

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP GRIT PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING UNIVERSITAS JAMBI

Harti Zakia Nopitri¹, Muhammad Ferdiansyah², Muhammad Alridho Lubis³

^{1, 2, 3}Universitas Jambi

[1hartizakia456@gmail.com](mailto:hartizakia456@gmail.com) , ferdimuhammad34@unja.ac.id ²,
muhammadalridholubis@unja.ac.id ³

ABSTRACT

This study was conducted based on the increasing academic demands and pressures in higher education, which are more complex than those at previous educational levels. These demands may affect students' perseverance and consistency in achieving long-term goals. In this context, grit, defined as perseverance and consistency of interest in long-term goals, is considered an important personal characteristic. Social support is also assumed to play a significant role in maintaining students' motivation and persistence. Therefore, this study aimed to examine the effect of social support on grit among students of Guidance and Counseling at Universitas Jambi. This research employed a quantitative approach with an ex post facto design. The sample consisted of 211 students selected through stratified random sampling. Data were collected using non-test instruments in the form of questionnaires. The results of regression analysis showed a significance value of 0.000 (< 0.05), indicating that social support has a significant effect on grit. The R Square value of 0.135 indicates that social support contributes 13.5% to grit. These findings suggest that higher levels of social support are associated with higher levels of grit among students.

Keywords: Grit, Social Support, University Students

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya tuntutan dan tekanan akademik dalam pendidikan tinggi yang lebih kompleks dibandingkan jenjang pendidikan sebelumnya. Tuntutan tersebut dapat memengaruhi ketekunan dan konsistensi mahasiswa dalam mencapai tujuan jangka panjang. Dalam konteks ini, grit yang didefinisikan sebagai ketekunan dan konsistensi minat terhadap tujuan jangka panjang dipandang sebagai karakteristik pribadi yang penting. Dukungan sosial juga diasumsikan berperan signifikan dalam menjaga motivasi dan ketekunan mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh dukungan sosial terhadap grit pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain ex post facto. Sampel penelitian berjumlah 211 mahasiswa yang dipilih melalui teknik stratified random sampling. Data dikumpulkan menggunakan instrumen non-tes berupa angket. Hasil analisis regresi menunjukkan nilai

signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang berarti dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap grit. Nilai R Square sebesar 0,135 menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 13,5% terhadap grit. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat grit yang dimilikinya.

Kata Kunci: Grit, Dukungan Sosial, Mahasiswa

A. Pendahuluan

Mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal (18–25 tahun), yaitu fase eksplorasi identitas, minat, dan perencanaan masa depan (Hayani & Wulandari, 2017). Pada jenjang ini, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik dan non-akademik, seperti penyelesaian tugas, pencapaian standar akademik, keterlibatan organisasi, hingga penyusunan tugas akhir. Kompleksitas tuntutan tersebut seringkali menimbulkan tekanan yang berdampak pada keberlangsungan studi mahasiswa.

Dalam menjalani pendidikan di perguruan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik dan non-akademik. Beban akademik pada jenjang ini relatif lebih tinggi dibandingkan dengan jenjang pendidikan sebelumnya. Tuntutan tersebut meliputi penyelesaian tugas,

pencapaian standar akademik, keterlibatan dalam kegiatan organisasi, hingga penyusunan tugas akhir. Berbagai tekanan ini tidak jarang menimbulkan dampak negatif bagi mahasiswa.

Data dari Pusat Statistik Pendidikan Nasional (Puspendiknas) tahun 2023 menunjukkan bahwa lebih dari 30% mahasiswa di Indonesia memilih untuk tidak menyelesaikan studi hingga lulus. Pada tahun 2020 tercatat sebanyak 602.603 mahasiswa keluar dari perguruan tinggi tanpa memperoleh gelar, pada tahun 2021 sebanyak 480.449 mahasiswa dinyatakan drop out, dan pada tahun 2022 sebanyak 375.134 mahasiswa tidak melanjutkan studinya. Fenomena serupa juga terjadi di Provinsi Jambi. Berdasarkan penelitian Hayati et al. (2021), Universitas Jambi termasuk perguruan tinggi dengan rata-rata masa studi mahasiswa yang melebihi empat tahun. Data Statistik

Universitas Jambi tahun 2018 mencatat sebanyak 5.774 mahasiswa melakukan registrasi ulang sebagai mahasiswa baru, sementara rata-rata jumlah lulusan per tahun hanya sekitar 2.700 orang. Artinya, terdapat selisih sekitar 3.074 mahasiswa yang tidak menyelesaikan studi tepat waktu.

Selain itu, berdasarkan wawancara awal yang dilakukan peneliti pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi pada tanggal 10 April 2025, ditemukan adanya kecenderungan penurunan semangat dalam menjalani aktivitas perkuliahan. Hal ini ditunjukkan melalui perilaku mudah menyerah dalam menyelesaikan tugas, kurangnya ketekunan ketika menghadapi mata kuliah yang menantang, serta rendahnya konsistensi dalam mengikuti program akademik secara berkelanjutan.

Untuk mampu bertahan menghadapi berbagai tantangan tersebut, mahasiswa memerlukan sikap kegigihan yang tinggi atau yang dikenal dengan istilah *grit*. Konsep *grit* diperkenalkan oleh Angela Duckworth (2016) yang mendefinisikan *grit* sebagai

kombinasi antara passion (minat yang konsisten) dan perseverance (ketekunan dalam berusaha) untuk mencapai tujuan jangka panjang. Duckworth (2016) menjelaskan bahwa *grit* terdiri dari dua dimensi utama, yaitu *perseverance of effort* (ketekunan dalam berusaha) dan *consistency of interest* (konsistensi minat). *Perseverance of effort* merujuk pada kemampuan individu untuk terus berusaha secara tekun meskipun menghadapi hambatan dan membutuhkan waktu yang panjang dalam penyelesaian suatu tugas. Sementara itu, *consistency of interest* menggambarkan sejauh mana individu mampu mempertahankan minat dan tujuan jangka panjangnya tanpa mudah teralihkan oleh minat atau aktivitas lain. Dalam konteks mahasiswa, *grit* berperan penting dalam mendukung keberhasilan penyelesaian studi di perguruan tinggi.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang beragam terkait tingkat *grit* pada mahasiswa. Penelitian Mulyarti et al. (2022) pada mahasiswa di Makassar menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat konsistensi minat yang rendah, namun menunjukkan

ketekunan yang tinggi dalam berusaha. Penelitian Mangiwa (2021) menemukan bahwa 40,1% mahasiswa di Makassar memiliki tingkat *grit* yang tinggi. Sementara itu, penelitian Izaach (2017) pada mahasiswa akademi keperawatan menunjukkan derajat *grit* yang rendah, khususnya pada aspek *perseverance of effort*. Penelitian Rabbani (2024) juga menunjukkan bahwa 74,3% mahasiswa Universitas Negeri Jakarta memiliki tingkat *grit* yang cukup tinggi. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa tingkat *grit* pada mahasiswa bervariasi dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap pembentukan *grit* adalah dukungan sosial. Menurut Sarafino (2011), dukungan sosial merupakan bantuan yang diperoleh individu dari orang lain dalam bentuk emosional, informasi, penghargaan, maupun instrumental yang membantu individu dalam menghadapi tekanan atau stres. Dalam konteks mahasiswa, dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan akademik. Dukungan tersebut berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi

berbagai tuntutan akademik, termasuk dalam penyelesaian tugas akhir.

Tough (2012) dalam bukunya *How Children Succeed* menyatakan bahwa individu yang dibesarkan dalam lingkungan yang suportif lebih memungkinkan untuk mengembangkan karakter seperti ketekunan (*grit*), kontrol diri, dan optimisme. Selain itu, Heckman dan Kautz (2012) juga menegaskan bahwa keterampilan non-kognitif, termasuk *grit*, dapat berkembang melalui dukungan sosial yang memadai. Meskipun demikian, penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dan *grit* dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia masih relatif terbatas (Takiuddun & Husnu, 2020), khususnya pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling di Universitas Jambi. Berdasarkan fenomena empiris dan kajian teoritis tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *grit* pada mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *grit* pada mahasiswa

Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi.

Kedua instrument tersebut menggunakan model skala Likert.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *grit* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial, sedangkan variabel terikat adalah *grit*. Responden penelitian berjumlah 211 mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi yang dipilih menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*.

Instrumen yang digunakan terdiri dari dua skala, yaitu skala *grit* dan skala dukungan sosial. Skala *grit* disusun berdasarkan teori dari Angela Duckworth (2016) yang mencakup dua dimensi, yaitu *perseverance of effort* dan *consistency of interest* yang terdiri dari 18 item, dengan nilai reliabilitas sebesar 0,852. Selanjutnya skala dukungan sosial disusun berdasarkan konsep Sarafino (2011) yang meliputi dukungan emosional, persahabatan, instrumental, dan informasional, dengan nilai reliabilitas sebesar 0,886

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi Persentase Dukungan Sosial

No	Indikator	Item	Skor Ideal	Skor Max	Skor Min	Σ	Mean	%	Ket
1	Dukungan Emosional	6	30	30	9	4601	21,80	72,69 %	Sedang
2	Dukungan Instrumental	6	30	30	10	4660	22,08	73,62 %	Sedang
3	Dukungan Informasi	4	20	20	9	3309	15,68	78,41 %	Sedang
4	Dukungan Persahabatan	4	20	20	10	3363	15,93	79,69 %	Sedang
Keseluruhan		20	100	100	38	15.933	75,49	75,51 %	Sedang

Tabel 2 Distribusi Persentase Grit

No	Indikator	Item	Ideal	Max	Min	Σ	Mean	%	Ket
1	Perseverance of effort	9	45	45	28	7602	36,36	80,80%	Tinggi
2	Consistency of interest	8	40	42	24	6846	32,44	81,11%	Tinggi
Keseluruhan		18	85	87	52	14.456	68,80	76,45%	Tinggi

Berdasarkan tabel yang dipaparkan diatas, dapat dijelaskan bahwa indikator dukungan emosional berada pada kategori sedang dengan persentase 72,69%. Indikator dukungan instrumental juga tergolong sedang karena memperoleh persentase 73,62%. Selanjutnya, dukungan informasi menunjukkan

persentase 78,41% yang masih berada dalam kategori sedang. Indikator dukungan persahabatan mencatat persentase sebesar 79,69% dan tetap termasuk kategori sedang. Secara umum, tingkat dukungan sosial mahasiswa berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata persentase sebesar 75,49%. Serta persentase secara keseluruhan dianalisis menggunakan rumus persentase menurut Sugiono (2021) maka dapat diketahui tingkat dukungan sosial mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi sebesar 75,51%

Selanjutnya untuk variabel grit dapat diketahui bahwa indikator *perseverance of effort* memperoleh persentase sebesar 80,80% dengan nilai rata-rata 36,36 sehingga termasuk dalam kategori tinggi. Selanjutnya, indikator *consistency of interest* memiliki persentase 81,11%

dengan nilai rata-rata 32,44 dan juga berada pada kategori tinggi. Secara keseluruhan, tingkat *Grit* mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan persentase rata-rata sebesar 68,8%. Maka dari itu persentase secara keseluruhan yang dianalisis menggunakan rumus persentase menurut Sugiono (2021) maka dapat diketahui tingkat grit mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi sebesar 76,45%. Selanjutnya untuk melihat pengaruh dukungan sosial terhadap grit maka di jabarkan tabel hasil analisis pengujian statistic sebagai berikut:

Tabel 2 Pengaruh Dukungan Sosial terhadap grit

Variabel	R	R ²	β	t	F	Sig.
Dukunga Sosial	0.36	0.13	0.36	5.70	32.58	0.00
n	7	5	7	9	8	0

Berdasarkan hasil analisis regresi, diperoleh nilai F sebesar 32.588 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), yang menunjukkan bahwa model regresi signifikan. Koefisien

regresi sebesar $\beta = 0.367$ dengan nilai $t = 5.709$ ($p < 0.05$) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap grit pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi. Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 52,502 + 0,216X$, yang berarti setiap peningkatan satu poin dukungan sosial diikuti peningkatan grit sebesar 0,216 poin.

Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,135 menunjukkan bahwa dukungan sosial menjelaskan 13,5% variasi grit, sedangkan 86,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Menurut Angela Duckworth (2016), grit dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti konsistensi minat (*consistency of interest*), latihan yang disengaja (*deliberate practice*), tujuan hidup (*purpose*), dan harapan (*hope*). Dengan demikian, dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang berkontribusi dalam pembentukan grit, meskipun bukan satu-satunya determinan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Syaprilla dan Aviani (2018) yang menemukan hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dan grit ($r = 0,338$; $p = 0,007$). Penelitian Amalya dan Cut

Metia (2025) juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasakan dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki kemampuan lebih baik dalam mempertahankan tujuan jangka panjangnya. Demikian pula, penelitian Naomi dan Safitri (2019) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap grit ($R^2 = 0,184$; $p = 0,001$).

Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Tanjung dan Satyawan (2021) yang menunjukkan bahwa berbagai bentuk dukungan sosial—baik dukungan emosional, informasi, instrumental, maupun penghargaan—berkorelasi signifikan dengan grit. Penelitian Sugeardhana dan Budiani (2023) turut mengonfirmasi adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial dan grit ($p < 0,05$). Konsistensi hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan dalam memperkuat ketekunan dan konsistensi mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik.

Secara teoritis, dukungan sosial membantu individu dalam menghadapi tekanan dan stres melalui pemberian bantuan emosional, informasi, maupun instrumental (Sarafino, 2011). Dalam konteks mahasiswa, dukungan dari

keluarga, teman sebaya, dan lingkungan akademik dapat meningkatkan motivasi, rasa percaya diri, serta daya tahan dalam menyelesaikan studi. Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial cenderung lebih mampu mempertahankan minat serta usaha dalam mencapai tujuan akademiknya.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima, yaitu terdapat pengaruh positif dan signifikan antara dukungan sosial terhadap grit. Dukungan sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang berperan dalam memperkuat daya juang dan ketahanan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik, meskipun kontribusinya masih relatif terbatas dibandingkan faktor internal individu.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara dukungan sosial terhadap grit pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan

kontribusi sebesar 13,5% terhadap variasi grit mahasiswa. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat grit yang dimiliki mahasiswa.

Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai salah satu faktor eksternal yang mendukung terbentuknya ketekunan dan konsistensi mahasiswa dalam mencapai tujuan akademik jangka panjang. Meskipun demikian, sebagian besar variasi grit dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut untuk mengidentifikasi faktor-faktor internal maupun eksternal lainnya yang berkontribusi terhadap pengembangan grit pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Amalya, A., & Metia, C. (2025). The influence of social support and hope on grit among final year university students. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 16(2), 125–131. <https://doi.org/10.23887/jibk.v16i2.101780>

- Duckworth, A. (2016). *Grit: Kekuatan passion dan kegigihan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Hayani, & Wulandari. (2017). Perbedaan kecenderungan perilaku agresi ditinjau dari harga diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 6. 32-42.
- Hayati, I., Marzal, J., & Saputra, E. (2021). *Klasifikasi mahasiswa berpotensi drop out menggunakan algoritma decision tree C4.5 dan naïve bayes di Universitas Jambi* (Skripsi, Universitas Jambi). <https://repository.unja.ac.id/id/eprint/25341>
- Heckman, J. J., & Kautz, T. (2012). Hard evidence on soft skills. *Labour Economics*, 19(4), 451–464.
- Izaach. (2017). Gambaran derajat grit pada mahasiswa akademi keperawatan di Kabupaten Kepulauan Aru. *Jurnal Psikologi Humanitas*, 1(1). <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i1.403>
- Mangiwa. (2021). *Perbedaan grit pada mahasiswa Makassar berdasarkan faktor demografi* (Skripsi). Repository Universitas Bosowa. <https://repository.unibos.ac.id/handle/123456789/8229>
- Mulyarti, N., Hayati, S., & Minarni, M. (2022). Gambaran grit pada mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2). <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1771>
- Naomi, & Safitri. (2019). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap grit pada mahasiswa anggota PSM di Universitas “X” Bandung. *Jurnal Humanitas*, 3(2). <https://doi.org/10.28932/humanitas.v3i2.2167>
- Rabbani, D. U. I. (2024). *Studi deskriptif mengenai grit pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta* (Skripsi, Universitas Negeri Jakarta). <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/49290>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology*:

- Biopsychosocial interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.
- Sugeardhana, S., & Budiani, S. (2023). Hubungan psychological capital dan dukungan sosial dengan grit pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3). <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i03.54271>
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syapriilla, S., & Aviani, Y. I. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan kegigihan (grit) pada mahasiswa Bidikmisi Psikologi Universitas Negeri Padang. *Jurnal Riset Psikologi*, 2018(4).
- Takiuddin, & Hansu. (2020). Grit dalam pendidikan. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 4(2). <https://doi.org/10.29408/jkp.v4i2.3081>
- Tanjung, & Satyawan. (2021). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dan grit pada siswa TNI di lembaga "X" Kota Bandung. *Jurnal Humanis*, 5(1). <https://doi.org/10.28932/humanitas.v5i1.3338>
- Tough, P. (2012). *How children succeed: Grit, curiosity, and the hidden power of character*. Houghton Mifflin Harcourt.