



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

## **Pengaruh *Self-Regulated Learning* terhadap *Grit* pada Lulusan SMA yang Menjalani Jeda Waktu**

HANIFAH NUR DZAKIYYA & WIWIN HENDRIANI\*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian adalah untuk meneliti pengaruh *self-regulated learning* terhadap *grit* pada lulusan SMA yang menjalani jeda waktu setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk Perguruan Tinggi Negeri (PTN). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Penelitian ini melibatkan 200 partisipan yang merupakan lulusan SMA pada tahun 2021 dan menjalani jeda waktu karena tidak lolos seleksi masuk PTN di tahun kelulusannya dan akan mengikuti seleksi yang sama di tahun berikutnya. *Self-regulated learning* diukur dengan skala *self-regulated learning*, sedangkan *grit* diukur dengan skala *Grit-S* yang telah diadaptasi. Hasil penelitian ini menemukan bahwa *self-regulated learning* memiliki pengaruh terhadap *grit* pada lulusan SMA yang menjalani jeda tahun setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN.

**Kata kunci:** *jeda waktu, grit, self-regulated learning*

### **ABSTRACT**

The aim of this study is to examine the effect of self-regulated learning on *grit* in high school graduates who took a gap time after experiencing failure in State University entrance selection. The method used in this study is a quantitative method involving 200 participants who are high school graduates in 2021 and are undergoing a gap time because they did not pass the State University entrance selection in their graduation year and will follow the same selection the following year. Self-regulated learning is measured by the self-regulated learning scale, while *grit* is measured by The Grit-S scale. The results of this study found that self-regulated learning has an effect on *grit* in high school graduates who undergo a gap year.

**Keywords:** *gap year, grit, self-regulated learning*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2022, Vol. 2(1), 625-630

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [wiwin.hendriani@psikologi.unair.ac.id](mailto:wiwin.hendriani@psikologi.unair.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Setiap tahunnya, setidaknya terdapat 3 jenis seleksi masuk Perguruan Tinggi Negeri (PTN) di Indonesia, yaitu SNMPTN, SBMPTN, dan Ujian Mandiri. Pada tahun 2021, jumlah peserta yang lolos seleksi masuk PTN melalui SNMPTN dan SBMPTN lebih sedikit daripada jumlah peserta yang mendaftar. Hal tersebut membuat para peserta seleksi yang tidak lolos memilih alternatif lain, seperti melanjutkan pendidikan tinggi di Perguruan Tinggi Swasta, Perguruan Tinggi Kedinasan, dan salah satu alternatif lainnya adalah menjalani jeda waktu (Hanifuddin & Cahyono, 2021).

Jeda waktu yang dijalani oleh para lulusan SMA di Indonesia setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN kerap kali disebut sebagai *gap year*. *Gap year* adalah jeda tahun yang diambil anak muda di antara waktu lulus sekolah dan masuk universitas untuk menjelajahi dunia dan peluang karir yang berlangsung selama 3 hingga 24 bulan (Coetzee & Bester, 2009). *Gap year* bertujuan untuk membuka pikiran serta menciptakan kesempatan bagi murid selama perjalanan mereka menuju pendidikan yang lebih tinggi serta kehidupan setelahnya (Nieman, 2013). *Gap year* telah menjadi tren di negara-negara Barat sejak 1970-an (Nieman, 2013). Beberapa universitas menyediakan program *gap year* untuk mahasiswanya, seperti *Harvard University* dan *Princeton University* (Nieman, 2013). Adanya perbedaan budaya dan sistem pendidikan antara Indonesia dengan negara-negara Barat, seperti sistem penerimaan mahasiswa baru yang berbeda, membuat konsep *gap year* di negara Barat tidak dapat disamakan dengan konsep *gap year* di Indonesia dimana seseorang memutuskan untuk menjalani *gap year* karena gagal dalam seleksi masuk PTN (Sun Education, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis, ketika lulusan SMA dinyatakan tidak lolos seleksi masuk PTN, mereka merasa sedih, marah, dan kecewa. Walaupun begitu, mereka memutuskan untuk bangkit dari keterpurukan akibat kegagalan tersebut dan memutuskan untuk menjalani *gap year*. Selama menjalani *gap year* pun mereka dihadapkan oleh tantangan seperti rasa bosan dan malas, namun mereka tidak patah semangat dan tetap tekun serta fokus pada tujuannya menjalani *gap year* hingga akhirnya berhasil lolos seleksi masuk PTN di tahun berikutnya. Penulis menemukan bahwa para lulusan SMA yang menjalani jeda waktu setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN yang berhasil dalam menjalani jeda waktunya menunjukkan ketekunan dan konsistensi pada minat, yang mana kedua hal tersebut memiliki keterkaitan dengan *grit*.

*Grit* adalah tingkat hasrat ketekunan dan gairah seseorang dalam tujuan jangka Panjang (Duckworth dkk., 2007). *Grit* terdiri dari dua aspek, yaitu *perseverance of effort* (ketekunan) dan *consistency of interest* (minat). *Perseverance of effort* adalah seberapa keras dan lama individu berusaha untuk mencapai tujuannya, sedangkan *consistency of interest* adalah seberapa konsisten minat individu menuju ke suatu arah (Oktarina & Adelina, 2020). Keberagaman *grit* pada individu dipengaruhi beberapa faktor, yang dikelompokkan menjadi faktor eksternal dan faktor internal (Duckworth dkk., 2007). Faktor eksternal yang memengaruhi *grit* di antaranya adalah *parenting*, *culture of grit*, *playing field of grit* (Duckworth dkk., 2007) dan *peer support* (Pangaribuan & Savitri, 2019). Adapun faktor internal terdiri dari *interest*, *deliberate of practice*, *sense of purpose*, *hope* (Duckworth dkk., 2007), *self-control* (Oktarina & Adelina, 2020), *growth mindset* (Chrisantiana & Sembiring, 2017), dan *self-regulated learning* (Sibarani & Meilani, 2020).

*Self-regulated learning* adalah strategi pendekatan belajar secara kognitif Latipah (2010) yang menekankan pentingnya tanggung jawab personal dalam mengontrol pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperoleh Zimmerman (1990). *Self-regulated learning* terdiri dari beberapa aspek, yaitu aspek pribadi (*person*), perilaku (*behavior*), dan lingkungan (*environment*) (Latipah, 2010). Aspek pribadi terdiri dari perilaku memonitor dan menyesuaikan kognitif dan keadaan afektif, aspek perilaku

terdiri dari observasi diri dan proses strategi penyesuaian kinerja, dan aspek lingkungan terdiri dari perilaku mengobservasi dan menyesuaikan kondisi lingkungan atau hasil (Zimmerman, 1989). Berdasarkan hasil penelitian, *self-regulated learning* berpengaruh secara signifikan terhadap hasil belajar Bahasa Indonesia (Hamonangan & Widyarto, 2019), matematika (Meiliati dkk., 2018) dan Ilmu Pengetahuan Sosial (Novitayati, 2013). Lulusan SMA yang menjalani jeda waktu setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN apabila memiliki *self-regulated learning* yang tinggi diharapkan dapat memiliki hasil belajar yang tinggi juga sehingga dapat sukses mencapai tujuan mereka, yaitu masuk PTN.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *self-regulated learning* terhadap *grit* pada lulusan SMA yang menjalani jeda waktu setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN. Penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan kajian empiris dalam bidang psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan, serta menjadi bahan kajian dan literatur untuk penelitian selanjutnya.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode pengambilan data menggunakan metode survei. Survei dilaksanakan secara daring dengan menyebarkan kuesioner melalui *LimeSurvey*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-regulated learning* terhadap *grit* pada lulusan SMA yang menjalani jeda waktu setelah gagal dalam seleksi masuk PTN. Guna mencapai tujuan tersebut, dilakukan uji regresi linear sederhana menggunakan bantuan *software SPSS 22.0 for Windows*.

### *Partisipan*

Sebelum melakukan pengambilan data, penentuan partisipan dilakukan terlebih dahulu dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria dari partisipan penelitian ini adalah lulus SMA pada tahun 2021 dan sedang menjalani jeda waktu setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN. Jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan program *G\*Power* dengan melakukan *A prior power analysis* dengan *effect size* sebesar 0,431; taraf signifikansi sebesar 0,05; dan *statistical power* sebesar 0,8 dan didapatkan hasil jumlah total sampel sebanyak 39, yang mana berarti penulis harus memperoleh setidaknya 39 partisipan. Jumlah partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 200 partisipan (89,5%=perempuan; 10,5%=laki-laki), dimana seluruh partisipan telah menyetujui menjadi partisipan dengan mengisi *informed consent* sebagai persetujuan memberikan informasi dan mendapat jaminan kerahasiaan identitas.

### *Pengukuran*

Terdapat dua instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala *self-regulated learning* yang disusun oleh Masrifah (2017) dan *Grit-S* yang telah diadaptasi oleh Rusli dkk. (2021). Skala *self-regulated learning* tersusun dari 28 *item* dengan 5 pilihan jawaban (1="sangat tidak setuju", 5="sangat setuju"). Adapun *Grit-S* tersusun dari 8 *item* dengan 5 pilihan jawaban (1="sangat tidak setuju", 5="sangat setuju"). Telah dilakukan uji reliabilitas pada kedua instrumen dan berdasarkan hasil analisis reliabilitas dengan teknik *Cronbach's Alpha*, skala *self-regulated learning* memiliki nilai reliabilitas sebesar .712 dan skala *grit* sebesar .702.

### Analisis Data

Dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, uji heteroskedastisitas, dan uji korelasi dalam penelitian ini sebelum melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan dengan melakukan uji regresi linear sederhana. Analisis data penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan *software SPSS 22.0 for Windows*.

### HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis penormaan dari keseluruhan 200 partisipan, sebagian besar partisipan memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang yaitu sebanyak 139 partisipan (69,5%). Sebanyak 31 partisipan memiliki tingkat *self-regulated learning* yang rendah (15,5%) dan 30 partisipan memiliki tingkat *self-regulated learning* yang tinggi (15%). Ditinjau dari tingkat *grit*nya, sebanyak 132 partisipan memiliki tingkat *grit* sedang (66%), 35 partisipan memiliki tingkat *grit* tinggi (17,5%), dan 33 partisipan memiliki tingkat *grit* rendah (16,5%). Hasil analisis deskriptif pada variabel *self-regulated learning*, yaitu ( $M=101,86$ ;  $SD=9,579$ ;  $Min=60$ ;  $Max=123$ ;  $Skewness=-0,377$ ;  $Kurtosis=1,045$ ) sedangkan pada variabel *grit*, yaitu ( $M=25,02$ ;  $SD=4,785$ ;  $Min=13$ ;  $Max=39$ ;  $Skewness=0,225$ ;  $Kurtosis=0,101$ )

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana, diketahui bahwa *self-regulated learning* berpengaruh terhadap *grit* ( $F(1, 198)=34,479$ ;  $p=,000$ ;  $R^2=0,148$ ). Pernyataan tersebut mengartikan bahwa  $H_a$  dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh *self-regulated learning* terhadap *grit* pada lulusan SMA yang menjalani jeda tahun setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN. Nilai *R Square* menunjukkan angka 0,148 yang mana berarti *self-regulated learning* memiliki pengaruh sebesar 14,8% terhadap *grit*, sedangkan 85,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini.

### DISKUSI

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki pengaruh sebesar 14,8% terhadap *grit*. Hasil penelitian ini mendukung penelitian terdahulu oleh (Sibarani & Meilani, 2020) yang melakukan penelitian mengenai *grit*, *self-regulated learning*, *self-determination theory*, dan kinerja akademik pada generasi Z. Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa proses *self-regulated learning* memengaruhi *grit*.

Selain diketahui adanya pengaruh *self-regulated learning* terhadap *grit*, berdasarkan hasil uji korelasi yang merupakan bagian dari uji asumsi, dapat diketahui bahwa *self-regulated learning* berkorelasi secara positif dengan *grit*. Artinya, semakin tinggi tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkat *grit*nya. Temuan ini mendukung penelitian terdahulu oleh Sibarani & Meilani (2020) yang meneliti hubungan *self-regulated learning* dengan *grit* pada 425 mahasiswa di sekolah bisnis Universitas Swasta ABC di Indonesia. Begitu pun dengan hasil temuan Angela dkk. (2020) yang meneliti tentang ada tidaknya korelasi antara *self-regulated learning* dengan *grit* pada 205 mahasiswa kedokteran di Jakarta. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara *self-regulated learning* dengan *grit*.

### SIMPULAN

Hasil uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini telah menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *grit* pada lulusan SMA yang menjalani jeda tahun setelah mengalami kegagalan dalam seleksi masuk PTN.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah agar memperhatikan jumlah partisipan berjenis kelamin laki-laki yang tidak cukup representatif dalam penelitian ini, bekerja sama dengan bimbingan belajar untuk mendapatkan partisipan yang lebih luas dan banyak, mengkaji ulang pengaruh *self-regulated learning* terhadap *grit* baik dalam konteks yang sama maupun berbeda, dan mengkaji variabel lainnya yang dapat memengaruhi *grit*

### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua penulis yang selalu mendukung dan mendoakan penulis, dosen pembimbing yang membimbing proses penyusunan skripsi penulis, teman-teman terdekat penulis yang selalu memberi semangat, serta seluruh partisipan dalam penelitian ini.

### DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Hanifah Nur Dzakiyya dan Wiwin Hendriani tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

### PUSTAKA ACUAN

- 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/10.2991/assehr.k.201209.081>
- Chrisantiana, T. G., & Sembiring, T. (2017). Pengaruh Growth dan Fixed Mindset terhadap Grit pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung. *Humanitas*, 1(2), 133–146. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.422>
- Coetzee, M., & Bester, S. (2009). The possible value of a gap year: A case study. *South African Journal of Higher Education*, 23, 608–623. <https://doi.org/10.4314/sajhe.v23i3.51050>
- 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>
- Hamonangan, R. H., & Widyarto, S. (2019). Pengaruh Self Regulated Learning dan Self Control Terhadap Hasil Belajar Bahasa Indonesia. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 7(1), 5–10. <http://dx.doi.org/10.24269/dpp.v7i1.1056>
- Hanifuddin, I. M., & Cahyono, R. (2021). Hubungan antara Social Comparison dengan Self Esteem pada Alumni SMA/ sederajat yang Menjalani Gap Year. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 859–869. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.27032>

- Latipah, E. (2010). Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 110–129.
- Masrifah. (2017). *Pengaruh dukungan sosial dan strategi self regulated learning terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa pascasarjana multidisiplin di universitas airlangga, Surabaya* [Tesis, Universitas Airlangga]. <https://repository.unair.ac.id/66895/>
- Meiliati, R., Darwis, M., & Asdar, D. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar, Self Efficacy, dan Self Regulated Learning Terhadap Hasil Belajar Matematika. *Issues in Mathematics Education (IMED)*, 2(1), 83–91.
- Nieman, M. M. (2013). South African students' perceptions of the role of a gap year in preparing them for higher education. *Africa Education Review*, 10(1), 132–147. <https://doi.org/10.1080/18146627.2013.786880>
- Novitayati, R. (2013). Pengaruh Metode Blended Learning dan Self Regulated Learning terhadap Hasil Belajar Kognitif IPS. *JURNAL PENELITIAN KEPENDIDIKAN*, 23(1), 48-57.
- Oktarina, D. C., & Adelina, I. (2020). Pengaruh Self-Control terhadap Grit pada Mahasiswa yang Menjadi Panitia Kegiatan. *Humanitas*, 4(1), 15–26. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v4i1.2258>
- 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. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v3i2.2167>
- Rusli, R., Ainy Fardana, N., & Hendriani, W. (2021). GRIT IN MEDICAL PROFESSIONAL EDUCATION STUDENTS. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.22146/jpki.57068>
- 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>
- Sun Education. (2020, August 3). *Simak Perbedaan Kuliah di Indonesia dan di Amerika Berikut ini Yuk!* <https://suneducationgroup.com/uncategorized-id/perbedaan-kuliah-di-indonesia-dan-di-amerika/>
- 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>
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. [https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501\\_2](https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2)