

PENGARUH GRIT TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS IX SMP NEGERI 3 SUNGGAL

¹Tri Amaliansyah, ²Azizah Batubara, ³M. Riza Darwin

¹triamaliansyah0307@gmail.com, ²azizahbatubara89@gmail.com,

³muhammad.rizadarwin@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh grit terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sunggal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sunggal, dengan sampel sebanyak 69 siswa yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Data dikumpulkan menggunakan angket yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor grit siswa sebesar 57,49, sedangkan rata-rata skor prokrastinasi akademik sebesar 50,39. Analisis regresi linier sederhana memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), sehingga menunjukkan bahwa grit berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sunggal. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat grit yang dimiliki siswa, semakin rendah kecenderungan mereka melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah.

Kata Kunci: Grit, Prokrastinasi Akademik, Siswa.

Abstract

This study aims to examine the effect of grit on academic procrastination among ninth-grade students at SMP Negeri 3 Sunggal. This study employed a quantitative approach with a correlational research design. The population consisted of all ninth-grade students at SMP Negeri 3 Sunggal, with a sample of 69 students selected through random sampling. Data were collected using questionnaires that had been tested for validity and reliability and were analyzed using simple linear regression with the assistance of SPSS software. The results showed that the students' mean grit score was 57.49, while the mean academic procrastination score was 50.39. The simple linear regression analysis yielded a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that grit has a significant effect on academic procrastination among ninth-grade students at SMP Negeri 3 Sunggal. These findings suggest that students with higher levels of grit tend to exhibit lower levels of academic procrastination in completing their academic tasks.

Keywords: Grit, Academic Procrastination, Students.

A. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu in-strumen penting dalam mempersiapkan generasi muda agar memiliki kompetensi akademik, karakter yang positif, serta kemampuan sosial yang memadai. Menurut Rusman (2019) pendidikan di Indonesia diarahkan untuk mengembangkan potensi seluruh warga negara sehingga menjadi individu yang berkualitas, mampu beradaptasi, dan tanggap terhadap berbagai perubahan serta tantangan yang terus berkembang. Meskipun demikian, dalam pelaksanaan proses pembelajaran di sekolah, terdapat berbagai faktor psikologis dan perilaku yang dapat menghambat tercapainya hasil belajar secara maksimal. Salah satu permasalahan yang cukup sering dijumpai pada peserta didik adalah perilaku prokrastinasi akademik.

Menurut Ghufron dan Risnawita (2019), prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda penyelesaian tugas akademik secara sengaja dan berulang, dengan mengalihkan perhatian pada kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan tugas yang harus dikerjakan. Perilaku ini dilakukan tanpa tujuan yang jelas serta berpotensi menimbulkan berbagai konsekuensi negatif. Pada siswa, prokrastinasi akademik tercermin dari kecenderungan untuk menangguhkan pelaksanaan tugas atau tanggung jawab akademik hingga mendekati batas waktu yang telah ditentukan untuk penyelesaiannya.

Fenomena prokrastinasi akademik bukanlah hal baru, tetapi menjadi semakin mengkhawatirkan di era modern saat ini, ketika distraksi digital seperti media sosial, game daring, dan hiburan online sangat mudah diakses oleh siswa. Menurut Indriani & Mogi (2025) dampak negatif dari perilaku prokrastinasi akademik, yaitu berpengaruh negatif terhadap pencapaian akademik, dan kesejahteraan psikologis individu. Siswa yang sering menunda penyelesaian tugas cenderung mengalami tingkat stres yang tinggi menjelang batas waktu pengumpulan, merasa cemas terhadap hasil belajar, dan kehilangan kepercayaan diri akibat munculnya rasa bersalah dan anggapan bahwa dirinya kurang mampu. Dalam jangka panjang, kebiasaan prokrastinasi yang tidak segera diatasi dapat menciptakan pola kegagalan yang berulang dan menghambat perkembangan akademik maupun potensi diri siswa.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 3 Sunggal, ditemukan bahwa sebagian besar siswa kelas IX menunjukkan kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas sekolah, seperti pekerjaan rumah, proyek kelompok, maupun tugas harian yang diberikan guru. Ketika diberi tugas oleh guru, sebagian besar siswa cenderung baru mulai mengerjakannya ketika waktu yang diberikan mendekati batas pengumpulan, bahkan ada yang mengandalkan pekerjaan teman untuk disalin (mencontek).

Hasil wawancara awal dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah tersebut juga memperkuat temuan tersebut. Berdasarkan catatan dari Guru BK diketahui bahwa lebih dari 80% siswa kelas IX sering mengeluhkan rasa malas, kurang motivasi belajar, serta kesulitan mengatur waktu belajar. Beberapa siswa bahkan menyampaikan bahwa mereka sering merasa "tidak semangat" atau "takut gagal", sehingga menunda belajar dengan alasan menunggu "waktu yang tepat" untuk mulai.

Hal tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik tidak semata-mata berkaitan dengan kemampuan mengatur waktu, tetapi juga berhubungan dengan berbagai aspek psikologis, seperti kegigihan dan daya tahan individu dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses pembelajaran. Dengan demikian, prokrastinasi akademik dapat dipahami sebagai fenomena yang

dipengaruhi oleh faktor-faktor internal yang berkaitan dengan karakter dan kemampuan individu dalam mempertahankan usaha. Salah satu faktor psikologis yang diyakini memiliki peran penting dalam munculnya perilaku prokrastinasi akademik adalah grit.

Menurut Maghfiroh dan Akbar (2021), terdapat hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik, di mana semakin tinggi tingkat grit yang dimiliki seseorang, semakin rendah kecenderungannya untuk menunda penyelesaian tugas. Individu yang memiliki tingkat grit tinggi mampu mempertahankan motivasi serta fokus terhadap tujuan jangka panjang meskipun dihadapkan pada berbagai kesulitan. Dengan demikian, grit memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik, sehingga siswa yang memiliki tingkat grit tinggi cenderung lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Menurut Duckworth (2019), grit merupakan perpaduan antara ketekunan dalam berusaha (*perseverance of effort*) dan konsistensi terhadap tujuan jangka panjang (*consistency of interests*). Anggerahma dan Suryadi (2025) menjelaskan bahwa grit mencerminkan semangat, keteguhan, serta kemampuan individu untuk tetap bertahan dalam menghadapi berbagai tantangan guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam jangka waktu yang panjang. Individu yang memiliki tingkat grit tinggi umumnya menunjukkan kegigihan yang kuat, tidak mudah menyerah, serta tetap berupaya mencapai tujuan meskipun menghadapi berbagai kesulitan. Sebaliknya, individu dengan tingkat grit yang rendah cenderung lebih mudah kehilangan motivasi, merasa jenuh, atau menyerah ketika dihadapkan pada berbagai hambatan.

Dalam konteks siswa SMP, terutama di kelas IX yang sedang menghadapi tekanan akademik menjelang ujian kelulusan dan persiapan masuk jenjang pendidikan berikutnya, grit memiliki peranan yang sangat penting. Siswa dengan grit tinggi akan berusaha secara konsisten untuk mencapai prestasi akademik yang baik, sedangkan siswa dengan grit rendah cenderung menunda tugas karena kurangnya dorongan internal untuk berusaha secara berkelanjutan.

Menurut Felicia dkk. (2025), siswa yang memiliki tingkat grit tinggi cenderung menunjukkan kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda penyelesaian berbagai tugas akademik. Oleh karena itu, penguatan karakter grit pada siswa dapat dijadikan sebagai salah satu strategi pencegahan yang efektif untuk meminimalkan perilaku prokrastinasi akademik. Selain itu, Maghfiroh dan Akbar (2021) menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif antara grit dan prokrastinasi akademik pada siswa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat grit yang dimiliki siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda penyelesaian tugas-tugas akademik yang menjadi tanggung jawabnya.

Temuan tersebut sejalan dengan teori Duckworth (2019) yang menyatakan bahwa grit merupakan gabungan antara ketekunan dalam berusaha (*perseverance of effort*) dan konsistensi dalam mempertahankan tujuan jangka panjang (*consistency of interest*). Individu yang memiliki tingkat grit tinggi cenderung tetap berkomitmen terhadap tujuan yang ingin dicapai meskipun menghadapi berbagai hambatan dan tantangan. Kondisi tersebut memungkinkan mereka untuk mengelola waktu dengan lebih baik, mempertahankan motivasi, serta menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Oleh karena itu, grit dapat dianggap sebagai faktor pelindung yang berperan penting

dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik sekaligus membantu siswa menjadi lebih disiplin dan terarah dalam mencapai keberhasilan belajar.

Penelitian ini diharapkan dapat mem-berikan bukti empiris mengenai pengaruh ketekunan dan konsistensi terhadap tujuan jangka panjang terhadap kecenderungan siswa dalam menunda penyelesaian tugas-tugas akademik. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan per-timbangan bagi pihak sekolah, terutama guru BK, dalam merancang strategi intervensi yang sesuai untuk meningkatkan tingkat grit serta menekan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

Berdasarkan pemaparan tersebut, perlu dil-akukan penelitian lebih lanjut untuk mengkaji sejauh mana grit berperan dalam memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa, terutama pada tingkat sekolah menengah per-tama. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara kedua variabel terse-but diharapkan dapat membantu guru dan konselor sekolah (guru BK) dalam menyusun strategi pembinaan karakter yang lebih efektif untuk meningkatkan kedisiplinan siswa dalam belajar

B. KAJIAN TEORI

1. Grit

Grit bukan hanya soal ketekunan dalam menyelesaikan tugas sehari-hari, tetapi juga mencakup konsistensi dan dedikasi terhadap tujuan jangka panjang. Grit menjadi faktor penting yang memengaruhi pencapaian akademik.

Grit merupakan kemampuan individu untuk tetap gigih, fokus, dan konsisten dalam mengejar tujuan jangka panjang, meskipun menghadapi berbagai tantangan dan hambatan. *Grit* mencakup ketekunan, konsistensi terhadap tujuan, serta semangat dan keteguhan dalam bertindak. Individu dengan tingkat grit tinggi cenderung lebih tahan terhadap kegagalan, lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas, dan memiliki kemungkinan lebih besar untuk mencapai prestasi akademik, karier, maupun pengembangan diri secara berkelanjutan.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik selalu mengarah pada kecenderungan untuk menunda-nunda pengerjaan tugas atau kewajiban akademik hingga mendekati batas waktu penyelesaiannya..

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda tugas atau kewajiban akademik yang dilakukan secara sengaja dan berulang, meskipun individu menyadari dampak negatifnya, dengan kecenderungan melakukan aktivitas lain yang tidak terkait dengan akademik. Prokrastinasi akademik mencerminkan kombinasi antara kesadaran akan tanggung jawab dan pengelolaan prioritas yang kurang efektif.

C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif untuk menguji pengaruh grit terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sunggal. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Sunggal pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026, dengan populasi seluruh siswa kelas IX sebanyak 221 orang dan sampel sebanyak 69 siswa yang ditentukan

menggunakan rumus Slovin serta dipilih melalui teknik random sampling proporsional. Variabel penelitian terdiri atas *grit* sebagai variabel bebas (X) dan prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat (Y), yang diukur menggunakan angket skala Likert berdasarkan indikator masing-masing variabel. Instrumen penelitian telah diuji validitas dan reliabilitasnya, dengan 38 dari 40 item dinyatakan valid serta nilai Cronbach's Alpha masing-masing sebesar 0,737 dan 0,738 yang menunjukkan instrumen reliabel. Analisis data dilakukan melalui statistik deskriptif, uji normalitas, dan uji hipotesis menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS untuk mengetahui signifikansi pengaruh *grit* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data yang diperoleh dari hasil pengisian angket kemudian dikumpulkan dan diolah untuk keperluan analisis penelitian. Tahap pengolahan data dilakukan dengan cara mengelompokkan skor jawaban responden berdasarkan masing-masing variabel penelitian. Selanjutnya, skor tersebut dianalisis menggunakan teknik statistik yang sesuai untuk mengetahui karakteristik data yang diperoleh.

Sebelum dilakukan analisis lebih lanjut, data yang telah terkumpul terlebih dahulu diperiksa kelengkapannya untuk memastikan bahwa seluruh responden telah mengisi angket dengan baik. Pemeriksaan ini bertujuan untuk meminimalkan kemungkinan adanya data yang tidak lengkap atau tidak valid yang dapat memengaruhi hasil penelitian. Setelah data dinyatakan lengkap, langkah berikutnya adalah melakukan pengolahan data menggunakan bantuan program statistik.

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dari responden, peneliti kemudian melakukan pengelompokan skor sesuai dengan variabel penelitian. Setiap variabel dianalisis secara terpisah untuk mengetahui gambaran umum mengenai tingkat *grit* serta kecenderungan prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh siswa. Penyajian data ini dilakukan agar pembaca dapat memahami kondisi masing-masing variabel sebelum dilakukan pembahasan lebih lanjut mengenai hubungan keduanya.

Berdasarkan uraian tersebut, hasil penelitian ini akan disajikan dalam dua bagian utama, yaitu data mengenai variabel *grit* dan data mengenai variabel prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, pada bagian berikut akan dipaparkan secara lebih rinci mengenai data *grit* dan data prokrastinasi akademik:

1. Data *Grit*

Dalam konteks pendidikan, tingkat *grit* yang dimiliki siswa dapat berperan dalam menentukan bagaimana siswa menghadapi tugas-tugas akademik serta bagaimana mereka mempertahankan motivasi belajar dalam jangka waktu yang panjang. Indikator *grit* meliputi ketekunan dalam menghadapi kesulitan, konsistensi terhadap tujuan jangka panjang, kemauan untuk terus belajar dan berkembang, serta kemampuan untuk tetap fokus meskipun menghadapi hambatan. Statistik deskriptif variabel *grit* disajikan melalui tabel berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif Data *Grit*

Statistik Deskriptif	Nilai <i>Grit</i>
Jumlah Responden	69
Data Tidak Terisi	0
Rata-rata	57,49
Nilai Tengah	59
Nilai yang Paling Sering Muncul	35
Simpangan Baku	18,28
Ragam Data	334,16
Rentang Skor	65
Skor Terendah	25
Skor Tertinggi	90
Jumlah Skor Keseluruhan	3967

Seluruh data 69 orang dapat digunakan dalam analisis karena diperoleh dapat diolah secara keseluruhan. Nilai *mean* (rata-rata) yang diperoleh pada variabel *grit* adalah sebesar 57,49. Nilai rata-rata ini menunjukkan gambaran umum tingkat *grit* yang dimiliki oleh responden dalam penelitian. Rata-rata tersebut menunjukkan kecenderungan skor *grit* yang dimiliki oleh siswa berdasarkan hasil pengisian instrumen penelitian yang telah dilakukan.

Nilai median yang diperoleh adalah sebesar 59, yang merupakan nilai tengah dari seluruh data *grit* responden. Median menggambarkan bahwa separuh dari jumlah responden memiliki skor *grit* di bawah nilai tersebut dan separuh lainnya berada di atas nilai tersebut. Nilai median yang relatif dekat dengan nilai mean menunjukkan bahwa distribusi data *grit* relatif seimbang. Selanjutnya, nilai modus yang diperoleh adalah sebesar 35, yang menunjukkan skor yang paling sering muncul dalam data *grit* responden. Modus memberikan informasi mengenai skor yang paling banyak diperoleh oleh siswa dalam pengukuran variabel *grit* pada penelitian ini.

Nilai standar deviasi yang diperoleh adalah sebesar 18,28, sedangkan nilai varians sebesar 334,16. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai *range* sebesar 65 yang menunjukkan selisih antara skor terendah (25) dan skor tertinggi (90). Secara keseluruhan, total skor *grit* yang diperoleh responden dalam penelitian ini adalah 3967. Setelah dilakukan analisis statistik deskriptif terhadap data *grit*, langkah selanjutnya adalah kategorisasi. Dengan adanya kategorisasi tersebut, peneliti dapat mengetahui sebaran tingkat *grit* siswa berdasarkan kriteria tertentu.

Metode ini digunakan untuk mengelompokkan skor responden. Penggunaan norma kategorisasi ini untuk mempermudah interpretasi data sehingga tingkat *grit* yang dimiliki oleh responden dapat dipahami secara lebih sistematis. Melalui proses kategorisasi tersebut, skor *grit* yang diperoleh dapat diklasifikasikan sesuai rentang skor yang telah ditentukan. Dengan demikian, peneliti dapat melihat jumlah siswa yang berada pada masing-masing kategori tingkat *grit*. Informasi ini penting untuk mengetahui kecenderungan tingkat *grit* pada siswa yang menjadi responden penelitian.

Selain itu, kategorisasi skor juga membantu peneliti dalam mengidentifikasi kelompok siswa yang memiliki tingkat *grit* tinggi maupun rendah. Informasi ini dapat menjadi dasar dalam memahami psikologis siswa karena tuntutan akademik. Dengan mengetahui tingkat *grit* siswa, pihak sekolah maupun

guru dapat mempertimbangkan berbagai cara meningkatkan ketekunan dan konsistensi siswa dalam mencapai tujuan belajar.

Hasil pengelompokan skor *grit* tersebut kemudian memungkinkan pembaca untuk melihat secara langsung jumlah responden pada setiap kategori tingkat *grit*. Berdasarkan hasil pengelompokan skor yang telah dilakukan, kategorisasi tingkat *grit* siswa yaitu:

Tabel 2. Kategorisasi Skor *Grit*

Rentang Skor	Kategorisasi	Frekuensi
$79,81 < x \leq 95$	Sangat Tinggi	9
$64,60 < x \leq 79,81$	Tinggi	17
$49,40 < x \leq 64,60$	Sedang	16
$34,19 < x \leq 49,40$	Rendah	19
$19 \leq x \leq 34,19$	Sangat Rendah	8
Jumlah		69

Distribusi tingkat *grit* siswa berada pada lima kategori. Kategorisasi ini dilakukan berdasarkan rentang skor menggunakan nilai mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik sehingga menunjukkan tingkat *grit* yang dimiliki oleh responden penelitian.

Pada kategori sangat tinggi dengan rentang skor $79,81 < x \leq 95$, terdapat 9 responden. Sebagian kecil siswa memiliki tingkat *grit* yang sangat tinggi. Siswa dalam kategori ini cenderung memiliki ketekunan, konsistensi minat, serta kemampuan yang kuat untuk mencapai tujuan. Selanjutnya, pada kategori tinggi dengan rentang skor $64,60 < x \leq 79,81$ terdapat 17 responden. Sejumlah siswa memiliki tingkat *grit* yang tinggi. Siswa dalam kategori ini umumnya menunjukkan ketekunan dan semangat belajar.

Pada kategori sedang dengan rentang skor $49,40 < x \leq 64,60$ terdapat 16 responden. Sebagian siswa memiliki tingkat *grit* yang berada pada tingkat menengah. Artinya, siswa dalam kategori ini terkadang menunjukkan ketekunan mencapai tujuan, namun pada kondisi tertentu masih mengalami kesulitan dalam mempertahankan usaha secara berkelanjutan. Sementara itu, kategori rendah dengan rentang skor $34,19 < x \leq 49,40$ memiliki jumlah responden terbanyak yaitu 19 orang. Cukup banyak siswa yang memiliki tingkat *grit* yang relatif rendah. Siswa dalam kategori ini cenderung kurang konsisten dalam mempertahankan usaha serta lebih mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam proses pembelajaran. Pada kategori sangat rendah dengan rentang skor $19 \leq x \leq 34,19$ terdapat 8 responden. Siswa yang berada dalam kategori ini menunjukkan tingkat *grit* yang sangat rendah sehingga kecenderungan untuk mempertahankan usaha dan konsistensi dalam mencapai tujuan jangka panjang masih sangat terbatas. Distribusi data tersebut mengindikasikan tingkat *grit* siswa dalam penelitian ini tersebar pada berbagai kategori dengan jumlah responden yang berbeda pada setiap kategorinya.

2. Data Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik sering muncul dalam proses pembelajaran, khususnya pada siswa yang menghadapi berbagai tuntutan akademik. Perilaku ini ditandai dengan kecenderungan siswa untuk menunda penyelesaian tugas akademik. Dalam konteks pendidikan, prokrastinasi akademik dapat memengaruhi efektivitas belajar serta pencapaian prestasi akademik siswa.

Prokrastinasi akademik (variabel terikat) yang diduga dipengaruhi *grit* yang dimiliki siswa. Instrumen angketnya sesuai indikator perilaku prokrastinasi akademik. Indikator tersebut meliputi kecenderungan menunda pengerjaan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan tugas, serta kecenderungan melakukan aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan tugas akademik.

Pernyataan dari indikator harus dijawab oleh responden menggunakan skala *Likert*. Skala ini memberikan pilihan jawaban yang menggambarkan tingkat persetujuan responden terhadap setiap pernyataan yang diajukan. Melalui instrumen ini yang menggambarkan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh siswa.

Penskoran ini bertujuan untuk mengubah jawaban sampel menjadi data numerik yang dapat diolah. Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi variabel prokrastinasi akademik, data yang telah diperoleh dianalisis menghasil tabel berikut:

Tabel 3. Statistik Deskriptif Data Prokrastinasi Akademik

Statistik Deskriptif	Nilai Prokrastinasi Akademik
Jumlah Responden	69
Data Tidak Terisi	0
Rata-rata	50,39
Nilai Tengah	50
Nilai yang Paling Sering Muncul	32
Simpangan Baku	17,96
Ragam Data	322,65
Rentang Skor	54
Skor Terendah	23
Skor Tertinggi	77
Jumlah Skor Keseluruhan	3477

Tabel tersebut menunjukkan jumlah sampel sebanyak 69 orang dapat digunakan dalam proses analisis. Data yang diperoleh dapat diolah secara keseluruhan. Nilai *mean* (rata-rata) prokrastinasi akademik yaitu 50,39. Nilai ini menunjukkan gambaran umum prokrastinasi akademik siswa dalam penelitian ini. Rata-rata tersebut mencerminkan kecenderungan skor prokrastinasi akademik sampel dari pengisian angket.

Nilai median yang diperoleh adalah sebesar 50, yang merupakan nilai tengah dari keseluruhan data prokrastinasi akademik responden. Median menunjukkan bahwa setengah dari jumlah responden memiliki skor prokrastinasi akademik di bawah nilai tersebut dan setengah lainnya berada di atas nilai tersebut. Kedekatan nilai median dengan nilai mean menunjukkan bahwa distribusi data relatif seimbang.

Selanjutnya, nilai modus yang diperoleh adalah sebesar 32, skor paling banyak data prokrastinasi akademik responden. Nilai modus ini memberikan informasi mengenai skor yang paling banyak diperoleh oleh siswa dalam pengukuran variabelnya.

Nilai standar deviasi yang diperoleh adalah sebesar 17,96, sedangkan nilai varians adalah sebesar 322,65. Skor prokrastinasi akademik dimiliki oleh responden. Selain itu, nilai *range* (rentang) yang diperoleh adalah sebesar 54.

Nilai minimum adalah 23, sedangkan maksimumnya adalah 77 berada pada rentang nilai tersebut dengan jumlah keseluruhan skor sebesar 3477.

Setelah dilakukan analisis statistik deskriptif terhadap data prokrastinasi akademik selanjutnya kategorisasi. Kategorisasi ini dilakukan untuk adanya pengelompokan tersebut, peneliti dapat mengetahui bagaimana distribusi tingkat prokrastinasi akademik pada responden penelitian menggunakan norma kategorisasi. Metode ini digunakan untuk mengelompokkan skor responden. Penggunaan norma kategorisasi mempermudah interpretasi data sehingga tingkat prokrastinasi akademik siswa dapat dipahami secara lebih sistematis.

Melalui proses kategorisasi tersebut, setiap skor yang diperoleh responden dapat dikelompokkan sesuai dengan rentang skor yang telah ditentukan. Berada pada masing-masing kategori tingkat prokrastinasi akademik. Informasi ini penting untuk menggambarkan perilaku menunda tugas akademik pada siswa.

Hasil kategorisasi membantu peneliti dalam mengidentifikasi kelompok data prokrastinasi akademik yang tinggi maupun rendah. Informasi ini dapat menjadi dasar membantu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik di kalangan siswa. Pengelompokan skor, kategorisasi tingkat prokrastinasi akademik siswa yaitu:

Tabel 4. Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik

Rentang Skor	Kategorisasi	Frekuensi
$79,81 < x \leq 95$	Sangat Tinggi	0
$64,60 < x \leq 79,81$	Tinggi	20
$49,40 < x \leq 64,60$	Sedang	20
$34,19 < x \leq 49,40$	Rendah	10
$19 \leq x \leq 34,19$	Sangat Rendah	19
Jumlah		69

Berdasarkan tabel, distribusi prokrastinasi akademik siswa terbagi menjadi lima kategori. Pada kategori sangat tinggi dengan rentang skor $79,81 < x \leq 95$, tidak terdapat responden. Hasil ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini tidak ada siswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik sangat tinggi.

Selanjutnya, pada rentang skor $64,60 < x \leq 79,81$ terdapat 20 responden. Jumlah ini kecenderungan prokrastinasi akademik yang berarti mereka masih sering menunda tugas akademik. Pada kategori sedang dengan rentang skor $49,40 < x \leq 64,60$ juga terdapat 20 responden. Tingkat prokrastinasi akademik pada golongan menengah. Siswa dalam kategori ini terkadang menunda pekerjaan akademik, namun tidak secara konsisten melakukannya.

Sementara itu, pada kategori rendah dengan rentang skor $34,19 < x \leq 49,40$ terdapat 10 responden. Siswa cenderung prokrastinasi akademik yang relatif rendah, sehingga cenderung lebih mampu mengelola tugas akademik. Pada kategori sangat rendah dengan rentang skor $19 \leq x \leq 34,19$ terdapat 19 responden. Banyak siswa kecenderungan untuk menunda pekerjaan akademik relatif kecil. Berdasarkan distribusi tersebut, prokrastinasi akademik siswa dalam penelitian ini tersebar pada berbagai kategori dengan jumlah responden yang berbeda pada setiap kategorinya.

Analisis Data

Informasi yang diperoleh dari responden diubah terlebih dahulu ke dalam bentuk angka agar dapat diproses lebih lanjut. Tahap ini dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam memperoleh temuan yang relevan dengan fokus kajian yang telah ditetapkan.

Setelah proses pengkodean selesai, data disusun berdasarkan kelompok variabel yang digunakan dalam penelitian. Variabel *grit* ditempatkan sebagai faktor yang diduga memengaruhi, sedangkan prokrastinasi akademik menjadi aspek yang diamati pengaruhnya. Seluruh proses pengolahan dilakukan dengan memanfaatkan perangkat lunak SPSS versi 24.

Sebelum hubungan antarvariabel dianalisis, dilakukan pemeriksaan terhadap kelayakan data untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan penggunaan teknik analisis yang dipilih. Tahap berikutnya difokuskan pada pengujian dugaan penelitian guna memperoleh kesimpulan yang sesuai dengan hasil pengolahan data.

Uji Normalitas

Uji ini menentukan apakah data penelitian memenuhi asumsi normalitas atau tidak. Hasil uji normalitas yaitu:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Nilai Signifikansi Sig.)	Keterangan
<i>Grit</i>	0,651	Berdistribusi normal
Prokrastinasi Akademik	0,220	Berdistribusi normal

Nilai signifikansi *grit* (0,651) dan prokrastinasi akademik (0,220) lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data berdistribusi normal.

Uji Regresi Linear Sederhana

Setelah uji normalitas terpenuhi, selanjutnya dilakukan analisis regresi linier sederhana dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	Nilai B	Nilai t	Signifikansi
Konstanta	5,137	3,855	0,000
<i>Grit</i>	-0,966	43,698	0,000

Tabel di atas menunjukkan bahwa persamaan regresi *grit* (X) dan prokrastinasi akademik (Y) adalah: $Y = 5,137 - 0.966X$

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai koefisien regresi sebesar -0,966. Angka tersebut menunjukkan arah hubungan yang berlawanan, sehingga peningkatan *grit* pada siswa cenderung diikuti oleh berkurangnya kecenderungan menunda penyelesaian tugas. Hasil analisis juga menghasilkan nilai probabilitas sebesar 0,000. Nilai tersebut berada di bawah batas kesalahan yang ditetapkan, sehingga dugaan penelitian dapat diterima.

Uji Hipotesis

Analisis terhadap data penelitian dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai keterkaitan antara *grit* dan perilaku penundaan tugas pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sunggal. Proses pengolahan data menggunakan regresi linier

sederhana sehingga hubungan antara kedua variabel dapat diketahui secara lebih jelas.

Tabel 7. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.983 ^a	.966	.966	3.332

a. Predictors: (Constant), Grit

Hasil pengolahan data memperlihatkan nilai korelasi sebesar 0,983. Temuan ini mengindikasikan bahwa keterkaitan antara kedua variabel berada pada kategori yang sangat tinggi. Sementara itu, nilai koefisien determinasi sebesar 0,966 menunjukkan bahwa sebagian besar perubahan yang terjadi pada prokrastinasi akademik berkaitan dengan *grit*. Adapun sebagian kecil lainnya dipengaruhi oleh berbagai aspek lain yang tidak menjadi fokus pembahasan dalam penelitian ini.

Pembahasan

Pembahasan penelitian ini berfokus pada keterkaitan antara *grit* dan prokrastinasi akademik pada peserta didik. Berdasarkan hasil penelitian, *grit* terbukti memengaruhi tingkat prokrastinasi akademik siswa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa ketekunan serta kemampuan mempertahankan tujuan dalam jangka panjang memiliki peran penting dalam membentuk perilaku akademik siswa. Semakin baik kemampuan siswa untuk tetap konsisten terhadap tujuan yang ingin dicapai, semakin kecil kecenderungan mereka untuk menunda penyelesaian tugas akademik.

Grit merupakan salah satu karakter yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk tetap bertahan dan berupaya ketika menghadapi berbagai tantangan. Menurut Duckworth (2019), *grit* berkaitan dengan kemampuan mempertahankan semangat dan komitmen terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam jangka panjang. Individu yang memiliki *grit* tinggi umumnya mampu menjaga fokus serta terus berusaha mencapai target yang telah ditetapkan walaupun menghadapi berbagai hambatan. Kemampuan tersebut membuat mereka tidak mudah kehilangan arah dalam proses mencapai tujuan.

Grit dipandang sebagai salah satu faktor yang mendukung keberhasilan belajar siswa. Siswa dengan tingkat *grit* yang tinggi biasanya menunjukkan kesungguhan dalam menyelesaikan tugas dan tetap berupaya ketika menemui kesulitan selama proses belajar. Sebaliknya, siswa yang memiliki *grit* rendah cenderung lebih mudah kehilangan motivasi sehingga kurang optimal dalam menjalankan tanggung jawab akademiknya. Kondisi ini dapat meningkatkan kecenderungan untuk menunda pekerjaan sekolah, yang pada akhirnya berpotensi menghambat pencapaian hasil belajar yang diharapkan.

Tidak sedikit siswa yang menunda pengerjaan tugas hingga mendekati waktu pengumpulan. Menurut Ghufro dan Risnawita (2019), prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda penyelesaian tugas secara sengaja meskipun individu menyadari bahwa tugas tersebut penting untuk diselesaikan. Perilaku ini sering ditandai dengan kecenderungan mengalihkan perhatian pada aktivitas lain yang dianggap lebih menarik. Jika dilakukan secara terus-menerus, kebiasaan tersebut dapat mengganggu proses belajar dan mengurangi kualitas

hasil yang dicapai. Oleh karena itu, prokrastinasi akademik menjadi salah satu permasalahan yang perlu mendapat perhatian dalam dunia pendidikan.

Kebiasaan menunda tugas dapat menimbulkan berbagai dampak bagi siswa, baik dalam aspek akademik maupun psikologis. Ketika tugas mulai menumpuk dan waktu pengerjaan semakin terbatas, siswa sering merasa tertekan sehingga kesulitan mengatur waktu dengan baik. Kondisi tersebut dapat membuat penyelesaian tugas menjadi kurang optimal. Berdasarkan hasil penelitian, siswa yang memiliki tingkat *grit* lebih tinggi cenderung lebih mampu menghindari perilaku menunda tugas dibandingkan siswa yang tingkat *grit*-nya lebih rendah.

Temuan ini menunjukkan bahwa ketekunan dan konsistensi dalam mencapai tujuan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku akademik siswa. Sejalan dengan pendapat Martini (2024), *grit* mencerminkan kemampuan individu untuk tetap bertahan dan terus berusaha meskipun menghadapi berbagai hambatan. Dalam kehidupan akademik, kemampuan tersebut terlihat dari kesungguhan siswa dalam menyelesaikan tugas, mengelola tanggung jawab belajar, serta tetap berupaya mencapai target yang telah ditetapkan. Oleh karena itu, siswa yang memiliki *grit* tinggi cenderung lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas dan tidak mudah terjebak dalam kebiasaan menunda pekerjaan.

Selain itu, Anggerahma dan Suryadi (2025) juga menyatakan bahwa *grit* merupakan semangat dan keteguhan seseorang dalam menghadapi tantangan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Individu yang memiliki tingkat *grit* tinggi cenderung lebih tahan terhadap kegagalan dan tidak mudah menyerah. Ketahanan terhadap kegagalan tersebut merupakan salah satu aspek penting dalam mengurangi prokrastinasi akademik. Siswa yang tidak mudah menyerah biasanya akan lebih cepat bangkit ketika mengalami kesulitan dalam belajar.

Sebaliknya, siswa yang mudah menyerah cenderung menghindari tugas yang dianggap sulit. Perilaku menghindari tugas ini merupakan salah satu ciri dari prokrastinasi akademik sebagaimana bahwa ciri prokrastinasi akademik juga dapat terlihat dari rendahnya tingkat kepercayaan diri siswa. Ketika siswa merasa tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik, mereka cenderung menunda pengerjaan tugas tersebut.

Selain faktor kepercayaan diri, sikap perfeksionis juga dapat memicu munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Individu yang memiliki standar terlalu tinggi terhadap hasil kerja sering kali menunda tugas karena merasa hasil yang diperoleh belum cukup sempurna. Namun demikian, siswa yang memiliki *grit* tinggi cenderung mampu mengatasi hambatan tersebut. Mereka lebih fokus pada proses usaha dan perbaikan berkelanjutan daripada menunggu hasil yang sempurna.

Kemampuan untuk terus belajar dan berkembang merupakan salah satu indikator penting dari *grit*. Menurut Duckworth (2019), individu yang memiliki *grit* akan selalu berusaha meningkatkan kemampuan diri melalui latihan dan pengalaman. Kemauan untuk terus belajar membuat siswa lebih terbuka terhadap kritik dan masukan. Hal ini membantu mereka memperbaiki kesalahan dan meningkatkan kualitas pekerjaan akademik yang dilakukan.

Selain itu, siswa yang memiliki *grit* tinggi juga cenderung mampu mempertahankan fokus pada tujuan jangka panjang. Fokus tersebut membantu mereka menghindari berbagai distraksi yang dapat mengganggu proses belajar. Sebaliknya, siswa yang mudah terdistraksi sering kali terlibat dalam aktivitas lain

yang tidak berkaitan dengan tugas akademik. Kondisi ini merupakan salah satu indikator prokrastinasi akademik.

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan kesesuaian dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maghfiroh dan Akbar (2021). Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa individu yang mampu mempertahankan kegigihan dan komitmen terhadap tujuan yang ingin dicapai cenderung lebih mampu menyelesaikan tugas tanpa melakukan penundaan yang berlebihan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberadaan *grit* berkaitan dengan kecenderungan seseorang dalam mengelola tanggung jawab belajarnya. Oleh karena itu, siswa yang memiliki *grit* lebih baik umumnya menunjukkan perilaku yang lebih produktif dalam menyelesaikan kewajiban akademik dibandingkan siswa dengan tingkat *grit* yang lebih rendah. Temuan ini sekaligus mendukung hasil yang diperoleh dalam penelitian yang dilakukan.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Putri (2023) yang menemukan adanya hubungan negatif antara *grit* dan prokrastinasi akademik. Siswa dengan tingkat *grit* yang tinggi umumnya lebih bertanggung jawab terhadap tugas-tugas yang harus diselesaikan. Mereka cenderung berusaha menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan target yang telah ditetapkan dan tidak mudah terdistraksi oleh aktivitas lain. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa ketekunan dalam belajar dapat membantu siswa mengurangi kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas akademik.

Temuan yang diperoleh dalam penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Rahmawati (2024). Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa siswa yang memiliki ketekunan dan komitmen yang kuat terhadap tujuan cenderung lebih mampu mengendalikan kebiasaan menunda pekerjaan akademik. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk tetap bertahan dalam menghadapi tantangan belajar dapat membantu mengurangi perilaku prokrastinasi.

Dukungan yang sama juga ditemukan dalam penelitian Anggerahma dan Suryadi (2025) pada responden mahasiswa. Walaupun objek penelitian berbeda dengan penelitian ini, hasil yang diperoleh tetap mengarah pada kesimpulan yang serupa. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa individu yang mampu menjaga semangat dan konsistensi dalam mencapai target biasanya lebih bertanggung jawab terhadap penyelesaian tugas. Oleh karena itu, karakter tersebut dapat menjadi salah satu faktor yang membantu mengurangi kecenderungan menunda pekerjaan akademik.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan pola temuan yang serupa mengenai hubungan antara *grit* dan prokrastinasi akademik. Baik pada peserta didik di tingkat sekolah maupun perguruan tinggi, individu dengan ketekunan dan komitmen yang kuat terhadap tujuan cenderung lebih mampu mengelola tanggung jawab akademiknya. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa karakter tersebut memiliki kontribusi dalam mengurangi kecenderungan menunda penyelesaian tugas.

Temuan serupa juga dilaporkan oleh Felicia dkk. (2025) pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa kemampuan untuk tetap fokus pada tujuan dan bertahan menghadapi berbagai tantangan akademik berhubungan dengan rendahnya kecenderungan menunda pekerjaan. Berbagai hasil penelitian yang ada memperlihatkan bahwa karakter ini berperan dalam membentuk kebiasaan belajar yang lebih positif. Pada masa remaja, kemampuan tersebut menjadi penting karena periode ini merupakan waktu ketika individu

mulai mengembangkan tanggung jawab, kemandirian, dan pola belajar yang akan memengaruhi perkembangan akademiknya di masa mendatang.

Apabila siswa sejak dini memiliki karakter *grit* yang kuat, maka mereka akan lebih siap menghadapi berbagai tantangan akademik di masa depan. Karakter ini juga dapat membantu siswa mengembangkan sikap disiplin dan tanggung jawab. Selain faktor internal seperti *grit*, perilaku prokrastinasi akademik juga dipengaruhi oleh faktor eksternal. Ghufroon dan Risnawita (2019) menjelaskan bahwa kondisi lingkungan, pola asuh orang tua, serta kondisi psikologis individu juga dapat memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik.

Menurut Duckworth (2019), *grit* dibangun oleh dua komponen utama yang saling melengkapi. Komponen pertama berkaitan dengan kegigihan dalam menghadapi tantangan, sedangkan komponen kedua berhubungan dengan kemampuan mempertahankan arah tujuan dalam waktu yang panjang. Kedua komponen tersebut membantu individu tetap bertahan ketika menghadapi hambatan selama proses mencapai target yang diinginkan. Dalam konteks akademik, kemampuan tersebut dapat memengaruhi cara siswa menjalankan tanggung jawab belajarnya.

Siswa yang memiliki kegigihan yang baik cenderung tetap berupaya menyelesaikan tugas meskipun menemui kesulitan. Di sisi lain, kemampuan menjaga arah tujuan membuat siswa tidak mudah mengalihkan perhatian pada hal-hal yang kurang mendukung kegiatan belajar. Kombinasi kedua karakteristik tersebut membantu siswa mengatur prioritas akademik secara lebih efektif. Oleh karena itu, siswa dengan tingkat *grit* yang lebih baik umumnya menunjukkan kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda penyelesaian tugas sekolah.

Pengembangan *grit* pada siswa tidak hanya bergantung pada faktor individu, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sekitar. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan lingkungan sosial sangat penting dalam membentuk karakter siswa. Berdasarkan hasil penelitian dan kajian teori yang telah dipaparkan, dapat dipahami bahwa *grit* memiliki peran penting dalam mengurangi prokrastinasi akademik. Ketekunan, konsistensi, dan fokus terhadap tujuan jangka panjang membantu siswa mengelola tugas secara lebih efektif.

Siswa yang memiliki *grit* tinggi cenderung lebih mampu mengatur waktu dan prioritas belajar. Mereka juga lebih siap menghadapi kesulitan tanpa harus menghindari tugas yang diberikan. Sebaliknya, siswa yang memiliki *grit* rendah cenderung lebih mudah terdistraksi oleh aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan tugas akademik. Kondisi ini dapat meningkatkan kecenderungan prokrastinasi akademik.

Upaya untuk mengurangi kebiasaan menunda tugas tidak hanya bergantung pada pengawasan selama proses belajar, tetapi juga perlu didukung oleh pembentukan karakter yang positif. Salah satu karakter yang perlu diperkuat pada diri siswa adalah *grit*. Pengembangan karakter tersebut dapat dilakukan melalui kegiatan belajar yang mendorong kegigihan, pemberian pengalaman belajar yang menantang, serta latihan yang dilakukan secara berkelanjutan sesuai dengan kemampuan siswa.

Peran guru juga penting dalam membantu siswa mempertahankan semangat dan komitmen terhadap kegiatan belajar. Dorongan, arahan, dan apresiasi yang diberikan secara konsisten dapat membantu siswa tetap berusaha mencapai target yang telah ditetapkan. Selain itu, kebiasaan mengatur tanggung jawab akademik secara teratur dapat membantu siswa membangun ketekunan dalam belajar. Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa karakter tersebut

memiliki keterkaitan dengan kecenderungan siswa dalam menunda penyelesaian tugas, sehingga penguatannya dapat menjadi salah satu langkah yang mendukung perilaku akademik yang lebih baik.

Penelitian ini menambah wawasan mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan perilaku akademik peserta didik. Temuan yang diperoleh diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun program pembelajaran yang mendukung pembentukan karakter positif pada siswa. Penguatan *grit* dapat membantu siswa menjadi lebih tekun dalam menjalankan tanggung jawab belajarnya. Dengan karakter tersebut, siswa diharapkan mampu mengatur kegiatan belajar secara lebih terarah, mengurangi kecenderungan menunda tugas, serta mencapai hasil belajar yang lebih baik.

E. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *grit* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sunggal. Hasil analisis data menunjukkan bahwa rata-rata (mean) tingkat *grit* siswa sebesar 57,49, sedangkan rata-rata (mean) tingkat prokrastinasi akademik sebesar 50,39. Selain itu, hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa *grit* berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Semakin tinggi tingkat *grit* yang dimiliki siswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi akademik.

F. SARAN

Diharapkan sekolah dapat mendukung program-program yang dapat mengembangkan karakter siswa, khususnya yang berkaitan dengan ketekunan, tanggung jawab, dan manajemen waktu. Lingkungan sekolah yang kondusif dan kegiatan pengembangan diri dapat membantu siswa meningkatkan *grit* serta mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

G. DAFTAR PUSTAKA

- Anggerahma, S., & Suryadi, D. (2025). Peran *Grit* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta di Jakarta. *Akademik: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 306-320.
- Duckworth, A. (2019). *Grit: Kekuatan Passion & Kegigihan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Felicia, C., Simanjaya, C. C., & Subroto, U. (2025). Pengaruh *Grit* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 11(03), 270-279.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2019). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Indriani, D., & Mogi, A. H. (2025). Pengaruh Komunikasi Digital dan Prokrastinasi Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMAN 78 Jakarta. *Jurnal Warta Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 8(1), 50-61

- Maghfiroh, N., & Akbar, Z. Y. (2021). The Effect of *Grit* and Learning Motivation on Academic Procrastination Through Online Learning on Students of MTS N 1 Banyumas. *Jurnal Psimphoni*, 2(2), 39-47.
- Martini, S. (2024). Pelatihan Mindfulness untuk Meningkatkan *Grit* pada Guru. *Journal on Education*, 7(1), 17-26.
- Putri, I. S. (2023). Hubungan Antara *Grit* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XII Jurusan IPS di SMA Adabiah 1 Padang (Doctoral dissertation, Universitas Putra Indonesia" YPTK" Padang).
- Rahmawati, E. D. (2024). Pengaruh *Grit* Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMK Semen Gresik (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Rusman. (2019). *Seri Manajemen Sekolah Bermutu Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.