

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan memiliki peran yang besar dalam pengembangan kualitas dan potensi manusia. Menurut Kementerian Pendidikan dan Budaya (Kemendikbud), pendidikan merupakan usaha sadar serta terencana untuk meningkatkan potensi peserta didik dalam kemampuan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang dibutuhkan. Pendidikan secara formal dimulai dari seseorang mengikuti pendidikan Taman Kanak-Kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA), kemudian dilanjutkan ke perguruan tinggi (Sekolah Jardiknas Kemdikbud).

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, perguruan tinggi adalah satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi. Pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program doktor, program profesi, serta program spesialis. Pendidikan tinggi memiliki peran strategis dalam mencerdaskan kehidupan bangsa; mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi; serta menghasilkan intelektual, ilmuwan, dan profesional untuk kepentingan bangsa.

Dalam rangka menghasilkan sumber daya manusia yang unggul dari sisi akademis (*hardskill*) maupun dari sisi non-akademis (*softskill*), Universitas “X” Bandung merancang Sistem Poin Kegiatan Kemahasiswaan (portofolio mahasiswa). Sistem poin ini diharapkan dapat mendorong mahasiswa agar dapat aktif dan mengembangkan diri di luar kegiatan akademik. Semua mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan non-akademis dapat mengikuti *portofolio student award*. Mahasiswa dengan poin terbanyak akan menerima penghargaan. Berbeda dengan fakultas lain, fakultas psikologi di Universitas “X” Bandung menerapkan sistem poin ini sebagai salah satu syarat agar dapat lulus dan mendapat gelar sarjana. Mahasiswa fakultas psikologi Universitas “X” Bandung harus mengumpulkan 300 poin kegiatan kemahasiswaan agar dapat mengikuti sidang skripsi. Salah satu cara untuk mendapatkan poin tersebut adalah dengan mengikuti kegiatan kepanitiaan senat mahasiswa. Dengan mengikuti kegiatan kepanitiaan senat mahasiswa, mahasiswa dapat memperoleh poin dengan kisaran 5 hingga 50 poin. Bobot tersebut bergantung pada bentuk kegiatan yang diikuti dan jabatan mahasiswa dalam kepanitiaan tersebut.

Peneliti melakukan survei yang dilakukan kepada tujuh orang mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan. Alasan mereka mengikuti kegiatan kepanitiaan bervariasi, yaitu ingin memenuhi syarat poin untuk sidang, menambah relasi dengan teman-teman satu fakultas, ingin meningkatkan kemampuan berorganisasi dan kepemimpinan, dan ingin mengisi waktu luang dengan produktif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Foubert dan Grainger (2006), mahasiswa

yang terlibat dalam organisasi akan menunjukkan perkembangan yang signifikan pada keterlibatan secara akademik, perencanaan karier di masa depan, dan manajemen kehidupan sehari-hari. Mahasiswa yang memimpin ataupun sekedar hadir dalam rapat organisasi akan lebih berkembang secara psikososial daripada mahasiswa yang sama sekali tidak terlibat dalam organisasi kemahasiswaan.

Mahasiswa yang mengikuti kegiatan kepanitiaan umumnya memiliki jadwal kegiatan yang lebih padat dan memiliki waktu bermain yang lebih sedikit dibanding mahasiswa yang tidak mengikuti kegiatan kepanitiaan (Leny & Suyasa, 2006). Hal tersebut dikarenakan mahasiswa yang mengikuti kegiatan kepanitiaan memiliki tanggung jawab yang lebih besar dibanding mahasiswa yang tidak mengikuti kegiatan kepanitiaan. Berdasarkan survei yang dilakukan, sebanyak 49% mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan kepanitiaan mengikuti lebih dari satu kegiatan dalam waktu yang bersamaan agar dapat mengumpulkan poin lebih cepat. Hal tersebut tentunya menambah tanggung jawab mahasiswa semakin berat. Mahasiswa diharapkan untuk tetap dapat berhasil dalam akademis yang merupakan fokus utama mereka dalam studi. Mengingat sulitnya tantangan yang mahasiswa hadapi dalam perkuliahan dan kepanitiaan, mahasiswa perlu mengerahkan usaha terus menerus dan fokus dengan tujuannya yaitu menyelesaikan studi di fakultas psikologi Universitas "X". Hal ini yang disebut oleh Duckworth sebagai *grit*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan tujuh orang mahasiswa, dua orang mahasiswa memiliki target untuk dapat lulus tepat waktu yaitu selama 4 tahun; lima orang yang lain memiliki target untuk dapat lulus dalam waktu 4 tahun dan dengan

Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) minimal 3,5. Dalam *grit*, target-target mahasiswa untuk studinya di fakultas psikologi tersebut disebut oleh Duckworth sebagai tujuan jangka panjang. *Grit* didefinisikan sebagai kegigihan (*perseverance*) dan minat (*passion*) terhadap tujuan jangka panjang. Mahasiswa yang mengikuti kepanitiaan perlu gigih dalam menempuh pendidikan di fakultas psikologi Universitas “X” Bandung meskipun menghadapi hambatan, serta perlu mempertahankan minat terhadap tujuan jangka panjang tersebut dalam waktu masa studi mereka. Mahasiswa diharapkan memiliki ketekunan untuk berusaha untuk dapat memenuhi tuntutan dalam perkuliahan dan kepanitiaan hingga akhirnya dapat lulus sesuai target.

Di dalam *grit*, terdapat kerja keras meski menghadapi tantangan, mempertahankan usaha dan minat hingga bertahun-tahun di tengah kegagalan, kesulitan, dan stagnasi (Duckworth dkk., 2007). Menurut Duckworth (2016), ketika individu memiliki *passion dan perseverance*, maka upaya yang dikerahkan untuk mencapai tujuan jangka panjangnya akan lebih besar, dibandingkan hanya memiliki salah satu aspek saja. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Duckworth kepada 139 mahasiswa psikologi Universitas Pennsylvania, mahasiswa dengan *grit* yang tinggi cenderung menunjukkan performa yang lebih baik daripada mahasiswa dengan *grit* yang rendah. Skor *grit* mahasiswa diasosiasikan dengan tingginya IPK yang diraih mahasiswa.

Akibat kesibukan mahasiswa yang terlalu banyak dalam akademis maupun kegiatan non-akademis, fokus perhatian mahasiswa menjadi terbagi. Hal tersebut dikhawatirkan dapat membuat pengerahan usaha dan konsistensi minat (*grit*)

mahasiswa untuk lulus dapat tergoyahkan. Maka dari itu, mahasiswa diharapkan dapat mengendalikan diri untuk tetap menjadikan akademis sebagai fokus utama mereka.. Kemampuan untuk mengendalikan diri untuk tetap fokus di tengah godaan inilah yang disebut dengan *self-control*.

Menurut Baumeister (1996), *self-control* menunjukkan fungsinya untuk menahan keinginan dan dorongan tertentu dalam diri individu. *Self-control* adalah kemampuan untuk membatalkan respon dalam diri yang dianggap negatif agar tidak muncul dalam bentuk perilaku dan mengarahkannya kepada tindakan yang lebih tepat (Tangney, Baumeister & Boone (2004)). *Self-control* dilakukan secara sadar, disengaja, dan membutuhkan usaha (Baumeister & Vohs, 2003). *Self-control* dianggap sebagai aspek yang penting agar individu dapat bertahan dari godaan yang dapat mendistraksi tujuannya (Baumeister, Leith, Muraven, & Bratslavsky, 1998).

Berdasarkan survei, godaan yang dialami mahasiswa cukup bervariasi. Diketahui bahwa mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” Bandung seringkali dihadapkan pada stimulus-stimulus sementara yang bertentangan dengan tujuannya dalam perkuliahan dan kepanitiaan. Misalnya di tengah penyelesaian tugas, mahasiswa tergoda ingin bermain *handphone*, *hangout* bersama teman, menonton film, ataupun aktivitas lainnya. Hal ini membuat mahasiswa perlu mengerahkan upaya untuk meregulasi perilaku, pikiran, dan emosinya dalam menghadapi godaan tersebut agar tetap berfokus pada tujuan awal mereka. Mahasiswa perlu melakukan *self-control* agar dapat memenuhi tuntutan dan tugas dalam perkuliahan dan kepanitiaan. *Self-control* ini merujuk pada upaya

regulasi yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepantiaan di Universitas “X” Bandung dalam menghadapi stimulus sementara yang menyenangkan namun bertentangan dengan tujuan awal mereka (Duckworth, 2015).

Dari hasil wawancara, upaya yang mahasiswa lakukan ketika dihadapkan pada godaan yang bertentangan dengan pelaksanaan kegiatan perkuliahan dan kepantiaan cukup bervariasi. Seorang mahasiswa biasa *hangout* bersama teman diisi dengan kegiatan belajar. Mahasiswa yang lain biasa kegiatan belajarnya diselingkan 30 menit sekali dengan memainkan *handphone* selama 5 menit. Sedangkan mahasiswa yang lain mampu membagi waktu dan tetap berusaha menyempatkan belajar. Seorang mahasiswa juga mengerjakan tugas akademis sembari mengikuti rapat kepantiaan. Winkler, Duckworth, dan Gross (2016) memaparkan bahwa upaya individu dalam melakukan *self-control* untuk mengatasi stimulus-stimulus bertentangan dengan tujuan jangka pendeknya, akan mengarahkan pada kemungkinan tercapainya tujuan jangka panjang. Melalui *grit* dan *self-control*, mahasiswa dapat mencapai dan mempertahankan tujuannya dengan melibatkan usaha.

*Self-control* adalah upaya yang dilakukan individu untuk mengarahkan perilakunya kepada tujuan yang berarti ketika dihadapkan pada respon perilaku yang dianggap cenderung negatif. Angela Lee Duckworth dan James J. Gross (2014) melakukan penelitian yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang kuat antara *grit* dan *self-control* yaitu  $rs > 0,6$  (Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007). Meski begitu, *grit* dan *self-control* merupakan hal yang berbeda. *Self-control* menunjukkan fungsinya dalam kehidupan sehari-hari, sedangkan *grit* menunjukkan



fungsi untuk tujuan yang lebih menantang dan signifikan bagi individu (Duckworth, 2017). *Self-control* merujuk pada penyesuaian tindakan dengan tujuan yang berharga meskipun terdapat alternatif godaan lain yang lebih menyenangkan; sedangkan *grit* merujuk pada usaha untuk bekerja dengan tekun menuju tujuan yang lebih tinggi, melewati rintangan dalam jangka waktu bertahun-tahun atau bahkan puluhan tahun. Dalam hal ini, *grit* dan *self-control* beroperasi dengan cara dan rentang waktu yang berbeda. *Grit* merujuk pada usaha yang dikerahkan dalam jangka waktu panjang, sedangkan *self-control* merujuk pada tujuan jangka pendek. Individu yang memiliki tingkat *self-control* tinggi dan tingkat *grit* rata-rata akan mampu secara efektif mengontrol amarahnya, bertahan melakukan diet, dan menahan keinginan *browsing* hal lain ketika bekerja, dan berganti-ganti karier (Duckworth & Peterson, 2007).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jesslyn (2018) kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas “X” Bandung, diperoleh data bahwa terdapat hubungan yang moderat antara *self-control* dan *grit* ( $r = 0,531$ ). Data tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi derajat *self-control* mahasiswa Fakultas Kedokteran, maka *grit* cenderung akan tinggi pula, dan sebaliknya. Penelitian hubungan *self-control* dan *grit* juga dilakukan kepada mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas “X” Bandung yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang moderat ( $r = 0,441$ ) (Tabita, 2017). Di samping itu, peneliti yang lain juga melakukan penelitian kepada siswa SMA kelas XII yang akan melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi, yang mana menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-control* dan *grit* sebesar  $r = 0,466$  (Simamora, 2018). Penelitian

yang dilakukan oleh Hanani (2019) kepada siswa SMA Islam Pesantren “X” Tasik menunjukkan adanya hubungan yang moderat ( $r = 0,504$ ) antara *self-control* dan *grit*. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan terdapat hubungan antara *self-control* dengan *grit*.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti ke tahap berikutnya, yaitu untuk mengetahui pengaruh *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” Bandung.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari penelitian ini ingin diketahui mengenai pengaruh *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” Bandung.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” Bandung.



#### 1.4 Manfaat Penelitian

- 1) Memberikan informasi yang dapat memperkaya ilmu psikologi mengenai pengaruh *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” Bandung.
- 2) Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai *self-control* dan *grit*.
- 3) Memberi informasi mengenai *self-control* dan *grit* kepada mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan dalam rangka memenuhi tuntutan dan tanggung jawab dalam menjalani perkuliahan dan kegiatan kepanitiaan.
- 4) Memberi informasi kepada fakultas psikologi Universitas “X” Bandung yang dapat digunakan untuk bekerjasama dengan konselor terkait *self-control* dan *grit* mahasiswa sehingga dapat menjadi pertimbangan dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan *self-control* dan *grit*.

#### 1.5 Kerangka Pemikiran

Mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” Bandung berada pada kisaran usia 18 – 25 tahun, sehingga termasuk dalam masa dewasa awal. Menurut Arnet (dalam Santrock, 2012), individu yang berada pada masa dewasa awal akan melakukan eksplorasi diri, salah satunya dalam aspek pendidikan dan karier. Dalam perkembangan kognitifnya, masa dewasa awal merupakan masa dimana individu melakukan *self-reflection*, yaitu berpikir mengenai tujuan-tujuan mereka di masa depan, serta rencana-rencana seperti apa yang mereka

lakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Dalam hal ini, mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” Bandung sudah mulai mengarahkan tujuan-tujuan mereka melalui pengambilan jurusan psikologi yang mereka jalani saat ini.

Ketika menjalani perkuliahan, mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” akan menghadapi godaan-godaan dari dalam diri maupun dari lingkungan. Misalnya, melakukan hal-hal menyenangkan di luar tuntutan perkuliahan sehingga dapat mendistraksi mahasiswa dari tujuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan dan kepanitiaan. Oleh karena itu, mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” perlu melakukan *self-control* agar dapat memenuhi setiap tuntutan dan tugas-tugas dari perkuliahan dan kepanitiaan. Menurut Baumeister dan Heatherton (1996), *self-control* merupakan kapasitas untuk menahan keinginan dan dorongan tertentu. *Self-control* ini merujuk pada upaya regulasi yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” dalam menghadapi stimulus sementara yang menyenangkan namun bertentangan dengan tujuan. *Self-control* membantu mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas “X” untuk mencapai tugas-tugas penting dan tujuan tertentu, khususnya dalam tanggung jawabnya di perkuliahan dan kepanitiaan. Menurut Tangney, Boone, dan Baumeister (2004) *self-control* terdiri atas lima aspek yaitu *self-discipline*, *deliberate / non-impulsive action*, *healthy habits*, *work ethic*, dan *reliability*.

Aspek pertama adalah *self-discipline* yang merujuk pada kemampuan individu dalam menunjukkan keteraturan dalam perilaku dan pola hidupnya. Mahasiswa dengan *self-discipline* yang tinggi mampu bertahan dan konsisten dengan rutinitas kegiatan akademis dan kepanitiaannya serta tidak terdistraksi dengan godaan lain seperti bermain *game*, membuka media sosial, atau pergi bersama teman.

Aspek kedua adalah *deliberate / non-impulsive action* yang diartikan sebagai kecenderungan individu menunjukkan perilaku dengan pertimbangan kognitif terlebih dahulu. Mahasiswa dengan *deliberate action* yang tinggi menunjukkan sifat berhati-hati, tidak tergesa-gesa, dan mempertimbangkan hal dengan baik dalam bertindak. Misalnya, mahasiswa mempertimbangkan kecukupan waktu untuk belajar dan menyelesaikan tugas kepanitiaan sebelum memutuskan untuk pergi bersama teman.

Aspek ketiga adalah *healthy habits* yang merujuk pada kemampuan individu mengatur kebiasaan atau pola hidup sehat bagi dirinya. Misalnya mahasiswa dengan *healthy habits* yang tinggi memiliki jadwal makan dan tidur yang teratur sehingga tidak menimbulkan dampak buruk pada kesehatan.

Aspek keempat adalah *work ethic* yaitu kemampuan regulasi individu dalam melakukan suatu tugas pekerjaan. Mahasiswa dengan *work ethic* yang tinggi tetap dapat menyelesaikan tugas di perkuliahan meskipun acara kepanitiaan sedang berlangsung.

Aspek kelima adalah *reliability* yaitu kemampuan individu menunjukkan keandalan dalam melaksanakan tugas untuk pencapaian tujuan tertentu. Contohnya, mahasiswa memiliki jadwal untuk mengerjakan tugas dan belajar setiap harinya dan

mengeksekusikan rencananya tersebut dalam kehidupan nyata. Contoh lainnya adalah ketika individu datang rapat kepanitiaan tepat waktu.

Dengan kegiatan yang banyak, hal tersebut membuat fokus perhatian mahasiswa terbagi sehingga membutuhkan *self-control* agar tercapai tujuan jangka panjang mahasiswa dengan usaha dan minat yang ia tunjukkan. Ketekunan dalam berusaha dan konsistensi pada minat mahasiswa diistilahkan oleh Angela Lee Duckworth (2007) sebagai *grit*. Mahasiswa diharapkan memiliki ketekunan untuk berusaha memenuhi tuntutan dan tugas sebagai mahasiswa sekaligus panitia. Mahasiswa harus mengerahkan usahanya walau mengalami beberapa kendala dalam perkuliahan. Mahasiswa juga diharapkan untuk dapat tetap konsisten pada minat dan pilihan mereka saat ini di jurusannya. Hal tersebut harus mahasiswa lakukan terus menerus dalam jangka waktu yang panjang sampai akhirnya mereka lulus dari fakultas psikologi Universitas "X".

Di dalam *grit* terdapat dua aspek, yakni *perseverance* dan *passion*. Aspek pertama, *perseverance* adalah seberapa keras mahasiswa berusaha untuk mencapai tujuan serta berapa lama mahasiswa dapat mempertahankan usahanya. *Perseverance* dapat terlihat dari perilaku mahasiswa yang giat atau pekerja keras, bertahan menghadapi tantangan dan rintangan dalam jangka waktu yang lama. Mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan dengan *perseverance* akan menunjukkan perilaku yang giat dan mau berusaha dengan keras dalam mempelajari materi perkuliahan, mengerahkan energi yang besar untuk menghadapi ujian, dan berusaha aktif dalam kegiatan kepanitiaan. Ketika mengalami kegagalan, mahasiswa

yang memiliki *perseverance* akan tetap bertahan dan berupaya sedemikian cara untuk mengatasi kegagalan tersebut, misalnya dengan cara menambah waktu belajar dan mencari bahan materi dari buku atau internet, ataupun mengkomunikasikan kegagalan tersebut dengan rekan di kepanitiaan. Hal tersebut dilakukan sepanjang waktu, yaitu selama mahasiswa menempuh pendidikan di fakultas psikologi Universitas “X” Bandung.

Aspek kedua adalah *passion* yang diartikan Duckworth sebagai seberapa konsisten minat mahasiswa untuk menuju suatu arah. *Passion* adalah suatu emosi positif yang tertuju pada sasaran tertentu yang menjadi sumber tenaga untuk mencapai tujuan individu. Emosi positif tersebut seperti semangat, antusiasme, dan gairah mahasiswa dalam menjalani perkuliahan. *Passion* dapat terlihat dari tujuan mahasiswa yang tidak mudah berubah, tidak mudah teralih dengan ide, minat, atau tujuan lain dan tetap fokus pada tujuan utama. Mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan yang konsisten terhadap minat mereka akan tetap menjalani kuliah di jurusan psikologi dan lulus dari Universitas “X”. Misalnya, meskipun mahasiswa mengikuti kegiatan kepanitiaan di luar perkuliahan, tetapi mahasiswa tetap fokus dalam menjalani perkuliahannya, serta lulus dari Universitas “X” dan tidak teralih pada tujuan-tujuan lain. Mahasiswa juga akan menetapkan target untuk membantu dirinya dalam proses mencapai tujuan jangka panjangnya yaitu lulus dan mencapai cita-citanya walau banyak kegiatan lain yang dapat mahasiswa lakukan. Ketika dihadapkan pada kesulitan ataupun kegagalan, mahasiswa yang memiliki *passion* akan tetap menunjukkan semangatnya untuk mencapai tujuan.

Meski mengalami kesulitan, *passion* membuat mahasiswa tidak goyah dengan tujuan lain yang dianggap lebih mudah.

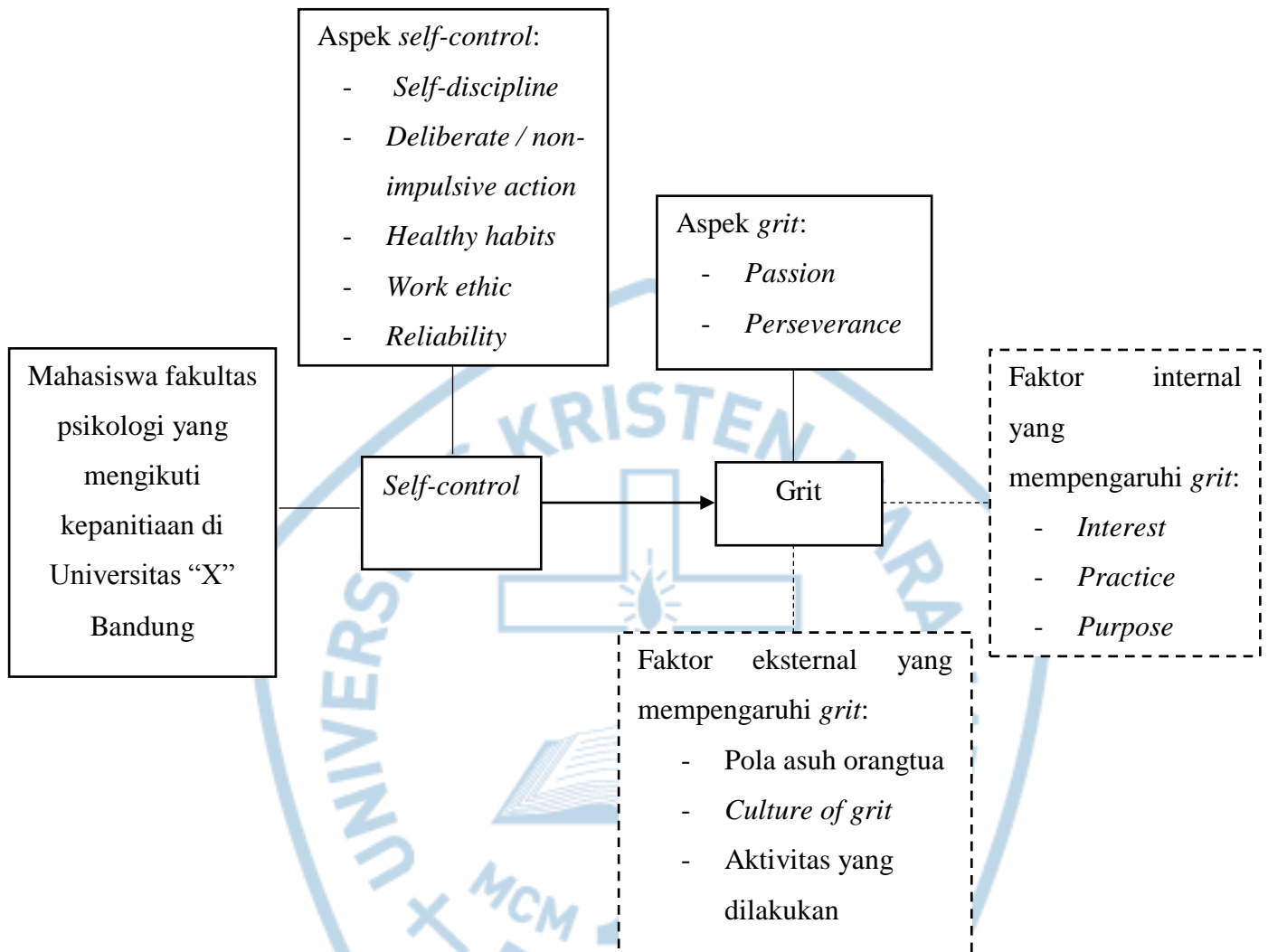
Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Angela Lee Duckworth dan James J. Gross (2014) terdapat hubungan yang kuat antara *self-control* dan *grit*. *Self-control* dan *grit* dibutuhkan individu untuk mencapai kesuksesan melalui pencapaian tujuan jangka pendek maupun jangka panjangnya. *Self-control* merujuk pada penyesuaian tindakan dengan tujuan yang berharga meskipun terdapat alternatif godaan lain yang lebih menyenangkan. Sedangkan, *grit* merujuk pada usaha untuk bekerja dengan tekun menuju tujuan yang lebih tinggi, melewati rintangan dalam jangka waktu bertahun-tahun atau bahkan puluhan tahun.

Dengan melihat adanya tuntutan dan tugas yang harus diselesaikan Mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan, maka mahasiswa membutuhkan *self-control* dan *grit*. Meskipun *self-control* dan *grit* memerlukan tindakan penyesuaian dengan intensi, keduanya beroperasi dengan cara dan rentang waktu yang berbeda.

*Grit* mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, faktor dari dalam diri dan faktor dari luar diri. Faktor-faktor dari dalam diri terdiri atas *interest*, *practice*, *purpose*, dan *hope*. *Interest* merujuk pada ketertarikan individu pada hal yang dilakukannya. *Practice* merupakan usaha untuk meningkatkan *skill* hingga menjadi kebiasaan. *Purpose* merupakan intensi untuk berkontribusi terhadap kesejahteraan orang lain. *Hope* merupakan keyakinan bahwa kemampuan individu akan terus meningkat seiring berjalannya waktu.

Selain faktor dari dalam diri, terdapat pula tiga faktor dari dalam diri yang mempengaruhi *grit* yaitu pola asuh, *a culture of grit*, dan aktivitas yang dilakukan. Duckworth menyarankan *wise parenting (authoritative parenting)*. Orangtua dengan tipe pola asuh *wise parenting* akan menghasilkan anak-anak dengan prestasi akademik yang lebih tinggi, lebih *self-reliant*, dan mengalami lebih sedikit kecemasan dan depresi. Hal ini berlaku secara umum disemua etnis, kelas sosial, dan status pernikahan. Selain itu, anak juga memerlukan model orangtua yang juga *gritty*. Menurut Duckworth, untuk menjadi seseorang yang *gritty*, ia harus menemukan kebudayaan yang *gritty*, bergabung dengan kebudayaan tersebut, lalu harus menyesuaikan diri dengan kebiasaan *gritty* yang ada pada kebudayaan tersebut, sehingga nilai-nilai yang terdapat pada kebudayaan tersebut menjadi bagian dari identitas individu. Aktivitas yang dilakukan juga turut menjadi faktor yang mempengaruhi *grit*. Individu yang terlibat dalam aktivitas ekstrakurikuler membutuhkan dasar dari *grit* dan mengembangkan *grit* pada saat yang bersamaan.





Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

## 1.6 Hipotesis Penelitian

Terdapat pengaruh *self-control* terhadap *grit* pada mahasiswa fakultas psikologi yang mengikuti kepanitiaan di Universitas "X" Bandung.