



Peran *Self Efficacy*, Dukungan Sosial dan Optimisme terhadap *Grit* pada Anggota Tamtama

Devi Ulfa Sari¹, Fitri Andriani²

^{1,2}Universitas Airlangga

E-mail: devi.ulfa.sari-2022@psikologi.unair.ac.id¹;

fitri.andriani@psikologi.unair.ac.id²

Abstract

This study aims to examine the effect of self-efficacy, social support, and optimism on grit in TNI-AD Private members who took the regular Secaba (National Military Commission) transfer test. This study used a quantitative method with a correlational research design. The sample used was 50 randomly selected Private members. Data were collected through a questionnaire that measured the three independent variables (self-efficacy, social support, and optimism) and grit as the dependent variable. The results of the multiple linear regression analysis showed a significance value of 0.000, indicating that self-efficacy, social support, and optimism had a significant effect on grit. The results showed that social support made the largest contribution to increasing grit, followed by optimism and self-efficacy. Overall, the three variables contributed 75.4% to the grit level of TNI-AD Private members. This finding provides important insight that the combination of self-confidence, support from the surrounding environment, and an optimistic outlook can increase individual persistence in facing challenges, especially in the Secaba selection.

Keywords: *Self-Efficacy; Social Support; Optimism.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *self-efficacy*, dukungan sosial, dan optimisme terhadap *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD yang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Sampel yang digunakan adalah 50 anggota Tamtama yang terpilih secara acak. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur ketiga variabel independen (*self-efficacy*, dukungan sosial, dan optimisme) serta *grit* sebagai variabel dependen. Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 yang menunjukkan bahwa *self-efficacy*, dukungan sosial, dan optimisme memiliki pengaruh signifikan terhadap *grit*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi terbesar terhadap peningkatan *grit*, diikuti oleh optimisme dan *self-efficacy*. Secara keseluruhan, ketiga variabel tersebut berkontribusi sebesar 75,4% terhadap tingkat *grit* anggota Tamtama TNI-AD. Temuan ini memberikan wawasan penting bahwa kombinasi antara keyakinan diri, dukungan dari lingkungan sekitar, dan pandangan optimis dapat meningkatkan ketekunan individu dalam menghadapi tantangan, khususnya dalam seleksi Secaba.

Kata-kata Kunci: *Self-Efficacy; Dukungan Sosial; Optimisme.*

PENDAHULUAN

TNI memiliki jenjang karir yang dimulai dari pendidikan dasar seperti Dikma Tamtama untuk calon tamtama. Program ini berlangsung 6-7 bulan, memberikan bekal dasar militer, dan diakhiri dengan penempatan di berbagai kesatuan sesuai spesialisasi. Setelah 12 tahun pengabdian, Tamtama dapat mengikuti tes alih golongan ke Secaba reguler untuk menjadi Bintara. Seleksi alih golongan meliputi pendaftaran, pemeriksaan administrasi, tes kesehatan, kesamaptan jasmani, psikologi, akademik, mental ideologi, pantukhir, dan pendidikan dasar militer selama enam bulan.

Berdasarkan wawancara dengan tiga anggota Tamtama TNI-AD, seleksi Bintara reguler jalur Tamtama mencakup pendaftaran, pemeriksaan administrasi, tes kesehatan, kesamaptan jasmani, psikologi, akademik, mental ideologi, pantukhir, dan pendidikan. Lulusan seleksi mengikuti pendidikan militer selama enam bulan untuk mempersiapkan diri menjadi Bintara profesional. Kendala dalam seleksi meliputi tantangan fisik berat, tekanan tes psikologi, kesulitan materi akademik, persaingan ketat, serta menjaga mental dan disiplin di tengah proses seleksi.¹

Persiapan matang sangat penting bagi Tamtama untuk menghadapi seleksi Secaba reguler. Tantangan yang berat sering kali menyebabkan kelelahan, menurunnya motivasi, rasa tidak percaya diri, hingga keinginan menyerah. Meski demikian, pendidikan dan pengembangan karir tetap menjadi aspek penting dalam perjalanan seorang Tamtama untuk meraih jenjang karir yang lebih baik.

Grit diartikan sebagai kerja keras untuk mencapai tujuan jangka panjang, mencakup ketekunan dan konsistensi usaha serta minat.² Dua aspek utama *grit* adalah passion (konsistensi minat) dan perseverance (konsistensi usaha meskipun menghadapi tantangan). Individu dengan *grit* tinggi lebih mampu mencapai tujuan dibandingkan mereka yang *grit*-nya rendah, yang cenderung menyerah saat menghadapi hambatan.³

Penelitian sebelumnya menunjukkan hubungan *grit* dengan berbagai faktor. Terdapat penelitian yang melaporkan bahwa disiplin anggota TNI-AD tergolong sangat tinggi (18,51%), tinggi (61,72%), sedang (12,34%), dan rendah (7,4%). Selain itu, diketahui juga bahwa loyalitas tugas pada TNI-AD dalam kategori tinggi mencapai 78%, sedang 14%, dan

¹ Anggota Tamtama TNI-AD, "Wawancara Penulis dengan Tiga Anggota Tamtama TNI-AD, 15 Desember" (Jakarta, 2024).

² Angela Duckworth, *GRIT: Kekuatan Passion + Kegigihan Hal Terpenting untuk Sukses dan Bahagia Bukanlah Bakat*, Cetakan 3. (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2018).

³ Stifhany Angelina Bata dan Arthur Huwae, "Grit dan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa Tahun Pertama," *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 1 (2023): 310–321, <https://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/4771>.

rendah 8%.⁴ Penelitian lainnya juga mengungkapkan bahwa 51% prajurit memiliki psychological well-being tinggi, yang mendukung kegigihan (*grit*) dalam bekerja.⁵ Namun, terdapat penelitian lain yang menemukan bahwa *grit* rendah menjadi masalah bagi sebagian anggota TNI, menghambat kemampuan bertahan dalam tugas sulit.⁶

Terdapat faktor-faktor internal seperti interest, *self-efficacy*, optimisme, dan faktor eksternal seperti dukungan sosial yang memengaruhi *grit*.⁷ Terdapat penelitian yang menjelaskan bahwa *self-efficacy* berperan positif dalam meningkatkan *grit*,⁸ sementara optimisme memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *grit*.⁹ Sejalan dengan penelitian tersebut, terdapat korelasi moderat ($r = 0,324$) antara optimisme dan *grit* pada calon taruna Angkatan Udara.¹⁰ Selain itu, dukungan sosial seperti dukungan emosional, instrumental, dan informasi berkontribusi signifikan terhadap dukungan sosial yang membantu individu mengatasi hambatan dan mempertahankan semangat mereka.¹¹

Kebutuhan untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi *grit* dalam konteks tugas militer, khususnya pada Tamtama TNI-AD yang menghadapi tantangan dalam tes alih golongan Secaba Reguler. Sebagai salah satu elemen penting dalam keberhasilan tugas militer, tingkat *grit* yang tinggi menjadi kunci untuk meningkatkan performa individu, terutama di tengah dinamika tugas yang menuntut ketahanan fisik dan mental. Dengan menganalisis peran *self-efficacy*, optimisme, dan dukungan sosial terhadap *grit*, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis untuk mendukung keberhasilan

⁴ Muhammad Taufikhurohman, "Hubungan Intensitas Mengikuti Kegiatan Pembinaan Mental dengan Disiplin Kerja TNI Kodim 0714 Salatiga Tahun 2016" (Institut Agama Islam Negeri Salatiga, 2016), [http://perpus.iainsalatiga.ac.id/lemari/fg/free/pdf/?file=http://perpus.iainsalatiga.ac.id/g/pdf/public/index.php/?pdf=1356/1/HUBUNGAN INTENSITAS MENGIKUTI KEGIATAN PEMBINAAN MENTAL DENGAN DISIPLIN KERJA TNI AD DI KODIM 0714 SALATIGA](http://perpus.iainsalatiga.ac.id/lemari/fg/free/pdf/?file=http://perpus.iainsalatiga.ac.id/g/pdf/public/index.php/?pdf=1356/1/HUBUNGAN%20INTENSITAS%20MENGIKUTI%20KEGIATAN%20PEMBINAAN%20MENTAL%20DENGAN%20DISIPLIN%20KERJA%20TNI%20AD%20DI%20KODIM%200714%20SALATIGA).

⁵ Kurnia Prayana, "Psychological Well-Being pada Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI-AD) Makorem 083 Baladhika Jaya Malang" (Universitas Muhammadiyah Malang, 2015), <https://www.scribd.com/document/700052969/jiptummpp-gdl-kurniaprayer-43096-1-isi>.

⁶ Rusdah Sarifah, "Identitas Sosial dengan Prasangka pada Prajurit TNI- AD Terhadap Anggota Kepolisian," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 4, no. 1 (2016): 75–88, <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/2879>.

⁷ Duckworth, *GRIT: Kekuatan Passion + Kegigihan Hal Terpenting untuk Sukses dan Bahagia Bukanlah Bakat*.

⁸ Chintya Lucy Lutviantari dan Edilburga Wulan Saptandari, "The Role of Self-Efficacy and Social Support for Grit in Master of Professional Psychology Students," *KnE Social Sciences* 9, no. 6 (2024): 508–516, <https://kneopen.com/KnE-Social/article/view/15300>.

⁹ Naomi Pangaribuan dan Jane Savitri, "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Grit pada Mahasiswa Anggota PSM di Universitas 'X' Bandung," *Humanitas: Jurnal Psikologi* 3, no. 2 (2019): 103–114, <https://journal.maranatha.edu/index.php/humanitas/article/view/2167>.

¹⁰ Evi Ema Victoria Polii dan Muhamad Irhas Dirgantara, "Hubungan Optimisme dan Grit Calon Taruna Akademi Angkatan Udara (AAU) di LANUD 'X' Kota Bandung," *Tazkiya: Journal of Psychology* 8, no. 2 (2020): 146–154, <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/tazkiya/article/view/16644>.

¹¹ Nurul Fadhillah dan Laila Meiliyandrie Indah Wardani, *Grit dalam Kehidupan Profesi Usher* (Jakarta: Penerbit NEM, 2021).

Tamtama dalam tugas dan transisi karier. Penelitian terdahulu menjadi dasar analisis mendalam untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi *grit* dalam konteks militer. Berdasarkan penjelasan sebelumnya, penulis tertarik memilih judul penelitian yang berjudul “Peran *Self Efficacy*, Optimisme, Dan Dukungan Sosial Terhadap *Grit* Pada Anggota Tamtama”.

Adapun pertanyaan yang diajukan pada penelitian ini adalah apakah *self-efficacy*, optimisme, dan dukungan sosial secara parsial maupun simultan terdapat pengaruh signifikan terhadap *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD. Tujuan dilakukannya riset ini adalah menganalisis sejauh mana *self-efficacy*, optimisme, dan dukungan sosial, baik secara parsial maupun simultan, memiliki pengaruh signifikan terhadap *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menggunakan analisis angka atau statistika untuk menguji sebuah hipotesis yang telah di susun berdasarkan tinjauan teoritis.¹² Metode penelitian kuantitatif merupakan sebuah metode yang berlandaskan filsafat positivisme sebagai metode ilmiah yang empiris dan sistematis.¹³ Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda dengan software SPSS versi 26.0.

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode survei dengan memberikan kuesioner berbentuk *google form* untuk mengukur variabel *self-efficacy*, optimisme, dan dukungan sosial terhadap *grit* yang diberikan kepada anggota Tamtama TNI-AD yang sedang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota Tamtama TNI-AD Batalyon Infanteri “X” Kota “X” yang mengikuti tes alih golongan Secaba Reguler, berjumlah 50 orang. Sampel yang diambil menggunakan teknik sampel jenuh, yaitu seluruh populasi digunakan sebagai sampel karena jumlahnya kurang dari 100 orang.¹⁴ Data responden terdiri dari 38 Kopral Dua dan 12 Kopral Satu, dengan total 50 orang.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari empat skala: Skala *Grit*, Skala *Self-efficacy*, Skala Optimisme, dan Skala Dukungan Sosial. Skala *Grit*

¹² Larry B. Christensen, R. Burke Johnson, dan Lisa A. Turner, *Research Methods, Design, and Analysis* (England: Pearson Education Limited, 2015).

¹³ Ibid.

¹⁴ Miftakhul Jannah, *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi* (Surabaya: Unesa University Press, 2018).

mengukur konsistensi minat dan ketekunan dengan 12 item pernyataan menggunakan skala Likert 5 poin.¹⁵ Skala *Self-Efficacy* terdiri dari 20 item yang mengukur keyakinan individu terhadap kemampuannya, juga menggunakan skala Likert 5 poin.¹⁶ Skala Optimisme, yang terdiri dari 17 item, mengukur harapan individu terhadap keberhasilan dan kegagalan,¹⁷ sementara Skala Dukungan Sosial mengukur persepsi dukungan sosial dengan 14 item.¹⁸ Setiap skala diuji validitasnya menggunakan SPSS dengan batas korelasi minimum 0,30. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa beberapa item dalam masing-masing skala gugur dan yang lainnya valid untuk digunakan dalam penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini meliputi uji asumsi klasik seperti normalitas, linearitas, heteroskedastisitas, dan multikolinearitas untuk memastikan model regresi valid. Uji statistik dilakukan dengan uji t untuk menguji pengaruh parsial setiap variabel independen dan uji F untuk pengaruh simultan, koefisien determinasi untuk melihat sejauh mana variabel independen menjelaskan variabel dependen.

HASIL

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	2.45172213
Most Extreme Differences	Absolute	.178
	Positive	.178
	Negative	-.091
Kolmogorov-Smirnov Z		1.262
Asymp. Sig. (2-tailed)		.083

¹⁵ Angela L. Christopher Peterson Duckworth, Michael D. Matthews, dan Dennis R. Kelly, "Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals," *Journal of Personality and Social Psychology* 92, no. 6 (2007): 1087–1101, <https://psycnet.apa.org/record/2007-07951-009?doi=1>.

¹⁶ Fadilah Ariani, Wiwik Dwi Hastuti, dan Eka Pramono Adi, "Analisis Perilaku Maladaptif Siswa Tunagrahita di Sekolah Luar Biasa," *Jurnal Ortopedagogia* 10, no. 2 (2024): 127–131, <https://journal2.um.ac.id/index.php/jo/article/view/55254>.

¹⁷ Suzanne C. Segerstrom, Charles S. Carver, dan Michael F. Scheier, "Optimism," in *The Happy Mind: Cognitive Contributions to Well-Being*, ed. M.D. Robinson dan M. Eid (Springer International Publishing AG, 2017), 195–212.

¹⁸ Gregory D. Zimet et al., "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support," *Journal of Personality Assessment* 52, no. 1 (1988): 30–41, https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa5201_2.

Hasil uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov Test menunjukkan nilai Asymp. Sig. 0,083 (>0,05), yang berarti data pada variabel *self-efficacy*, optimisme, dukungan sosial, dan *grit* memenuhi syarat normalitas. Hal ini menunjukkan sampel penelitian mewakili populasi dengan baik dan hasilnya dapat digeneralisasi.

Uji Linearitas

Hasil Uji Linearitas X1 dan Y

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Total_G * Total_SE	Between Groups	(Combined)	328.481	9	36.498	8.747	.000
		Linearity	199.939	1	199.939	47.919	.000
		Deviation from Linearity	128.542	8	16.068	3.851	.202
Within Groups		166.899	40	4.172			
Total		495.380	49				

Berdasarkan hasil uji ANOVA untuk linearitas, nilai *linearity* sebesar 0,000 yang berarti $p < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel X1 (Self Efficacy) dan Y (*Grit*).

Hasil Uji Linearitas X2 dan Y

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Total_G * Total_DS	Between Groups	(Combined)	130.780	6	21.797	2.571	.032
		Linearity	82.367	1	82.367	9.714	.003
		Deviation from Linearity	48.413	5	9.683	1.142	.353
Within Groups		364.600	43	8.479			
Total		495.380	49				

Berdasarkan hasil ANOVA diatas, nilai *linearity* sebesar 0,003, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel X2 (Dukungan Sosial) dan Y (*Grit*) nilai $p < 0,05$, maka terdapat model linier secara signifikan menjelaskan hubungan antara kedua variabel tersebut.

Hasil Uji Linearitas X3 dan Y

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Total_G	*Between	(Combined)	148.380	7	21.197	2.566	.027
Total_O	Groups	Linearity	107.943	1	107.943	13.065	.001

	Deviation from Linearity	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Within Groups	40.437	6	6.740	.816	.564	
Total	347.000	42	8.262			
	495.380	49				

Berdasarkan hasil ANOVA, nilai *linearity* sebesar 0,001, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel X3 (Optimisme) dan Y (*Grit*). Dengan nilai $p < 0,05$, maka terdapat model linier secara signifikan menjelaskan hubungan antara kedua variabel tersebut.

Uji Heterokedastisitas

Hasil Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	1.752	3.008		.582	.563
	Total_SE	-.033	.050	-.136	-.654	.516
	Total_DS	.066	.120	.125	.550	.585
	Total_O	-.024	.114	-.052	-.212	.833

Berdasarkan hasil Uji heteroskedastisitas pada tabel tersebut, nilai signifikansi pada X1 (*self-efficacy*) 0,516 yang berarti $>0,05$, nilai pada X2 (optimisme) 0,833 yang berarti $>0,05$, dan nilai X3 (dukungan sosial) 0,585 yang berarti $>0,05$. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas.

Uji Multikolinearitas

Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF	
1	(Constant)	5.017	5.023	.999	.323			
	Total_SE	.312	.084	.601	3.730	.001	.498	2.008
	Total_DS	-.023	.200	-.020	-.114	.910	.416	2.404
	Total_O	.069	.190	.068	.360	.720	.361	2.772

Berdasarkan hasil Uji multikolinearitas menggunakan *software* SPSS versi 26 *for windows* pada tabel tersebut, dapat dilihat bahwa nilai VIF untuk variabel *self-efficacy*, optimisme dan dukungan sosial $<10,00$ yang menunjukkan tidak terjadi multikolinearitas pada masing-masing variabel independen.

Uji Hipotesis

Uji Parsial (Uji t)

Hasil Uji Parsial

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-19.553	3.870		-5.053	.000
	TSE	.157	.064	.256	2.454	.018
	T_O	.253	.101	.266	2.490	.016
	TDS	.630	.144	.461	4.387	.000

Hasil analisis menunjukkan bahwa Self Efficacy berpengaruh nyata dan positif terhadap Skala *Grit* dengan signifikansi 0,018 (<0,05) dan nilai t hitung 2,454 (> t tabel 1,96). Selain itu, Dukungan Sosial menunjukkan pengaruh nyata dan positif terhadap Skala *Grit* dengan signifikansi 0,000 (<0,05) dan nilai t hitung 4,387 (> t tabel 1,96). Lebih lanjut, Optimisme juga berpengaruh nyata dan positif terhadap Skala *Grit* dengan signifikansi 0,016 (<0,05) dan nilai t hitung 2,490 (> t tabel 1,96).

Uji Simultan (Uji F)

Hasil Uji Simultan

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	of Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	210.873	3	70.291	46.924	.000 ^b
	Residual	68.907	46	1.498		
	Total	279.780	49			

Berdasarkan hasil pengujian pada tabel diatas maka dapat diketahui nilai signifikansinya sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan variabel independent *Self Efficacy*, Optimisme, dan Dukungan Sosial berpengaruh nyata terhadap varaibel dependent Skala *Grit* pada anggota Tamtama TNI-AD yang sedang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler.

Uji Koefisien Determinasi

Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.868 ^a	.754	.738	1.224

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui nilai *R square* sebesar 0,754 atau nilai tersebut menunjukkan presentase sumbangan peran variabel independen yaitu *self efficacy*, optimisme, dan dukungan sosial terhadap variabel dependen, yakni *grit* sebesar 75,4%. Sedangkan 24,6% diperani oleh variabel (faktor-faktor) lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Pengaruh X1 terhadap Y

Self-efficacy berperan signifikan dalam mempengaruhi *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD yang sedang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, didapatkan nilai signifikansi 0,018 ($<0,05$) dan nilai *t* hitung 2,454 ($> t$ tabel 1,96). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keyakinan individu terhadap kemampuan diri, semakin besar pula tingkat ketekunan atau *grit* yang ditunjukkan. Hal ini mendukung teori yang menyatakan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang tinggi memiliki ketekunan lebih kuat dalam menghadapi tantangan, karena mereka percaya bisa mengatasi kesulitan yang dihadapi. Hal ini membuktikan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri berhubungan positif dengan tingkat *grit* yang dimiliki.¹⁹ Dalam konteks tes Secaba, Tamtama yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan lebih mampu bertahan, terus berusaha, dan menghadapi tantangan seleksi dengan lebih gigih. Keyakinan diri ini memperkuat motivasi dan usaha mereka untuk mencapai tujuan dan keberhasilan dalam seleksi. Dengan kata lain, *self-efficacy* tidak hanya memengaruhi kualitas usaha yang diberikan, tetapi juga konsistensi dalam usaha untuk mencapai tujuan, yang pada akhirnya meningkatkan tingkat *grit* dan kemungkinan sukses dalam tes seleksi serta pencapaian karir di TNI-AD.

Pengaruh X2 terhadap Y

Dukungan sosial memberikan kontribusi terbesar terhadap *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD yang sedang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler, hal ini disimpulkan berdasarkan nilai signifikansi sebesar 0,000 *p* ($<0,05$). Dukungan sosial berfungsi sebagai faktor eksternal yang signifikan dalam memperkuat ketekunan individu, terutama dalam situasi penuh tekanan seperti tes Secaba. Dukungan ini

¹⁹ Edward D. Sturman dan Kerri Zappala-Piemme, "Development of the Grit Scale for Children and Adults and it's Relation to Student Efficacy, Test Anxiety, and Academic Performance," *Learning and Individual Differences* 59, no. August (2017): 1–10, <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1041608017301462>.

dapat berupa dorongan emosional, informasi, serta bantuan praktis dari orang-orang sekitar, seperti keluarga, rekan, atau atasan. Dukungan emosional dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi kecemasan, sementara dukungan informasi memberikan wawasan dan strategi untuk menghadapi tantangan. Dukungan sosial membantu individu untuk tetap bertahan dan menjaga semangat meskipun menghadapi kesulitan.²⁰ Penelitian ini menunjukkan bahwa Tamtama yang mendapatkan dukungan sosial tinggi merasa lebih siap dan mampu menghadapi proses seleksi, sehingga meningkatkan tingkat *grit* mereka untuk terus berusaha dan tidak mudah menyerah. Hal ini juga menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat memperkuat daya juang dan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan.²¹ Selain itu, dukungan sosial juga memainkan peran penting dalam memengaruhi ketekunan untuk mencapai tujuan pribadi.²² Dengan demikian, dukungan sosial menjadi faktor kunci dalam mengembangkan *grit* pada Tamtama TNI-AD dalam menghadapi seleksi Secaba.

Pengaruh X3 terhadap Y

Menurut hasil uji regresi linier berganda, didapatkan nilai signifikansi 0,016 p (<0,05) yang berarti bahwa optimisme memberikan kontribusi signifikan terhadap tingkat *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD yang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler. Optimisme, sebagai faktor internal, berperan penting dalam meningkatkan ketekunan dan kegigihan individu dalam menghadapi tantangan. Optimisme adalah sikap yang mengharapkan hasil positif dalam menghadapi masalah serta keyakinan untuk mengatasi tantangan hidup secara efektif.²³ Anggota Tamtama yang memiliki pandangan optimis terhadap tes Secaba lebih cenderung untuk tetap berusaha dan fokus pada tujuan mereka meskipun menghadapi kesulitan. Sebaliknya, anggota yang pesimis cenderung memiliki minat dan usaha yang lebih rendah untuk lulus seleksi. Hal ini terbukti dari penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa adanya hubungan positif antara optimisme dan *grit*, di mana individu yang optimis memiliki tingkat *grit* yang lebih tinggi.²⁴ Oleh karena itu, optimisme berperan penting dalam membentuk *grit* anggota Tamtama TNI-

²⁰ Edward P. Sarafino dan Timothy W. Smith, *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*, Edisi 8. (New York: John Wiley & Sons, Inc., 2014).

²¹ Duckworth, *GRIT: Kekuatan Passion + Kegigihan Hal Terpenting untuk Sukses dan Bahagia Bukanlah Bakat*.

²² Nila Kencana Tanjung dan Lisa Imelia Satyawan, "Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Grit pada Siswa TNI di Lembaga 'X' Kota Bandung," *Humanitas: Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2021): 61–75, <https://journal.maranatha.edu/index.php/humanitas/article/view/3338>.

²³ M. E. Seligman, *Learned Optimism How to Change Your Mind and Your Life*. (New York: Vintage Book, 2006).

²⁴ Angela Lee Duckworth, Patrick D. Quinn, dan Martin E.P. Seligman, "Positive Predictors of Teacher Effectiveness," *The Journal of Positive Psychology* 4, no. 6 (2009): 540–547, <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17439760903157232>.

AD, meningkatkan konsistensi minat dan usaha mereka, serta memperkuat ketekunan mereka dalam menjalani tes seleksi Secaba.

Pengaruh X1, X2 dan X3 terhadap Y

Secara keseluruhan, variabel *self-efficacy* (X1), Dukungan Sosial (X2), dan Optimisme (X3) memiliki pengaruh signifikan terhadap *Grit* (Y) pada anggota Tamtama TNI-AD yang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler. Berdasarkan hasil analisis, variabel-variabel tersebut secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 75,4% terhadap peningkatan tingkat *grit*, dengan sisa 24,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi terbesar terhadap *grit*, diikuti oleh optimisme, dan *self-efficacy*. Dukungan sosial, yang berupa bantuan dan dorongan dari lingkungan sekitar, terbukti memperkuat ketekunan individu dalam menghadapi tantangan. Sementara itu, optimisme yang mempengaruhi pandangan positif terhadap tantangan dan kemampuan diri untuk menghadapinya juga berperan penting dalam mempertahankan usaha dan minat untuk mencapai tujuan. *Self-efficacy*, atau keyakinan individu terhadap kemampuan diri, memperkuat tekad dan ketekunan dalam menghadapi kesulitan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa variabel *Self-Efficacy* (X1) secara individu memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel *Grit* (Y), dengan kontribusi sebesar 44,95%,²⁵ lebih lanjut optimisme memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *grit*.²⁶ Sejalan dengan penelitian tersebut, terdapat korelasi moderat ($r = 0,324$) antara optimisme dan *grit* pada calon taruna Angkatan Udara.²⁷ Selain itu, dukungan sosial seperti dukungan emosional, instrumental, dan informasi berkontribusi signifikan terhadap.²⁸ Dukungan sosial membantu individu mengatasi hambatan dan mempertahankan semangat mereka.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *grit* yang tinggi pada Tamtama TNI-AD dapat dicapai dengan adanya kombinasi antara *self-efficacy* yang kuat, optimisme yang tinggi, dan dukungan sosial yang mendukung. Ketiga variabel ini bekerja

²⁵ Respiani Putri, Pismawenzi, dan Widia Sri Ardias, "Pengaruh Self Efficacy dan Self Compassion terhadap Grit pada Komunitas Kepul," *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam* 12, no. 2 (2021): 209–225, <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alqalb/article/view/3206>.

²⁶ Pangaribuan dan Jane Savitri, "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Grit pada Mahasiswa Anggota PSM di Universitas 'X' Bandung."

²⁷ Polii dan Muhamad Irhas Dirgantara, "Hubungan Optimisme dan Grit Calon Taruna Akademi Angkatan Udara (AAU) di LANUD 'X' Kota Bandung."

²⁸ Fadhilah dan Laila Meiliyandrie Indah Wardani, *Grit dalam Kehidupan Profesi Usher*.

secara sinergis untuk meningkatkan daya juang dan konsistensi dalam mencapai tujuan, baik dalam tes Secaba maupun dalam menghadapi tantangan lainnya dalam kehidupan.

KESIMPULAN

Self-efficacy, dukungan sosial, dan optimisme berperan signifikan dalam memengaruhi tingkat *grit* pada anggota Tamtama TNI-AD yang mengikuti tes alih golongan Sekolah Calon Bintara (Secaba) reguler. Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh signifikan terhadap *grit* dengan nilai signifikansi 0,018. Semakin tinggi keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya, semakin besar tingkat ketekunan atau *grit* yang ditunjukkan. Dalam konteks tes Secaba, anggota Tamtama dengan *self-efficacy* yang tinggi mampu bertahan, terus berusaha, dan menghadapi tantangan seleksi dengan lebih gigih, sehingga meningkatkan peluang keberhasilan mereka.

Dukungan sosial memberikan kontribusi terbesar terhadap *grit*, terbukti dari nilai signifikansi sebesar 0,000. Dukungan ini mencakup dorongan emosional, informasi, dan bantuan praktis dari keluarga, rekan, atau atasan, yang membantu individu menghadapi tekanan. Dukungan emosional meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi kecemasan, sementara dukungan informasi memberikan wawasan yang berguna dalam menghadapi tantangan. Dukungan sosial ini memungkinkan anggota Tamtama untuk mempertahankan semangat dan fokus, meskipun menghadapi berbagai kesulitan dalam proses seleksi.

Optimisme juga memberikan kontribusi signifikan terhadap *grit* dengan nilai signifikansi 0,016. Sebagai faktor internal, optimisme mendorong individu untuk memandang tantangan secara positif dan yakin akan kemampuan mereka dalam mengatasinya. Anggota Tamtama yang memiliki optimisme tinggi cenderung terus berusaha dan fokus pada tujuan, meskipun dihadapkan pada berbagai kesulitan. Sebaliknya, individu dengan pandangan pesimis cenderung memiliki ketekunan dan usaha yang lebih rendah dalam mencapai keberhasilan.

Secara keseluruhan, ketiga variabel ini *self-efficacy*, dukungan sosial, dan optimisme secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 75,4% terhadap tingkat *grit* anggota Tamtama TNI-AD. Dukungan sosial memberikan pengaruh terbesar, diikuti oleh optimisme dan *self-efficacy*. Kombinasi ketiganya menciptakan sinergi yang memperkuat daya juang, motivasi, dan konsistensi dalam mencapai tujuan, baik dalam tes Secaba maupun dalam tantangan lainnya. Dengan adanya *self-efficacy* yang kuat, optimisme yang tinggi, dan dukungan sosial yang memadai, anggota Tamtama TNI-AD dapat menunjukkan tingkat *grit*

yang lebih tinggi, sehingga meningkatkan peluang sukses dalam seleksi dan pengembangan karier mereka.

REKOMENDASI PENELITIAN LANJUTAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa rekomendasi untuk penelitian lanjutan dapat diberikan. Pertama, penelitian selanjutnya dapat menginvestigasi faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi *grit*, seperti faktor kepribadian, motivasi intrinsik, atau pengaruh lingkungan kerja, untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi ketekunan individu. Kedua, penelitian ini sebaiknya dilakukan dengan memperluas sampel, tidak hanya terbatas pada anggota Tamtama TNI-AD, tetapi juga mencakup kelompok lain dengan karakteristik yang berbeda, seperti anggota dari berbagai satuan atau institusi militer lainnya, untuk membandingkan hasil dan memastikan generalisasi temuan. Ketiga, penelitian lanjutan dapat memfokuskan pada intervensi yang dapat meningkatkan ketiga variabel ini, seperti program pelatihan untuk meningkatkan *self-efficacy*, optimisme, dan dukungan sosial di lingkungan militer, untuk melihat pengaruhnya terhadap peningkatan *grit* secara praktis. Selain itu, penelitian longitudinal dapat dilakukan untuk melihat dampak jangka panjang dari ketiga faktor tersebut terhadap keberhasilan individu dalam berbagai aspek kehidupan, bukan hanya dalam konteks tes seleksi.

REFERENSI

- Anggota Tamtama TNI-AD. "Wawancara Penulis dengan Tiga Anggota Tamtama TNI-AD, 15 Desember," 2024.
- Ariani, Fadilah, Wiwik Dwi Hastuti, dan Eka Pramono Adi. "Analisis Perilaku Maladaptif Siswa Tunagrahita di Sekolah Luar Biasa." *Jurnal Ortopedagogia* 10, no. 2 (2024): 127–131. <https://journal2.um.ac.id/index.php/jo/article/view/55254>.
- Bata, Stifhany Angelina, dan Arthur Huwae. "Grit dan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa Tahun Pertama." *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 1 (2023): 310–321. <https://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/4771>.
- Christensen, Larry B., R. Burke Johnson, dan Lisa A. Turner. *Research Methods, Design, and Analysis*. England: Pearson Aducation Limited, 2015.
- Duckworth, Angela. *GRIT: Kekuatan Passion + Kegigihan Hal Terpenting untuk Sukses dan Bahagia Bukanlah Bakat*. Cetakan 3. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2018.
- Duckworth, Angela L. Christopher Peterson, Michael D. Matthews, dan Dennis R. Kelly. "Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals." *Journal of Personality and Social Psychology* 92, no. 6 (2007): 1087–1101. <https://psycnet.apa.org/record/2007-07951-009?doi=1>.
- Duckworth, Angela Lee, Patrick D. Quinn, dan Martin E.P. Seligman. "Positive Predictors of Teacher Effectiveness." *The Journal of Positive Psychology* 4, no. 6 (2009): 540–

547. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17439760903157232>.
- Fadhilah, Nurul, dan Laila Meiliyandrie Indah Wardani. *Grit dalam Kehidupan Profesi Usher*. Jakarta: Penerbit NEM, 2021.
- Jannah, Miftakhul. *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Surabaya: Unesa University Press, 2018.
- Lutviantari, Chintya Lucy, dan Edilburga Wulan Saptandari. "The Role of Self-Efficacy and Social Support for Grit in Master of Professional Psychology Students." *KnE Social Sciences* 9, no. 6 (2024): 508–516. <https://kneopen.com/KnE-Social/article/view/15300>.
- Pangaribuan, Naomi, dan Jane Savitri. "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Grit pada Mahasiswa Anggota PSM di Universitas 'X' Bandung." *Humanitas: Jurnal Psikologi* 3, no. 2 (2019): 103–114. <https://journal.maranatha.edu/index.php/humanitas/article/view/2167>.
- Polii, Evi Ema Victoria, dan Muhamad Irhas Dirgantara. "Hubungan Optimisme dan Grit Calon Taruna Akademi Angkatan Udara (AAU) di LANUD 'X' Kota Bandung." *Tazkiya: Journal of Psychology* 8, no. 2 (2020): 146–154. <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/tazkiya/article/view/16644>.
- Prayana, Kurnia. "Psychological Well-Being pada Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI-AD) Makorem 083 Baladhika Jaya Malang." Universitas Muhammadiyah Malang, 2015. <https://www.scribd.com/document/700052969/jiptumpp-gdl-kurniapr-43096-1-isi>.
- Putri, Respiani, Pismawenzi, dan Widia Sri Ardias. "Pengaruh Self Efficacy dan Self Compassion terhadap Grit pada Komunitas Kepul." *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam* 12, no. 2 (2021): 209–225. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alqalb/article/view/3206>.
- Sarafino, Edward P., dan Timothy W. Smith. *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. Edisi 8. New York: John Wiley & Sons, Inc., 2014.
- Sarifah, Rusdah. "Identitas Sosial dengan Prasangka pada Prajurit TNI- ADtTerhadap Anggota Kepolisian." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 4, no. 1 (2016): 75–88. <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/2879>.
- Segerstrom, Suzanne C., Charles S. Carver, dan Michael F. Scheier. "Optimism." In *The Happy Mind: Cognitive Contributions to Well-Being*, diedit oleh M.D. Robinson dan M. Eid, 195–212. Springer International Publishing AG, 2017.
- Seligman, M. E. *Learned Optimism How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage Book, 2006.
- Sturman, Edward D., dan Kerri Zappala-Piemme. "Development of the Grit Scale for Children and Adults and it's Relation to Student Efficacy, Test Anxiety, and Academic Performance." *Learning and Individual Differences* 59, no. August (2017): 1–10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1041608017301462>.
- Tanjung, Nila Kencana, dan Lisa Imelia Satyawati. "Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Grit pada Siswa TNI di Lembaga 'X' Kota Bandung." *Humanitas: Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2021): 61–75.

<https://journal.maranatha.edu/index.php/humanitas/article/view/3338>.

- Taufikhurohman, Muhammad. "Hubungan Intensitas Mengikuti Kegiatan Pembinaan Mental dengan Disiplin Kerja TNI Kodim 0714 Salatiga Tahun 2016." Institut Agama Islam Negeri Salatiga, 2016. [http://perpus.iainsalatiga.ac.id/lemari/fg/free/pdf/?file=http://perpus.iainsalatiga.ac.id/g/pdf/public/index.php/?pdf=1356/1/HUBUNGAN INTENSITAS MENGIKUTI KEGIATAN PEMBINAAN MENTAL DENGAN DISIPLIN KERJA TNI AD DI KODIM 0714 SALATIGA](http://perpus.iainsalatiga.ac.id/lemari/fg/free/pdf/?file=http://perpus.iainsalatiga.ac.id/g/pdf/public/index.php/?pdf=1356/1/HUBUNGAN%20INTENSITAS%20MENGIKUTI%20KEGIATAN%20PEMBINAAN%20MENTAL%20DENGAN%20DISIPLIN%20KERJA%20TNI%20AD%20DI%20KODIM%200714%20SALATIGA).
- Zimet, Gregory D., Nancy W. Dahlem, Sara G. Zimet, dan Gordon K. Farley. "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support." *Journal of Personality Assessment* 52, no. 1 (1988): 30–41. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa5201_2.