

## Pengaruh *Self-Control* terhadap *Grit* pada Mahasiswa Aktif Organisasi

### *The Effect of Self-Control on Grit in Students Active in Organizations*

**Dyah Puspita Salsa Wiyanita\***

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [dyah.22304@mhs.unesa.ac.id](mailto:dyah.22304@mhs.unesa.ac.id)

**Satiningsih**

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [satiningsih@unesa.ac.id](mailto:satiningsih@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

Mahasiswa yang secara aktif tergabung dalam organisasi sering kali mengalami penurunan ketekunan dan kehilangan minat akibat tugas organisasi yang mereka rasa berat. Adanya *Grit* mampu membuat mereka bertahan menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan organisasi dan akademik. Pada penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat bagaimana pengaruh *Self-Control* terhadap *Grit* pada Mahasiswa Aktif Organisasi. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif dengan teknik accidental sampling dan pengumpulan data menggunakan kuesioner berupa *Google Form* dengan instrumen *Brief Self-Control Scale* untuk mengukur *Self-Control* dan instrumen *Grit Scale* untuk mengukur *Grit*. Populasi penelitian ini adalah Mahasiswa Aktif Organisasi yang berkuliah di Universitas Negeri Surabaya dan dipatkan sebanyak 207 responden yang tergabung dalam Organisasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan regresi linear setelah asumsi terpenuhi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Self-Control* berpengaruh signifikan terhadap *Grit* pada mahasiswa aktif organisasi ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengatur dan mengelola diri akan meningkatkan ketekunan dan membantu dalam mempertahankan minat mereka. Tingkat *Grit* yang tinggi akan membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan organisasi dan akademik mereka.

**Kata kunci :** *Self-Control*; *Grit*; Mahasiswa; Organisasi

### **Abstract**

*Students who are actively involved in organizations often experience a decline in perseverance and a loss of interest due to the demanding nature of organizational responsibilities. Grit enables students to persist in completing tasks and achieving both organizational and academic goals. This study aims to examine the effect of Self-Control on Grit among students who are actively involved in organizations. A quantitative approach was employed using accidental sampling, with data collected through an online questionnaire distributed via Google Forms. The Brief Self-Control Scale was used to measure Self-Control, while the Grit Scale was used to assess Grit. The population of this study consisted of students actively involved in organizations at Universitas Negeri Surabaya, with a total of 207 respondents participating in the study. Data were analyzed using linear regression after the statistical assumptions were met. The results indicate that Self-Control has a significant effect on Grit among students actively involved in organizations ( $p < 0.05$ ), suggesting that students' ability to regulate and manage themselves enhances perseverance and helps maintain consistency of interest. A high level of Grit assists students in coping with both organizational and academic challenges.*

**Keywords :** *Self-Control*; *Grit*; *Students*; *Organization*

<b>Article History</b>	*corresponding author
<b>Submitted :</b> 22-01-2026	
<b>Final Revised :</b> 23-01-2026	
<b>Accepted :</b> 23-01-2026	
	 <i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-SA</a> license</i> <i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i>

Perkembangan teknologi dan inovasi yang pesat telah membawa dunia memasuki era *Society 5.0*, yaitu suatu tatanan masyarakat yang menempatkan manusia sebagai pusat dari pemanfaatan teknologi untuk meningkatkan kualitas hidup. Mahasiswa sebagai agen perubahan memegang peran strategis dalam mewujudkan visi tersebut, sehingga diharapkan mampu berkembang secara aktif serta menunjukkan kegigihan dalam menghadapi tantangan akademik, sosial, dan organisasi yang semakin kompleks (Mawati & Primanita, 2024). Perguruan tinggi memiliki peran sentral dalam mencetak sumber daya manusia yang berkualitas melalui penguatan kemampuan akademik sekaligus pembentukan karakter dan pengembangan *soft skills*.

Data PDDikti (2024) mencatat bahwa jumlah mahasiswa aktif di Indonesia telah melampaui sembilan juta orang, yang tidak hanya dituntut untuk mencapai prestasi akademik, tetapi juga untuk mengembangkan kompetensi non-akademik sebagai bekal memasuki dunia kerja dan kehidupan bermasyarakat. Salah satu wahana penting dalam proses tersebut adalah organisasi kemahasiswaan, yang berfungsi sebagai ruang pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kepemimpinan, rasa tanggung jawab, kerja sama tim, serta konsistensi dalam menjalankan peran dan kewajiban (Manoach & Susilo, 2023). Melalui aktivitas organisasi, mahasiswa belajar beradaptasi dalam sistem yang dinamis, menghadapi perbedaan pandangan, serta mengelola tanggung jawab bersama, yang relevan dengan tuntutan dunia kerja di masa mendatang. Namun demikian, partisipasi aktif dalam organisasi juga menimbulkan konsekuensi berupa meningkatnya beban peran yang harus dijalani mahasiswa. Mahasiswa kerap dihadapkan pada tuntutan penyelesaian program kerja organisasi dalam waktu terbatas tanpa mengesampingkan kewajiban akademik.

Kondisi tersebut menyebabkan lebih dari 73,9% mahasiswa mengalami konflik antara tuntutan akademik dan aktivitas organisasi (Rohmahwati et al., 2025). Tuntutan peran ganda tersebut menempatkan mahasiswa yang aktif berorganisasi pada situasi yang membutuhkan ketahanan psikologis serta kemampuan bertahan dalam jangka panjang. Tidak sedikit mahasiswa yang pada awalnya menunjukkan semangat tinggi dalam berorganisasi, namun seiring waktu mengalami penurunan motivasi, kelelahan, bahkan memilih mengundurkan diri dari kepengurusan. Fenomena ini mengindikasikan bahwa keberhasilan mahasiswa dalam mempertahankan keterlibatan dan konsistensi berorganisasi tidak hanya ditentukan oleh keterampilan teknis atau motivasi sesaat, melainkan juga oleh faktor psikologis yang mendukung ketekunan jangka panjang.

Salah satu faktor psikologis yang dianggap berperan penting dalam menghadapi kondisi tersebut adalah *Grit*, yang dipahami sebagai kemampuan individu untuk mempertahankan minat dan usaha secara konsisten dalam mengejar tujuan jangka panjang meskipun dihadapkan pada hambatan, kegagalan, maupun (Setyawan & Aryono, 2025). *Grit* dinilai dapat berkontribusi dalam membantu individu bertahan menghadapi tantangan, meningkatkan efektivitas pemecahan masalah, serta menjaga komitmen terhadap tujuan yang telah ditetapkan (Royani et al., 2024). Namun, temuan empiris di Indonesia mengindikasikan bahwa tingkat *Grit* mahasiswa masih relatif bervariasi, dengan hanya sekitar 45,4%

---

mahasiswa yang menunjukkan konsistensi minat dan ketekunan yang memadai dalam proses pembelajaran (Fun et al., 2023). Kondisi ini menjadi perhatian khusus pada mahasiswa yang aktif berorganisasi, mengingat kompleksitas tuntutan yang mereka hadapi cenderung lebih tinggi dan berkelanjutan.

*Grit* memiliki peran strategis dalam pengembangan *soft skills*, bakat, serta potensi mahasiswa, sekaligus mendukung keberlangsungan dan efektivitas organisasi kemahasiswaan (Gunawan et al., 2022). Oleh sebab itu, diperlukan upaya untuk mengidentifikasi faktor-faktor psikologis yang berkontribusi terhadap pembentukan dan pemeliharaan *Grit* pada mahasiswa yang aktif berorganisasi. Salah satu faktor yang diduga memiliki peran signifikan dalam pembentukan *Grit* adalah *Self-Control*.

*Self-Control* merujuk pada kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan atau godaan sesaat yang berpotensi menghambat pencapaian tujuan jangka panjang (Arifin & Milla, 2020). Individu dengan tingkat *Self-Control* yang baik mampu mengelola pikiran, emosi, dan perilaku agar tetap selaras dengan tujuan yang telah ditetapkan (Astrella et al., 2023). Dalam konteks mahasiswa yang aktif berorganisasi, *Self-Control* menjadi kemampuan penting dalam mengelola distraksi, seperti penggunaan media sosial ketika beban tugas meningkat, serta menjaga kestabilan emosi dalam menghadapi dinamika tim dan konflik organisasi. Menurut Combs, seseorang cenderung berperilaku sesuai dengan yang memberi kepuasan baginya (Nursalim et al., 2007). Oleh karena itu, rendahnya *Self-Control* sering disebabkan oleh perilaku menunda pekerjaan, kurangnya disiplin, rendahnya konsentrasi, serta kecenderungan mengutamakan kepuasan jangka pendek dibandingkan penyelesaian tanggung jawab (Fellisia & Wijaya, 2023).

Penelitian Koç & Gökarp (2023) *Self-Control* yang tinggi dapat meningkatkan motivasi akademik dan kontrol perhatian, yang kemudian meningkatkan tingkat *Grit* pada mahasiswa. Selain itu, Astrella et al., (2023) menemukan jika *Self-Control* bekerja sebagai prediktor utama *Grit* pada mahasiswa tingkat akhir. Individu dengan kemampuan pengendalian diri yang baik cenderung lebih mampu mempertahankan konsistensi usaha, mengelola kegagalan, dan tetap berkomitmen terhadap tujuan yang telah ditetapkan (Oktarina & Adelina, 2020). Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya masih berfokus pada konteks akademik umum, seperti prestasi belajar atau penyelesaian skripsi, dan relatif sedikit yang secara khusus mengkaji peran *Self-Control* terhadap *Grit* pada mahasiswa aktif organisasi yang menghadapi tuntutan peran ganda secara simultan.

Tingginya tuntutan yang dihadapi mahasiswa aktif organisasi serta pentingnya ketekunan jangka panjang dalam mendukung keberhasilan akademik, organisasi, dan kesiapan menghadapi dunia kerja. Pemahaman mengenai peran *Self-Control* terhadap *Grit* diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pembinaan mahasiswa yang lebih terarah dan berbasis kebutuhan psikologis aktual. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *Self-Control* terhadap *Grit* pada mahasiswa aktif organisasi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian psikologi pendidikan dan kepribadian, serta kontribusi praktis bagi perguruan tinggi dan organisasi kemahasiswaan dalam merancang intervensi atau program pengembangan diri yang berfokus pada penguatan pengendalian diri dan ketekunan mahasiswa.

## Metode

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori objektif dengan cara meneliti hubungan antar variabel yang dapat diukur menggunakan instrumen, sehingga data yang dihasilkan berupa angka dapat dianalisis dengan prosedur statistik (Creswell & Creswell, 2023). Menurut pandangan positivistik, penelitian kuantitatif berlandaskan pada keyakinan bahwa

fenomena alam bersifat tetap, terukur, dapat diamati, dan memiliki hubungan sebab-akibat yang dapat diklasifikasikan (Dr. Julhadi et al., 2022). Penelitian ini menggunakan kuesioner untuk memperoleh gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta serta karakteristik suatu populasi atau wilayah tertentu (Dr. Julhadi et al., 2022).

### **Sampel / Populasi**

Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Aktif Organisasi yang terdiri dari MPM, BEM, UKM, BEM F, DPM, dan HMP yang terdata di Universitas Negeri Surabaya. Kriteria sampel pada penelitian ini merupakan seluruh Mahasiswa Aktif Organisasi yang telah tergabung selama minimal 1 periode. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel secara kebetulan tanpa direncanakan (Jannah, 2018). Teknik ini digunakan untuk memastikan sampel yang diambil representatif dan dapat memperkecil kemungkinan bias. Pada penelitian ini didapatkan sebanyak 207 responden yang telat memenuhi kriteria.

### **Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah melalui penggunaan kuesioner yang terbukti menjadi metode yang efektif. Pengumpulan data pada penelitian ini dilaksanakan secara online menggunakan kuesioner berbasis *Google Form* yang didistribusikan kepada mahasiswa melalui berbagai platform media sosial serta jaringan akademik. Pemilihan metode daring didasarkan pada pertimbangan kepraktisan, kemampuan menjangkau responden dalam jumlah besar.

### **Analisis Data**

Proses analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan pengujian. Sebelum pengujian hipotesis, data telah memenuhi asumsi analisis regresi, yang meliputi normalitas residual dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov, dengan kriteria nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Selain itu data juga menunjukkan tidak adanya multikolinearitas, serta terpenuhinya asumsi homoskedastisitas. Kemudian pada pengujian hipotesis yang dilakukan menggunakan uji analisis regresi linear untuk mengetahui nilai R<sup>2</sup> yang menjelaskan bagaimana pengaruh *Self-Control* terhadap *Grit*. Seluruh analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak JASP versi 0.95.4.0.

### **Hasil**

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, karakteristik responden dalam penelitian ini dapat diidentifikasi melalui demografis meliputi jenis kelamin, jenis organisasi, banyak organisasi yang diikuti. Demografis disajikan untuk memberikan gambaran umum mengenai subjek penelitian.

Tabel 1. Demografi Responden

Demografi Responden		Jumlah Responden	Presentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	67	32,37%
	Perempuan	140	67,63%
	MPM	11	4,95%

Jenis Organisasi	BEM U	10	4,50%
	UKM	78	35,14%
	DPM	19	8,56%
	BEM F	25	11,26%
	HMP	79	35,59%
Jumlah Organisasi	1 Organisasi	192	92,75%
	2 Organisasi	15	7,25%

Responden pada penelitian ini di dominasi oleh Perempuan dengan jumlah responden sebanyak 140 responden (67,63%) sedangkan laki-laki sebanyak 67 (32,37%) responden. Perbedaan jumlah responden menunjukkan kecenderungan mahasiswa perempuan yang lebih responsif dan aktif dalam mengisi kuesioner online. Selain itu berdasarkan jenis organisasi persebaran responden paling banyak dengan 79 responden (35,59%) ada pada HMP diikuti UKM dengan 78 responden (35,14%), lalu 25 responden (11,26%) yang mengikuti BEM, serta 19 responden (8,56%) yang mengikuti DPM, 11 responden (4,95%) yang merupakan anggota MPM, dan 10 responden (4,50%) yang tergabung dalam BEM Universitas. Kemudian jika ditinjau dari Jumlah Organisasi yang sedang diikuti, sebanyak 15 responden sedang menjadi anggota aktif dalam 2 organisasi dan 192 responden menyatakan hanya mengikuti 1 organisasi saja saat ini.

Tabel 2. Analisis Statistik Deskriptif

	Growth Mindset	Self-Control	Grit
N	207	207	207
Mean	32.96	33.94	50.24
Std. Deviation	6.311	8.060	5.782
Minimum	17.00	12.00	35.00
Maximum	48.00	54.00	60.00

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada tabel, variabel *Growth Mindset* memiliki rata-rata sebesar 32.96 dengan nilai simpangan baku atau standar deviasi sebesar 6.311. Pada variabel *Self-Control* nilai rata-rata yang didapatkan adalah sebesar 33.94 dengan nilai simpangan baku atau standar deviasi sebesar 8.060. Sedangkan pada variabel *Grit* memiliki rata-rata sebesar 50.24 dengan simpangan baku atau standar deviasi sebesar 5.782.

Tabel 3. Regresi

Model	R	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	RMSE
M <sub>0</sub>	0.000	0.000	0.000	1.000
M <sub>1</sub>	0.321	0.103	0.098	0.950

Nilai R<sup>2</sup> sebesar 0,103 menunjukkan bahwa variabel *Self-Control* dalam model berkontribusi sebesar 10,3% terhadap variasi variabel *Grit*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Nilai Adjusted R<sup>2</sup> sebesar 0,098 menandakan bahwa setelah disesuaikan dengan jumlah prediktor dan sampel, kontribusi model tetap berada pada kisaran

9,8%. Selain itu, nilai RMSE menurun menjadi 0,950, yang menunjukkan bahwa kesalahan prediksi model lebih kecil dibandingkan model awal.

Tabel 4. Koefisien Regresi

Model	B	Standard Error	$\beta$	t	p
(Intercept)	$-2.469 \times 10^{-16}$	0.070		$-3.553 \times 10^{-15}$	1.000
<i>Self-Control</i>	0.321	0.066	0.321	4.845	< .001

Selanjutnya, variabel *Self-Control* memiliki nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,321, yang berarti setiap peningkatan satu satuan pada *Self-Control* akan diikuti oleh peningkatan variabel dependen sebesar 0,321 satuan, dengan asumsi variabel lain bersifat konstan. Nilai *standard error* sebesar 0,066 menunjukkan tingkat kesalahan estimasi yang relatif kecil. Nilai koefisien beta terstandar ( $\beta$ ) sebesar 0,321 mengindikasikan bahwa  $X_1$  memiliki pengaruh positif dengan kekuatan sedang terhadap variabel dependen. Nilai t sebesar 4,845 dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$  menunjukkan bahwa *Self-Control* berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.

Tabel 5. ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
$M_1$	Regression	21.16	1	21.162	23.47	< .001
	Residual	184.84	205	0.902		
	Total	206.00	206			

Berdasarkan hasil uji ANOVA pada model, nilai *Sum of Squares* regresi sebesar 21,16 menunjukkan besarnya variasi variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh variabel independen dalam model. Nilai derajat kebebasan (df) regresi sebesar 1 menunjukkan jumlah prediktor yang digunakan. Nilai *Mean Square* regresi sebesar 21,16 diperoleh dari pembagian *Sum of Squares* regresi dengan df. Sementara itu, nilai *Sum of Squares* residual sebesar 184,84 dengan df sebesar 205 menunjukkan variasi yang tidak dapat dijelaskan oleh model. Nilai *Mean Square* residual sebesar 0,902 mencerminkan rata-rata kesalahan prediksi. Nilai F sebesar 23,47 dengan signifikansi  $p < 0,001$  menunjukkan bahwa model regresi secara keseluruhan signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel independen dalam model secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen.

## Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Self-Control* berpengaruh signifikan terhadap *Grit* pada mahasiswa aktif organisasi. Secara statistik, hasil analisis regresi menunjukkan nilai koefisien regresi *Self-Control* sebesar 0,321, dengan nilai signifikansi  $p < .001$  ( $p < 0,05$ ) serta kontribusi sebesar 10,3% terhadap variasi *Grit*. Temuan ini mengindikasikan bahwa setiap peningkatan *Self-Control* akan diikuti oleh peningkatan *Grit*, dengan asumsi variabel lain berada dalam kondisi konstan. Hasil tersebut menegaskan bahwa *Grit* tidak hanya dipengaruhi oleh aspek motivasional, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan perilaku secara berkelanjutan.

Secara konseptual, *Self-Control* berperan penting dalam membentuk ketekunan dan konsistensi usaha karena berkaitan dengan kemampuan individu dalam menahan dorongan sesaat, mengatur waktu, serta mempertahankan perilaku yang selaras dengan tujuan jangka panjang. Pada mahasiswa yang aktif berorganisasi, tuntutan akademik dan organisasi yang berjalan secara simultan menuntut kemampuan regulasi diri yang tinggi. Oleh karena itu, *Self-Control* menjadi faktor kunci yang memungkinkan mahasiswa tetap menjalankan tanggung jawab secara konsisten meskipun berada dalam situasi dengan tekanan dan beban peran yang kompleks.

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa *Self-Control* merupakan prediktor kuat bagi perilaku ketekunan dan keberhasilan jangka panjang (Oktarina & Adelina, 2020). Individu dengan tingkat *Self-Control* yang baik cenderung mampu mengelola dorongan sesaat, mempertahankan fokus pada tujuan jangka panjang, serta tetap konsisten dalam menghadapi tekanan dan hambatan yang muncul selama proses pencapaian tujuan. Penelitian oleh Koç & Gökalp (2023) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat *Self-Control* yang tinggi memiliki kemampuan lebih baik dalam mengelola perhatian dan motivasi akademik, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan *Grit*. Temuan ini mengindikasikan bahwa individu dengan *Self-Control* yang tinggi lebih mampu mengarahkan fokus pada tujuan yang relevan serta mengelola distraksi, sehingga mendukung keberlangsungan usaha dalam jangka panjang. *Self-Control* tidak hanya berperan sebagai pengendali impuls sesaat, tetapi juga sebagai fondasi regulasi kognitif dan motivasional yang memperkuat terbentuknya *Grit*.

Sementara itu, penelitian oleh Astrella et al. (2023) yang mengkaji *Grit* pada mahasiswa tingkat akhir menemukan bahwa *Self-Control* merupakan prediktor yang paling dominan dibandingkan variabel psikologis lainnya, termasuk *Self-Discipline*. Hasil analisis menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *Self-Control* yang lebih tinggi cenderung memiliki *Grit* yang lebih kuat dalam menyelesaikan tugas jangka panjang seperti skripsi. Temuan ini menegaskan bahwa kemampuan mengendalikan perilaku, mengatur emosi, dan mempertahankan konsistensi usaha menjadi faktor kunci dalam membentuk ketekunan. Penelitian ini memperkuat hasil penelitian saat ini bahwa *Self-Control* memiliki kontribusi langsung dan signifikan terhadap *Grit*, khususnya pada individu yang berada dalam situasi dengan tuntutan akademik dan psikologis yang tinggi.

Selain itu, temuan penelitian ini mendukung pandangan Duckworth & Gross (2014) yang menyatakan bahwa *Self-Control* bekerja pada level pengendalian perilaku sehari-hari, sedangkan *Grit* merepresentasikan akumulasi dari perilaku tersebut dalam jangka panjang. Dalam konteks mahasiswa aktif organisasi, *Self-Control* memungkinkan individu untuk tetap konsisten menjalankan tanggung jawab meskipun menghadapi distraksi, tekanan waktu, serta konflik peran antara akademik dan organisasi. Dengan demikian, *Self-Control* berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang secara langsung menopang terbentuknya *Grit* secara berkelanjutan. Kondisi ini mendukung pandangan bahwa *Grit* terbentuk melalui proses perilaku yang berulang dan terkontrol, bukan sekadar dorongan motivasional sesaat (Salazar & Meador, 2022). Oleh karena itu, penguatan *Self-Control* dapat dipandang sebagai strategi efektif untuk meningkatkan *Grit* pada mahasiswa aktif organisasi.

Dengan demikian, *Grit* lebih mungkin terbentuk ketika individu memiliki kemampuan untuk mengatur diri secara konsisten. Meskipun begitu, individu dengan *Grit* tetap berpotensi mengalami fase menyerah dalam mencapai tujuannya apabila tidak didukung oleh kemampuan regulasi diri yang memadai (Royani et al., 2024). Oleh karena itu, *Grit* tidak dapat dipandang sebagai karakteristik yang berdiri sendiri, melainkan sebagai hasil interaksi antara faktor kognitif dan regulatif.

Meskipun *Self-Control* terbukti berpengaruh signifikan terhadap *Grit*, kontribusinya belum sepenuhnya menjelaskan variasi *Grit* yang dimiliki mahasiswa aktif organisasi. Hal ini menunjukkan bahwa *Grit* juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan sosial, makna tujuan, stres akademik, serta karakteristik lingkungan organisasi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan model yang lebih komprehensif dengan melibatkan variabel tambahan atau menggunakan pendekatan longitudinal guna memahami dinamika pembentukan *Grit* secara lebih mendalam.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa *Self-Control* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Grit* pada mahasiswa aktif organisasi. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengendalikan dorongan, mengatur waktu, serta mempertahankan perilaku yang selaras dengan tujuan jangka panjang berperan penting dalam membentuk ketekunan dan konsistensi usaha dalam menjalankan peran organisasi di tengah tuntutan akademik yang kompleks.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa *Grit* tidak hanya dipengaruhi oleh motivasi atau minat sesaat, melainkan sangat bergantung pada kemampuan regulasi diri yang memungkinkan individu untuk menerjemahkan tujuan jangka panjang ke dalam tindakan yang konsisten. Dengan demikian, *Self-Control* menjadi salah satu faktor psikologis yang mendukung keberlangsungan keterlibatan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan.

## Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor psikologis lain yang berpotensi memengaruhi *Grit*, seperti stres akademik, *burnout*, dan dukungan sosial, serta menggunakan desain penelitian yang lebih beragam agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pembentukan *Grit* pada mahasiswa aktif organisasi. Mahasiswa aktif organisasi juga disarankan untuk mengembangkan kemampuan *Self-Control*, khususnya dalam pengelolaan waktu, pengendalian impuls, dan regulasi emosi, agar mampu mempertahankan konsistensi usaha dalam menjalankan tanggung jawab akademik dan organisasi. Selain itu, perguruan tinggi dan organisasi kemahasiswaan diharapkan dapat merancang program pembinaan atau pelatihan pengembangan diri yang berfokus pada penguatan kemampuan pengendalian diri sebagai upaya meningkatkan ketekunan dan keberlangsungan peran mahasiswa.

## Daftar Pustaka

- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179–195. <https://doi.org/10.7454/jps.2020.18>
- Astrella, N. B., Kholifah, N., Chusnah, A., & Kurniawati, P. D. (2023). Grit Mahasiswa Tingkat Akhir Ditinjau Dari Self-Discipline dan Self-Control. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(2), 422–434. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i2.4348>
- Creswell & Creswell. (2023). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. <https://archive.org/details/researchdesign000unse>
- Dr. Julhadi, M., Desi Susilawati, SE, M.Sc Dr. Silvia Rosa, M. H., Prasanti Adriani, S.SiT., S.Kep., Ns., M.Kes. Dr. Leila Mona Ganiem, M.Si. Sarah Fazilla, M. P., Muhammad Habibullah Aminy, S.E., S.H., M.H., M.E.K Dr. Nurainiah, S. Pd. I., M., Dr. Syafruddin, MA., MMPd. Agus Setyowidodo, S.Sos. Deci Ririen, S.Pd., M. P., Fransisca Diwati, S.H., M.M. Eva Julyanti, S.Pd., M. P., & Endah Marendah Ratnaningtyas, S.E, M. M. (2022). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAP.
- Duckworth, A., & Gross, J. J. (2014). *Self-Control and Grit: Related but Separable*

- Determinants of Success. 34(5), 352–359.  
<https://doi.org/10.1177/0963721414541462>.Self-Control
- Fellisia, & Wijaya, E. (2023). Kontrol Diri Sebagai Prediktor Kepuasan Hidup Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(2), 421–429. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i2.19082.2022>
- Fun, L. F., Mikarsa, H. L., & Putri, D. K. (2023). Gambaran Grit Pada Mahasiswa di Indonesia. *Scholaria : Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 13(3), 240–246.
- Gunawan, C. A., Sumargi, A. M., & Mulya, H. C. (2022). Grit dan Innovative Work Behavior pada Anggota Organisasi Kemahasiswaan pada Masa Pandemi Covid-19. *Psikodimensia*, 21(1), 27–36. <https://doi.org/10.24167/psidim.v21i1.4438>
- Jannah, M. (2018). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF UNTUK PSIKOLOGI*.
- Koç, H., & Gökalp, Z. Ş. (2023). Understanding The Relationship Between Self-Control and Grit: The Mediating Role of Academic Motivation and Attention Control. *International Journal of Modern Education Studies*, 7(1). <https://doi.org/10.51383/ijonmes.2023.311>
- Manoach, J. L., & Susilo, D. (2023). *Grit dan Religiositas terhadap Work Engagement pada Pengurus Ormawa yang Beragama Kristiani di Surabaya*. 11(2).
- Nursalim, M., Satiningsih, Hariastuti, R. T., Savira, S. I., & Budiani, M. S. (2007). *Psikologi Pendidikan*. UNESA University Press.
- Oktarina, D. C., & Adelina, I. (2020). *Pengaruh Self-Control terhadap Grit pada Mahasiswa yang Menjadi Panitia Kegiatan*. 4(1), 15–26.
- PDDikti. (2024). *Statistik pendidikan tinggi Indonesia tahun*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Rohmahwati, D., Hutahaean, E. S. H., & Muzzamil, F. (2025). *Antara organisasi dan akademik : Dinamika performa mahasiswa*. 8, 83–97.
- Royani, W. A., Siswanto, C. J., Ongkowiyono, V. A., Subagio, N. A., Wijaya, F. A., & Rohma, A. A. (2024). *Peran Grit pada Mahasiswa Penerima Beasiswa Prestasi yang Aktif Berorganisasi*. 8(2), 67–84.
- Salazar, L. R., & Meador, A. (2022). College students' grit, autonomous learning, and well-being.pdf. *Psychology in the Schools*.
- Setyawan, Y., & Aryono, M. M. (2025). *Growth to Grit : The Role of Growth Mindset in Grit Among Students Who Are Active in the Student Council Growth to Grit : Peran Growth Mindset Terhadap Grit Pada Siswa yang Aktif di Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS)*. 13(3), 454–460.