



Menjelajahi Grit: Sebuah Kajian Literatur Naratif

Tiara Dewi Tualeka¹, Khoiruddin Bashori²

^{1,2}Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

E-mail: tiara1907043017@webmail.uad.ac.id, khoiruddin.bashori@psy.uad.ac.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 2023-06-12 Revised: 2023-07-23 Published: 2023-08-02 Keywords: <i>Narrative Literature Review;</i> <i>Grit.</i>	The purpose of life is a fundamental thing that is important to have in the process of change and development of human life. Grit is an important thing for an individual to have because it can be a driving force for achievement and success in achieving goals. The purpose of this research is to describe grit as a new concept in the field of psychology. The method used in this research is a literature review. Based on the literature review that has been carried out, it was found that grit is one of the characteristics in an individual that is shown through perseverance and enthusiasm by overcoming difficult obstacles and challenges, which is seen through struggle, willingness to take risks, strong determination, and working relentlessly towards achieving success.
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2023-06-12 Direvisi: 2023-07-23 Dipublikasi: 2023-08-02 Kata kunci: <i>Kajian Literatur Naratif;</i> <i>Grit.</i>	Tujuan hidup menjadi hal mendasar yang penting untuk dimiliki dalam proses perubahan dan perkembangan hidup manusia. <i>Grit</i> menjadi hal penting untuk dimiliki oleh seorang individu karena dapat menjadi pendorong bagi pencapaian dan kesuksesan dalam mencapai tujuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan <i>grit</i> sebagai salah satu konsep baru dalam bidang ilmu psikologi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>literature review</i> . Berdasarkan kajian literatur yang telah dilakukan, ditemukan bahwa <i>grit</i> merupakan salah satu karakter dalam diri individu yang ditunjukkan melalui ketekunan dan semangat dengan mengatasi hambatan dan tantangan yang sulit, yang tampak melalui perjuangan, kemauan untuk mengambil risiko, tekad yang kuat, dan bekerja tanpa henti menuju tujuan.

I. PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk individu dan sosial mengalami perubahan dan perkembangan sesuai dengan berkembangnya zaman. Tujuan hidup menjadi hal mendasar yang penting untuk dimiliki dalam proses perubahan dan perkembangan hidup manusia. Proses pencapaiannya membutuhkan keyakinan dan keteguhan dengan upaya serta kerja keras (Taylor, 2013). Hal ini dikarenakan tujuan hidup menjadi salah satu faktor yang berkontribusi pada kesejahteraan dalam kehidupan manusia (Yuen et al., 2017). Pablo Picasso juga menyebutkan bahwa tujuan hidup hanya dapat dicapai melalui serangkaian rencana, yang mana harus diyakini, dan harus berusaha sekuat tenaga menuju tujuan tersebut (Houston, 2019). Hal-hal yang menjadi tujuan hidup manusia diantaranya adalah kebutuhan dasar yang muncul dalam diri manusia (Rainey, 2014). Maslow membagi kebutuhan-kebutuhan dasar manusia menjadi pemenuhan kebutuhan fisiologis, rasa aman, rasa kasih sayang, harga diri, dan aktualisasi diri (Taormina & Gao, 2013).

Berdasarkan psikologi positif, cara-cara seseorang atau usaha keras yang dilakukan

seseorang dalam mencapai sebuah tujuan disebut *grit*. *Grit* menjadi hal penting untuk dimiliki oleh seorang individu karena dapat menjadi pendorong bagi pencapaian dan kesuksesan dalam mencapai tujuan, terlepas dari dan melampaui apa yang disumbangkan oleh bakat dan kecerdasan dalam diri individu (Duckworth, 2016). Selain itu, beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa individu yang diidentifikasi memiliki *grit* sering kali menunjukkan upaya dan juga minat yang berkelanjutan selama bertahun-tahun terlepas dari kegagalan dan kemunduran yang dialami dalam kehidupannya dalam rangka mencapai tujuan hidup (Kevin dkk, 2020; Duckworth, 2016; Suzuki dkk, 2015; Duckworth & Gross, 2014).

Grit memerlukan kerja keras dan penuh semangat untuk dapat mencapai tujuan yang menantang, mempertahankan upaya dan minat yang tak tergoyahkan dalam periode waktu yang lama, terlepas dari adanya kegagalan, kemunduran dan hambatan, dan fase-fase stabilitas dalam proses mencapai tujuan (Christopoulou dkk, 2018). Jordan, dkk (2019)

mengatakan *grit* sebagai keterampilan non-kognitif utama yang mempengaruhi kemampuan seseorang (a) untuk menetapkan dan mengejar tujuan jangka panjang (tingkat tinggi) yang digerakkan oleh tujuan, dan (b) untuk keefektifan menyesuaikan kembali tujuan jangka pendek (tingkat rendah), dengan strategi pencapaian tujuan dalam menghadapi kesulitan yang dirasakan.

II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kajian literatur (*literatur review*), yaitu penelitian yang menggunakan metode pengumpulan uraian data dan informasi kepustakaan seperti buku, jurnal ilmiah, dan dokumen lainnya (Setyosari, 2016). *Literature review* sebagai landasan dari semua jenis penelitian (Manzilati, 2017). Fokus topik atau variabel yang digunakan dalam kajian literatur penelitian ini adalah *grit*. Peneliti mengumpulkan mengumpulkan informasi kepustakaan dan menggunakan teknik sitasi (*citation*) untuk mengetahui sumber asli dari data-data yang telah diperoleh. Sumber pustaka yang relevan terkait dengan variabel *grit* dianalisis, dengan membandingkan hasil penelitian satu dan lainnya, mencari kesamaan dan perbedaan, dan kemudian diringkaskan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Teori *grit* mulai dipopulerkan oleh Duckworth dengan memulai penelitiannya di tahun 2007, bersama timnya dari Universitas Pennsylvania yang kemudian berkembang hingga sekarang. Konsep *grit* dipayungi oleh paradigma psikologi positif, namun awal kemunculan *grit* berasal dari teori kepribadian jadi Duckworth dan rekannya (Duckworth dkk, 2007; Duckworth & Quinn, 2009) telah berfokus terutama pada hubungan konseptual dan empirisnya dengan ciri-ciri kepribadian lainnya. Paradigma atau pendekatan psikolog positif memayungi konsep *grit* karena memanfaatkan pendekatan berbasis kekuatan yang memfokuskan cara pandang terhadap manusia melalui karakter positif dalam diri setiap individu (Vela dkk, 2015). *Grit* termasuk dalam psikologi positif karena menunjukkan karakter positif yang mengarah pada pencapaian sehingga dapat memunculkan *authentic happiness* (Arif, 2016).

Grit didefinisikan oleh Stoltz (2014) sebagai kapasitas individu untuk menggali lebih dalam dan melakukan apa pun-bahkan berkorban, berjuang dan menderita untuk mencapai tujuan yang paling berharga dengan cara terbaik.

Hochanadel dan Finamore (2015) mendefinisikan *grit* adalah karakter individu terkait bagaimana mencapai tujuan jangka panjang dengan mengatasi hambatan dan tantangan. Thaler dan Koval (2015) mengatakan bahwa *grit* adalah karakter yang individu yang tampak melalui perjuangan keras, kemauan untuk mengambil risiko, rasa tekad yang kuat, bekerja tanpa henti menuju tujuan, mengambil tantangan dengan tenang, dan memiliki semangat dan ketekunan untuk mencapai hal-hal sulit, bahkan jika berada dalam keadaan yang paling sulit.

Duckworth (2016) mendefinisikan *grit* sebagai karakter individu yang ditunjukkan melalui perilaku mempertahankan ketekunan dan semangat untuk mencapai jangka panjang. Sementara itu, Jin dan Kim (2017) mendefinisikan *grit* berarti dedikasi individu untuk tujuan jangka panjang dengan antusiasme, yang erat kaitannya dengan kesuksesan melalui usaha menghadapi tantangan dan mempertahankan usaha untuk memenuhi kepuasan dirinya. Duckworth (2016) mengidentifikasi adanya 2 dimensi dari *grit* yang terdiri dari (1) *consistency of interest* adalah kemampuan untuk mempertahankan minat pada tujuan yang sudah ditetapkan. Individu yang mampu mempertahankan minat mereka pada tujuan mereka akan mencapai tujuan mereka daripada individu yang mudah teralih dengan hal lain selama proses mencapai tujuan. (2) *Perseverance of effort* adalah kemampuan untuk menuntaskan pekerjaan ataupun persoalan yang sedang dihadapi. Individu yang menggunakan kemampuan dirinya sebagai bentuk usaha dalam rangka mencapai tujuan agar berhasil dalam kehidupannya.

Sementara itu, Stoltz (2014) mengidentifikasi 4 dimensi lain dari *grit* yang terdiri dari (1) *Growth* adalah kecenderungan untuk mencari dan mempertimbangkan ide-ide baru, alternatif tambahan, pendekatan berbeda, dan perspektif baru. (2) *Resilience* adalah kemampuan individu untuk merespons secara konstruktif dan memanfaatkan secara ideal terhadap semua jenis kesulitan yang dialami. (3) *Instinct* adalah kemampuan individu untuk mengejar tujuan yang benar dengan cara terbaik dan paling cerdas menurut dirinya. (4) *Tenacity* adalah kemampuan individu bertahan, berkomitmen, dan tanpa henti mengejar apa pun yang dipilih untuk dicapai dalam hidupnya.

Duckworth (2016) mengemukakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi *grit* pada seorang individu, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari (1) *interest*

adalah ketertarikan atau hasrat yang terpelihara dari dalam diri terhadap hal-hal yang dianggap menarik dan ingin dituju serta menjadi bagian dari cita-cita atau tujuan sehingga dapat memberikan kepuasan. (2) *Practice* adalah melakukan latihan terencana dan berulang kali sehingga menjadi kebiasaan untuk memperbaiki kelemahan tertentu secara efisien guna tercapai tujuan yang ingin dicapai. (3) *Purpose* adalah keinginan atau niat untuk mencapai sesuatu dan ditandai dengan adanya perencanaan dengan maksud yang spesifik. (4) *Hope* adalah ekspektasi yang didasarkan pada pola pikir tumbuh sikap optimis melihat ke depan, bahwa upaya yang telah dilakukan dapat mengubah situasi agar menjadi lebih baik sehingga dapat memperbaiki masa depan.

Faktor eksternal terdiri dari (1) *parenting* adalah didikan dan asuhan yang bijaksana dari orangtua atau lingkungan individu dengan memberikan dukungan melalui kehangatan, saling menghormati, disertai standar yang tinggi sehingga mendorong individu untuk meniru dan memiliki ketabahan (*grit*) seperti orangtua atau lingkungannya. (2) *The playing field of grit* adalah situasi atau kondisi dimana individu dituntut untuk tabah dalam menjalani dan menghadapinya. (3) *The culture of grit* adalah norma dan nilai bersama dari sekelompok orang yang memiliki ketabahan dan mendorong individu untuk memiliki kekuatan mempertahankan ketabahan seperti orang di sekelilingnya guna dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tyndall dkk (2016) melakukan konstruksi berdasarkan hasil temuannya. *Grit* dipengaruhi oleh dua faktor yaitu (1) regulasi diri berarti mengatasi kemunduran, keuletan, kerja keras atau usaha, dan ketekunan secara konsisten dalam menghadapi tantangan. Hal ini menjadi bagian dari dimensi "*perseverance of effort*". (2) Tujuan jangka panjang berarti berfokus mempertahankan minat, dan komitmen terhadap tujuan. Hal ini termasuk dalam dimensi "*consistency of interest*".

Penelitian dari De Vera dkk (2015) menemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *grit* terdiri dari (1) faktor internal yaitu motivasi yang terdiri dari motivasi internal, efikasi diri, dan regulasi diri. Motivasi berarti dorongan dari dalam diri untuk bertanggung jawab hingga mencapai tujuan yang diinginkan. Individu memiliki dorongan internal dari dalam diri untuk bertanggung jawab mencoba berulang kali menyelesaikan hal yang telah dimulai untuk

mencapai tujuannya, karena adanya efikasi diri dan regulasi diri. (2) faktor eksternal yaitu dukungan sosial yang terdiri dari dukungan keluarga, teman, orang terdekat, pimpinan dan rekan kerja mempengaruhi individu untuk tetap berusaha mencapai tujuannya. Dukungan sosial merupakan faktor yang sangat krusial dalam mempengaruhi *grit*, namun dalam konteks komunitas asia.

Berdasarkan beberapa penelitian lainnya ditemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *grit* diantaranya adalah (1) jenis kelamin, siswa perempuan memiliki *grit* yang lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki (Christensen & Knezek, 2014). Hal ini kemungkinan terjadi karena adanya kemampuan perempuan untuk melakukan hal-hal secara *multi-tasking* dibandingkan laki-laki (Kuptsova & Ivanova, 2016). (2) usia, usia individu berpengaruh terhadap tinggi rendahnya *grit* dalam diri seseorang (Cupitt & Golshan, 2015; Griffin dkk, 2016). (3) pengasuhan juga mempengaruhi respon individu terhadap lingkungan terutama dalam usaha mencapai tujuan (Guerrero dkk, 2016).

Beberapa penelitian lain berhasil membuktikan bahwa *grit* penting untuk dimiliki oleh setiap individu, yang menunjukkan bahwa *grit* menjadi perantara kesuksesan seseorang dalam berbagai bidang baik pendidikan, pekerjaan, maupun pernikahan adalah *grit*. Penelitian tersebut diantaranya adalah *grit* dapat memprediksi keberhasilan individu dalam situasi seperti kemungkinan yang lebih besar untuk memiliki prestasi akademik yang panjang; misalnya gelar yang lebih tinggi (Duckworth et al., 2007), untuk tenaga guru baru, dapat secara efektif mengelola penempatan pertama mereka di sekolah dan kinerja mengajar yang lebih baik (Duckworth dkk, 2009), untuk prajurit, dapat mengikuti dan mampu melewati pelatihan militer yang keras (Duckworth dkk, 2007; Eskreis-Winkler dkk, 2014).

Dampak positif yang diperoleh jika individu memiliki *grit* yang tinggi adalah meningkatnya ketahanan yang berkelanjutan dalam pekerjaan yang sulit (Duckworth & Quinn, 2009), tindakan yang tenang serta berhati-hati di dalam diri individu (Duckworth dkk, 2010), cenderung antusias dan gigih dalam mengejar tujuan jangka panjang (Von Culin et al., 2014) dengan melakukan latihan yang rutin (Reed et al., 2013), disertai emosi dan harapan yang lebih positif dalam mengerjakan tugas-tugas (Lucas dkk, 2015).

Grit yang tinggi juga memberikan dampak positif terhadap kebahagiaan dan kepuasan hidup (Singh & Jha, 2008), kesejahteraan psikologis (Vainio & Daukantaite, 2015) maupun kesejahteraan subjektif (Zulkifli, 2018), dan keharmonisan dalam kehidupan (Vainio & Daukantaite, 2015), serta perkembangan pola pikir (Mas'udah, 2019). Selain itu, *grit* juga memberikan dampak positif terhadap hubungan sosial (Duckworth & Yeager, 2015), sikap kepemimpinan yang positif (Schimschal & Lomas, 2019), menurunkan kecemasan (Musumari dkk, 2018), dan penurunan tingkat depresi (Majeed dkk, 2019), serta resiliensi (Drury, 2019).

Sementara itu, dampak negatif yang diperoleh individu dengan *grit* yang rendah adalah kesulitan dalam pengambilan keputusan untuk menetapkan karir (Septania & Khairani, 2019), kurangnya keterikatan kerja (Tiara & Rostiana, 2018), prokrastinasi akademik (Septania dkk, 2018), dan stres yang kemungkinan menjadi pemantik munculnya masalah pada hal-hal yang lain (Lee, 2017).

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan kajian literatur diatas, dapat disimpulkan bahwa bahwa *grit* adalah karakter individu yang ditunjukkan melalui perilaku untuk mempertahankan ketekunan dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang dengan mengatasi hambatan dan tantangan yang sulit, yang tampak melalui perjuangan keras, kemauan untuk mengambil risiko, rasa tekad yang kuat, bekerja tanpa henti menuju tujuan. *Grit* ada dalam diri individu karena adanya *consistency of interest, perseverance of effort, growth, resilience, instinct*, dan *tenacity*. Selain itu ada 2 faktor yang mempengaruhi *grit* dalam diri individu yaitu faktor internal berupa *interest, practice, purpose, hope*, regulasi diri, dan motivasi. Faktor eksternal berupa *parenting, the playing field of grit, the culture of grit*, dukungan sosial, serta secara demografi dari jenis kelamin dan usia. Perkembangan penelitian terkait *grit* diharapkan dapat membantu menjelaskan karakter positif dalam diri manusia, guna mencapai tujuan hidup masing-masing.

B. Saran

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan, harapan peneliti bahwa hasil

penelitian dapat menjadi bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik serupa, disarankan mempertajam topik penelitian dan dikembangkan melalui berbagai pendekatan penelitian lainnya seperti kualitatif ataupun kuantitatif.

DAFTAR RUJUKAN

- Arif, I. S. (2016). *Psikologi positif: Pendekatan saintifik menuju kebahagiaan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Christensen, R., & Knezek, G. (2014). Comparative measures of grit, tenacity, and perseverance. *International Journal of Learning Teaching and Educational Research*, 8(1), 16–30.
- Christopoulou, M., Lakioti, A., Pezirkianidis, C., Karakasidou, E., & Stalikas, A. (2018). The role of grit in education: A systematic review. *Psychology*, 9, 2951–2971 doi: 10.4236/psych.2018.915171.
- Cupitt, C., & Golshan, N. (2015). Participation in higher education online: demographics, motivators, and grit. *Paper Presented at the STARS Conference*, Melbourne, VIC.
- De Vera, M. J., Gavino Jr, J. C., & Portugal, E. J. (2015). Grit and superior work performance in an Asian context. *Proceedings of 11th International Business and Social Science Research Conference*, Crowne Plaza Hotel, Dubai.
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: the power of passion and perseverance*. New York: Scribner.
- Duckworth, A. L., & Gross, J. J. (2014). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Associations for Psychological Science*, 23(5), 319–325 doi: 10.1177/0963721414541462.
- Duckworth, A. L., Kirby, T. A., Tsukayama, E., Berstein, H., & Ericsson, K. A. (2010). Deliberate practice spells success: Why grittier competitors triumph at the national spelling bee. *Psychological and Personality Science*, 2(2), 174–181.
- 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 doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the short grit scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166–174 doi: 10.1080/00223890802634290.
- Duckworth, A. L., Quinn, P. D., & Seligman, M. E. P. (2009). Positive predictors of teacher effectiveness. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 540–547. <https://doi.org/10.1080/17439760903157232>.
- Duckworth, A. L., & Yeager, D. S. (2015). Measurement Matters. *Educational Researcher*, 44(4), 237–251. <https://doi.org/10.3102/0013189X15584327>.
- Drury, L. E. (2019). Deconstructing resilience: Running personality, and psychopathology. Thesis. Department of Psychological Science, College of William & Mary.
- Eskreis-Winkler, L., Shulman, E. P., Beal, S. A., & Duckworth, A. L. (2014). The grit effect: predicting retention in the military, the workplace, school and marriage. *Frontiers in Psychology*, 5. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00036>
- Griffin, M. L., McDermott, K. A., McHugh, R. K., Fitzmaurice, G. M., & Weiss, R. D. (2016). Grit in patients with substance use disorders. *The American Journal on Addictions*, 25(8), 652–658. <https://doi.org/10.1111/ajad.12460>.
- Guerrero, L. R., Dudovitz, R., Chung, P. J., Dosanjh, K. K., & Wong, M. D. (2016). Grit: A Potential Protective Factor Against Substance Use and Other Risk Behaviors Among Latino Adolescents. *Academic Pediatrics*, 16(3), 275–281. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2015.12.016>.
- Hochanadel, A., & Finamore, D. (2015). Fixed And Growth Mindset In Education And How Grit Helps Students Persist In The Face Of Adversity. *Journal of International Education Research (JIER)*, 11(1), 47–50. <https://doi.org/10.19030/jier.v11i1.9099>
- Houston, E. (2019). What is goal setting and how to do it well. <https://positivepsychology.com/goal-setting>.
- Jin, B., & Kim, J. (2017). Grit, Basic Needs Satisfaction, and Subjective Well-Being. *Journal of Individual Differences*, 38(1), 29–35. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000219>.
- Jordan, S. L., Ferris, G. R., Hochwarter, W. A., & Wright, T. A. (2019). Toward a Work Motivation Conceptualization of Grit in Organizations. *Group & Organization Management*, 44(2), 320–360. <https://doi.org/10.1177/1059601119834093>.
- Kevin, J., Veena, P., Aiswarya, R., & Shiva, V. (2020). Mutual influence of partners' grit among partners of different socioeconomic status. *International Journal of Research and Review*, 7(1), 526–533.
- Kuptsova, S., & Ivanova, M. (2016). Why Men Find Switching Tasks More Difficult. <https://iq.hse.ru/en/news/196842117.html>.
- Lee, W. W. S. (2017). Relationships among grit, academic performance, perceived academic failure, and stress in associate degree students. *Journal of Adolescence*, 60(1), 148–152. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.006>.
- Lucas, G. M., Gratch, J., Cheng, L., & Marsella, S. (2015). When the going gets tough: Grit predicts costly perseverance. *Journal of Research in Personality*, 59, 15–22. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2015.08.004>.
- Majeed, U., Sardar, Z., Kiran, N., Imam, H. S. H., Sardar, H., & Adil, S. (2019). Association of grit with depression among medical students. *APMC Original Article*, 13(4), 260–262.
- Manzilati, A. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif: Paradigma, metode dan aplikasi*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
- Mas'udah, I. (2019). Pengaruh growth mindset terhadap grit akademik pada mahasiswa

- yang mengikuti organisasi Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Musumari, P. M., Tangmunkongvorakul, A., Srithanaviboonchai, K., Techasrivichien, T., Suguimoto, S. P., Ono-Kihara, M., & Kihara, M. (2018). Grit is associated with lower level of depression and anxiety among university students in Chiang Mai, Thailand: A crosssectional study. *PLOS ONE*, 13(12), 1–16.
- Rainey, L. Y. (2014). The search for purpose in life: An exploration of purpose, the search process, and purpose anxiety *Dissertation*. University of Pennsylvania.
- Reed, J., Pritschet, B. L., & Cutton, D. M. (2013). Grit, conscientiousness, and the transtheoretical model of change for exercise behavior. *Journal of Health Psychology*, 18(5), 612–619. <https://doi.org/10.1177/1359105312451866>.
- Schimschal, S. E., & Lomas, T. (2019). Gritty Leaders: The Impact of Grit on Positive Leadership Capacity. *Psychological Reports*, 122(4), 1449–1470. <https://doi.org/10.1177/0033294118785547>.
- Septania, S., Ishar, M., & Sulastri. (2018). Pengaruh grit terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung. *Seminar Nasional Psikologi*, 16–28 doi: 10.15548/tajdid.v22i1.279.
- Septania, S., & Khairani, K. (2019). Pengaruh grit dan gender dalam pengambilan keputusan karir mahasiswa. *TAJID: Jurnal Ilmu Keislaman Dan Ushuluddin*, 22(1), 19–27. <https://doi.org/10.15548/tajdid.v22i1.279>.
- Setyosari, P. (2016). *Metode penelitian pendidikan dan pengembangan* (Keempat). Jakarta: Prenadamedia Group.
- Singh, K., & Jha, S. D. (2008). Positive and negative affect and grit as predictors of happiness and life satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34, 40–45.
- Stoltz, P. G. (2014). *Grit: The new science of what it takes to persevere, flourish, succeed*. New York: ClimbStrong Press, Inc.
- Suzuki, Y., Tamesue, D., Asahi, K., & Ishikawa, Y. (2015). Grit and Work Engagement: A Cross-Sectional Study. *PLOS ONE*, 10(9), e0137501. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0137501>.
- Taormina, R. J., & Gao, J. H. (2013). Maslow and the Motivation Hierarchy: Measuring Satisfaction of the Needs. *The American Journal of Psychology*, 126(2), 155–177. <https://doi.org/10.5406/amerjpsyc.126.2.0155>.
- Taylor, S. (2013). *The power of purpose: Why is a sense of purpose so essential for our well-being?* <https://www.psychologytoday.com/us/blog/out-the-darkness/201307/the-power-purpose>.
- Thaler, L. K., & Koval, R. (2015). *Grit to great: how perseverance, passion, and pluck take you from ordinary to extraordinary* (First). New York: Crown Publishing Group.
- Tiara, S., & Rostiana, R. (2018). Peran kualitas kehidupan kerja dan grit terhadap keterikatan kerja pada generasi millennial di industri perbankan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 342. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1631>.
- Tyndall, C., Dumke, E., Naff, D., Crowder, A., & Cauley, K. (2016). A qualitative exploration of grit in successful pre-health college students. *American Psychological Association Annual Convention*.
- Vainio, M. M., & Daukantaite, D. (2015). Grit and different aspects of well-being: Direct and indirect relationships via sense of coherence and authenticity. *Journal of Happiness Studies*, Springer. doi: 10.1007/s1092-015-9688-7.
- Vela, J. C., Lu, M.-T. P., Lenz, A. S., & Hinojosa, K. (2015). Positive Psychology and Familial Factors as Predictors of Latina/o Students' Psychological Grit. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 37(3), 287–303.

<https://doi.org/10.1177/0739986315588917>.

Von Culin, K. R., Tsukayama, E., & Duckworth, A. L. (2014). Unpacking grit: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals. *The Journal of Positive Psychology*, 9(4), 306–312. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.898320>.

Yuen, M., Lee, Q. A. Y., Kam, J., & Lau, P. S. Y. (2017). Purpose in Life: A Brief Review of the Literature and Its Implications for School Guidance Programs. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 27(1), 55–69. <https://doi.org/10.1017/jgc.2015.18>.

Zulkifli, H. R. A. (2018). Pengaruh grit, syukur, dan school engagement terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.