

Grit dan Self-Control pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Jesslyn Antoinette Justine dan Ellen Theresia

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung

e-mail: ellen.theresia@psy.maranatha.edu

Abstract

This research was conducted with the aim of knowing the relationship between grit and self-control which is a variable that can predict the lecture process and achievement. The study was conducted on 114 active students of the "X" Faculty of Medicine. The results of the calculation of correlation with the Spearman correlation method obtained correlation results of 0.531, meaning that there is a moderate, positive and significance relationship between grit and self-control in the 2015 Medical Faculty Students. The conclusion of this study is that there is a moderate relationship between grit and self-control. The researcher suggests that further researchers can conduct this research on respondents in other faculties, as well as gather further data regarding external and internal disorders that affect self-control.

Keywords: *grit, self control, college student*

I. Pendahuluan

1.1 Latar Belakang Permasalahan

Berdasarkan data dari BAN-PT (www.ban-pt-universitas.co, 2015), Fakultas Kedokteran merupakan salah satu jurusan terfavorit di Indonesia. Jumlah Perguruan Tinggi di Indonesia yang memiliki program studi Kedokteran atau Fakultas Kedokteran (pendidikan dokter) S1 yang sudah terakreditasi BAN-PT yaitu sebanyak 53 Perguruan Tinggi. Perguruan Tinggi tersebut terdiri dari 27 Universitas Negeri dan 26 Universitas Swasta, dengan perkiraan lulusan setiap tahunnya yaitu sebanyak 10.600 mahasiswa (www.kki.go.id, 2012).

Salah satu Universitas Swasta di Bandung yang memiliki Fakultas Kedokteran yaitu Universitas "X" yang terakreditasi B pada tahun 2014-2019 dan meningkat menjadi terakreditasi A pada tahun 2019 ([baa.universitas"x.edu](http://baa.universitas), 2019). Untuk meningkatkan akreditasi, Fakultas Kedokteran Universitas "X" berupaya melakukan seleksi yang cukup ketat. Tahun 2014 sampai 2015, hanya 20% saja calon mahasiswa yang diterima di Fakultas Kedokteran dari jumlah seluruh pendaftar di Fakultas Kedokteran. Tahun 2016 sebanyak 36% mahasiswa yang diterima dan tahun 2017 terdapat 31% mahasiswa yang diterima dari keseluruhan pendaftar di Fakultas Kedokteran. Selain itu, sebagian besar orang yang mendaftarkan diri ke Fakultas Kedokteran pada tahun 2014-2017, sebanyak 4.861 orang (97,85%) dari 4.968 orang memilih fakultas ini sebagai pilihan pertama. Jika dibandingkan dengan persentase penerimaan di program studi lain yang ada di Universitas "X" Bandung, maka kemungkinan calon mahasiswa untuk dapat diterima di Fakultas Kedokteran hanya

berkisar antara 9-13% saja.

Selain ketatnya proses seleksi terhadap calon mahasiswa baru, Fakultas Kedokteran Universitas “X” Bandung memiliki sasaran pembelajaran untuk meningkatkan kualitasnya, meliputi perancangan, pembelajaran, dan evaluasi hasil belajar (FK.Universitas“x”.edu, 2014). Indikatornya yaitu IPK dan lama studi, dengan target dari pihak fakultas yaitu 90% mahasiswa lulus tepat waktu (7 semester/3,5 tahun) dan IPK lulusan rata-rata 3,00. Untuk lulus tepat waktu, mahasiswa harus memenuhi indikator pembelajaran dari perkuliahan yang dijalani. Di Fakultas Kedokteran, perkuliahan yang dijalani menggunakan sistem blok. Terdapat 28 blok wajib dengan total SKS 145 (dalam jangka waktu 7 semester) dan IPK \geq 2,50 untuk lulus dari Fakultas Kedokteran dan mendapat gelar Sarjana Kedokteran (S. Ked). Perkuliahan yang dijalankan dengan sistem blok dilaksanakan dengan kurikulum KBK, dengan nilai minimal yaitu C (FK.Universitas“X”.edu, 2014).

Indikator dari sasaran pembelajaran yang ingin dicapai oleh Fakultas perlu dihayati juga oleh mahasiswa agar dapat tercapai. Berdasarkan *survey*, diketahui pula tujuan jangka panjang yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” Bandung yaitu sebanyak 24 orang (96%) memiliki tujuan jangka panjang untuk lulus 3,5 tahun dengan IPK sesuai harapan dan 1 orang (4%) memiliki tujuan jangka panjang untuk lulus 4 tahun. Hal ini juga menunjukkan mahasiswa memiliki tujuan yang selaras dengan tujuan Fakultas yaitu lulus sesuai masa studi 3,5 tahun. Untuk itu, target kelulusan dapat menjadi sasaran pembelajaran yang merupakan tujuan jangka panjang, sehingga mahasiswa Fakultas Kedokteran perlu gigih dalam mencapainya, serta perlu memertahankan minat terhadap tujuan jangka panjang ini dalam waktu yang lama. Inilah yang disebut *grit*.

Menurut Duckworth (2016), *grit* adalah kegigihan dan minat yang bertahan untuk waktu yang lama terhadap hal yang diminati, tanpa mengubah tujuan. Individu mampu terus bekerja keras dan bertahan tidak hanya beberapa hari atau minggu, namun beberapa bulan, bahkan tahun untuk membuat tujuannya menjadi kenyataan, tanpa mengubah tujuan tersebut. Sebagian besar mahasiswa yang memiliki minat untuk kuliah di Fakultas Kedokteran, yaitu sebanyak 20 orang (80%) menyatakan bahwa mereka telah banyak mengerahkan usaha untuk mencapai target kelulusan. Sedangkan 20% lainnya, menyatakan bahwa mereka kurang mengerahkan usaha untuk mencapai tujuan tersebut, karena kurang memiliki minat pada perkuliahan di Fakultas Kedokteran. Namun 2 orang lainnya (40%) memiliki minat pada perkuliahan di Fakultas Kedokteran walaupun tidak mengerahkan usaha yang kuat.

Hasil usaha yang sudah dilakukan, dapat terlihat dari IPK yang diraih mahasiswa. Dari 22 orang yang memiliki minat di Fakultas Kedokteran, sebanyak 20 orang (91%)

mengatakan telah banyak mengerahkan usaha untuk mencapai target kelulusan di Fakultas Kedokteran dan memiliki IPK 3,51 – 4,00. Sedangkan 2 orang lainnya (9%) yang hanya memiliki minat di Fakultas Kedokteran, namun kurang mengerahkan usaha untuk mencapai tujuan tersebut, memiliki IPK 2,76 – 3,50. Tiga orang yang kurang memiliki minat dan kurang mengerahkan usaha untuk mencapai tujuan jangka panjangnya di Fakultas Kedokteran ini, seluruhnya (100%) memiliki IPK 2,00–2,75. Bila dilihat dari hasil tersebut, prestasi mahasiswa (dalam bentuk pencapaian IPK) dapat dicapai melalui minat dan pengerahan usaha yang dimiliki oleh mahasiswa. Terlebih lagi, mengingat untuk dapat lulus dari Fakultas Kedokteran ini, syarat IPK yaitu minimal 2,50 dan dilansir dari Indeed (id.indeed.com, 2018) diketahui bahwa dalam pekerjaan, lulusan Fakultas Kedokteran yang dicari selalu melibatkan IPK, yaitu minimal 3,00. Hal ini membuat mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 Universitas “X” perlu berusaha untuk meningkatkan/menyesuaikan IP-nya dengan cara belajar dan mengerjakan setiap tugas semaksimal mungkin.

Untuk mencapai tujuan jangka panjang yaitu lulus tepat waktu sesuai dengan IPK yang diharapkan, mahasiswa perlu membuat tujuan jangka pendek. Berdasarkan survey, diketahui bahwa tujuan jangka pendek mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” Bandung yaitu lulus semua mata kuliah pada setiap semua blok dengan nilai yang maksimal, sehingga dapat meningkatkan IP (100%).

Berdasarkan *survey* kepada 25 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015, sebanyak 15 orang mahasiswa (60%) menganggap bahwa jadwal perkuliahan dan ujian mereka sangat padat (dari pagi hingga sore tanpa jeda dan mata kuliah yang mengadakan *pretest*, yaitu praktikum hampir diadakan setiap hari) dan butuh waktu lama untuk menyelesaikan tugas atau mempelajari bahan ujian, perkuliahan melelahkan, serta sulit mengatur waktu untuk belajar; selain itu 10 orang mahasiswa (40%) merasa jenuh di perkuliahan tahun ketiganya ini.

Pada pelaksanaannya, mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 ini seringkali dihadapkan pada gangguan-gangguan eksternal yang bertentangan dengan pengerjaan tugas dan belajar mereka. Berdasarkan *survey*, seluruh responden (100%) menyatakan seringkali terganggu oleh media sosial (*chat* masuk dan *stalking* di media sosial) pada *gadget* mereka saat mengerjakan tugas atau belajar. Selain media sosial, 5 orang (20%) mengatakan bahwa mereka juga terganggu oleh teman yang mengajak pergi/mengobrol. Gangguan-gangguan tersebut menurut 19 orang responden (76%) dihayati menghambat, sehingga pengerjaan tugas mereka menjadi tidak cepat selesai; dan bagi 6 orang lainnya (24%) tidak menghambat

pengerjaan tugas atau belajar mereka, dimana mereka tetap dapat mengerjakan tugas dengan konsentrasi. Adanya stimulus-stimulus tersebut menyebabkan mahasiswa cenderung perlu mengerahkan upaya untuk memusatkan perhatian mereka hanya pada tugas dan tidak terpengaruh oleh hal-hal menyenangkan yang sifatnya sementara dan tidak relevan dengan perkuliahan. Inilah yang disebut dengan *self-control*.

Menurut Duckworth dan Steinberg (2016), *self-control* adalah kapasitas individu untuk meregulasi perhatian (atensi), emosi, dan perilaku yang dilakukan individu secara sukarela untuk menghadapi gangguan yang bertentangan dengan tujuannya. *Self control* diperlukan saat individu berada dalam situasi konflik di antara dua kemungkinan tindakan yang ingin dilakukan. Satu mengarah pada tujuan yang sifatnya sementara sementara satu lagi mengarah pada tujuan yang lebih bermakna (Duckworth & Gross, 2014). Mahasiswa dapat dihadapkan pada situasi, apakah ingin menyelesaikan tugas dengan cepat, sebagai tujuan yang bermakna, atau melakukan *stalking* di media social, sebagai tujuan yang sifatnya memberikan kenyamanan yang sementara.

Self control mencakup tindakan yang menyelaraskan dengan tujuan yang bermakna meskipun terdapat alternatif yang lebih memikat. Sementara *grit* mensyaratkan individu untuk bekerja dengan tekun menuju tujuan superordinat yang menantang dengan melewati berbagai hambatan dalam jangka waktu bertahun-tahun atau bahkan puluhan tahun (Duckworth & Gross, 2014). Baik *grit* maupun *self control* mengacu pada tindakan untuk pencapaian tujuan. Namun keduanya memiliki arah tujuan, berjalan dengan cara yang berbeda dan dalam kurun waktu yang berbeda juga. Winker, Duckworth, dan Gross (2015), menjelaskan bahwa upaya individu untuk melakukan *self-control* bertujuan mengatasi gangguan-gangguan yang bertentangan dengan tujuan jangka pendeknya. Hal ini dapat berkaitan dengan fokus individu untuk mencapai tujuan jangka panjang. Upaya yang biasanya dilakukan saat timbul gangguan yang bertentangan atau tidak relevan dengan pelaksanaan kegiatan mengerjakan tugas dan belajar, dapat bervariasi. Sebanyak 21 orang (84%) tetap berusaha mengarahkan perhatiannya hanya kepada tugas dan menunda keinginan untuk mengecek media sosial atau *chat* masuk; dan 4 orang (16%) memilih untuk menyingkirkan HP/membisukan notifikasi (*silent*) pada HP, atau menjauh dari teman yang mengajaknya mengobrol ketika ia sedang belajar maupun mengerjakan tugas. Namun hal ini tidak selalu berlangsung demikian, Mahasiswa mengatakan bahwa usaha mereka pun untuk tetap berusaha mengahkan perhatian pada tugas, tidak berlangsung lama sehingga seringkali tugas tidak terselesaikan dengan optimal.

Grit dan *self control* menjadi dua variabel yang penting untuk dapat menjelaskan

kesuksesan dalam aspek yang berbeda di hidup individu. Keduanya saling berkaitan namun memiliki perbedaan. Terdapat individu yang memiliki *self control* tinggi untuk mengabaikan gangguan yang menghambat pencapaian tujuannya namun tidak mampu secara konsisten mencapai tujuan utamanya. Sebaliknya, terdapat individu yang *gritty* tapi menyerah terhadap gangguan yang datang (Duckworth & Gross, 2014). Saat mahasiswa memiliki kendali atas gangguan-gangguan yang dihadapi, mereka memiliki kendali atas gangguan yang sifatnya sementara. Hal ini dapat mengarahkan mahasiswa dalam usahanya dan konsistensi minatnya untuk mencapai tujuan jangka panjangnya, yaitu lulus sesuai dengan masa studi yang ditetapkan. Dari penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan *grit* dan *self-control* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 Universitas “X” Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Apakah terdapat hubungan *grit* dan *self-control* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 Universitas “X” Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

Maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *grit* dan *self-control* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 Universitas “X” Bandung.

1.4 Kerangka Pemikiran

Menurut Jeffrey Arnett, masa dewasa awal mencakup usia 18-29 tahun. Karakteristik individu pada masa ini adalah mulai melakukan eksplorasi identitas dalam hal pendidikan (seperti memilih jurusan sesuai dengan minatnya), serta merasa optimis dan memiliki harapan yang besar bahwa mereka dapat mencapai tujuan yang mereka inginkan, terutama di bidang prestasi. Selain memiliki pandangan yang optimis mengenai tujuan, mereka juga memiliki ketekunan dan kebulatan tekad dalam usaha mencapainya. Dalam hal kognitif, individu mulai serius melakukan *self-reflection*, yaitu berpikir mengenai kehidupan seperti apa yang mereka inginkan atau tujuan jangka panjang mereka, serta rencana-rencana apa yang dapat mereka lakukan untuk mencapai tujuan tersebut (Sussman & Arnett, 2014).

Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 di Universitas “X” Bandung berada pada kisaran usia 18-22 tahun, sehingga termasuk masa dewasa awal. Mereka terdorong untuk mencapai tujuan prestasi atau akademiknya dengan mulai menetapkan tujuan jangka panjangnya, yaitu lulus tepat waktu (3,5 tahun) dan juga rencana-rencana atau tujuan jangka

pendek yang mendukung tujuan jangka panjang mereka, yaitu berupa meningkatkan IPK setiap semesternya (dengan menyelesaikan tugas dan mengerjakan ujian-ujian blok). Mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” Bandung yang berada pada masa dewasa awal ini juga tetap berpegang teguh pada tujuannya tersebut, optimis, dan yakin bahwa mereka dapat mencapainya.

Untuk mencapai tujuan jangka pendek (peningkatan IPK di setiap semester), mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 di Universitas “X” yang berada pada tahun ketiga perkuliahan, seringkali dihadapkan pada kejenuhan dan gangguan-gangguan yang dirasakan bertentangan dengan penyelesaian tugas mereka, seperti media sosial dan teman. Kehadiran stimulus yang dapat dianggap sebagai gangguan yang bertentangan dengan tujuan jangka pendeknya, membuat mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” Bandung perlu mengontrol dirinya dalam menghadapi stimulus yang menghambat tersebut agar dapat mengarahkan perhatiannya dan berfokus pada materi atau tugas yang sedang ia kerjakan, sehingga mereka dapat menyelesaikan tugas tersebut dan mencapai tujuan jangka pendeknya (peningkatan IPK). Hal ini disebut dengan *self-control*.

Duckworth dan Steinberg (2016) mengungkapkan bahwa *self-control* adalah kapasitas individu untuk meregulasi perhatian (atensi), emosi, dan perilaku yang dilakukan individu secara sukarela untuk menghadapi stimulus yang bertentangan dan perlu dipuaskan dengan segera. *Self-control* ini merujuk pada bagaimana upaya regulasi yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” dalam menghadapi stimulus sementara yang menyenangkan dan bertentangan/menghambat dengan tujuan tersebut, yaitu media sosial/*gadget* dan teman untuk dapat fokus belajar dan mengerjakan tugas.

Self-control terdiri dari 2 aspek, yaitu *executive function tasks* dan *delay of gratification tasks* (Duckworth & Kern, 2011). *Executive function tasks* merujuk pada bagaimana mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” berusaha memusatkan perhatian dan tindakannya hanya pada tugas atau materi perkuliahan yang mendukung tujuan mereka. Sementara aspek *delay of gratification tasks* merujuk pada kemampuan mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” dalam menunda pemuasan stimulus yang menyenangkan bagi mereka, seperti media sosial/*gadget* dan ajakan teman untuk bermain/mengobrol.

Selain itu, Duckworth dan Gross (2014) mengatakan bahwa ketika individu memiliki *self-control*, hal ini akan cenderung menghantarkan upaya mereka dalam mengatasi stimulus yang tidak relevan dan bersifat sementara tersebut dengan tetap memfokuskan perhatian pada

aktivitas yang mendukung pembelajarannya dan/atau mencoba mengubah situasi di sekitar mereka agar mendukung pembelajarannya. *Self-control* yang dimiliki individu ini dapat mendukung upaya mereka dalam mencapai tujuan jangka pendek yang telah mereka rencanakan. Berdasarkan penelitian dalam jurnal tersebut juga dikatakan bahwa *self-control* berhubungan dengan prestasi individu.

Self-control yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas "X" akan menghantarkan mereka pada dua jenis upaya untuk mengatasi stimulus yang tidak relevan dan bersifat sementara tersebut, yaitu *situational strategies* atau *situational-selection strategies* dan *intrapsychic strategies*. *Situational strategies* atau *situational-selection strategies* yaitu berupa mahasiswa memilih lingkungan (fisik maupun sosial), situasi, atau bahkan memodifikasi situasi agar lebih mendukung pemenuhan tujuan jangka panjangnya ketika ia menghadapi stimulus yang bertentangan. Pada *intrapsychic strategies*, mahasiswa berusaha mengarahkan fokus kepada hal-hal yang dapat memfasilitasi/mendukung *self-control*, dengan cara mengarahkan perhatian kepada tugas yang sedang dikerjakan.

Derajat *self-control* yang dimiliki oleh individu akan memengaruhi bagaimana *situational* dan *intrapsychic strategies* yang dilakukan (Duckworth, Gendler, & Gross, 2016). Semakin tinggi derajat *self-control* yang dimiliki mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015, maka mereka akan cenderung menempatkan diri pada situasi yang dapat mendukung pencapaian tujuan dan memusatkan perhatian hanya pada tugas yang sedang dikerjakan, sehingga mereka jarang mengalami distraksi. Mereka akan berusaha fokus terhadap pembelajaran dan/atau mengubah situasi agar mendukung pembelajaran, sehingga mereka lebih *perseverance* (tekun) dan melakukan *deliberate practice* (kuantitas dan kualitas upaya yang ia lakukan) dalam mencapai tujuan jangka panjangnya (lulus 3,5 tahun) tersebut; begitu pula sebaliknya. *Perseverance* merupakan salah satu aspek yang terdapat dalam *grit*, sedangkan *deliberate practice* juga merupakan salah satu faktor yang memengaruhi *grit*.

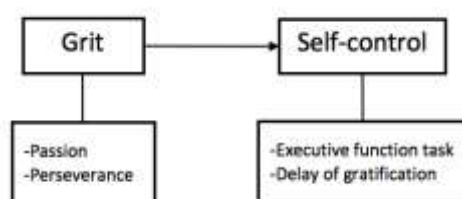
Menurut Duckwoth (2016), *grit* adalah minat dan ketekunan untuk mencapai tujuan jangka panjang. *Grit* terdiri dari dua aspek, yaitu *passion* dan *perseverance*. *Passion* merujuk pada seberapa stabil/konsisten mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 di Universitas "X" berpegang teguh pada tujuannya sepanjang waktu. Ketika mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas "X" memiliki *passion* terhadap tujuan yang ia tetapkan (target kelulusan), maka meskipun tujuan tersebut sulit, namun mereka tidak akan menyerah untuk mengganti tujuannya. Aspek kedua yaitu *perseverance*. *Perseverance* merujuk pada bagaimana mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas "X"

berusaha mengerjakan tugas dan belajar dengan lebih baik daripada sebelumnya, yaitu dengan fokus, sepenuh hati, serta mengasah terus kemampuannya hingga bertahun-tahun tanpa terpikir untuk menyerah.

Duckworth (2016) juga menjelaskan bahwa terdapat 2 faktor yang memengaruhi *grit*, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi *interest*, *deliberate practice*, *goal*, dan *hope*. *Interest* dapat terlihat dari mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” menikmati kegiatan mempelajari blok atau mengerjakan tugasnya. *Deliberate practice* berupa seberapa baik peningkatan kualitas mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” dalam mengerjakan tugas atau dalam belajarnya. Faktor *deliberate practice* juga turut dipengaruhi oleh derajat *self-control* yang dimiliki mahasiswa saat menghadapi stimulus tidak relevan ketika mengerjakan tugas dan belajar. *Goal* berupa hal apa yang ingin mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” capai, yaitu berupa target kelulusan. *Hope* berupa ekspektasi bahwa usaha mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” dapat meningkatkan masa depannya; harapan bahwa sesuatu dapat menjadi lebih baik melalui usaha yang ia kerahkan saat berkuliah kini. Faktor eksternal yang memengaruhi *grit* yaitu *playing fields of grit*. Hal ini berupa ketersediaan sarana untuk mengembangkan *grit* mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” dalam menunjang perkuliahannya.

Individu dengan *grit* yang tinggi akan cenderung bekerja dengan rajin dalam menghadapi tantangan, tujuan jangka panjang, dan bertahan dengan komitmennya terhadap tujuan tersebut ketika dihadapkan pada kesulitan (Robertson-Kraft & Duckworth, 2014). Mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X” dengan *grit* yang tinggi maka akan cenderung bertahan dan berusaha semaksimal mungkin untuk mencapai target kelulusannya, meskipun mengalami kejenuhan, bahan ujian sulit, dan banyak tuntutan tugas lainnya. Hal ini berlaku sebaliknya bagi individu yang memiliki *grit* rendah.

Maka dari itu, dengan melihat derajat *self-control* dan derajat *grit* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 di Universitas “X”, dapat diketahui hubungan antara kedua variabel tersebut. Lebih jelasnya dapat dilihat dari bagan di bawah ini:



Gambar 1. Model hubungan *Grit* dan *Self-control*

1.5 Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan yang positif antara *grit* dan *self-control* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 di Universitas “X” Bandung.

II. Metode Penelitian

Penelitian ini dirancang dengan menggunakan metode korelasional dengan melihat skor *grit* dan *self-control*. Sasaran penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 Universitas “X” Bandung.

2.1 Alat Ukur Penelitian

2.1.1 *Grit*

Alat ukur *grit* yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang disusun oleh O. Irene Prameswari Edwina dan Ni Luh Ayu Vivekananda, dan telah dimodifikasi oleh penulis yaitu dengan menambahkan tujuan jangka panjang. Alat ukur berupa *self-report* berbentuk skala Likert yang terdiri dari 18 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,87. Kuesioner memiliki empat pilihan jawaban yaitu Sangat Jarang (SJ), Jarang (J), Sering (S), dan Sangat Sering (SS).

2.1.2 *Self-Control*

Alat ukur disusun oleh peneliti berdasarkan teori *self-control* dari Duckworth (2016). Kuesioner ini dibuat untuk mengetahui gambaran *self-control* mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas praktikum, *pretest*, serta ujian blok. Kuesioner ini disusun berdasarkan aspek *executive function tasks* dan *delay of gratification tasks* dan terdiri dari 33 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,86. Setiap pernyataan memiliki empat pilihan jawaban yaitu Sangat Jarang (SJ), Jarang (J), Sering (S), dan Sangat Sering (SS).

2.2 Populasi Penelitian

Populasi sasaran pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2015 Universitas “X” Bandung, sebanyak 163 responden.

2.3 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara serentak kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran “Universitas X”, Angkatan 2015. Total mahasiswa yang

mengisi kuesioner adalah 114 mahasiswa.

2.4 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi. Untuk mendapatkan hasil sejauh mana hubungan antar kedua variabel tersebut, hal ini dapat ditentukan melalui uji korelasi *Rank Spearman* (r_s).

III. Hasil Penelitian

Tabel I. Hasil Uji Hipotesis

Korelasi	Koefisien Korelasi	gnifikansi Korelasi	Simpulan
<i>rit – Self- Control</i>	0,531	0.000	H ₀ ditolak, terdapat hubungan yang positif.

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan, maka diketahui H₀ ditolak. Artinya, terdapat hubungan positif yang signifikan antara *grit* dan *self-control*.

Tabel II. Gambaran Derajat *Self- Control* pada Responden

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	66	57,90%
Rendah	48	42,10%

Tabel III. Gambaran Derajat *Grit* pada Responden

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	41	35,96%
Rendah	73	64,04%
Total	114	100%

Tabel IV. Tabulasi Silang IPK (dalam perkuliahan) dan *Grit*

IPK	GRIT			TOTAL
	RENDAH	TINGGI		
3,51 – 4,00 (Dengan Pujian)	16 (59,26%)	11 (40,74%)		27 (100%)
2,76 – 3,50 (Sangat Memuaskan)	48 (67,61%)	23 (32,39%)		71 (100%)
2,00 – 2,75 (Memuaskan)	11 (68,75%)	5 (31,25%)		16 (100%)
	TOTAL			114 (100%)

IV. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diketahui bahwa terdapat hubungan yang moderat antara *grit* dan *self-control* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 di Universitas “X” Bandung ($r = 0,531$; $\alpha \leq 0,01$). Artinya semakin tinggi derajat *grit*, maka semakin tinggi pula *self-control* mahasiswa. Menurut Duckworth dan Gross (2014), *grit* mengarahkan individu untuk tetap konsisten terhadap minatnya dan memberikan usaha yang

lebih baik dari sebelumnya demi mencapai tujuan jangka panjang yang ia minati, meskipun ia mengalami kegagalan. Saat individu dapat fokus pada tujuan jangka panjangnya, diharapkan dapat mengarahkan individu untuk tetap fokus pada pekerjaan atau tugasnya ketika menghadapi berbagai stimulus yang dianggap sebagai gangguan sehari-hari, yang bertentangan dengan usaha pencapaian tujuan jangka pendek

Menurut Duckworth dan Steinberg (2016), *self-control* adalah kapasitas regulasi perhatian (atensi), emosi, dan perilaku yang dilakukan individu secara sukarela berdasarkan tujuan jangka pendeknya, dalam menghadapi gangguan yang bertentangan dan perlu dipuaskan dengan segera. Individu yang *gritty* merupakan individu yang cenderung bekerja dengan gigih dalam menghadapi tantangan, tujuan jangka panjang, dan bertahan dengan komitmennya terhadap tujuan tersebut meskipun dihadapkan pada kesulitan (Kraft & Duckworth, 2014). Derajat *self-control* yang dimiliki mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 (Tabel 2) sebagian besar tinggi, yaitu sebanyak 66 orang (57,90%). Hal ini menunjukkan bahwa ketika mengerjakan tugas perkuliahan atau mempelajari materi sehari-hari, mahasiswa mampu untuk mengarahkan perhatiannya dan fokus meskipun terdapat stimulus-stimulus eksternal yang tidak relevan dan menghambat pembelajaran.

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa lebih banyak mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 memiliki *grit* yang rendah, yaitu sebanyak 73 orang (64,04%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung mudah putus asa terhadap minatnya untuk mencapai tujuan ketika ia menghadapi hambatan. Derajat *self-control* yang dimiliki mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 yang memiliki *grit* rendah pun lebih banyak yang memiliki *self control* rendah. Hal ini menunjukkan bahwa ketika mengerjakan tugas perkuliahan atau mempelajari materi sehari-hari, mahasiswa mampu untuk mengarahkan perhatiannya dan fokus meskipun terdapat gangguan-gangguan eksternal yang tidak relevan dan menghambat pembelajaran.

Seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 yang memiliki *self-control* tinggi dan memiliki *grit* tinggi (100%) menunjukkan mampu untuk tetap fokus mengerjakan tugas maupun belajar dan menunda keinginan untuk memerhatikan stimulus yang bertentangan, seperti media sosial, *chat*, atau berkumpul bersama teman. Mereka akan gigih dalam mencapai tujuan jangka panjang, yaitu lulus tepat waktu dengan IPK sesuai harapan.

Sebaliknya, sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 yang memiliki *self-control* rendah, dan *grit* rendah (65,75%.) akan cenderung mudah menyerah atau mengganti tujuan ketika dihadapkan pada hambatan dalam mencapainya dan sulit mengarahkan perhatian pada materi dan sulit untuk menunda mengecek media sosial atau

chat yang lebih menyenangkan untuk dilakukan ketika sedang mengerjakan tugas tutorial dan praktikum atau belajar untuk *pretest skills lab*.

Derajat *grit* yang dimiliki individu juga dapat memprediksi keberhasilan akademik melalui pengerahan usaha yang sama besarnya dari waktu ke waktu demi mencapai tujuan (Duckworth & Gross, 2014). Keberhasilan akademik salah satunya dapat dilihat dari IPK yang diperoleh mahasiswa. Akan tetapi, dalam penelitian ini (Tabel 4), diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki IPK 3,51 – 4,00 (Dengan Pujian), lebih banyak (59,26%) memiliki *grit* yang rendah. Mahasiswa yang memiliki IPK 2,76 – 3,50 (Sangat Memuaskan), sebagian besar (67,61%) memiliki *grit* yang rendah. Selain itu, mahasiswa yang memiliki IPK 2,00 – 2,75 (Memuaskan), sebagian besar (68,75%) juga memiliki *grit* yang rendah. Hal tersebut menunjukkan dalam setiap kategori IPK sebagai indikator pencapaian prestasi mahasiswa, lebih banyak mahasiswa yang memiliki *grit* yang rendah. Hal ini menunjukkan mahasiswa cenderung bekerja kurang tekun dalam menghadapi tantangan, mencapai tujuan jangka panjang, dan kurang bertahan dengan komitmennya terhadap tujuan tersebut ketika dihadapkan pada kesulitan, walaupun nilai (IPK) mereka berada dalam kategori sangat memuaskan atau dengan pujian.

Di dunia pekerjaan, lulusan mahasiswa Fakultas Kedokteran diharapkan memiliki IPK minimal 3,00 (id.indeed.com, 2018). Perolehan IPK ini cukup berpengaruh pada peluang pekerjaan nanti, sehingga mahasiswa perlu mengarahkan perhatian atau fokus dalam mengerjakan tugas tutorial, *skills lab*, dan kuliah ceramah serta gigih meskipun menghadapi hambatan agar dapat mencapai tujuan jangka panjang, yaitu lulus tepat waktu dengan IPK sesuai dengan yang diinginkan.

V. Simpulan dan Saran

5.1 Simpulan

- a. Terdapat hubungan antara *grit* dan *self-control* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran. Hal ini berarti, semakin tinggi derajat *grit* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula derajat *self-control* yang mahasiswa.
- b. Sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2015 Universitas “X” Bandung memiliki *self-control* yang tinggi dalam menghadapi stimulus yang dihayati gangguan dari eksternal.

5.2 Saran

- a. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dilakukan penelitian mengenai peran *grit* terhadap *self control* pada mahasiswa
- b. Pihak Fakultas Kedokteran Universitas “X” Bandung dapat memberikan *training* kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran mengenai *grit* dan *self-control*, agar mengarahkan mahasiswa dalam membuat tujuan jangka panjang dan jangka pendek.

Daftar Pustaka

- Creswell, J. W. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. London: SAGE Publications, Inc.
- Duckworth, A. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. New York: Scribner.
- Duckworth, A., & Gross, J. J. (2014). Self-Control and Grit: Related but Separable Determinants of Success. *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 23, pp. 319–325. <https://doi.org/10.1177/0963721414541462>
- Duckworth, A., & Steinberg, L. (2016). *Unpacking Self-Control Understanding and Cultivating Self-Control in Children*. 9(1), 32–37. <https://doi.org/10.1111/cdep.12107>
- Duckworth, Angela L., Gendler, T. S., & Gross, J. J. (2016). Situational Strategies for Self-Control. *Perspectives on Psychological Science*, 11(1), 35–55. <https://doi.org/10.1177/1745691615623247>
- Duckworth, Angela Lee, & Kern, M. L. (2011). A meta-analysis of the convergent validity of self-control measures. *Journal of Research in Personality*, 45(3), 259–268. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.02.004>
- Friedenberg, L. (1995). *Psychological Testing: Design, Analysis, and Use*. Boston: Allyn & Bacon.
- Gordon, Virginia N & Habley, Wesley R. (2000). *Academic Advising: comprehensive handbook*. San Fransisco: Jessey-Bass.Inc, Publishers.
- Kraft, C. R., & Duckworth, A. (2015). True grit: trait-level perseverance and passion for long-term goals predicts effectiveness and retention among novice teachers. *Teachers College Record*, 116, 1-27.
- Nazir, M. (2009). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Robertson-Kraft, C., & Duckworth, A. (2014). True grit: Trait-level perseverance and passion

for long-term goals predicts effectiveness and retention among novice teachers. *Teachers College Record*, 116(3), 1–27.

Sussman, S., & Arnett, J. J. (2014). Emerging Adulthood. In *Evaluation & the Health Professions* (Vol. 37). <https://doi.org/10.1177/0114278714521812>

Sugiyono. (2001). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Daftar Rujukan

BAN-PT. (2015). *15 Universitas Jurusan Kedokteran Terbaik di Indonesia Peringkat A*, (<http://www.ban-pt-universitas.co/2015/04/daftar-universitas-jurusan-kedokteran-terbaik-di-indonesia.html>, diakses pada tanggal 13 Oktober 2017, pukul 17.00 WIB).

CXO today News Desk. (2016). *Too Much Social Media Hampers Employees Productivity: Study*, (<http://www.cxotoday.com/story/over-usage-of-social-media-hampers-employees-productivity-study/>, diakses pada tanggal 10 April 2018, pukul 19.00 WIB).

Direktorat Akademik. (2019). *Data Akreditasi Program Studi di “X”* (http://baa.”X”.edu/?page_id=746).

Duckworth, A. L. (2007). *Personality Processes and Individual Differences; Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals*. (Online). (<https://www.sas.upenn.edu/~duckworth/images/Grit%20JPSP.pdf>, diakses 1 Maret 2017, pukul 17.00 WIB).

Duckworth, A. L. (2017). *Q & A*. (Online). (<https://angeladuckworth.com/qa/>, diakses 23 Februari 2017, pukul 16.00 WIB).

Fakultas Kedokteran Universitas “X”. (2014). *Kebijakan Akademik FK “X” 2014*. (<http://fk.maranatha.edu/>, diakses pada tanggal 26 September 2017, pukul 06.34 WIB).

Fakultas Kedokteran Universitas “X”. (2014). *Spesifikasi PSPD FK “X” 2014 Revisi*. (<http://fk.”X”.edu/>, diakses pada tanggal 26 September 2017, pukul 06.36 WIB).

Indeed. (2018). *Lowongan Kerja Kedokteran*, (<https://id.indeed.com/lowongan-kerja?q=Kedokteran+ipk&l=>, diakses pada tanggal 27 Maret 2018, pukul 21.08 WIB).

Konsil Kedokteran Indonesia. (2012). *Daftar Akreditasi Program Studi Kedokteran Indonesia*, (http://www.kki.go.id/assets/data/menu/Akreditasi_Kedokteran_2012.pdf, diakses pada tanggal 18 Maret 2018, pukul 09.00 WIB).

Ristekdikti. (2012). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Perguruan Tinggi*, (<http://risbang.ristekdikti.go.id/regulasi/uu-12-2012.pdf>, diakses pada tanggal 3 Oktober 2017, pukul 13.44 WIB).