

**HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DENGAN *SELF-REGULATED LEARNING*
PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 CANDIROTO
KABUPATEN TEMANGGUNG**

Farhan Agung Santoso¹, Prasetyo Budi Widodo¹
15000122130135

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: fargung.santoso@gmail.com

ABSTRAK

Siswa SMA dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik yang semakin kompleks, mulai dari peningkatan beban tugas, berbagai bentuk evaluasi pembelajaran, hingga persiapan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Untuk menghadapi tuntutan tersebut, siswa perlu memiliki kemampuan mengatur proses belajar secara mandiri yang dikenal sebagai *self-regulated learning*. Dalam berbagai penelitian, *self-regulated learning* dipengaruhi oleh sejumlah faktor, salah satunya *grit*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *grit* dengan *self-regulated learning* pada siswa SMAN 1 Candiroto Kabupaten Temanggung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif desain korelasional dengan analisis regresi sederhana. Partisipan penelitian berjumlah 254 siswa kelas X dan XI SMAN 1 Candiroto yang dipilih menggunakan teknik *stratified cluster random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan Skala *Self-Regulated Learning* (27 aitem, $\alpha = 0,911$) dan Skala *Grit* (21 aitem, $\alpha = 0,909$). Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *grit* dan *self-regulated learning* ($R = 0,811$; $p < 0,001$), dengan kontribusi sebesar 65,7%. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *grit* yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula *self-regulated learning* yang dimilikinya.

Kata kunci: *grit*, *self-regulated learning*, siswa SMA, regulasi diri dalam belajar

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GRIT AND SELF-REGULATED
LEARNING AMONG STUDENTS OF STATE SENIOR HIGH SCHOOL 1
CANDIROTO TEMANGGUNG REGENCY**

Farhan Agung Santoso¹, Prasetyo Budi Widodo¹
15000122130135

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: fargung.santoso@gmail.com

ABSTRACT

Senior high school students face increasingly complex academic demands, ranging from heavier coursework and various forms of academic assessment to preparation for higher education. To meet these demands, students need the ability to independently manage their learning processes, known as self-regulated learning. Previous studies have identified several factors associated with self-regulated learning, one of which is grit. This study aimed to examine the relationship between grit and self-regulated learning among students of SMAN 1 Candiroto, Temanggung Regency. The study employed a quantitative approach with a correlational design and simple regression analysis. Participants consisted of 254 tenth-grade and eleventh-grade students selected using stratified cluster random sampling. Data were collected using the Grit Scale (21 items, $\alpha = .909$) and the Self-Regulated Learning Scale (27 items, $\alpha = .911$). The results of the simple regression analysis indicated a positive and significant relationship between grit and self-regulated learning ($R = .811$, $p < .001$), with grit accounting for 65.7% of the variance in self-regulated learning. These findings suggest that higher levels of grit are associated with higher levels of self-regulated learning among students.

Keywords: *grit, self-regulated learning, senior high school students, self-regulation.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu pondasi pembangunan bangsa untuk masa depan. Pendidikan menyiapkan generasi muda melalui pembentukan karakter dan mengembangkan potensi individu sehingga membentuk individu yang lebih siap dalam menghadapi tantangan (Basri, 2025). Konsep tersebut selaras dengan definisi pendidikan yang dikemukakan oleh Rahmat (2018), yakni usaha sadar dari pendidik untuk meningkatkan kematangan siswa sehingga mereka mampu mengembangkan potensi dirinya sebagai bekal kehidupan di masyarakat. Pendidikan hadir sebagai proses berkesinambungan yang menuntun siswa melewati tahapan perkembangan sesuai usia dan kebutuhannya.

Menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (2003), pendidikan di Indonesia dibagi menjadi tiga jenjang, yaitu pendidikan dasar, pendidikan menengah, serta pendidikan tinggi, di mana jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) termasuk kategori pendidikan menengah. Sebagai bagian dari jenjang pendidikan menengah, SMA menempati posisi yang penting karena pada tahap ini siswa mulai dihadapkan pada berbagai keputusan yang berkaitan dengan masa depan, seperti menentukan pilihan untuk melanjutkan pendidikan tinggi maupun memasuki dunia kerja (Chen dkk., 2021).

Posisi SMA sebagai jenjang pendidikan menengah yang berada di atas Pertama (SMP) berimplikasi pada meningkatnya beban akademik yang harus dihadapi siswa. Hal ini tercermin dari jumlah mata pelajaran dan jam pembelajaran yang lebih banyak (Gao dkk., 2022; Wang dkk., 2025). Pada jenjang kelas X, siswa mendapatkan 16 mata pelajaran dengan total jam pelajaran dalam setahun 1656 jam. Total jam pelajaran meningkat seiring jenjang bertambah. Pada jenjang kelas XI dan XII siswa mendapatkan total jam pelajaran sekitar 1620-1800 jam per tahun. Hal ini berbeda dibanding jumlah mata pelajaran berbeda dengan tingkat SMP yang hanya berjumlah 11 dengan total jam pelajaran sekitar 1376-1.548 jam per tahun (Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia, 2025).

Selain menghadapi jam pelajaran yang lebih tinggi, siswa SMA juga dihadapkan pada berbagai bentuk penilaian akademik yang mencakup berbagai jenis ujian. Tujuan utama dari penilaian hasil belajar adalah untuk mengumpulkan dan mengolah informasi guna mengetahui kebutuhan belajar serta capaian perkembangan atau hasil belajar peserta didik. Pada tingkat internal sekolah, terdapat evaluasi yang mencakup penilaian harian, penilaian tengah semester, penilaian akhir semester, ujian sekolah, serta ujian praktik pada berbagai mata pelajaran (Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 21 Tahun 2022)

Tuntutan akademik yang dihadapi siswa SMA tidak hanya berasal dari kegiatan pembelajaran di sekolah, tetapi juga dari persiapan menghadapi seleksi masuk perguruan tinggi yang kompetitif. Bagi siswa yang memilih untuk melanjutkan pendidikan tinggi, proses seleksi masuk perguruan tinggi tidak lepas

dari persaingan yang ketat. Data Seleksi Nasional Berdasarkan Tes (SNBT) tahun 2025 menunjukkan bahwa dari 860.976 peserta yang mengikuti seleksi, hanya 253.421 peserta yang dinyatakan lolos dengan tingkat penerimaan sebesar 29,43% (Caesaria, 2025). Persaingan yang serupa juga terlihat pada jalur Seleksi Nasional Berdasarkan Prestasi (SNBP), di mana jumlah pendaftar mencapai 776.515 siswa, sedangkan jumlah siswa yang diterima sekitar 150 ribu orang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswa SMA perlu mempersiapkan diri secara optimal untuk menghadapi tuntutan akademik yang semakin kompetitif (Putra, 2025).

Sebagai lokasi penelitian, siswa SMAN 1 Candioto memiliki tuntutan akademik yang dihadapi berbeda pada setiap jenjang kelas. Siswa kelas X SMAN 1 Candioto masih mempelajari seluruh mata pelajaran dari berbagai bidang, baik kelompok Ilmu Pengetahuan Alam maupun Ilmu Pengetahuan Sosial, karena belum terdapat penjurusan atau peminatan. Kondisi tersebut menuntut siswa beradaptasi dengan karakteristik setiap mata pelajaran yang berbeda-beda dan memiliki strategi belajar yang efektif agar berhasil di setiap mata pelajarannya. Sementara itu, siswa kelas XI mulai mempelajari mata pelajaran yang lebih spesifik sesuai dengan peminatan yang dipilih sehingga siswa dituntut untuk memahami materi yang lebih mendalam sesuai peminatannya.

Dalam menghadapi berbagai tuntutan-tuntutan tersebut, siswa tidak dapat sepenuhnya bergantung pada bantuan dari lingkungan sekitar. Hal ini karena seiring meningkatnya jenjang pendidikan, peran dukungan eksternal dalam proses belajar cenderung berkurang. Penelitian oleh Wei dkk. (2019) terhadap 3.074 remaja di Cina menunjukkan bahwa bantuan belajar dari orang tua terhadap anak cenderung

menurun seiring meningkatnya jenjang pendidikan. Bantuan belajar berada pada tingkat tertinggi saat anak berada di bangku SD, kemudian menurun di tingkat SMP, dan mencapai titik terendah saat anak duduk di bangku SMA. Faktor utama yang paling memengaruhi penurunan keterlibatan ini adalah orang tua mulai menganggap tanggung jawab belajar lebih banyak berada pada anak sendiri dan pelajaran yang semakin sulit di SMP dan SMA sehingga banyak orang tua merasa kurang mampu membantu.

Permasalahan yang dialami mulai dari peningkatan beban akademik dan berkurangnya peran orang tua dalam proses belajar menuntut siswa untuk memiliki kemampuan adaptasi dan pengelolaan belajar secara mandiri (Opdenakker, 2022). Kemampuan ini tercermin dalam konsep *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* (SRL) adalah keterlibatan aktif siswa yang mencakup aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses pembelajaran (Zimmerman, 1989). Siswa secara mandiri mengatur proses pembelajarannya yang dimulai dari menetapkan tujuan, menyiapkan strategi, memantau progres, dan merefleksikan efektivitas strategi yang sudah diterapkan (Zimmerman, 2002). Siswa juga secara proaktif memanfaatkan sumber daya sosial yang tersedia, seperti meminta bantuan teman, guru, atau pelatih ketika menghadapi kesulitan belajar (Zimmerman, 2011).

Penelitian *meta analysis* oleh Ergen dan Kanadlı (2017) menemukan bahwa SRL berperan signifikan dalam meningkatkan prestasi akademik siswa, terlepas dari jenis mata pelajaran. Hal ini dikarenakan SRL mendorong siswa menjadi pembelajar aktif dan mandiri dalam mengelola proses belajarnya. Siswa tidak hanya menggunakan strategi kognitif untuk memahami materi pembelajaran, tetapi juga

menerapkan strategi metakognitif untuk merencanakan tujuan, memantau perkembangan, dan mengevaluasi proses belajar yang dilakukan. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Garcia-Ros dkk. (2022) di mana siswa dengan SRL tinggi cenderung lebih mampu menghindari penundaan tugas, sehingga peluang untuk memperoleh hasil belajar yang optimal menjadi lebih besar.

Kontribusi SRL tidak hanya terbatas pada konteks pendidikan formal selama siswa berada di sekolah. Bagi siswa yang berniat melanjutkan ke dunia kerja setelah lulus SMA, SRL tetap menjadi keterampilan yang penting untuk dimiliki (Zimmerman, 2002). SRL membantu siswa mempersiapkan diri menghadapi tuntutan dunia kerja yang menuntut pembelajaran berkelanjutan dan adaptasi terhadap berbagai situasi baru. Penelitian Vrieling-Teunter dkk. (2021) menunjukkan bahwa *trainee* dengan SRL yang tinggi cenderung yakin bahwa usaha yang mereka lakukan dapat memengaruhi hasil belajar serta lebih percaya terhadap kemampuan dirinya. Kondisi tersebut didukung oleh keterlibatan *trainee* dalam berbagai aktivitas belajar aktif, seperti mencari informasi, menerima umpan balik, dan mengevaluasi kemampuan diri (Sagasser dkk., 2016). Dengan demikian, SRL dapat dipandang sebagai keterampilan esensial bagi siswa SMA karena berperan dalam mendukung keberhasilan adaptasi, baik dalam melanjutkan pendidikan maupun dalam mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.

Meskipun SRL merupakan keterampilan yang esensial, penelitian menyebutkan bahwa siswa SMA masih belum memiliki tingkat SRL yang optimal. Penelitian deskriptif oleh Widiatmoko dan Herlina (2021) pada siswa kelas XII SMAN 5 Pandeglang menunjukkan bahwa hampir 50% siswa berada pada tingkat

SRL rendah dan rendah sekali. Sementara itu, hasil berbeda ditemukan pada penelitian oleh Gusmawan dkk. (2021) di mana sebanyak 47,6% siswa berada masuk kategori sedang, 30,4% masuk kategori tinggi, dan hanya 21,9% yang berada pada kategori rendah. Temuan yang beragam tersebut menunjukkan bahwa tingkat SRL pada siswa dapat bervariasi.

Kondisi SRL yang belum optimal menunjukkan perlunya kajian mengenai faktor-faktor yang berkaitan. Wang dkk. (2025) menyebutkan bahwa *grit* dapat mendukung perkembangan SRL. Secara lebih lengkap, *grit* adalah kemampuan individu untuk mempertahankan ketekunan dan minat dalam mengejar tujuan jangka panjang, meskipun dihadapkan dengan kegagalan, tantangan, serta periode stagnasi dalam proses pencapaian (Duckworth dkk., 2007). Siswa yang *gritty* digambarkan memiliki pemahaman mengenai tujuan jangka panjang yang ingin dicapai, sehingga mereka bersedia mengerahkan usaha lebih besar serta meluangkan waktu secara konsisten untuk mendukung pencapaian tujuan tersebut (Credé, 2016; Martin dkk., 2022). Karakteristik seperti ketekunan diharapkan dapat meningkatkan kemampuan regulasi diri mereka, dengan tetap berkomitmen pada tujuan yang dimiliki dan secara efektif mengelola perilaku mereka dari waktu ke waktu (Wang dkk. 2025)

Berbagai penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara *grit* dan SRL. Penelitian terkait ditemukan pada mahasiswa teknik sipil (Martin dkk., 2022), siswa Sekolah Dasar (Guo dkk., 2023), siswa SMA kelas XII di Kota Kediri (Wijaya dkk., 2022), dan mahasiswa tahun pertama (Bata & Huwae, 2023). Meskipun hubungan positif antara *grit* dan SRL telah ditemukan pada berbagai

kelompok peserta didik, penelitian yang menguji hubungan tersebut masih didominasi oleh mahasiswa atau siswa di wilayah perkotaan. Akibatnya, temuan yang ada belum sepenuhnya merepresentasikan kondisi siswa di wilayah perdesaan. Padahal, Indonesia memiliki karakteristik geografis yang beragam, yaitu wilayah perkotaan dan perdesaan (BPS, 2025), sehingga berpotensi menimbulkan perbedaan.

Karakteristik wilayah perdesaan yang sering kali dihadapkan pada keterbatasan sumber daya pendidikan, seperti fasilitas, kualitas guru, hingga ketersediaan teknologi yang menyebabkan tantangan belajar yang dihadapi siswa menjadi lebih besar dibandingkan siswa di perkotaan (Gallardo-Estrada dkk., 2024; Wijaya dkk., 2025). Selain itu, siswa yang bersekolah di wilayah pedesaan cenderung menunjukkan minat dan inisiatif belajar yang lebih rendah sehingga kemampuan SRL mereka juga cenderung lebih rendah (Li, 2024). Dalam konteks keterbatasan sumber daya pendidikan, *grit* diperkirakan menjadi faktor non-kognitif yang dapat membantu siswa tetap bertahan dalam menghadapi tantangan akademik dan mengelola proses belajarnya secara mandiri (Wijaya dkk., 2025). Hal tersebut menunjukkan perlunya mengkaji hubungan *grit* dan SRL pada konteks wilayah perdesaan.

Kecamatan Candioto sebagai lokasi penelitian merupakan wilayah yang mayoritas terdiri atas daerah perdesaan. Berdasarkan klasifikasi Badan Pusat Statistik (BPS, 2025), Kecamatan Candioto dapat dikategorikan sebagai wilayah yang didominasi oleh karakteristik perdesaan. Kecamatan ini terdiri dari 14 desa, dengan 12 desa termasuk dalam klasifikasi daerah perdesaan. Jumlah tersebut

berbeda dengan Kecamatan Parakan yang memiliki 15 dari 16 desa/kelurahan berstatus perkotaan dan Kecamatan Pringsurat yang memiliki 9 dari 14 desa/kelurahan berstatus perkotaan. Klasifikasi tersebut mengacu pada indikator kepadatan penduduk per km² di mana Kecamatan Candiroto memiliki kepadatan penduduk sebesar 570,59 jiwa per km². Hal ini menunjukkan bahwa Kecamatan Candiroto memiliki karakteristik wilayah yang lebih dekat dengan daerah perdesaan dibandingkan dengan kecamatan lain di Kabupaten Temanggung yang didominasi oleh wilayah perkotaan.

Perbedaan antara penelitian ini dan penelitian-penelitian sebelumnya terletak pada penentuan subjek penelitian. Peneliti meneliti siswa kelas X dan XI. Lokasi penelitian terletak di SMAN 1 Candiroto yang berada di Kecamatan Candiroto Kabupaten Temanggung. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi seluruh pihak yang terlibat, mulai dari siswa, guru, peneliti selanjutnya, hingga lembaga pendidikan.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara *grit* dengan *self-regulated learning* pada siswa SMAN 1 Candiroto Kabupaten Temanggung?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis apakah terdapat hubungan antara *grit* dengan *self-regulated learning* pada siswa SMAN 1 Candiroto Kabupaten Temanggung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan dengan menambah bukti empiris mengenai mengenai hubungan antara *grit* dan *self-regulated learning* pada siswa SMA serta memperluas pemahaman teoretis terkait kedua variabel.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi partisipan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada siswa yang menjadi partisipan mengenai hasil kategorisasi serta hubungan antara *grit* dan kemampuan *self-regulated learning* mereka.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam mengembangkan berbagai program pendidikan, termasuk layanan bimbingan dan konseling, serta penerapan metode pembelajaran yang mendukung berkembangnya *grit* dan *self-regulated learning* siswa

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi sarana bagi peneliti untuk mengembangkan kemampuan dalam melakukan penelitian ilmiah, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi menjadi sumber rujukan dan dasar pijakan bagi peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan untuk mengkaji variabel *self-regulated learning*, dan *grit*.