

# Positive Thinking dan Academic Grit pada Siswa SMA di Wilayah Kepulauan Selayar

Destriani Destriani<sup>1\*</sup>, M. Ahkam Alwi<sup>1</sup>

[1] Universitas Negeri Makassar, Indonesia.

## Abstract

Academic grit is an important psychological factor that enables students to maintain persistence, consistency, and commitment in facing academic challenges. Students in island regions may encounter unique educational barriers, including limited access, fluctuating school engagement, and the risk of dropout, making academic grit particularly relevant to examine. This study aimed to investigate the relationship between positive thinking and academic grit among students at SMA Negeri 6 Selayar. A quantitative approach with a correlational design was employed. The participants consisted of 209 high school students selected using incidental sampling. Data were collected using psychological scales measuring positive thinking and academic grit. Data analysis was conducted using correlation testing to determine the strength and direction of the relationship between the two variables. The results showed a significant positive relationship between positive thinking and academic grit ( $r = 0.534$ ;  $p < 0.001$ ). This finding indicates that students with higher levels of positive thinking tend to demonstrate stronger academic grit. Positive thinking may help students interpret academic difficulties more constructively, maintain motivation, and persist in completing learning tasks despite obstacles. The findings highlight the importance of strengthening students' positive cognitive orientation as part of efforts to enhance academic resilience and persistence. This study provides practical implications for schools, teachers, and guidance and counseling services in developing programs that foster positive thinking, learning motivation, and academic perseverance among high school students, particularly in educational contexts with geographical and social challenges.

**Keywords:** Positive Thinking; Academic Grit; High School Students; Academic Resilience; School Counseling

## Article Info

Artikel History: Submitted: 2026-02-02 | Published: 2026-03-31

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v16i1.15680>

Vol 16, No 1 (2026) Page: 446 - 457

(\*) Corresponding Author: Destriani Destriani, Universitas Negeri Makassar, Indonesia, Email: [ecydestr@gmail.com](mailto:ecydestr@gmail.com)



This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

## PENDAHULUAN

Pendidikan pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) berperan penting dalam membentuk mindset atau pola pikir dan karakter siswa sebelum melanjutkan ke pendidikan dengan tahap yang lebih tinggi atau dunia kerja. Salah satu karakter yang penting untuk dikembangkan dalam pendidikan adalah karakter yang tangguh dalam belajar (Takiuddin & Husnu, 2020). Karakter tangguh dapat membuat siswa sukses dalam pendidikan dan kehidupan. Bukan hanya kecerdasan yang tinggi yang perlu dimiliki siswa, tetapi juga bagaimana siswa mampu mempertahankan ketekunan dan konsistensi untuk tetap bertahan di tengah berbagai tuntutan akademis yang berbeda dari siswa lain (Hornstra, Bakx, Mathijssen & Desnissen, 2020).

Tuntutan akademik merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan siswa. Beberapa tuntutan yang dialami oleh siswa adalah tuntutan tugas-tugas yang berat, laporan, pelaksanaan ujian, tuntutan untuk meraih prestasi, tuntutan untuk dapat lulus dengan nilai yang memadai (Irawan, Renata & Dachmiati 2022), kesulitan dan belajar, rasa tidak berdaya dan merasa tertekan (Fook & Sidhu, 2015). Penelitian terbaru mengungkap bahwa siswa menghadapi tekanan dari berbagai sumber, seperti harapan keluarga yang tinggi, banyaknya materi kurikulum dan tugas akademik, serta tantangan dalam mengatur waktu untuk menyeimbangkan sekolah dengan kehidupan sosial, dan membuat keputusan terkait jalur karier (Dada, Babatunde & Adeleye, 2019). Dalam situasi-situasi ini, kemampuan siswa untuk bertahan dan terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan menjadi sangat penting. Siswa yang mampu bertahan menghadapi dan mengatasi berbagai tuntutan akademik dalam kurun waktu yang diperlukan ialah siswa yang menerapkan konsep grit (Teimouri, Plonsky & Tabandeh, 2022). Kemampuan individu untuk menjaga energi, semangat, dan ketekunan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan demi mencapai tujuan sangat dipengaruhi oleh grit (Septania & Proborini, 2020). Grit dalam bidang akademik dikenal dengan *academic grit* (Clark & Malecki, 2019).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Valenta (Muhibbin & Wulandari, 2021) di Indonesia pada periode 2016-2019, terdapat 285.404 anak yang putus sekolah. Survei ini juga menunjukkan bahwa angka putus sekolah tertinggi terjadi pada siswa sekolah menengah. Berdasarkan data ATS yang dikutip oleh Said (2024) bahwa Pemerintah Kabupaten Kepulauan Selayar, Sulawesi Selatan, mencatat sebanyak 2.763 anak tidak sekolah (ATS) tahun 2024. Anak-anak tidak sekolah terbanyak tersebar di wilayah kepulauan, yakni sebesar 59% atau 1.639 orang. Tercatat anak tidak sekolah berada pada usia 7 hingga 18 tahun atau tersebar di tingkat SD, SMP dan SMA. Disebutkan pula faktor yang lain mendasari tingginya angka ATS di kepulauan Selayar yakni kurangnya motivasi dan ketahanan dalam diri individu.

SMA Negeri 6 Selayar merupakan salah satu sekolah yang berada di wilayah kepulauan Selayar. Berdasarkan data angka putus sekolah yang diperoleh dari pihak sekolah SMA Negeri 6 Selayar dari tahun 2014 hingga 2025, terlihat bahwa terdapat fluktuasi yang cukup tajam. Angka tertinggi terjadi pada tahun 2014 (22 siswa), 2021 (21 siswa), dan 2019 (19 siswa). Sementara angka tahun 2024 juga masih cukup tinggi yaitu 12 siswa, dan meskipun pada 2025 menurun menjadi 5 siswa, kondisi ini tetap menunjukkan adanya permasalahan yang perlu mendapat perhatian, terutama terkait dengan motivasi belajar dan ketahanan dalam belajar yang dilaporkan rendah oleh beberapa studi (Charoline & Mujazi, 2022; Muhibbin & Wulandari, 2021).

Dalam analisis Valenta (Muhibbin & Wulandari, 2021) diungkapkan bahwa

faktor penyebab putus sekolah salah satunya adalah rendahnya minat siswa. Sejalan dengan studi Kamsihyati, Sutomo dan Suwaryo (2016) dan Maghfirah (2019) menyebutkan bahwa faktor internal yang menyebabkan siswa putus sekolah adalah rendahnya minat. Di sisi lain studi Utami dan Rosyid (2020) mengenai faktor penyebab siswa putus sekolah disebutkan salah satu faktornya adalah kurangnya tekad yang kuat. Seperti yang diungkapkan oleh Duckworth et al (2007) bahwa minat dan tekad menjadi dua aspek penting dari grit sehingga grit pada individu akan bermasalah ketika kedua aspek tersebut rendah.

Hasil survei data awal penelitian tanggal 22 September 2024 terhadap siswa SMA Negeri 6 Selayar berjumlah 40 orang, ditemukan bahwa 52,5% siswa sering merasa ingin menyerah ketika menghadapi tugas yang sulit. Reaksi siswa jika menghadapi tugas akademik yang menantang dan sulit pun Data juga menunjukkan bahwa 32% siswa mengaku sering menunda-nunda mengerjakan tugas akademik, bahkan 35 % siswa mengaku bahwa mereka sering kehilangan minat pada mata pelajaran yang awalnya mereka sukai. Secara keseluruhan, hasil data awal ini ditemukan bahwa masih sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan akademik, yang terlihat dari tingginya persentase siswa yang merasa ingin menyerah, mengalami tekanan emosional, menunda tugas, serta kehilangan minat belajar. Temuan-temuan ini memperkuat dugaan bahwa ada masalah pada grit akademik siswa SMAN 6 Selayar, terutama jika dikaji berdasarkan tiga aspek utama academic grit yang di sebutkan oleh Clark dan Malecki (2019), yaitu tekad, resiliensi, dan fokus.

Studi terdahulu telah menunjukkan banyak faktor yang mempengaruhi grit akademik. Meski begitu, dari berbagai faktor yang ditemukan ada faktor yang belum banyak diteliti secara mendalam, khususnya di Indonesia, yakni positif thinking. Dari pencarian literatur, penelitian yang secara eksplisit membahas keterampilan berpikir positif dalam kaitannya dengan grit pada siswa yakni penelitian Çelik dan Sarıçam (2018). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa keterampilan berpikir positif mampu meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan secara optimis dan gigih. Adapun studi yang dilakukan oleh Alshammari dan Alboliteeh (2020) yang mengkaji tentang hubungan berpikir positif dan grit pada mahasiswa keperawatan di Arab Saudi. Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara berpikir positif dengan grit pada mahasiswa keperawatan. Berpikir positif memungkinkan mahasiswa keperawatan untuk mengatasi tugas-tugas yang membuat stres dengan menumbuhkan psikologi positif yang berfokus pada kekuatan diri mereka.

Penelitian mengenai hubungan *positive thinking* dan *academic grit* pada siswa SMA, khususnya di wilayah kepulauan seperti Selayar, masih sangat terbatas. Padahal, karakteristik wilayah kepulauan dengan berbagai keterbatasan akses pendidikan dan tingginya angka putus sekolah menjadikan penelitian ini penting untuk dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada pengkajian hubungan *positive thinking* dan *academic grit* pada siswa SMA Negeri 6 Selayar yang berada di wilayah kepulauan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi pendidikan, khususnya terkait pentingnya *positive thinking* dalam mendukung ketahanan akademik siswa di daerah kepulauan.

## METODE

### Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan variabel penelitian *positive thinking* sebagai variabel bebas dan *grit academic* sebagai variabel terikat. Pendekatan ini dilakukan dengan memberikan sejumlah pernyataan kepada para responden untuk dijawab sesuai dengan kondisi atau pandangan mereka (Sugiyono, 2019). Pendekatan kuantitatif menggunakan instrumen untuk menghasilkan data berupa angka yang kemudian akan dirangkum dalam analisis deskriptif dan analisis inferensial.

### Partisipan

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 6 Selayar. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa (i) dari SMA Negeri 6 Selayar yang berjumlah 209 siswa dengan menggunakan *sample size calculator* dari *Raosoft*. Pengambilan data menggunakan teknik *accidental sampling*. *Accidental sampling* atau dapat juga disebut sebagai *sampling kebetulan* merupakan prosedur yang melibatkan individu mana pun yang secara kebetulan ditemui asalkan memenuhi kriteria yang telah ditetapkan untuk berpartisipasi sebagai subjek penelitian (Sugiyono, 2019).

### Instrumen Penelitian

Penelitian ini memakai skala Likert untuk menilai sikap, pendapat, serta persepsi baik individu maupun kelompok terhadap suatu fenomena sosial. Alat ukur yang digunakan adalah *Academic Grit Scale* yang telah diadaptasi Saputra dan Nugraha (2023) berdasar pada tiga aspek dari Clark dan Malecki (2019) untuk mengukur *Academic grit* (10 aitem). Adapun ketiga aspek tersebut meliputi *determination* (tekad), *resilience* (ketangguhan), dan *focus* (fokus). Skala *positive thinking* disusun untuk mengukur tingkat berpikir positif pada siswa. Skala ini didasarkan pada empat aspek yang dinyatakan oleh Albercht (1980) dan telah dikonstruksi oleh Afriliya (2018). Adapun keempat aspek tersebut mencakup *positive expectation* (harapan positif), *self affirmation* (afirmasi diri), *Non-judgement talking* (pernyataan tidak memihak), dan *Reality adaptation* (penyesuaian terhadap kenyataan). Instrumen ini memuat 19 aitem yang diukur menggunakan skala Likert.

Hasil validitas dilakukan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dengan bantuan *software Jamovi* versi 2.3.28. Aitem dinyatakan valid apabila memiliki nilai *factor loading*  $\geq 0,30$ . Kelayakan model diukur menggunakan indeks *goodness of fit* seperti CFI, TLI, RMSEA, dan SRMR. Hasil CFA menunjukkan seluruh aitem pada skala *academic grit* (10 aitem) dan *positive thinking* (19 aitem) dinyatakan valid dengan nilai *factor loading* masing-masing berkisar antara 0,476–0,841 dan 0,307–0,813. Hasil uji model fit juga menunjukkan bahwa kedua skala memenuhi kriteria kelayakan model. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai reliabilitas skala *academic grit* sebesar 0,901 dan *positive thinking* sebesar 0,839, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

### Teknik Analisis Data

Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan uji linearitas. Karena data tidak berdistribusi normal dan tidak linear, maka metode analisis uji hipotesis yang digunakan adalah uji korelasi *Rank*

Spearman dengan bantuan software SPPSS versi 25.0 for windows.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden penelitian ini berjumlah 209 responden yang merupakan sampel dari populasi SMA Negeri 6 Selayar, disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah Responden	Presentase
Perempuan	133	64%
Laki-Laki	76	36%
Total	209	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa responden penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 133 siswa (64%) dan laki-laki sebanyak 76 siswa (36%). Responden penelitian ini didominasi oleh perempuan. Penelitian ini di dominasi oleh siswa berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD
<i>Academic Grit</i>	10	50	30	6,66
<i>Positive Thinking</i>	19	95	57	12,66

Berdasarkan nilai rata-rata untuk setiap variabel penelitian yang diperoleh, peneliti melakukan pengkategorisasian data pada skor responden. Pengkategorisasian data diperoleh berdasar pada program pembuatan kategorisasi skor V.01 (Kateg) yang terdiri dari tinggi, sedang, dan rendah untuk setiap variabel yang diamati.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Academic Grit

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
< 23	Rendah	2	0,96 %
23-37	Sedang	64	30,62%
37<	Tinggi	143	68,42%
Total		209	100%

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki *academic grit* yang rendah sebanyak 2 siswa (0,96%), siswa yang memiliki *academic grit* yang sedang sebanyak 64 (30,62%) dan siswa yang memiliki *academic grit* yang tinggi sebanyak 143 (68,42%). Hasil pengkategorisasian data pada skala *academic grit* menunjukkan bahwa siswa di SMAN 6 Selayar di dominasi pada kategori tinggi.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Positive Thinking

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
<44	Rendah	1	0,48 %
44-70	Sedang	52	24,88%
70<	Tinggi	156	74,64%
Total		209	100%

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki *positive thinking* yang rendah sebanyak 1 siswa (0,48%), siswa yang memiliki *positive thinking* yang sedang sebanyak 52 (24,88%) dan siswa yang memiliki *positive thinking* yang tinggi sebanyak 156 (74,64%). Hasil pengkategorisasian data pada skala *positive thinking* menunjukkan bahwa siswa di SMA Negeri 6 Selayar di dominasi pada *positive thinking* dengan kategori tinggi.

Tabel 5. Uji Korelasi Rank Spearman

Variabel	Correlation Coefficient	Sig. (2-tailed)	Keterangan
<i>Positive Thinking</i>	0,534	0,000	Signifikan
<i>Academic Grit</i>	0,534	0,000	Signifikan

Berdasarkan data dari tabel 5, diketahui bahwa nilai signifikansi dalam penelitian ini adalah 0,000 menunjukkan bahwa ( $p < 0,05$ ) yang mengindikasikan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *positive thinking* dengan *academic grit* pada siswa SMA Negeri 6 Selayar. Berdasarkan hasil nilai signifikansi yang diperoleh pada penelitian ini maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara *positive thinking* dengan *academic grit* pada siswa SMA Negeri 6 Selayar. Adapun koefisien korelasi *positive thinking* dengan *academic grit* adalah 0,534. Hal ini berarti bahwa arah hubungan *positive thinking* dengan *academic grit* adalah positif. Sehingga ketika *positive thinking* rendah maka *academic grit* juga rendah, sebaliknya jika *positive thinking* tinggi maka *academic grit* juga tinggi. Adapun kekuatan hubungan antara variabel *positive thinking* dengan *academic grit* berada pada kategori kuat.

Hasil analisis mengenai kategorisasi *positive thinking* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMA Negeri 6 Selayar berada pada kategori tinggi. Siswa dengan tingkat *positive thinking* yang tinggi cenderung lebih resilien dalam menghadapi stres dan tantangan akademik (Seligman, 2006). Penelitian oleh Carver, Scheier dan Segerstrom (2010) menyatakan bahwa individu dengan *positive thinking* yang tinggi memiliki kapasitas lebih besar untuk mengatasi hambatan-hambatan dalam kehidupan, termasuk tantangan akademik. Dengan memiliki pola pikir positif, siswa dapat berkembang menjadi pribadi yang lebih dewasa dan memiliki keberanian lebih besar dalam menghadapi berbagai tantangan (Yuan, 2015). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Moradi, Rashidi dan Golmohammadian (2017) disimpulkan bahwa berpikir positif membuat siswa berfokus pada kemampuan dan kekuatan mereka, bukan pada kelemahan dan kekalahan mereka. Menurut Sabouri et al., (2023) individu yang mampu mengembangkan *positive thinking* lebih mampu mempertahankan motivasi dan ketekunan dalam mengejar tujuan jangka panjang, termasuk dalam konteks akademik.

Data deskriptif mengenai *academic grit* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat grit yang tinggi. Hal ini menggambarkan bahwa mayoritas siswa SMA Negeri 6 Selayar memiliki ketekunan dan kegigihan yang tinggi dalam menghadapi tantangan akademik. *Academic grit* menjadi salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan akademik jangka panjang, terutama dalam menghadapi tugas yang menuntut usaha keras dan berkelanjutan (Duckworth et al., 2007). Penelitian oleh Duckworth et al. (2007) menyatakan bahwa *grit* atau ketekunan memiliki korelasi yang positif dengan pencapaian akademik karena kemampuan individu untuk tetap fokus dan bekerja keras meskipun menghadapi

kegagalan atau rintangan. Siswa yang memiliki tingkat *academic grit* yang tinggi menunjukkan ketahanan dalam menghadapi berbagai tantangan akademik. Siswa tidak mudah menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan, dan mampu mempertahankan fokus serta motivasi untuk mencapai tujuan jangka panjang mereka. Siswa dengan *grit* yang tinggi cenderung lebih berprestasi dalam akademik (Muhibbin & Wulandari, 2021; Park, Kwak & Kim, 2018; Hasnah, 2019; Izzulhaq, Feronika & Herpi, 2023), dan memiliki rasa percaya diri yang kuat (Oktaviana, 2018; Alhadabi & Karpinski, 2020; Usher, Li, Butz & Rojaz, 2019).

Hasil analisis uji korelasi *Rank Spearman* dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *positive thinking* dan *academic grit* pada siswa SMA Negeri 6 Selayar. Nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000, yang berarti  $p < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Nilai koefisien korelasi sebesar 0,534 menunjukkan bahwa arah hubungan *positive thinking* dengan *academic grit* adalah positif. Sehingga ketika *positive thinking* rendah maka *academic grit* juga rendah, sebaliknya jika *positive thinking* tinggi maka *academic grit* juga tinggi. Adapun kekuatan hubungan antara variabel *positive thinking* dengan *academic grit* berada pada kategori kuat.

Hasil ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa pola pikir positif dapat mendorong individu untuk lebih gigih dalam mencapai tujuan jangka panjang, termasuk dalam konteks pencapaian akademik (Duckworth et al., 2007). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil studi yang dilakukan oleh Çelik dan Sarıçam (2018) dan Alshammari dan Alboliteeh (2020) yang mengemukakan bahwa berpikir positif merupakan salah satu prediktor penting *grit*. Oleh karena itu, ada hubungan yang saling mendukung antara kemampuan berpikir positif dan *grit* akademik, dan keduanya saling memperkuat dalam konteks pendidikan.

Berpikir positif berkaitan erat dengan peningkatan ketekunan, salah satu elemen utama *grit*, karena siswa dengan sikap optimis cenderung lebih mampu bertahan menghadapi tantangan (Kwon, 2021). Kekuatan karakter seperti ketekunan dan semangat turut mendukung keterlibatan akademik dan pencapaian prestasi melalui pengaruh positif terhadap suasana hati terkait sekolah (Weber, Wagner & Ruch, 2016). Lebih jauh, *grit* berperan sebagai pelindung dari dampak negatif seperti gejala depresi, sehingga membantu mempertahankan performa akademik siswa (Kilgore, Collins, Miller & Winer, 2023). Pandangan positif juga dapat membantu siswa tetap fokus pada tujuan akademik jangka panjang, yang pada gilirannya memperkuat *grit* dan kesejahteraan mereka secara umum (Von Culin, Tsukayama & Duckworth, 2014). Namun demikian, penting untuk dicatat bahwa berpikir positif yang berlebihan tanpa disertai penilaian realistis dapat membuat siswa meremehkan tantangan, yang justru bisa menghambat kinerja akademik.

Penelitian oleh Pyo et al. (2024) menunjukkan bahwa optimisme, sebagai salah satu bentuk utama dari *positive thinking* secara langsung meningkatkan *growth mindset*, yang kemudian memperkuat *grit*, khususnya dalam aspek ketekunan usaha. Individu yang optimis cenderung memiliki ekspektasi positif terhadap masa depan, tetap gigih dalam menghadapi tantangan, dan berkomitmen untuk mencapai tujuan yang mereka anggap bermakna. Dalam konteks ini, optimisme menjadi fondasi dari pola pikir positif (*positive thinking*) karena memberikan kerangka berpikir yang mendorong keyakinan akan kemungkinan perubahan yang lebih baik. Siswa yang optimis akan melihat kesulitan akademik sebagai tantangan yang dapat diatasi,

bukan sebagai hambatan tetap.

Pola pikir positif yang terbentuk dari interaksi antara optimisme dan *growth mindset* tidak hanya bersifat pasif, tetapi berfungsi sebagai kerangka berpikir yang mengarahkan individu untuk tetap bertindak dan berupaya, bahkan dalam situasi sulit. Hal ini mendorong terbentuknya *grit*, khususnya aspek *perseverance of effort* atau ketekunan dalam berusaha. Dalam penelitian ini, *growth mindset* ditemukan memediasi secara signifikan hubungan antara optimisme dan *perseverance of effort* (Pyo et al., 2024). Artinya, keyakinan bahwa kemampuan dapat berkembang melalui usaha memungkinkan individu untuk tetap berjuang mencapai tujuan, meskipun mereka mungkin mengalami perubahan minat dari waktu ke waktu. Dengan demikian, optimisme dan *growth mindset* secara bersama-sama menciptakan pola pikir positif yang mendorong ketekunan dan semangat untuk terus maju, bahkan di tengah tantangan. Proses ini merupakan mekanisme psikologis yang menjelaskan bagaimana individu dapat mengembangkan *grit* sebagai modal penting untuk mencapai kesuksesan jangka panjang.

Selain itu, sebuah studi mendukung bahwa *growth mindset*, yang diperkuat oleh cara berpikir positif, memiliki hubungan yang kuat dengan *grit*. Individu dengan *growth mindset* percaya bahwa kemampuan dapat berkembang melalui usaha dan belajar. Keyakinan ini membuat mereka memiliki pandangan positif terhadap tantangan dan kegagalan, serta membentuk pola pikir positif dalam menghadapi proses belajar dan kehidupan (Zhao et al., 2024).

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa *positive thinking* memainkan peran penting dalam membentuk karakter siswa yang tangguh secara akademik. Ketika siswa memiliki pola pikir positif, mereka cenderung melihat tantangan sebagai kesempatan untuk belajar, bukan hambatan yang menghalangi. Sikap optimis ini membuat mereka lebih percaya diri, lebih tahan terhadap tekanan, dan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Semakin positif cara pandang siswa terhadap dirinya dan situasi yang dihadapi, semakin besar pula kemungkinannya untuk tetap bertahan dalam situasi sulit serta terus berupaya mencapai target akademiknya.

Hubungan antara berpikir positif dan *grit* akademik bersifat kompleks, di mana kedua konsep ini sama-sama berperan penting dalam keberhasilan dan kesejahteraan siswa. Berpikir positif, yang ditandai dengan pandangan optimis, dapat memperkuat *grit*, yaitu ketekunan dan hasrat untuk mencapai tujuan jangka panjang. Interaksi ini menunjukkan bahwa menumbuhkan pola pikir positif dapat meningkatkan ketahanan siswa serta komitmen mereka dalam mengejar prestasi akademik. Individu dengan *positive thinking* yang tinggi cenderung memiliki tingkat ketekunan dan kegigihan yang lebih besar dalam menghadapi tantangan akademik.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *positive thinking* dengan *academic grit*. Hubungan *positive thinking* dengan *academic grit* berada pada kategori kuat dan positif. Artinya, semakin tinggi tingkat *positive thinking* siswa, maka semakin tinggi pula tingkat *academic grit* mereka. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *positive thinking* siswa, maka semakin rendah pula tingkat *academic grit* mereka. Hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi dunia pendidikan, khususnya

sekolah, untuk lebih memperhatikan pengembangan positive thinking sebagai salah satu upaya meningkatkan academic grit siswa. Sekolah dapat mengembangkan berbagai program intervensi seperti layanan bimbingan dan konseling, pelatihan motivasi, penguatan growth mindset, serta kegiatan pembelajaran yang mendukung terbentuknya pola pikir positif dan ketahanan akademik siswa. Dengan demikian, siswa diharapkan lebih mampu menghadapi tekanan akademik dan tetap konsisten dalam mencapai tujuan belajar mereka. Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan untuk diperhatikan. Pertama, penelitian ini hanya dilakukan di satu sekolah, yaitu SMAN 6 Selayar. Keterbatasan lokasi ini membuat hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan ke sekolah lain yang mungkin memiliki karakteristik siswa, lingkungan belajar, atau budaya sekolah yang berbeda. Kedua, pengambilan sampel tidak dilakukan secara random, melainkan menggunakan teknik *non-probability sampling (accidental sampling)*. membatasi generalisasi hasil penelitian terhadap populasi yang lebih luas. Karakteristik siswa di SMA Negeri 6 Selayar juga memungkinkan adanya pengaruh faktor lingkungan sosial dan budaya tertentu terhadap hasil penelitian. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan teknik sampling yang lebih representatif serta mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi academic grit agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antarvariabel. Ketiga, data tidak memenuhi asumsi normalitas sehingga pengujian hipotesis menggunakan uji non parametrik. Hal ini duga karena ada outlier atau nilai ekstrim, jumlah sampel yang kurang banyak dan instrumen skala yang tidak seimbang. Keempat, pada nilai daya diskriminasi beberapa aitem dalam instrumen *positif thinking* tergolong rendah atau kecil.

## REFERENSI

- Afriliya, D. F. (2018). *Berpikir Positif dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja Putri*. Skripsi Tidak dipublikasikan. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya. Universitas Islam Indonesia.
- Albercht, K. (1980). *Brain power learn to improve your thinking skills*. New York: Prentice Hall Press.
- Alhadabi, A., & Karpinski, A. C. (2020). Grit, self-efficacy, achievement orientation goals, and academic performance in University students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 519–535. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1679202>
- Alshammari, M. H., & Alboliteeh, M. (2020). Predictors and correlates of Saudi nursing students' grit and positive thinking amidst the COVID-19 pandemic. *Teaching and Learning in Nursing*, 17(4), 471–476. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.teln.2022.06.012>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Çelik, İ., & Sarıçam, H. (2018). The relationships between positive thinking skills, academic locus of control and grit in adolescents. *Universal Journal of Educational Research*, 6(3), 392–398. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.060305>

- Charoline, C., & Mujazi, M. (2022). Pengaruh dukungan orang tua terhadap grit pada siswa di sekolah dasar. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 549. <https://doi.org/10.29210/30032136000>
- Clark, K. N., & Malecki, C. K. (2019). Academic Grit Scale: Psychometric properties and associations with achievement and life satisfaction. *Journal of School Psychology*, 72(2019), 49–66. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2018.12.001>
- Dada, J. O., Babatunde, S. O., & Adeleye, R. O. (2019). Assessment of academic stress and coping strategies among built environment undergraduate students in Nigerian higher education. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 11(3), 367–378. <https://doi.org/10.1108/JARHE-06-2018-0100>
- 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>
- Fook, C. Y., & Sidhu, G. K. (2015). Investigating Learning Challenges Faced by Students in Higher Education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 186, 604–612. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.001>
- Hasnah, N. F. (2019). Pengaruh penyesuaian diri di perguruan tinggi, grit, dan harapan terhadap prestasi akademik mahasiswa di tahun pertama. Skripsi tidak dipublikasikan. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Hornstra, L., Bakx, A., Mathijssen, S., & Denissen, J. J. A. (2020). Motivating gifted and non-gifted students in regular primary schools: A self-determination perspective. *Learning and Individual Differences*, 80(101871), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101871>
- Irawan, R., Renata, D., & Dachmiati, S. (2022). Resiliensi akademik siswa. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 135–140. <https://doi.org/10.30998/ocim.v2i2.8130>
- Izzulhaq, B. D., Feronika, T., & Herpi, A. N. (2023). Hubungan Grit Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa. *Journal of Educational Learning and Innovation (ELIA)*, 3(1), 165–174. <https://doi.org/10.46229/elia.v3i1.598>
- Kamsihyati, S., Sutomo, S., & Suwarno, S. (2016). Kajian Faktor-Faktor Penyebab Anak Putus Sekolah di Desa Jangrana Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap. *Geo Edukasi*, 5(1), 16–21.
- Kilgore, J., Collins, A. C., Miller, J. A. M., & Samuel Winer, E. (2023). Does grit protect against the adverse effects of depression on academic achievement? *PLoS ONE*, 18(7 July), 1–10. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0288270>
- Kwon, H. W. (2021). Are Gritty People Happier than Others?: Evidence from the United States and South Korea. *Journal of Happiness Studies*, 22(7), 2937–2959. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00343-4>
- Maghfirah, D. A. (2019). The Determinant Factors of Dop Out Students at High School/Vocational School Level in Mataram City. *Jurnal Kebijakan Pendidikan*, 8(3), 215–222.
- Moradi, S., Rashidi, A., & Golmohammadian, M. (2017). The Effectiveness of Positive Thinking Skills on Academic Procrastination of High School Female Students Kermanshah City. *Interdisciplinary Journal of Virtual Learning in Medical Sciences*, 8(1), 1–7. <https://doi.org/10.5812/ijvlms.11784>

- Muhibbin, M. A., & Wulandari, R. S. (2021). The Role of Grit In Indonesian Student. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 112–123. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1725>
- Oktaviana, M. (2018). The Influence of Self-Efficacy Towards the Grit of Multidisciplinary Post-graduate Students. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 212, 352–356. <https://doi.org/10.2991/icei-18.2018.78>
- Park, S. E., Kwak, K., & Kim, Y. (2018). Psychological variables related to grit among adolescents in South Korea: A longitudinal study from age 4 to 14. *Current Psychology*, 39(2), 413–418. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9947-y>
- Pyo, D., Kwak, K., & Kim, Y. (2024). The mediating effect of growth mindset in the relationship between adolescents' optimism and grit. *Current Psychology*, 43(21), 19153–19161. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05656-8>
- Sabouri, F., Rambod, M., & Khademian, Z. (2023). The effect of positive thinking training on hope and adherence to treatment in hemodialysis patients: a randomized controlled trial. *BMC Psychology*, 11(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01036-2>
- Said, N. H. (2024). 2.763 Anak di Selayar Tidak Sekolah, 59 Persen di Kepulauan. DetikSulsel. diakses 15 November 2024 dari : <https://www.detik.com/sulsel/berita/d-7322001/2-763-anak-di-selayar-tidak-sekolah-59-persen-di-kepulauan>,
- Saputra, A. M., & Nugraha, S. P. (2023). Harapan Membuatku Bertahan : Harapan Akademik Memprediksi Grit Akademik. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 133–144. <https://doi.org/10.35760/psi.2023.v16i1.7705>
- Seligman. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage Books.
- Septania, S., & Proborini, R. (2020). Self-Compassion, Grit dan Adiksi Internet pada Generasi Z. *Analitika*, 12(2), 138–147. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.4175>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Takiuddin, M., & Husnu, M. (2020). Grit Dalam Pendidikan. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 4(2), 52–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.29408/jkp.v4i2.3081>
- Teimouri, Y., Plonsky, L., & Tabandeh, F. (2022). L2 grit: Passion and perseverance for second-language learning. *Language Teaching Research*, 26(5), 893–918. <https://doi.org/10.1177/1362168820921895>
- Usher, E. L., Li, C. R., Butz, A. R., & Rojas, J. P. (2019). Perseverant grit and self-efficacy: Are both essential for children's academic success? *Journal of Educational Psychology*, 111(5), 877–902. <https://doi.org/10.1037/edu0000324>
- Utami, W. N., & Rosyid, A. (2020). Identifikasi faktor penyebab siswa putus sekolah. *JJPD: Urnal Pendidikan Dasar*, 1–12.
- Von Culin, K. R., Tsukayama, E., & Duckworth, A. L. (2014). Unpacking grit: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Positive Psychology*, 9(4), 306–312. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.898320>
- Weber, M., Wagner, L., & Ruch, W. (2016). Positive Feelings at School: On the Relationships Between Students' Character Strengths, School-Related Affect,

- and School Functioning. *Journal of Happiness Studies*, 17, (1)  
<https://doi.org/10.1007/s10902-014-9597-1>
- Yuan, A. (2015). Pengaruh Konsep Diri dan Berfikir Positif Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal Formatif*, 3(2), 126–135.
- Zhao, W., Shi, X., Jin, M., Li, Y., Liang, C., Ji, Y., Cao, J., Oubibi, M., Li, X., & Tian, Y. (2024). The impact of a growth mindset on high school students' learning subjective well-being: the serial mediation role of achievement motivation and grit. *Frontiers in Psychology*, 15(July), 1–10.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1399343>