

**GAMBARAN *GRIT* PADA MAHASISWA YANG MENJADI ATLET**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata  
Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



**UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A**

**ANISATUL FUADAH**

**11010120003**

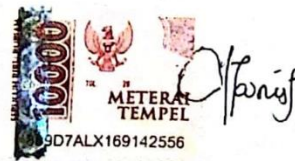
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2024**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Gambaran Grit pada Mahasiswa yang menjadi Atlet**" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis di acu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 13 Mei 2024



Anisatul Fuadah

## HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

“Gambaran *Grit* pada Mahasiswa yang menjadi Atlet “

Oleh :

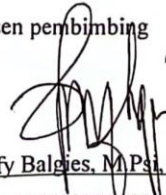
Anisatul Fuadah

11010120003

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 13 Mei 2024

Dosen pembimbing



Soffy Balgies, M.Psi, Psikolog

NIP. 197609222009122001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

GAMBARAN GRIT PADA MAHASISWA YANG MENJADI ATLET

Yang disusun oleh  
Anisatul Fuadah  
11010120003

Yang dipertahankan di depan Tim Penguji  
Pada tanggal 13 Juni 2024

Mengetahui,

Dean Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. Phd. Khoirun Ni'am  
NIP. 1970251996031004

Susunan Tim Penguji

Penguji I

Soffy Balgies, M.Psi, Psikolog.  
NIP. 197609222009122001

Penguji II

Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si.  
NIP. 196208241987031002

Penguji III

Dr. Dwi Rukma Santi, S.ST., M.Kes.  
NIP. 197902072014032001

Penguji IV

M. Syifa Muntafi, M.Sc.  
NIP. 199211142020121016



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ANISATUL FUADAH  
NIM : 11010120003  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan/Psikologi  
E-mail address : 11010120003@student.uinsby.ac.id

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)  
yang berjudul :

Gambaran *Grit* pada Mahasiswa yang Menjadi Atlet

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 06 September 2024

Penulis

( Anisatul Fuadah )  
nama terang dan tanda tangan

## INTISARI

*Grit* didefinisikan sebagai ketekunan serta semangat dalam mencapai tujuan jangka panjang, meskipun menghadapi kegagalan dalam mencapainya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran *grit* serta faktor yang mempengaruhi *grit* pada mahasiswa yang menjadi atlet. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif studi kasus kepada tiga informan mahasiswa yang juga menjadi atlet. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara secara mendalam, observasi dan dokumentasi terhadap tiga informan mahasiswa aktif menjadi atlet. Informan pada penelitian ini menggeluti olahraga yang berbeda, yaitu olahraga beladiri tarung derajat, tenis meja dan bola voli. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan memiliki *grit* yang baik dengan memiliki ketekunan dalam usaha (*perseverance of effort*) dan konsistensi dalam minat (*consistency of interest*). Peneliti menemukan bahwa subjek penelitian memiliki ketekunan dalam mengikuti seleksi atlet yang panjang dan pantang menyerah dalam menguasai teknik baru. Peneliti juga menemukan bahwa subjek menunjukkan sikap konsistensi karena sejak awal fokus menjadi atlet. Penelitian ini juga menemukan bahwa faktor yang mempengaruhi *grit* pada informan yaitu faktor internal yang terdiri dari minat (*interest*), latihan (*practice*), tujuan (*purpose*) dan harapan (*hope*) dimiliki oleh seluruh subjek. Faktor eksternal *grit* yang terdiri dari pola asuh (*parenting*), lapangan bermain *grit* (*the playing field of grit*) dan budaya *grit* (*culture of grit*) seluruhnya ada pada diri setiap subjek. Faktor eksternal berupa budaya *grit* berbeda dari setiap subjek, yaitu bertahan meskipun belum terpilih menjadi atlet, berlatih setiap hari untuk mempertahankan performa, dan tetap berlatih meskipun dicurangi.

**Kata kunci** : *Grit*, mahasiswa, atlet

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ABSTRACT

*Grit is defined as perseverance and enthusiasm in achieving long-term goals, despite facing failure in achieving them. This study aims to describe the description of grit and the factors that influence grit in students who are athletes. The method used is qualitative case study research to three student informants who are also athletes. Data collection techniques in this study used in-depth interviews, observation and documentation of three active student informants who became athletes. Informants in this study are involved in different sports, namely martial arts, table tennis and volleyball. The results showed that all informants had good grit by having perseverance of effort and consistency of interest. The researcher found that the research subjects had perseverance in following the long athlete selection and never gave up in mastering new techniques. The researcher also found that the subject showed an attitude of consistency because from the beginning he focused on becoming an athlete. This study also found that the factors that influence grit in informants, namely internal factors consisting of interest, practice, purpose and hope, are owned by all subjects. External factors of grit consisting of parenting, the playing field of grit and the culture of grit are all present in each subject. External factors in the form of a culture of grit are different from each subject, namely surviving even though they have not been selected as athletes, practicing every day to maintain performance, and continuing to practice even though they are cheated.*

**Keywords:** *Grit, students, athletes*

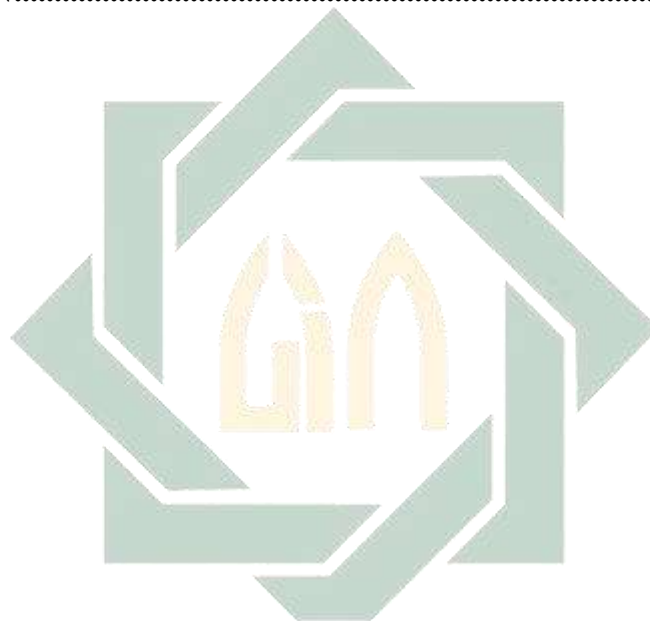
UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

|   |             |
|---|-------------|
| <b>COVER</b>  |             |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....                     | <b>ii</b>   |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> ..... | <b>ii</b>   |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....                    | <b>iv</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                         | <b>v</b>    |
| <b>INTISARI</b> .....                               | <b>vii</b>  |
| <b>ABSTRACT</b> .....                               | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                             | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                        | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                           | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                          | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I</b> .....                                  | <b>1</b>    |
| <b>PENDAHULUAN</b> .....                            | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                     | 1           |
| B. Fokus Penelitian .....                           | 9           |
| C. Tujuan Penelitian .....                          | 9           |
| C. Manfaat Penelitian .....                         | 9           |
| D. Keaslian Penelitian .....                        | 10          |
| <b>BAB II</b> .....                                 | <b>14</b>   |
| <b>KAJIAN PUSTAKA</b> .....                         | <b>14</b>   |
| A. Konseptualisasi Topik yang Diteliti .....        | 14          |
| B. Perspektif Teoritis .....                        | 21          |
| <b>BAB III</b> .....                                | <b>26</b>   |
| <b>METODE PENELITIAN</b> .....                      | <b>26</b>   |
| A. Jenis Penelitian .....                           | 26          |
| B. Lokasi Penelitian .....                          | 27          |
| C. Sumber Data .....                                | 28          |
| E. Prosedur Analisis dan Interpretasi Data .....    | 32          |
| F. Keabsahan Data .....                             | 33          |
| <b>BAB IV</b> .....                                 | <b>35</b>   |
| <b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....        | <b>35</b>   |
| A. Deskripsi Subjek .....                           | 35          |



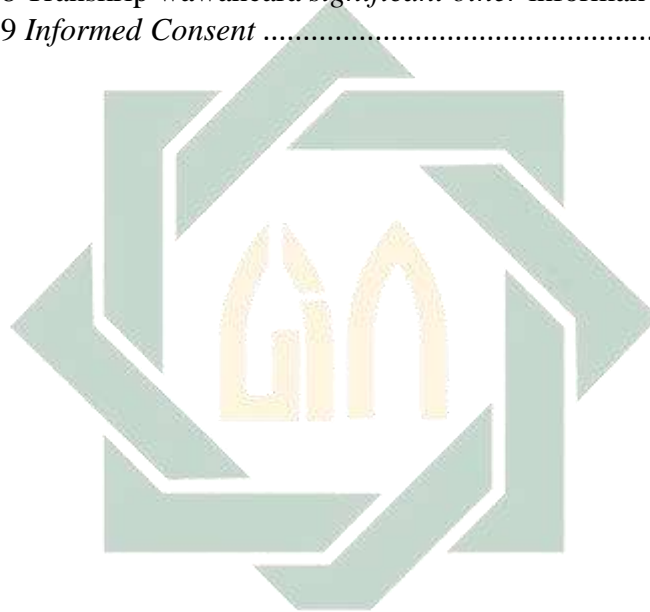
|                                    |           |
|------------------------------------|-----------|
| B. Hasil Penelitian .....          | 39        |
| C. Analisis Temuan Penelitian..... | 63        |
| D. Pembahasan.....                 | 66        |
| <b>BAB V.....</b>                  | <b>75</b> |
| <b>PENUTUP.....</b>                | <b>75</b> |
| A. Simpulan .....                  | 75        |
| A. Saran.....                      | 76        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>        | <b>77</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>               | <b>83</b> |



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |     |
|--|-----|
| Lampiran 1. 1 Instrumen Wawancara Informan .....                           | 83  |
| Lampiran 1. 2 Panduan wawancara <i>significant other</i> .....             | 87  |
| Lampiran 1. 3 Transkrip Wawancara Informan 1 .....                         | 89  |
| Lampiran 1. 4 Transkrip wawancara <i>significant other</i> subjek 1 .....  | 96  |
| Lampiran 1. 5 Transkrip wawancara informan 2 .....                         | 99  |
| Lampiran 1. 6 Transkrip wawancara <i>significant other</i> informan 2..... | 106 |
| Lampiran 1. 7 Transkrip wawancara informan 3 .....                         | 109 |
| Lampiran 1. 8 Transkrip wawancara <i>significant other</i> informan 3..... | 115 |
| Lampiran 1. 9 <i>Informed Consent</i> .....                                | 127 |



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Tabel 4. 1 Analisis Temuan ..... | 65 |
|----------------------------------|----|



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

|  |     |
|--|-----|
| Gambar 1 Perspektif Teoritik.....  | 21  |
| Gambar 2 Dokumentasi wawancara dengan subjek pertama.....                        | 118 |
| Gambar 3 Dokumentasi berita dan media sosial subjek pertama .....                | 118 |
| Gambar 4 Dokumentasi penghargaan subjek pertama.....                             | 119 |
| Gambar 5 Dokumentasi latihan rutin subjek pertama.....                           | 119 |
| Gambar 6 Dokumentasi wawancara dengan <i>significant other</i> subjek pertama .. | 119 |
| Gambar 7 Dokumentasi transkrip nilai sementara subjek pertama.....               | 120 |
| Gambar 8 Dokumentasi berita dan media sosial subjek kedua.....                   | 121 |
| Gambar 9 Dokumentasi wawancara subjek kedua.....                                 | 121 |
| Gambar 10 Dokumentasi wawancara <i>significant other</i> subjek kedua .....      | 122 |
| Gambar 11 Dokumentasi latihan rutin subjek Kedua .....                           | 122 |
| Gambar 12 Dokumentasi penghargaan subjek Kedua .....                             | 122 |
| Gambar 13 Dokumentasi Transkrip nilai sementara subjek kedua.....                | 123 |
| Gambar 14 Dokumentasi wawancara subjek utama ketiga.....                         | 124 |
| Gambar 15 Dokumentasi wawancara <i>significant other</i> subjek ketiga.....      | 124 |
| Gambar 16 Dokumentasi penghargaan subjek ketiga.....                             | 125 |
| Gambar 17 Dokumentasi latihan rutin subjek ketiga.....                           | 125 |
| Gambar 18 Dokumentasi transkrip nilai sementara subjek ketiga.....               | 126 |



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Aguss, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(2), 164. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.9117>
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2020). Persepsi Atlet Futsal Putra Universitas Teknokrat Indonesia terhadap Hipnoterapi dalam Meningkatkan Konsentrasi saat Bertanding. *Jurnal Pesjaskesrek*, 7(2).
- Ajrina, A., & Safitri, S. (2023). Self-Regulated Learning, Growth Mindset and Students' Grit in Career Preparation. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 12(2), 231. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i2.10523>
- Alim, A. (2020). Studi manajemen pelatih dan atlet pada pembinaan prestasi cabang olahraga tenis lapangan. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 16(1), 19–28. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v16i1.29989>
- antaranews.com. (2021, September 9). *Kontingen Jatim untuk PON Papua diperkuat 543 atlet*. Antara News. <https://www.antaranews.com/berita/2382405/kontingen-jatim-untuk-pon-papua-diperkuat-543-atlet>
- Assyakurrohim, D., Ikhrum, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(1).
- Datu, J. A. D. (2021). Beyond Passion and Perseverance: Review and Future Research Initiatives on the Science of Grit. *Frontiers in Psychology*, 11, 545526. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.545526>
- Dewi, S. P., & Jannah, M. (2023). Peningkatan Ketangguhan Mental Pada Atlet Pelajar Melalui Pelatihan Kesadaran Diri. *Character*, 10(01), 29–37.
- Dharmawan, A. S. (2022). Gambaran Grit pada Mahasiswa yang Memiliki Online Shop. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 16–30. <https://doi.org/10.33508/exp.v10i1.2895>
- Duckworth, A. L. (2018). *GRIT: kekuatan passion & kegigihan / Angela Duckworth ; alih bahasa, Fairano Ilyas | OPAC Perpustakaan Nasional RI*. (2nd ed.). Gramedia Pustaka Utama. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1122107>
- 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>
- Endo, T., Sekiya, H., & Raima, C. (2023). Psychological pressure on athletes during matches and practices. *Asian Journal of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.ajsep.2023.07.002>
- Fabio, S., & Kartiko, D. C. (2022). Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(01), 13–18.

- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 33–54.
- From, L., Thomsen, D. K., & Olesen, M. H. (2020). Elite athletes are higher on *Grit* than a comparison sample of non-athletes. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2, 2–7. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v2i0.115111>
- genta.petra.ac.id. (2021, October 31). *Ketekunan Melatih Diri Berujung Gelar Juara*. GENTA Petra. <https://genta.petra.ac.id/ketekunan-melatih-diri-berujung-gelar-juara/>
- Gomez, J., Bradley, J., & Conway, P. (2018). The challenges of a high-performance student athlete. *Irish Educational Studies*, 37(3), 329–349. <https://doi.org/10.1080/03323315.2018.1484299>
- Herdian, H. (2022). *Consistency of interest and Perseverance of effort* in Pharmacy Students During Online Learning. *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 05(04), 837–841. <https://doi.org/10.47191/ijmra/v5-i4-13>
- Hidayati, D. A., & Krismayani, I. (2019). Literasi Informasi Mahasiswa Atlet Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, 6(2), Article 2.
- Hulukati, W., & Djibran, Moh. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktik)*, 2(1), 73. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Hwang, Y. K., & Lee, C. S. (2021). The Relationship between Body Image and Successful Aging of the Elderly: The Dual Mediating Effects of Growth Mindset and *Grit*. *Asia-pacific Journal of Convergent Research Interchange*, 7(8), 213–222. <https://doi.org/10.47116/apjcri.2021.08.19>
- Jonathan, H., & Hadiwono, A. (2020). Tempat Pengembangan *Grit*. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 2(2), 2067. <https://doi.org/10.24912/stupa.v2i2.8591>
- Jumadin, & Syahputra, R. (2019). Analisis Olahraga Prestasi yang dapat di Unggulkan Kabupaten Langkat. *JURNAL KESEHATAN DAN OLAHRAGA*, 3(1), 10–19.
- Kalia, V., Thomas, R., Osowski, K., & Drew, A. (2018). Staying Alert? Neural Correlates of the Association Between *Grit* and Attention Networks. *Frontiers in Psychology*, 9, 1377. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01377>
- Kusumawardhani, I. S., Safitri, J., & Zwagery, R. V. (2018). HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI KETERLIBATAN AYAH DALAM PENGASUHAN DENGAN *GRIT* PADA PESERTA DIDIK KELAS SEMBILAN SMPN 1 BANJARBARU. *Jurnal Kognisia*, 1(2).
- 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>
- Lam, K. K. L., & Zhou, M. (2019). Examining the relationship between *grit* and academic achievement within K-12 and higher education: A systematic review. *Psychology in the Schools*, 56(10), 1654–1686. <https://doi.org/10.1002/pits.22302>

- Lee, W. (2023). *Grit* on student-athletes' psychological factors and perceived academic performance: The role of *grit*. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(7), 1846–1851. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.07224>
- Liona, N. S., & Jannah, M. (2022). Hubungan antara Komitmen Karier dengan Kesuksesan Karier Subjektif pada Atlet Mahasiswa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3).
- Masuyama, A., Kubo, T., Sugawara, D., & Chishima, Y. (2022). Interest Consistency Can Buffer the Effect of COVID-19 Fear on Psychological Distress. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(5), 3044–3055. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00564-5>
- mediasolidaritas.com. (2023, September 15). *Raih Prestasi Membanggakan, Mahasiswa UINSA Sabet Medali Emas pada Pekan Olahraga Provinsi Jawa Timur 2023*. <https://www.mediasolidaritas.com/raih-prestasi-membanggakan-mahasiswa-uinsa-sabet-medali-emas-pada-pekan-olahraga-provinsi-jawa-timur-2023/>
- Mnusefer, F. S., Nasruddin, Muhammad, J., & Mandosir, Y. M. (2023). Profil Tingkat Kecemasan Atlet Terbang Layang PON XX Papua Tahun 2021. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(10), 4051–4064.
- Mora, L., Hakim, A. R., & Wahidin, W. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Grit* pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Buana Perjuangan Karawang. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 8(1), 23–31. <https://doi.org/10.36805/psychopedia.v8i1.5538>
- Mulyarti, N., Hayati, S., & Minarni. (2022). Gambaran *Grit* pada Mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 154–159. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1771>
- Mustafa, S., & Jahan, A. (2020). *Grit*, Perceived Stress and Hope among Research Scholars. *Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (JETIR)*, 7(4). <http://www.scirp.org/journal/doi.aspx?DOI=10.4236/psych.2018.915171>
- Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., & Prabowo, G. U. (2021). Psychological Characteristics of Athletes at Student's Education and Training Center in Bengkulu. *Journal Sport Area*, 6(1), 48–57. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6\(1\).5572](https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6(1).5572)
- Nugraha, R. I. A., Sugihartono, T., & Ilahi, B. R. (2021). Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Psikologis Atlet Pencak Silat Perguruan Persinas ASAD Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 281–294. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v2i2.17857>
- Oktaviasari, J., & Wisyastuti. (2021). Gambaran Derajat *Grit* Pada Siswa-Athlet Di Sma Negeri Olahraga Jawa Timur. *INTERNATIONAL JOURNAL ON ORANGE TECHNOLOGIES*, 03(04), 108–117.
- Orines, R., Cabana, J. M., Carlos, J. M., Fernandez, P. N., Medel, P., & Suing, M. T. (2023). *Grit* and resilience as predictors of subjective well-being among university student-athletes. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 10(4), 07–12. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i4a.3001>

- Pangaribuan, N., & Savitri, J. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Grit* pada Mahasiswa Anggota PSM di Universitas “X” Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 3(2), 103–114. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v3i2.2167>
- Purcell, R., Gwyther, K., & Rice, S. M. (2019). Mental Health In Elite Athletes: Increased Awareness Requires An Early Intervention Framework to Respond to Athlete Needs. *Sports Medicine - Open*, 5(1), 46. <https://doi.org/10.1186/s40798-019-0220-1>
- Ramadhani, S. W., & Jannah, M. (2023). Improving Teenage Athlete Sports Motivation Through Identity Awareness Training. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(01), 112–124.
- Romas, M. Z., & Irwanto. (2019). Profil Peran Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet di Serang-Banten Menuju Jawara. *Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas PGRI Banyuwangi*, 1–14.
- Schimschal, S. E., Visentin, D., Kornhaber, R., & Cleary, M. (2022). Achieving Long-term Goals Amidst Uncertainty: An Integrative Model for the Psychological Resources of *Grit*. *The Journal of Continuing Education in Nursing*, 53(8), 355–363. <https://doi.org/10.3928/00220124-20220706-06>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Alfabeta. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=911046>
- Sunadi, D., Soemardji, A. A., Apriantono, T., & Wirasutisna, K. R. (2018). Tingkat Kebugaran Jasmani dan Prestasi Belajar. *Jurnal Sosioteknologi*, 17(2), 326–336.
- Sutoro, S., Guntoro, T. S., & Putra, M. F. P. (2020). Mental atlet Papua: Bagaimana karakteristik psikologis atlet atletik? *Jurnal Keolahragaan*, 8(1). <https://doi.org/10.21831/jk.v8i1.30312>
- Syauqi, M. Q. A., & Agung, I. M. (2021). Authoritative, Permissive, dan Authoritarian Parenting Style Kaitannya dengan *Grit* Mahasiswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(3), 185. <https://doi.org/10.24014/pib.v2i3.13720>
- Taftazani, H. S., & Fauziah, N. (2019). Memahami Kesejahteraan Subjektif pada Atlet Atletik Nomor Lari 10.000 Meter PON Jateng. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 61–67. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23575>
- ubaya.ac.id. (2021). *PON XX 2021 Papua: Mahasiswa Atlet Harapan Baru bagi Indonesia—Universitas Surabaya (UBAYA)*. Pon-Xx-2021-Papua. <https://www.ubaya.ac.id/2021/10/21/pon-xx-2021-papua-mahasiswa-atlet-harapan-baru-bagi-indonesia/>
- um.ac.id. (2021, Oktober). Keren! Mahasiswa FIK UM Raih 21 Medali pada Ajang PON XX Papua 2021 | Universitas Negeri Malang (UM). *Berita Terkini*. <https://um.ac.id/berita/keren-mahasiswa-fik-um-raih-21-medali-pada-ajang-pon-xx-papua-2021/>
- um-surabaya.ac.id. (2021, Oktober). *Rektor UM Surabaya Sambut Kepulangan Atlet PON XX | Universitas Muhammadiyah Surabaya*. <https://www.um-surabaya.ac.id/news/rektor-um-surabaya-sambut-kepulangan-atlet-pon-xx>
- unair.ac.id. (2018, December 5). Konsisten Tekuni Renang, Hezby Jadi Wisudawan Berprestasi Fakultas Psikologi. *Unair News*.



- <https://news.unair.ac.id/2018/12/05/konsisten-tekuni-renang-hezby-jadi-wisudawan-berprestasi-fakultas-psikologi/?lang=id>
- unesa.ac.id. (2021, September 28). *UNESA Turunkan 61 Atlet di PON XX 2021, Rektor Optimistik Kontingen Jatim Bisa Capai Target*. Universitas Negeri Surabaya. [//www.unesa.ac.id/unesa-turunkan-61-atlet-di-pon-xx-2021-rektor-optimistik-kontingen-jatim-bisa-capai-target](http://www.unesa.ac.id/unesa-turunkan-61-atlet-di-pon-xx-2021-rektor-optimistik-kontingen-jatim-bisa-capai-target)
- Utanto, R. C., & Satiningsih, S. (2022). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan *Grit* pada Atlet Pelajar di Sekolah Khusus Olahragawan Jawa Timur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 7972–7983. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i1.3655>
- Vivekananda, N. L. A. (2018). Studi Deskriptif mengenai *Grit* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(3), 183. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i3.756>
- Walidin, W., Saifullah, I., & Tabrani. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif & grounded theory* (1st ed.). FTK Ar-Raniry Press.
- Yang, L., & Wu, D. (2021). *Grit* and Meaning in Life of Chinese Nurses: The Chain Mediating Effect of Social Support and Hope. *Frontiers in Psychology*, 12, 769707. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.769707>
- Zhai, C., Chai, X., Shrestha, S., & Zhong, N. (2023). *Grit* and Career Construction among Chinese High School Students: The Serial Mediating Effect of Hope and Career Adaptability. *Sustainability*, 15(4), 3608. <https://doi.org/10.3390/su15043608>



UIN SUNAN AMPEL  
SURABAYA