

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DENGAN REGULASI DIRI PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO

¹Annisa Dini Safira, ¹Endah Kumala Dewi

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

adinisafira@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *grit* dengan regulasi diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2022. Regulasi Diri adalah proses mengelola pikiran, perasaan, perilaku, serta melakukan perencanaan dan penyesuaian secara terus-menerus untuk mencapai tujuan-tujuan yang telah ditetapkan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi regulasi diri adalah *grit* yaitu kumpulan karakteristik yang memungkinkan individu untuk tetap fokus dan mempertahankan komitmen terhadap tujuan jangka panjang, bahkan ketika dihadapkan pada berbagai rintangan dan kegagalan. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2022 dengan sampel penelitian sebanyak 187 mahasiswa. Instrumen pengambilan data menggunakan skala *grit* (24 aitem, $\alpha = 0,927$) yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari Duckworth (2018) dan skala regulasi diri (26 aitem, $\alpha = 0,908$) yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (2000). Analisis data dilakukan dengan teknik non-parametrik *Spearman's Rho* dan mendapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *grit* dengan regulasi diri ($r_s = 0,75, p < 0,001$). Semakin tinggi *grit* pada mahasiswa, maka semakin tinggi regulasi diri dan semakin rendah *grit* pada mahasiswa, maka semakin rendah regulasi diri.

Kata kunci: *grit*; regulasi diri; mahasiswa

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND GRIT IN PSYHCOLOGY STUDENTS AT DIPONEGORO UNIVERSITY

¹Annisa Dini Safira, ¹Endah Kumala Dewi

¹Faculty of Psychology Diponegoro University

Jl. Prof. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

adinisafira@gmail.com

ABSTRACT

This research is a quantitative study that aims to determine the relationship between grit and self-regulation in students of Faculty of Psychology, Diponegoro University Batch 2022. Self-regulation is the process of managing thoughts, feelings, and behaviors and making continuous planning and adjustments to achieve predetermined goals. One of the factors that can affect self-regulation is grit, which is a collection of characteristics that allow individuals to stay focused and maintain commitment to long-term goals even when faced with various obstacles and failures. The population in this study were students of the Faculty of Psychology, Diponegoro University, Batch 2022 with a research sample of 187 students. The research instrument used the Grit Scale (24 items, $\alpha = 0.927$), which was compiled based on aspects of Duckworth (2018), and the Self-Regulation Scale (26 items, $\alpha = 0.908$), which was compiled based on aspects proposed by Zimmerman (2000). Data analysis was performed using Spearman's Rho nonparametric technique and obtained results showing that there is a positive and significant relationship between grit and self-regulation ($r_s = 0.75$, $p < 0.001$). The higher the students' grit, the higher their self-regulation, and the lower the students' grit, the lower their self-regulation.

Keywords: grit; self-regulation; students