Vol. 22, No. 2, November 2026 *p-ISSN: 2087-3476*
Jurnal Pepatuzdu: Media Pendidikan dan Sosial Kemasyarakat *e-ISSN: 2541-5700*
DOI: http://dx.doi.org/10.35329/fkip.v22i2.7229

INTERVENSI SINEMAEDUKASI BERBASIS *HOPE* TERHADAP GRIT AKADEMIK SISWA SMP

Dwi Derang Amang*, Arbin Janu Setiyowati, Zamroni
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Malang
***Email: dwiderang.2401118@students.um.ac.id**

ABSTRACT

Junior high school students frequently face dynamic academic demands, requiring high academic grit for success. Psychological intervention based on strengthening hope is a strategic alternative to develop this aspect. This study examines the effect of group guidance using hope-based cinemaeducation techniques on junior high school students' academic grit. The quantitative quasi-experimental research utilized a non-equivalent control group design. Data were collected via an academic grit scale (pretest and posttest), while the intervention followed a validated experimental guidebook; the scale was also validated prior to use. Descriptively, the experimental group showed a higher increase in academic grit than the control group. The Wilcoxon test demonstrated significant pretest-posttest differences in both the experimental ($p = 0.011 < 0.05$) and control groups ($p = 0.018 < 0.05$). Furthermore, the Mann-Whitney test ($p = 0.001 < 0.05$) proved that the academic grit increase in the experimental group was significantly higher. In conclusion, group guidance using hope-based cinemaeducation techniques effectively develops junior high school students' academic grit.

Keywords: academic grit; cinemaeducation; group counseling; hope theory.

PENDAHULUAN

Faktor yang menentukan kesuksesan akademik siswa tidak hanya pada kemampuan kognitif semata, tetapi juga melibatkan aspek kepribadian seperti grit, yang merepresentasikan passion dan ketekunan dalam meraih tujuan jangka panjang (Duckworth et al., 2007). Berdasarkan rujukan Clark & Malecki (2019), grit akademik dalam konteks pendidikan mempunyai tiga indikator utama, yaitu: determinasi (pengoptimalan usaha melalui kerja keras), resiliensi (ketangguhan untuk bangkit kembali dari kegagalan atau tantangan), serta fokus (kemampuan mengatur diri untuk mempertahankan perhatian pada tujuan akademis di tengah berbagai distraksi). Kolaborasi ketiga komponen ini menjadi pilar penting bagi siswa dalam menghadapi dinamika pembelajaran.

Asesmen awal pada 47 siswa kelas VIII di SMPN 3 Tana Tidung menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki grit akademik pada kategori sedang. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian siswa masih memerlukan penguatan pada aspek-aspek *hope* sebagai dasar dalam pengembangan grit akademiknya. Duckworth (2018) menyatakan bahwa grit dipengaruhi oleh faktor internal, salah satunya *hope*, yaitu keyakinan bahwa usaha dapat membawa individu pada kondisi yang lebih baik. Dalam kajian psikologi positif, *hope* juga berkaitan dengan kemampuan membangun tujuan, menemukan strategi untuk mencapainya, serta mempertahankan keyakinan diri ketika menghadapi hambatan (Snyder et al., 1991).

Grit akademik yang belum optimal berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan belajar, seperti rendahnya motivasi dan kecenderungan menunda tugas atau prokrastinasi (Anggerahma, 2025), serta kesulitan mempertahankan minat belajar dalam jangka panjang (Clementino, 2025). Oleh karena itu, berbagai intervensi pengembangan grit telah banyak dikembangkan, seperti *positive psychology*, *growth mindset* dan *mindfulness* (Gunawan et al., 2025), *mindfulness-based cognitive therapy* melalui konseling kelompok (Rusli et al., 2023), *cognitive behavioral therapy* (Syahidah et al., 2024; Wan Leng et al., 2026) serta bimbingan kelompok dengan teknik diskusi pada siswa SMA (Andrian, 2021; Munawaroh & Wangid, 2022).

Mengacu pada berbagai pendekatan yang telah terbukti efektif, bimbingan kelompok dipandang relevan diterapkan di sekolah karena menyediakan ruang interaksi dan refleksi bersama bagi siswa. Layanan ini bersifat *preventif* dan *developmental* serta membantu siswa memahami diri, meningkatkan keterampilan sosial, dan mengembangkan potensi pribadi maupun akademik melalui dinamika kelompok yang suportif (Corey, 2012; Gladding, 2018; Yalom & Leszcz, 2020). Namun demikian, sebagian besar pendekatan sebelumnya dikembangkan pada mahasiswa atau siswa SMA dan lebih menekankan proses kognitif melalui diskusi serta refleksi terstruktur. Padahal, remaja berada pada tahap perkembangan yang ditandai dengan pencarian identitas dan meningkatnya respons terhadap pengalaman emosional serta reflektif (Santrock, 2019).

Pelaksanaan bimbingan kelompok memerlukan media pendukung agar pengalaman belajar siswa menjadi lebih konkret dan bermakna. Sinemaedukasi atau penggunaan media film menjadi salah satu alternatif karena menyajikan pesan visual dan emosional yang mendorong refleksi diri (Rueb et al., 2022), internalisasi nilai (Munaji, 2008), serta memudahkan pemahaman pesan kompleks karena bersifat visual-emosional (Champoux, 1999). Berbagai penelitian empiris juga mendukung efektivitas sinemaedukasi dalam aspek non-kognitif. Teknik ini terbukti dapat meningkatkan efikasi diri akademik (Ragil et al., 2019), resiliensi akademik (Ahfadzi et al., 2023), minat belajar (Mahayani & Dartiningsih, 2024), perilaku asertif (Fahira et al., 2025), konsentrasi belajar (Fira et al., 2024), serta

menurunkan prokrastinasi akademik (Munir et al., 2024). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa sinemaedukasi berpotensi mendukung pengembangan aspek psikologis yang relevan dengan grit akademik siswa.

Kemudian, agar proses penguatan aspek-aspek *hope* dapat dilakukan secara terstruktur, penelitian ini menggunakan kerangka *hope theory* (Snyder et al., 1991) yang terdiri dari tiga komponen yaitu *goals*, *agency thinking*, dan *pathway thinking*. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa *hope* berkaitan erat dengan ketekunan dan pencapaian akademik. *Hope* terbukti memprediksi grit yang lebih tinggi (Mason, 2023), berkorelasi positif dengan prestasi akademik dari tingkat dasar hingga menengah (Marques et al., 2011), serta memiliki hubungan sangat kuat dengan grit (Kesuma et al., 2025). Selain itu, intervensi berbasis *hope theory* juga dilaporkan dapat meningkatkan grit siswa (Narimani & Hedayat, 2020).

Integrasi antara sinemaedukasi dan *hope theory* dalam layanan bimbingan kelompok menawarkan pendekatan yang lebih komprehensif dalam mengembangkan grit akademik siswa. Pendekatan ini tidak hanya membantu siswa memahami pengalaman secara emosional, tetapi juga mengarahkan mereka untuk membangun tujuan, memperkuat keyakinan diri, serta menyusun strategi dalam mencapai tujuan tersebut. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sinemaedukasi berbasis *hope* terhadap grit akademik siswa SMP.

METODE PENELITIAN

Metode kuasi eksperimen dengan pendekatan kuantitatif menjadi landasan dalam penelitian ini, khususnya menggunakan desain *non-equivalent control group* (Creswell & Creswell, 2018). Alasan utama pemilihan desain tersebut adalah keberadaan kelompok kontrol yang berperan sebagai pembanding utama, sehingga bias dari faktor luar yang dapat memengaruhi hasil studi dapat dikendalikan secara lebih baik.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 3 Tana Tidung tahun ajaran 2025/2026. Sampel penelitian diambil dari siswa yang memiliki tingkat grit akademik kategori sedang sebanyak 16 sebagai kelompok paling dominan dari hasil penyebaran asesmen awal. Melalui teknik *purposive sampling*, dari 34 siswa yang terjaring kemudian diundi menjadi 8 siswa kelompok eksperimen (dengan intervensi bimbingan kelompok teknik sinemaedukasi berbasis *HOPE*) dan 8 siswa kelompok kontrol (bimbingan kelompok teknik *storytelling*).

Instrumen penelitian ini berupa skala grit akademik yang diadaptasi dari Machfud (2026) dengan mengacu pada kerangka teori Clark & Malecki (2019) yang meliputi tiga aspek, yaitu determination (tekad), resiliensi, dan fokus. Dari 18 item pernyataan yang tersusun, instrumen ini menunjukkan reliabilitas yang tinggi dengan koefisien Cronbach's Alpha 0,838. Hasil uji validitas melalui korelasi

Product Moment menggunakan SPSS 27 mengonfirmasi bahwa keseluruhan 18 item memenuhi kriteria validitas dengan nilai signifikansi $p < 0,05$.

Analisis data dalam studi ini mengandalkan metode statistik non-parametrik. Proses diawali dengan penyajian statistik deskriptif (nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan deviasi standar) untuk skor pretest dan posttest pada kedua grup. Perbedaan skor grit akademik sebelum dan sesudah perlakuan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank untuk masing-masing kelompok, sedangkan selisih peningkatan skor antara kelompok eksperimen dan kontrol diuji dengan Mann-Whitney U. Hipotesis diterima atau ditolak berdasarkan taraf signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan intervensi dalam penelitian ini dirancang secara sistematis dengan mengintegrasikan teknik sinemaedukasi dan komponen teori *hope* ke dalam program bimbingan kelompok yang berjalan secara berkesinambungan. Layanan ini dilaksanakan secara intensif sebanyak lima kali pertemuan pada bulan Februari 2026 di SMPN 3 Tana Tidung. Rangkaian intervensi diawali dengan pertemuan pertama yang berfokus pada pengondisian psikologis anggota kelompok guna membangun kesiapan awal siswa. Selanjutnya, intervensi inti untuk menstimulasi komponen *hope* dimulai pada pertemuan kedua dengan fokus membangun tekad belajar (*determination*). Pada sesi ini, konselor memutar film pendek inspiratif sebagai stimulus visual untuk membangun tekad belajar (*determination*) siswa. Penguatan tekad tersebut dilakukan secara sitematis dengan mengarahkan siswa membedah aspek-aspek *hope* tokoh film. Melalui proses inilah siswa disadarkan bahwa tekad yang kuat bersumber dari kejelasan tujuan dan motivasi diri.

Alur ini konsisten diterapkan pada sesi-sesi berikutnya dengan tetap menjadikan unsur *hope* sebagai landasan utama analisis tokoh film. Pada pertemuan ketiga, analisis komponen *Goals, Pathways,* dan *Agency* dari tokoh film diarahkan untuk menumbuhkan daya bangkit (*resiliensi*) siswa saat menghadapi kegagalan akademik. Begitu pula pada pertemuan keempat, ketiga unsur *hope* tersebut kembali digali dari tokoh film untuk menguatkan kemampuan fokus siswa dalam menghadapi berbagai distraksi gawai. Melalui pembedahan karakter yang berkelanjutan ini, siswa dituntun menyusun target belajar jangka pendek serta rencana aksi nyata pribadi. Rangkaian program akhirnya ditutup pada pertemuan kelima sebagai tahap terminasi, evaluasi hasil, dan penguncian komitmen tertulis bersama konselor secara mandiri demi meningkatkan grit akademik siswa.

Selanjutnya, berikut disajikan data statistik kedua kelompok sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan intervensi :

Vol. 22, No. 2, November 2026 *p-ISSN: 2087-3476*
Jurnal Pepatuzdu: Media Pendidikan dan Sosial Kemasyarakat *e-ISSN: 2541-5700*
DOI: http://dx.doi.org/10.35329/fkip.v22i2.7229

Tabel 1. Deskripsi Statistik Skor Kelompok Eksperimen Dan Kontrol

Kelompok	Tahap	Minimum	Maximum	Mean	Std Deviasi
Eksperimen	*Pretest*	54	67	59.88	4.486
Eksperimen	*Posttest*	65	82	73.75	6.819
Kontrol	*Pretest*	53	65	59.38	3.926
Kontrol	*Posttest*	59	70	64.38	4.033

Secara deskriptif, data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa kedua kelompok mengalami peningkatan skor setelah pelaksanaan layanan. Namun, peningkatan rata-rata (*mean*) pada Kelompok Kontrol relatif jauh lebih kecil dibandingkan dengan Kelompok Eksperimen. Temuan awal secara deskriptif ini kemudian diuji lebih lanjut melalui analisis statistik inferensial untuk membuktikan signifikansi perbedaannya.

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan memanfaatkan *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann-Whitney U Test* yang diproses melalui perangkat lunak IBM SPSS Statistics 27. Uji Wilcoxon diterapkan untuk mengevaluasi perbedaan nilai *grit* akademik antara tahap *pretest* dan *posttest* pada tiap kelompok, sementara uji Mann-Whitney digunakan untuk mengomparasikan besaran peningkatan skor di antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Temuan analisis mengindikasikan bahwa seluruh kelompok mengalami kenaikan yang signifikan pada nilai *grit* akademik ($p < 0,05$) menurut hasil uji Wilcoxon. Lebih lanjut, hasil uji Mann-Whitney mengungkapkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok pasca-pemberian perlakuan ($p < 0,05$), dengan kelompok eksperimen mencatatkan lonjakan skor yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

Kelompok	N	Z	Asymp.sig.(2 tailed)
Eksperimen	8	-2.533	0.011
Kontrol	8	-2.371	0.018

Tabel di atas memperlihatkan bahwa baik kelompok eksperimen maupun kontrol mengalami perubahan signifikan. Kelompok eksperimen mencatat nilai Z -2,533 dengan signifikansi 0,011 ($p < 0,05$), menunjukkan perbedaan signifikan antara *pretest* dan *posttest* yang mencerminkan peningkatan grit akademik setelah intervensi. Hasil serupa terjadi pada kelompok kontrol dengan nilai Z -2,371 dan signifikansi 0,018 ($p < 0,05$), mengindikasikan adanya perubahan skor grit akademik pasca-perlakuan. Namun, hasil ini belum memadai untuk menyimpulkan dampak intervensi secara langsung, sehingga diperlukan uji

DOI: http://dx.doi.org/10.35329/fkip.v22i2.7229

Mann-Whitney U Test untuk membandingkan perbedaan antar kelompok. Berikut disajikan data hasil uji beda kedua kelompok:

Tabel 3. Hasil Uji *Mann Whitney*

Gain_Score	
Mann-Whitney U	1.500
Wilcoxon W	37.500
Z	-3.229
Asymp.Sig.(2-tailed)	0.001
Exact Sig.[2*(1-tailed Sig.)]	0.000[b]

Berdasarkan data yang tersaji pada Tabel 3, hasil pengujian Mann-Whitney U terhadap nilai *gain score* memperlihatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001. Dengan perolehan nilai Mann-Whitney U sebesar 1,500 dan nilai Z sebesar -3,229, temuan ini mengonfirmasi bahwa kenaikan *grit* akademik pada kelompok eksperimen berlangsung secara signifikan lebih besar apabila dibandingkan dengan kelompok kontrol. Oleh karena itu, dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik sinemaedukasi berbasis *hope* terbukti memberikan efektivitas yang tinggi.

Temuan penelitian mengindikasikan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan teknik sinemaedukasi berbasis *hope* berdampak positif terhadap peningkatan *grit* akademik siswa tingkat SMP. Hal ini tercermin dari adanya kenaikan skor *grit* akademik pada kelompok yang menerima perlakuan setelah intervensi diberikan, serta terlihat adanya kesenjangan hasil *posttest* yang nyata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil ini mengonfirmasi bahwa layanan tersebut efektif dalam memfasilitasi siswa untuk mengembangkan *grit* akademik mereka.

Interpretasi terhadap hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan *grit* akademik siswa dipengaruhi oleh bimbingan kelompok teknik sinemaedukasi berbasis *hope* yang mengintegrasikan media film, diskusi reflektif, dan pengerjaan LKPD. Dalam prosesnya, media film membantu siswa memaknai nilai ketekunan secara lebih konkret melalui pengalaman tokoh, sedangkan diskusi kelompok dan LKPD menjadi ruang aman bagi siswa untuk merefleksikan tantangan belajar mereka sendiri. Kondisi interaktif dalam bimbingan kelompok ini menciptakan atmosfer belajar yang menguatkan, yang mana mendukung pandangan Duckworth (2016) bahwa grit bukanlah sifat bawaan yang kaku, melainkan kapasitas psikologis yang dapat ditumbuhkan melalui pengalaman belajar terstruktur and lingkungan yang suportif. Melalui lingkungan kelompok yang suportif inilah, siswa tidak lagi merasa berjuang sendirian dalam menghadapi tuntutan sekolah. Hal tersebut sejalan dengan hasil

tinjauan literatur dari Nuha, at all (2024) yang menyimpulkan bahwa layanan kelompok merupakan bentuk intervensi preventif dan kuratif yang sangat efektif untuk melatih keterampilan psikologis, sekaligus membantu remaja mengatasi stagnasi motivasi akibat tekanan akademis di sekolah.

Penggunaan teknik sinemaedukasi dalam penelitian ini mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih reflektif dan bermakna bagi siswa. Film berfungsi sebagai media pembelajaran visual-emosional yang efektif memicu refleksi diri serta memudahkan internalisasi nilai (Jääskeläinen et al., 2021; Champoux, 1999). Berbagai penelitian empiris mendukung bahwa sinemaedukasi terbukti ampuh menguatkan aspek psikologis yang membentuk grit akademik, seperti meningkatkan resiliensi akademik (Ahfadzi et al., 2023) dan konsentrasi belajar siswa (Fira et al., 2024). Efektivitas media ini kemudian diperkuat melalui proses diskusi kelompok, refleksi pasca-pemutaran, dan pengerjaan LKPD yang membantu siswa menginternalisasi nilai-nilai ketekunan tersebut ke dalam tantangan akademik pribadi mereka (Mamahit, 2020). Kekayaan temuan dari berbagai penelitian terdahulu tersebut mendukung hasil penelitian ini, di mana integrasi sinemaedukasi dan dinamika kelompok terbukti empiris mampu menjadi stimulus kuat yang saling berkesinambungan dalam meningkatkan skor grit akademik siswa secara signifikan.

Dalam penelitian ini, hal tersebut terlihat ketika siswa memahami pentingnya usaha konsisten melalui tokoh film. Temuan ini dijelaskan melalui teori belajar sosial Bandura (1971) bahwa individu belajar lewat pengamatan perilaku secara langsung maupun simbolik. Melalui proses *observational learning* yang melibatkan tahapan perhatian (*attention*), retensi (*retention*), reproduksi (*reproduction*), dan motivasi (*motivation*), siswa dapat meniru sikap tekun, daya bangkit, dan fokus akademik yang ditampilkan di layar. Efektivitas modeling simbolis dalam bimbingan kelompok ini didukung oleh temuan empiris Asa et al., (2024) yang membuktikan bahwa teknik tersebut secara signifikan sangat efektif meningkatkan motivasi belajar siswa. Dengan demikian, pengalaman tokoh film berhasil diinternalisasi menjadi strategi dan keyakinan nyata siswa dalam menghadapi tantangan akademik mereka sendiri.

Peningkatan grit akademik siswa dalam penelitian ini dapat ditelaah melalui komponen teori *hope* dari Snyder et al., (1991), yaitu *goals, pathways,* dan *agency thinking*. Dalam layanan, unsur *goals* tampak saat siswa menetapkan target akademik baru setelah merefleksikan tokoh film. Unsur *pathways* terlihat ketika siswa merumuskan strategi alternatif untuk mengatasi hambatan belajar, sedangkan *agency thinking* tercermin pada meningkatnya keyakinan dan dorongan internal siswa untuk terus berusaha. Integrasi ketiga komponen harapan ini membantu siswa membangun pola pikir positif dalam memandang kesulitan akademik. Mekanisme psikologis ini selaras dengan temuan eksperimen Narimani & Hedayat (2020) yang membuktikan bahwa intervensi kelompok

berbasis teori harapan Snyder secara signifikan efektif meningkatkan skor grit (kegigihan) siswa. Keterkaitan konseptual ini dipertegas oleh temuan Kesuma et al. (2025) yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat antara konstruk *hope* dengan tingkat grit individu, di mana kepemilikan harapan yang tinggi secara linier akan membentuk fondasi ketangguhan yang kokoh pada diri siswa. Dengan demikian, penumbuhan komponen harapan melalui dinamika kelompok berhasil menjadi katalisator utama yang menjaga konsistensi belajar siswa di tengah kesulitan.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan teknik sinemaedukasi berbasis *hope* memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan *grit* akademik pada siswa SMP. Hasil analisis statistik menggunakan uji Mann-Whitney menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pasca-pemberian perlakuan ($p = 0{,}001 < 0{,}05$). Kenaikan tersebut menegaskan bahwa pengintegrasian media film, refleksi yang terstruktur, serta penguatan elemen-elemen *hope* (*goals, pathways*, dan *agency thinking*) terbukti efektif dalam memfasilitasi siswa untuk membangun *grit* guna menghadapi berbagai tantangan dalam bidang akademik.

SARAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan keberhasilan intervensi tersebut, Guru BK di sekolah disarankan untuk memanfaatkan bimbingan kelompok teknik sinemaedukasi berbasis *hope* ini sebagai alternatif strategi dalam mengintervensi grit akademik siswa. Kemudian bagi peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk menguji efektivitas intervensi ini dengan melibatkan sampel yang lebih besar, durasi perlakuan yang lebih panjang, serta mengeksplorasi variabel mediator lainnya untuk memperkaya pemahaman mengenai mekanisme pengembangan grit akademik pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Ahfadzi, Y. F., Bariyyah, K., & Soejanto, L. T. 2023. Pengembangan Panduan Bimbingan Klasikal Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMKN 2 Malang. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, *8*(1), 50. https://doi.org/10.23916/083506011

Andrian, R. 2021. *Strategi Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Grit Akademik Siswa (Penelitian Eksperimen Kuasi di SMA Negeri 20 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)*. Universitas Pendidikan Indonesia.

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. https://doi.org/10.37481/jmh.v5i1.1169

Asa, M., Erlinda, M., & Margaretha, D. 2024. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. *1*(2), 66–73.

Bandura, A. 1971. *Social learning theory*. General Learning Press. https://doi.org/10.5040/9798216000365.0183

Champoux, J. E. 1999. Film As a Teaching Resource. *Journal of Management Inquiry*, *08*(2), 206–217. https://doi.org/10.1109/WAINA.2011.114

Clark, K. N., & Malecki, C. K. 2019. Academic Grit Scale: Psychometric properties and associations with achievement and life satisfaction. *Journal of School Psychology*, *72*, 49–66. https://doi.org/10.1016/J.JSP.2018.12.001

Clementino, P., & Utami, N. I. 2025. Optimisme dan grit akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). *Jurnal Intensi : Integrasi Riset Psikologi*, *3*(2), 12–20.

Corey, G. 2012. Theory & Practice of Group Counseling. In *Imagining World Politics* (Eight Edit). Brooks/Cole, Cengage Learning. https://doi.org/10.4324/9781315866994-16

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

Fahira, I., Setiyowati, A. J., & I, H. 2025. Teknik Sinemaedukasi Berbasis Structure Learning Approach (SLA) Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Perilaku Asertif Siswa SMP Ihza. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *9*(2), 1131–1143. https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7117

Fira, E., Faijin, F., & Irham, I. 2024. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media Sinema Edukasi Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik. *Guiding World (Bimbingan Dan Konseling)*, *7*(2), 120–131.

Gladding, S. T. 2018. *Counseling A Comprehensive Profession Eighth Edition*. www.acetxt.comwww.acetxt.com

Gunawan, D., Widyarini, N., & Alsa, A. 2025. *Grit-enhancing intervention : A systematic review*. *7*(1), 84–90. https://www.doi.org/10.33545/26648377.2025.v7.i1b.76

Jääskeläinen, I. P., Sams, M., Glerean, E., & Ahveninen, J. 2021. Movies and narratives as naturalistic stimuli in neuroimaging. *NeuroImage*, *224*(June 2020). https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2020.117445

Kesuma, S., Siahaan, W., & Anastasya, Y. A. 2025. *The Relationship Between Hope And Grit Among Final-Year Students At Malikussaleh University*. *7*(2), 2721–2564. https://doi.org/10.32923/ret3ps79

Machfud, M.S., Hambali, I., Setiyowati, AJ., Rahman, DH., Mamat, N., Clark,

KN. 2025. *Asian Journal of Human Services Academic Grit Scale : A Psychometric and Cultural Adaptation for Higher Education*. *30*(1), 1–14. https://doi.org/10.14391/ajhs.e

Mahayani, A., & Dartiningsih, M. 2024. Jurnal Pendidikan Inovatif. *Jurnal Pendidikan Inovatif*, *6*(3), 249.

Marques, S. C., Lopez, S. J., & Pais-Ribeiro, J. L. 2011. "Building Hope for the Future": A Program to Foster Strengths in Middle-School Students. *Journal of Happiness Studies*, *12*(1), 139–152. https://doi.org/10.1007/s10902-009-9180-3

Mason, H. D. 2023. Hope and its relation to grit and subjective well-being among first-year South African university students. *Journal of Psychology in Africa*, *33*(2), 99–105. https://doi.org/10.1080/14330237.2023.2181927

Munawaroh, L., & Wangid, M. N. 2022. Effectiveness of Group Guidance Discussion Technique To Improving Student'S Academic Grit. *European Journal of Education Studies*, *9*(5), 304–315. https://doi.org/10.46827/ejes.v9i5.4314

Munir, Ah. F., Setiyowati, A. J., & Atmoko, A. 2024. Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Teknik Sinemaedukasi Berbasis E-Book Untuk Mencegah Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *8*(2), 740–750. https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5665

Narimani, M., & Hedayat, S. 2020. The impact of group education on students' grit and educational self-efficacy based on Snyder's hope theory. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, *7*(3), 112–123. https://doi.org/10.52547/shenakht.7.3.112

Nuha, M. S., Muslihati., Zamroni. 2024. *Academic Resilience Skills : A Systematic Literature Review*. 39–54.

Ragil, E., Ariyanto, R. D., Ratnawati, V., Ningsih, R., & Valdino, D. R. 2019. Keefektifan Teknik Modeling Berbasis Sinemaedukasi untuk. *6*(1), 50–59.

Rueb, M., Siebeck, M., Rehfuess, E. A., & Pfadenhauer, L. M. 2022. Cinemeducation in medicine : a mixed methods study on students ' motivations and benefits. *BMC Medical Education*, 1–19. https://doi.org/10.1186/s12909-022-03240-x

Rusli, R., Tanaputra, J., & Safitri, J. 2023. *Mindfulness-Based Cognitive Therapy to Increase Grit Level : A Study on Vocational*. *12*(4). https://doi.org/10.24036/0202312454-0-86

Santrock, J. W. 2019. Adolescence (17th ed.). In *McGraw-Hill*.

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. X., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. 1991. the Will and the Ways. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(4), 570–585.

Syahidah, F. A., Rimayanti, E., & Haksasi, B. 2024. *Upaya Peningkatan*

Ketabahan (Grit) Akademik Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cognitive Behavior Theraphy Pada Siswa …. *6*(2), 1–9. https://eprint.ivet.ac.id/id/eprint/244/%0Ahttps://eprint.ivet.ac.id/id/eprint/244/2/BAB 1 dan BAB 2.pdf

Wan Leng, J. N., Mun, S. J., & Anak Nelson, A. A. 2026. Evaluating the Effect of Brief Cognitive Behavioral Therapy Workshop on Psychological Distress, Coping Strategies, and Grit Among Primary School Students in Klang Valley, Malaysia. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, *0*(0), 1–26. https://doi.org/10.1177/13591045261433503

Yalom, I. D., & Leszcz, M. 2020. *The Theory and Practice of group Psychotherapy* (Sixth Edit, Vol. 17). Basic Books.