhubungan positif dengan *grit*, dan tidak ada hubungan antara variabel usia dan gender dengan *grit* dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Data korelasi bivariat

Variabel	M	SD	1	2	3
Grit	25,76	3,32	-	-	-
Self-Efficacy	36,87	4,09	0,425**	-	-
Self-Regulated Learning	45,24	4,86	0,381**	0,627**	-
Usia	19,71	1,19	0,063	0,057	0,034
Gender	-	-	0,011	-0,018	-0,058

Uji Hipotesis

Dalam melakukan uji hipotesis peneliti menggunakan analisis mediasi *software JASP*, uji hipotesis ini dilakukan untuk melihat *direct* dan *indirect effects*. Pada hasil *direct path* dari *self-efficacy* ke *grit* sangat signifikan ($\beta = 0,075$; $p < 0,001$); hal ini mendukung hipotesis pertama. Pada jalur *self-efficacy* ke *self-regulated learning* sangat signifikan ($\beta = 0,153$; $p < 0,001$); ini mendukung hipotesis kedua. Sedangkan jalur *self-regulated learning* ke *grit* juga sangat signifikan ($\beta = 0,188$; $p < 0,001$); hasil ini mendukung hipotesis ketiga. Pada uji *indirect effects*, hasil menunjukkan *self-efficacy* memiliki peran terhadap *grit* secara tidak langsung melalui *self-regulated learning* ($\beta = 0,029$, $p = 0,013 < 0,05$); hasil ini mendukung hipotesis keempat, yang dapat dilihat pada gambar 1. Model ini menjelaskan bahwa sumbangan dari *self-efficacy* ke *self-regulated learning* sebanyak 39,3%; dan sumbangan dari *self-efficacy* ke *grit* sebanyak 20,2%.



Gambar 1. Standardized beta weights untuk *indirect path* ditunjukkan pada angka yang bercetak tebal, sedangkan jalur *direct path* ditunjukkan pada angka sebaliknya.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *self-efficacy* terhadap *grit*, melalui *self-regulated learning*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* berperan secara langsung maupun tidak langsung terhadap *grit* melalui *self-regulated learning*. Penelitian ini memberikan pemahaman bahwa keterampilan *self-regulated learning* mampu menjelaskan bagaimana pengaruh faktor psikologis berpengaruh terhadap kegigihan, semangat untuk mencapai tujuan karier.

Pada hipotesis pertama, menemukan bahwa *self-efficacy* berperan positif terhadap *grit*, artinya hipotesis pertama diterima. Hal ini mengartikan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka akan cenderung meningkatkan *grit* pada mahasiswa, dan sebaliknya. Mahasiswa yang memiliki keyakinan akan kemampuan dalam mengatasi situasi yang tidak menyenangkan atau permasalahan yang sulit dan tetap bertahan maka cenderung akan mampu meningkatkan *grit* pada mahasiswa. Sejalan dengan hal itu, Sasmita & Rustika (2015) mengindikasikan bahwa meskipun individu menghadapi berbagai rintangan dan masalah, mereka yang memiliki keyakinan

yang kuat akan kemampuannya cenderung lebih gigih dan tidak mudah menyerah dalam menggapai cita-citanya. Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa *self-efficacy* berpengaruh terhadap *grit*, dimana faktor psikologis sangat diperlukan dalam pengembangan *grit* (Jose, 2019; Lutviantari & Saptandari, 2024; Oktaviana, 2018; Putri et al., 2021).

Kedua, menemukan bahwa *self-efficacy* berperan positif terhadap *self-regulated learning*, hal ini menunjukkan hipotesis kedua diterima. Semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi juga *self-regulated learning*, dan sebaliknya. Pembelajaran yang diatur sendiri, yang mencakup kegiatan seperti konsentrasi, organisasi, dan keyakinan positif, terkait erat dengan efikasi diri yang memengaruhi pilihan, usaha, dan ketekunan dalam tugas-tugas akademis (Worick et al., 2024). Penelitian menyoroti dampak signifikan dari *self-efficacy* dan *self-regulated learning* pada berbagai hasil pendidikan. Penelitian sebelumnya menunjukkan hasil bahwa *self-efficacy* memainkan peran penting dalam meningkatkan *self-regulated learning* (Bai & Wang, 2023; Setyowati & Sahrani, 2021). Penelitian ini menggarisbawahi keterkaitan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dalam membentuk keberhasilan akademik dan kemampuan pemecahan masalah siswa (Alammar et al., 2022).

Ketiga, peneliti menemukan bahwa *self-regulated learning* berperan terhadap *grit* berarti hipotesis ketiga diterima, semakin tinggi kemampuan dalam mengatur proses pembelajaran secara mandiri maka akan memiliki hasrat (*passion*) untuk memperoleh hal yang ingin dituju. Selain itu, individu yang memiliki berbagai strategi dalam perencanaan belajar, mengetahui area-area yang perlu ditingkatkan maka dianggap perlu melakukan evaluasi secara terus-menerus sehingga membantu mengidentifikasi kekurangan maupun kelebihan untuk mengembangkan proses pembelajaran yang telah diatur oleh diri sendiri, maka secara langsung akan meningkatkan ketekunan (*perseverance*) demi mencapai tujuan jangka panjang. Hal ini diperkuat dalam penelitian terdahulu, yang menjelaskan bahwa *self-regulated learning* berhubungan dengan *grit* (Dzakiyya & Hendriani, 2022; Sibarani & Meilani, 2020). Selain itu, tingginya *self-regulated learning* pada mahasiswa maka akan cenderung meningkatkan kegigihan sehingga mampu membuat, mengatur, rencana pembelajaran sendiri untuk memperoleh tujuan yang diinginkan (Ajrina & Safitri, 2023).

Sesuai hipotesis keempat, penelitian ini menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki peran terhadap *grit* melalui *self-regulated learning*, berarti hipotesis keempat diterima. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi maka akan mampu meningkatkan *self-regulated learning*, yang pada waktunya meningkatkan kegigihan (*grit*) pada mahasiswa. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa *self-regulated learning* secara parsial mediasi mampu menjelaskan peran *self-efficacy* terhadap *grit*, artinya individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan cenderung memiliki *grit* yang tinggi. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi maka akan mempunyai kualitas strategi dalam pembelajaran yang cenderung lebih baik dan mampu mengawasi hasil dari pembelajarannya (Zimmerman, 1989), hal ini secara langsung ataupun tidak langsung akan membuat mahasiswa lebih gigih dan semangat dalam mencapai tujuan jangka panjang. Hasil penelitian sebelumnya didapatkan bahwa ada pengaruh *self-efficacy* terhadap *self-regulated learning* (Salsabylla, 2023), dan *self-regulated learning* berpengaruh terhadap *grit* (Octaviani & Kiswantomu, 2018).

Hasil temuan ini memberikan implikasi secara praktis, yang dapat dilakukan oleh konselor, psikolog khususnya di bidang pendidikan untuk membantu mengembangkan pengetahuan dan penerapan dalam dunia pendidikan. Dalam meningkatkan kegigihan (*grit*) pada mahasiswa maka diperlukannya pengembangan keterampilan *self-regulated learning*. Dalam meningkatkan *self-regulated learning* dapat dilakukan dengan mengadakan pelatihan *goal setting*, pelatihan ini bertujuan agar mahasiswa terinspirasi untuk mencapai kesuksesan dalam belajar, mampu mengidentifikasi kelemahan dan kelebihan, menggunakan umpan balik untuk mencapai tujuan serta memiliki komitmen yang tinggi dalam menggapai tujuan (Faujiah et al., 2023; Tarmilia et al., 2021). Selain itu untuk meningkatkan *self-regulated learning* dapat dilakukan dengan pelatihan

autonomous learning (Sawitri, 2020) Institusi juga perlu merancang intervensi yang dapat meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa, seperti menyediakan pengalaman keberhasilan, model yang relevan, umpan balik yang positif, dan dukungan sosial yang memadai.

Penelitian ini tentu memiliki keterbatasan, dimana sampel penelitian pada perempuan (63,87%) lebih banyak daripada laki-laki. Untuk itu penelitian selanjutnya, diharapkan komposisi lebih seimbang antara responden laki-laki dan perempuan. Selain itu, meskipun hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang konsisten dengan teori dan hasil penelitian sebelumnya, namun tidak menutup kemungkinan bahwa tingginya *grit* akan berpengaruh terhadap *self-regulated learning* dan secara tidak langsung akan meningkatkan *self-efficacy*. Maka penelitian selanjutnya dapat melakukan uji hubungan sebab akibat timbal balik. Terakhir sumbangan *self-efficacy* ke *grit* hanya sebesar 20,2%, yang artinya ada faktor lain atau variabel lain yang lebih besar dalam memengaruhi *grit*. Maka penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan informasi tentang faktor-faktor yang dapat meningkatkan *grit* pada mahasiswa.

Kesimpulan

Kemampuan individu untuk mengatur proses belajar mereka sendiri, seperti perencanaan, pemantauan kemajuan, dan refleksi mampu meningkatkan *grit* pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama terdapat peran *self-efficacy* terhadap *grit*; kedua terdapat peran *self-efficacy* terhadap *self-regulated learning*; ketiga terdapat peran *self-regulated learning* terhadap *grit*, keempat *self-regulated learning* mampu memediasi peran *self-efficacy* terhadap *grit* secara tidak langsung. Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam membuat intervensi pendidikan yang lebih baik yang mendorong ketekunan dan keinginan untuk mencapai tujuan jangka panjang, dengan meningkatkan *self-regulated learning* dalam proses pembelajaran.

Daftar Pustaka

- Ajrina, A., & Safitri, S. (2023). Self-regulated learning, growth mindset and students' grit in career preparation self-regulated learning, growth mindset dan kegigihan mahasiswa dalam persiapan karier. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 12(2), 231–238. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i2>
- Alammar, M. A., Ram, D., Alwarthan, H. A., Alshubayshiri, F. A., & Alobaidi, A. M. (2022). Relationships of academic expectation stress & self-efficacy, efficacy for self-regulated learning with academic performance during covid pandemic. *International Journal of Health and Allied Sciences*, 11(1), 132–138. <https://doi.org/10.55691/2278-344x.1018>
- Amelia, C., Rusdani, & Febriani, F. M. W. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan self-efficacy dalam kegiatan pembelajaran siswa SMP Kartini 2 kota Batam. *Zona Kedokteran*, 12(3), 213–222.
- Angela, Tiatri, S., & Sari, M. P. (2020). Investigation of grit and self regulation in learning and their role on academic achievement of medical students in Jakarta. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 478, 533–537. <https://doi.org/10.1353/rhe.2017.0000>
- Bai, B., & Wang, J. (2023). The role of growth mindset, self-efficacy and intrinsic value in self-regulated learning and English language learning achievements. *Language Teaching Research*, 27(1), 207–228. <https://doi.org/10.1177/1362168820933190>
- Bandura, A. (1995). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In *Self-efficacy in changing societies* (1st ed.). Cambridge University Press. <https://www.researchgate.net/publication/247480203>

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Barizah, F. (2020). Pengaruh efektivitas diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafal Al Qur'an di HTQ UIN Malang. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Bazelais, P., Lemay, D. J., & Doleck, T. (2016). How does grit impact college students' academic achievement in science? *European Journal of Science and Mathematics Education*, 4(1), 33–43.
- Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., & Walker, K. (2020). Purposive sampling: Complex or simple? Research case examples. *Journal of Research in Nursing*, 25(8), 652–661. <https://doi.org/10.1177/1744987120927206>
- Creswell, J. W. (2012). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Pustaka Pelajar.
- De La Cruz, M., Zarate, A., Zamarripa, J., Castillo, I., Borbon, A., Duarte, H., & Valenzuela, K. (2021). Grit, self-efficacy, motivation and the readiness to change index toward exercise in the adult population. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.732325>
- Duckworth, A. L. (2017). *Grit: Kekuatan passion + kegigihan: Hal terpenting untuk sukses dan bahagia bukanlah bakat*. Gramedia Pustaka Utama.
- 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>
- Dzakiyya, H. N., & Hendriani, W. (2022). Pengaruh self-regulated learning terhadap grit pada lulusan SMA yang menjalani jeda waktu. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 625–630. <http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>
- Faujiah, S., Widyastuti, & Affandi, G. R. (2023). Penerapan goal setting untuk meningkatkan self-regulation learning pada siswa SMK: Pendekatan eksperimen non-randomized control trial. *Jurnal Mahasiswa Bimbangan Konseling*, 9(3), 1–9.
- Feldman, C. P. (2017). *What is grit, and why is it important*. New Hanbinger. <http://www.newharbinger.com/blog/self-help/what-is-grit-and-why-is-it-important>
- Fook, C. Y., & Sidhu, G. K. (2015). Investigating learning challenges faced by students in higher education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 186, 604–612. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.001>
- Fun, L. F., Mikarsa, H. L., & Putri, D. K. (2023). Gambaran grit pada mahasiswa di Indonesia. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 13(3), 240–249.
- Harahap, A. C. P., & Harahap, S. R. (2020). Covid 19: Self-regulated learning mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1), 36–42.
- Hertel, S., & Karlen, Y. (2021). Implicit theories of self-regulated learning: Interplay with students' achievement goals, learning strategies, and metacognition. *British Journal of Educational Psychology*, 91(3), 972–996. <https://doi.org/10.1111/bjep.12402>
- Hodge, B., Wright, B. J., & Bennett, P. (2018). The role of grit in determining engagement and academic outcomes for university students. *Research in Higher Education*, 59(4), 448–460. <https://doi.org/10.1007/s11162-017-9474-y>
- Jagad, H. K. M., & Khoirunnisa, R. N. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Self Regulated Learning pada Siswa SMPN X. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(3), 1–6.
- Jose, A. S. (2019). Influence of self-efficacy, year of study and sex on grit among medical students. *THINK INDIA (Quarterly Journal)*, 22(4), 5124–5131.
- Kannagara, 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, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01539>

- Kusumawati, P., & Cahyani, B. H. (2013). Peran efikasi diri terhadap regulasi diri pada pelajaran matematika ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal SPIRITS*, 4(1), 54–63.
- Lutviantari, C. L., & Saptandari, E. W. (2024). The role of self-efficacy and social support for grit in master of professional psychology students. *6th International Conference on Education and Social Science Research, KnE Social Sciences*, 508–516. <https://doi.org/10.18502/kss.v9i6.15300>
- Mahendra, D. I. (2022). *Optimalkan bonus demografi dengan cara membangun SDM berkualitas*. Media Indonesia. <https://mediaindonesia.com/ekonomi/483994/optimalkan-bonus-demografi-dengan-cara-membangun-sdm-berkualitas>
- Mason, H. D. (2018). Grit and academic performance among first-year university students: A brief report. *Journal of Psychology in Africa*, 28(1), 66–68. <https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1409478>
- Multon, K. D., Brown, S. D., & Lent, R. W. (1991). Relation of self-efficacy beliefs to academic outcomes: A meta-analytic investigation. *Journal of Counseling Psychology*, 38(1), 30–38.
- Mumpuni, K. E., Begimbetova, G. A., & Retnawati, H. (2023). Self-regulated learning questionnaire: Differential item functioning (DIF) and calibration using rasch model analysis. *Jurnal Varidika*, 35(1), 65–80. <https://doi.org/10.23917/varidika.v1i1.22995>
- Octaviani, A., & Kiswantomo, H. (2018). Hubungan self-regulation dan grit pada mahasiswa fakultas psikologi universitas “X” Bandung. *Simposium Nasional Psikologi Positif 2018*, 186–193.
- Oktaviana, M. (2018). The influence of self-efficacy towards the grit of multidisciplinary post-graduate students. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 212, 352–356.
- Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 8(422), 1–28. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Pangaribuan, N., & Savitri, J. (2019). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap grit pada mahasiswa anggota PSM di universitas “X” Bandung. *Humanitas*, 3(2), 103–114. www.maranatha.edu
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407.
- Pintrich, P. R., Wolters, C. A., & Baxter, G. P. (2000). Assessing metacognition and self-regulated learning. *Issues in the Measurement of Metacognition*, 3, 43–97. <https://digitalcommons.unl.edu/burometacognition/3>
- Putri, R., Pismawenzi, & Ardias, W. S. (2021). Pengaruh self efficacy dan self compassion terhadap grit pada komunitas Kepul. *Jurnal Psikologi Islam: Al-Qalb*, 12(2), 209–225.
- Salsabylla, W. O. N. C. (2023). Pengaruh efikasi diri terhadap self-regulated learning. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 5(2), 111–123. <https://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/ijic>
- Sari, S. M. (2019). *Peran optimisme dan grit terhadap efikasi diri dalam keputusan karier pada mahasiswa tingkat akhir*. Program Studi Magister Profesi Psikologi, Universitas Indonesia.
- Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280–289.
- Sawitri, D. R. (2020). *Modul pelatihan autonomous learning: Intervensi psikologis untuk meningkatkan self-regulated learning pada mahasiswa*. Fakultas psikologi Universitas Diponegoro. <https://psikologi.undip.ac.id/>
- Septania, S., Ishar, M., & Sulastri. (2018). Pengaruh grit terhadap prokstinasi akademik mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, 16–28.
- Setyowati, L., & Sahrani, R. (2021). Peran dari self-efficacy terhadap self-regulated learning pada mahasiswa yang bekerja di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(2), 502–509. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i2.12704>

-
- Sibarani, R. M., & Meilani, Y. F. C. P. (2020). Grit, self-regulated learning, self-determination theory and academic performance of generation-Z. *The 2nd International Conference on Inclusive Business in the Changing World*, 5–12. <https://doi.org/10.5220/0008426900050012>
- Sihombing, L. S. O., Siahaan, E. M. R., Brahmana, K. M. B., & Ermawaty. (2022). Hubungan antara self-efficacy dengan self-regulated learning mahasiswa di Kota Medan. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommenses*, 8(1), 11–17.
- Tarmilia, Yuliatun, I., & Lestari, S. (2021). Pelatihan penentuan ujian untuk meningkatkan regulasi diri belajar. *Abdi Psikonomi*, 2(4), 157–166.
- Worick, C. E., Usher, E. L., Osterhage, J., Love, A. M. A., & Keller, P. S. (2024). Self-efficacy for self-regulated learning mediates association between implicit theories of willpower and learning strategies. *Journal of Experimental Education*, 92(3), 502–512.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>